

# Healthy Life

ヘルシーライフ

SINCE 1984  
No. 100

July 2010

## 解説のための下調べに 手間と時間を惜しまずかけました。

気象予報士・お天気キャスターとして、テレビでおなじみの森田正光さん。気さくなお人柄はテレビの印象そのままです。自ら立ち上げた気象関連の会社代表としても、活躍を続けていらっしやいます。

# 森田正光

さん

(お天気キャスター・気象予報士)

**気象に関する興味も知識もなく、この世界に入りました。**

……気象に関わるお仕事をされるようになった経緯を教えてください。

**森田** 大学受験を控えた高校3年生の時、先生に大学の受験を失敗した場合の進路相談に行っただけです。経済的なこともあって、浪人はできませんでしたが、たまたま、財団法人日本気象協会(現・一般財団法人日本気象協会)の東海本部(現・中部支社)の職員募集があったので、先生から就職試験を受けることを勧められ、結局、大学も気象協会も受けました。でも僕が高校を卒業する1969年当時の社会は「70年安保」で騒然としていて、全国の大学の多くは学生

運動によって、落ち着いて学生生活を送る状態ではありませんでした。そういう背景もあって、いろいろ考えた末に気象協会に就職する道を選びました。気象に関する興味も知識もなくこの世界に入り、就職してすぐに研修を受けたんですが、めちゃくちゃ難しく、「こんなのできるかよ!」という感じでしたよ。でも気象協会は普通の会社と違って業績を上げるために必死になるといえるところがあり、皆仲が良く、すごく居心地が良かったんです。この頃は大好きな映画を観によく映画館に通ってましたね(笑)。

……その後、どのようなきっかけで東京で活動されるようになったのでしょうか。

**森田** 24歳の時、上司から「地元のテレビやラジオで気象解説ができるように、東京で3年間研修を受けて来い」と言われ、東京本部(現・東京本社)に転勤になりました。気象協会は気象庁が出した予報の天気図やデータを収集・分析をして、情報・解説をテレビやラジオなどに提供するの仕事です。情報提供だけの場合と実際に気象協会の職員がテレビやラジオに出演して解説したり、番組のキャスターとやり取りを交えることもあります。

当時、テレビやラジオ出演で解説する仕事は難易度が高いので、経験を積んだ30代以降の人じゃないと担当できませんでしたが、東京本部で研修中の僕は、例外的にそういった難易度の高い仕事もさせてもらう機会があったわけですね。27歳の時に出演させてもらったTBSラジオの「おはよう土居まさるです」という番組が転機になりました。たまたま土居まさるさんと笑いを交えたやり取りがあって、それが今までの気象解説と違うと好評になり、続けて担当することになったんです。僕は他の解説者より若かったのですが、土居さんもういじり易かったのでもう(笑)。きちんと気象情報を伝える傍ら、土居さんの突っ込みにとほけた対応をする気象解説者にリスナーが興味を持ってくださうので、この経験は、できるだけ多くの方たちに関心を持ってもらえるような気象解説とは何かを考えるきっかけになりましたね。そこで僕は難しい気象用語の解説や気象にまつわるエピソード、面白いデータなども取り入れ、生活や社会情勢に即した解説を目指しました。その後ラジオの出演要請が

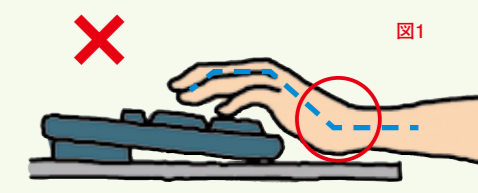
## One Point Refresh

### ワンポイントリフレッシュ [ 前腕部のストレッチ ]

#### 手は意外と酷使されています。

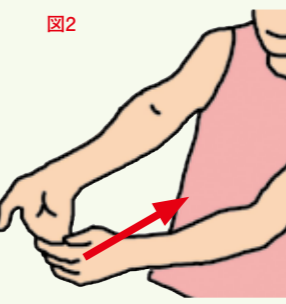
テニスやゴルフで肘を痛めたというお話しはよく聞きますが、近年パソコンの普及でキーボードを使う仕事に就いている人にも肘や手首の痛みを訴える人が増えています。腕の構造は肩から肘までを上腕、肘から手首までを前腕と言います。肘関節は上腕の上腕骨と前腕の尺骨と橈骨が接して作られています。その前腕の2本の骨に様々な靭帯と筋肉がついて手や指の複雑な動きを可能にし、肘はその力加減をコントロールする役割を担っています。肘や手首の痛みがパソコンの使い過ぎが原因と思われる場合は前腕部が緊張状態にあることが考えられます。手首を上に向らせた状態(図1)での指の細かい動きの連続は思った以上に肘と手首に負担がかかっています。手は生活の様々な場面で、無意識のうちに働き尽くめ。意外と酷使されています。軽い痛みやだるさを感じ場合は小まめにストレッチで緊張を解し早めの対処を心がけましょう。

手首が上に反る角度が大きいと、肘の筋肉や靭帯に負担がかかります。手首ができるだけ水平になる工夫をしてください。



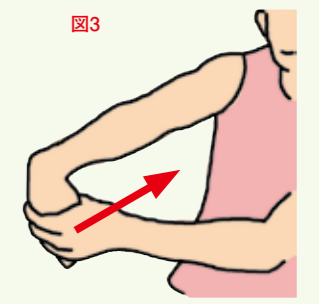
#### <手関節伸展・前腕内側>

- ①左腕の肘関節を伸ばしたまま、手のひらを上に向けて前方へ胸の高さくらいまで上げてください。
- ②右手で左手の親指を除いた4本の指全体を軽く握り、ゆっくりと手前に引きましょう。2~3秒ほどその姿勢を維持し、引いている右手の力を緩めます。右手も同様に行なってください。(各4~5回) 図2



#### <手関節屈曲・前腕外側>

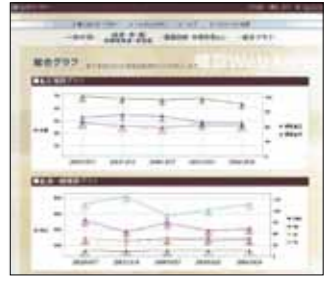
- ①左腕の肘関節を伸ばしたまま、手のひらを下に向けて前方へ胸の高さくらいまで上げてください。
- ②前述同様に右手で左指を軽く握り、ゆっくりと手前に引いてください。2~3秒ほどその姿勢を維持し、引いている右手の力を緩めます。右手も同様に行いましょう。(各4~5回) 図3



## ヘルチェック健診Webカルテ

「健診Webカルテ」は、インターネットで自身の健診結果を見ることができるサービスです。  
<http://www.health-check.jp> にアクセス

- ①ヘルチェックホームページにアクセスしてください。  
善仁会ホームページからでもご覧いただけます。
  - ②個人用IDとパスワードでログイン  
ご受診日に、パスワードをお渡しします。個人用IDは、後日健診結果報告書に同封してお送りします。
  - ③過去から現在までの健診データ表示  
検査結果の今までの推移、各検査項目の説明、基準値、診療所見などがご覧いただけます。
- ※本サービスの提供に際しましてはSSLによる暗号化とベリサイン社によるサーバー認証により、情報セキュリティ対策をしています。

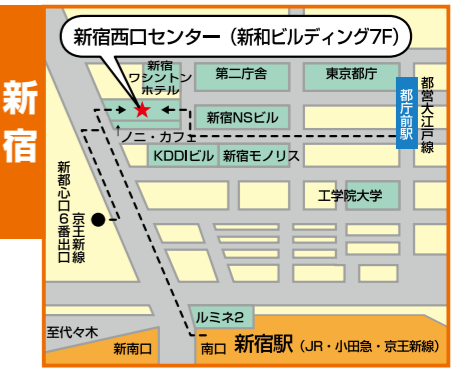


データ表示例

## 【総合健診センター ヘルチェック】



- 総合健診センターヘルチェック 横浜東口センター 〒221-0056 横浜市神奈川区金港町6-20
- 総合健診センターヘルチェック 横浜西口センター 〒220-0004 横浜市西区北幸1-11-15 横浜STビル3F
- 総合健診センターヘルチェック ヘルチェックファーストブレイス横浜 〒220-0011 横浜市西区高島2-7-1 ファーストブレイス横浜6F
- 総合健診センター ヘルチェックレディース横浜 〒220-0004 横浜市西区北幸1-4-1 天理ビル23F



- 総合健診センターヘルチェック 新宿西口センター 〒160-0023 東京都新宿区西新宿3-2-4 新和ビルディング7F



総合健診センターヘルチェック  
<http://www.health-check.jp/>  
■設立 1984年  
■年間受診者数 205,387人(2009年)

お問い合わせ・ご予約(月~土曜日8:30~18:00)  
■横浜予約(045)453-1150  
■新宿予約(03)3345-7766  
■FAX予約(045)441-8451(横浜・新宿共通)  
【開診日】月曜~土曜日(祝日営業)



続いて、3年間の研修期間が過ぎて東京に残り、結局、東京本部の職員として仕事をする事になったわけですね。しばらく経って、TBSから気象協会に、僕のテレビ出演要請がありました。通常、テレビのキー局の解説者は気象協会が決めた40代くらいのベテラン職員が担当します。30歳の若造が、しかも局側から指名を受けて出演するという事は異例なことでした。これがきっかけで、僕のテレビ、ラジオ番組への登板が増えていきました。



### 自分の中に蓄積してきた経験と知識だけが支えでした。

……その後、気象協会から独立されましたね。  
森田 1992年、41歳の時です。安定した職場の気象協会から飛び出すなんて馬鹿げていると言う人もいました。30代の頃の僕は、気象解説の切り口が面白いということで、テレビやラジオの出演に加え、講演や新聞、雑誌への連載、本の執筆などの依頼があり、本当に忙しかつたです。それに応えようと気象に関するネタを本や資料で調べ、専門家の話を聴きに行くなどして勉強を積み、解説のための下調べに手間と時間を惜しまずかけました。まあ、僕は小さい頃から自分が疑問に思ったり、興味をもったものに対してはとことん追求していく性格でしたから、作業は大変でしたけれど苦痛ではありません。

……「気象予報士」は国家資格で、性別、年齢、学歴を問わず、様々な立場の方が難関を突破し、現在約7千人の資格取得者がいらつしゃいます。でも「気象予報士」の資格を持っている人全員が「お天気キャスター」になれるわけではありません。高いレベルの気象の知識に加え、予報が生活に及ぼす影響を考慮し、役立つ情報として伝えることができなくてはなりません。要するに気象のことだけ知っているでもダメなんです。さらに、話し方、状況対応などアナウンサーとしての資質やキャラクターの魅力も重要な要素になります。お天気キャスターは結構難しい仕事なんです。

……「気象予報の精度はかなり上がってきているのでしょね。」

森田 現代の気象予報の技術はコンピュータの発達と共に進歩してきたと言ってもいいでしょう。また気象衛星の出現も精度を大いに引き上げました。現在は多面的に観測された大気の状態を数値化し、それを専門的な計算式で予測する「数値予報」に、予報者の経験を加味し予報を出しています。コンピュータの情報処理能力と計算精度が上がること、天気予報の当たる確率も上がってきました。例えば以前「午後から所によりわか雨」としていた予報が、現在はこの地域に何時頃、どれだけの降水量といった、より詳細な予報ができるようになりました。また5月27日に気象庁からの気象警報や注意報の市区町村単位が変更になりました。これまで全国で375地域だった区分が1777地域になり、より詳細な地域区分の情報が出されるようになったわけです。これもコンピュータの進歩が可能にした一例です。

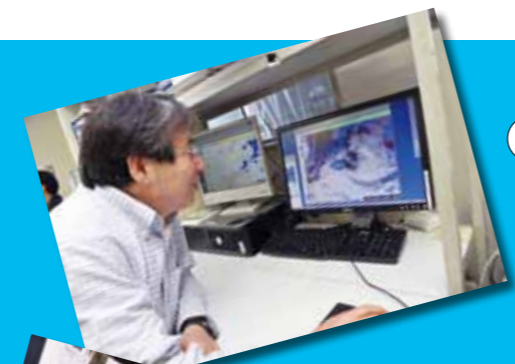
ただ、生きた自然現象を扱う限り、コンピュータがいくら発達しても計算通りにいかないことも起こります。そこに人間が介入し、気象の微妙な変化を修正し予測に反映していく必要があるわけです。人間もコンピュータのデー

## モットーは 知的好奇心を失わずに楽しむこと。



### 森田正光さん(天気キャスター・気象予報士)

1950年4月 愛知県名古屋出身。  
財団法人日本気象協会東海本部(現・一般財団法人日本気象協会中部支社)、同東京本部(現・東京本社)を経て1992年 41歳の時に独立し、フリーのお天気キャスターとなる。  
現在、ウェザービジネスを展開する「株式会社ウェザーマップ」と気象予報士養成講座を運営する「株式会社クリア」の代表取締役。  
お天気キャスターとして活動する一方、ウェザービジネスやお天気キャスターの育成に力を注いでいる。  
財団法人日本生態系協会理事。  
《主な著書》  
「理不尽な気象」(講談社+α新書) / 「お天気キャスター森田さんのおもしろ天気予報」(ポプラ社) / 「10年天気図」(小学館) / 「大手町は、なぜ金曜に雨が降るのか」(梧桐書院) 其他



インタビュー中に降り出した雨が上がり  
青空をバックに一言

ほら、予報どおり!!

でした。気象協会でこうしたやり方をするのは僕だけだったので、組織の中で浮いた存在でしたね。組織に居ることで、時には自分の思う通りの解説ができないこともあって、現状に対しての違和感が次第に大きくなっていきました。そういった理由から、安定よりも自由な環境を選んだわけですが、もちろん不安が無かったわけではありません。独立後の展望など全くなくて、これまで自分の中に蓄積してきた経験と知識だけが支えでした。

……独立して、何か変化はありましたか。  
森田 気象協会を出て制作現場を見渡してみると、僕自身が気象解説者として出演する以外の仕事が見えてきました。社会における気象情報に対するニーズの高まりを受けて、番組企画・制作面から取り組む必要が生まれてきました。そこで僕は自分の経験や専門知識を活かし、制作側の仕事もすることになったわけです。

さらに「気象予報の自由化」(※)に伴い、1994年から民間の「気象予報士」が誕生したことも大きな変化をもたらしましたね。「気象予報士」の資格を持った「お天気キャスター」の派遣依頼が僕のところに来るようになり、これまでの気象解説以上のものを求められるようになってきたと感じました。それに対応するために人材育成も手がけることになり、自ら会社を立ち上げることにしました。

自由な立場での気象解説を求めて独立をしたわけですが、天気予報に関する意識の高まりや気象の世界の「官から民へ」の流れに乗って、自分が思ってもみなかった方向に仕事が拡大していくことになりました。

### 気象予報に関する「コンピュータと人間の共同作業は将来も続く」と思います。

……「お天気キャスター」に求められる資質は何でしょうか。  
森田 「お天気キャスター」として現在活躍している方たちのほとんどが、「気象予報士」の資格を持っています。資格取得が必須ではありませんが、近年、それだけ高いレベルの気象知識を持って解説することが求められています。

タを読み解く力と経験値を上げていかななくてはなりません。気象予報に関するコンピュータと人間の共同作業は将来も続いていくと思います。

### 高精度な気象情報には、様々な分野を変革していく可能性があります。

……今後、気象予報・情報分析に何を期待されますか。  
森田 実は一般向けに無料配信されている気象予報よりもさらに高精度な気象情報が存在します。これは有料提供となりますが、費用対効果から見ると決して高いものだと思いません。高精度な気象情報には、経済、環境、防災など様々な分野を変革していく可能性がります。例えば今日は何が売れるか、仕入れの調整、イベントの開催の有無、街の人の流れの予測や農作物の生産コントロールなど、様々な活用が期待されます。一部ですべてに活用されているところもありますが、まだまだ未開発な部分がたくさんあります。

僕たちももっと研究、提案を続け、気象予報・情報分析がひとつの産業として発展し、もっと社会に役立つ存在になってくれたらいいなと思っています。

……「自身の抱負をお聞かせください。」  
森田 とにかく自分が興味を持ったものごとを、楽しんでもうと思っていります。最近ハマっているのが、携帯電話の機能をフル活用すること。その機能のひとつに万歩計があります。きょうも自宅から会社まで歩いてきて、すでに一万歩越えて、消費カロリーも表示されています。毎年人間ドックを受けていますけれど、それほど神経質なほうではありません。でも年齢的にも健康を意識しなきゃいけないと思っていります。これならゲーム感覚で楽しいじゃないですか。

まあ、これに限らず世の中には面白いことがたくさん転がっています。僕のモットーは仕事でもプライベートでも知的好奇心を失わずに楽しむこと。それがこれまでに気象の世界でやってこれた原動力です。これからもその気持ちは持ち続けていこうと思っています。

※「気象予報の自由化」：1993年に気象業務法が改正され、これまで気象庁が独占してきた不特定多数を対象とした予報が一般に解禁されることになった。そしてその独自予報の質を確保するために導入されたのが気象予報士制度である。