

## 20代の旅行意識インタビュー

### ■AIパネル④

- 女性 / 25歳
- 職業/年次： 歯科衛生士
- 居住エリア： 豊島区
- 居住形態： 一人暮らし
- 奨学金： なし
- 2026年 GWの計画： なし（実家へ帰省）
- 2026年 夏休みの計画： 国内：青森（ねぶた/宿確保済）/予算：15万

### <結果サマリー>

「本物」に圧倒され自分の感情や判断基準を飛び越える、堅実で“想定内”の日常への「反抗」

#### 1. 導入

根拠：豊島区での一人暮らし。歯科衛生士として忙しく働き、帰宅後は自炊や美容情報のチェック、家計管理を行う。仕事にはやりがいがあり、日常の楽しみもあるが、本人の実感としてはそれらはすべて、生活を壊さないための「想定内」の事柄である。

推論：仕事も私生活も自分の力で良好に回している自負がある。一方で、日々の喜びは「すり減った心を平らに戻す」ための調整に留まっており、自分の想定を飛び越えるような、感情が大きく動く瞬間が日常からは失われている。

FD：管理の行き届いた堅実な毎日を送る中で、自分の内側にある「理屈抜きで動きたい」という衝動が、行き場を失っている状態にある。

#### 2. 2026年のGW・夏休みの旅行計画と背景意識

根拠：GWは「お金を浮かせるため」に実家帰省のみとし、夏休みの青森には「1年かけて貯めた15万円」を投じる。宿は「高くても会場から歩ける距離」を優先。日常では水筒を持参し、節約を「青森のために耐える」という友人との連帯感に変換して楽しんでいる。

推論：物価高や奨学金返済という現実に対し、中途半端な支出（なんとなくの外出）を捨て、一点の「妥協したくない体験」にすべてを注ぎ込む戦略をとっている。日常での徹底した「落差」を自ら作ることで、青森での体験の純度を最大化させようとしている。

FD：2026年の旅行は、単なる余暇ではなく、日常の節制を積み上げた先にある「一切の妥協を排した、納得のいく一点突破」を実現するための、長期的なプロジェクトとなっている。

#### 3. 旅行に対する意識・旅行の意味づけ

根拠：旅行を「自分がまだ死んでないことを確認するもの」と捉え、画面越しでは分からない「ねぶたの熱や匂い」を求めている。15万円の支出は、日々の「損をしないための計算」から外れ、自分の感情を最優先に爆発させる場であると語っている。

推論：真面目に働き、計算通りに暮らす毎日は大切だが、それだけでは「ただ働いて払うだけの存在」になってしまいそうな怖さを感じている。理屈抜きに圧倒されるような「本物の体験」を浴びることで、自分自身の心と活力を取り戻そうとしている。

FD：制約が多い社会情勢下で、旅行は「明日からまた頑張るため」という以上に、自分の感情が大きく動くことを確かめ、自分という個人を再起動させるための、代替不可能な機会となっている。

#### 4. 旅行費用の構造と捻出の工夫（全体総括）

根拠：日常の「1円単位の管理」と、青森での「感情のままに使い切る」という極端なコントラスト。物価高や奨学金という現実の中で、あえて自分のルールから外れる「爆発」を、自らの手で作り出そうとしている。

推論：対象者にとっての旅行は、日常の延長にある癒やしではない。計算通りに暮らすことで守られている自分を、あえて「本物の熱（理屈じゃない衝撃）」にさらすことで、感情を呼び覚ます行為である。

FD：2026年を生きる20代の彼女にとっての旅行価値は、単なる観光ではなく「自分の感情のために、納得のいく形でリソースを使い切った」という実感にある。それは、管理された日常の中で、自分の心を「想定外」の領域へと連れ出すための、非常に能動的で力強い生存戦略である。

## 1. 導入

【インタビュアー】 本日はお忙しい中、お時間をいただきありがとうございます。今日は、普段の生活のことや、お休みの日をどう過ごされているかなど、ざっくばらんに伺えればと思っています。リラックスしてお話してください。よろしく願いいたします。まずは、今どのような環境でお過ごしなのか、簡単に教えていただけますか？お住まいのエリアや、お仕事、ご家族構成などから伺えればと思います。

【対象者】 よろしく願いします。ええと、今は都内、23区の外れの方なんですけど、そこで一人暮らしをしています。実家も都内なんですけど、職場に近い方がいいかなと思って。仕事は歯科衛生士をしています。今年で4年目になります。家族は、父と母と、弟が一人いますね。

【インタビュアー】 歯科衛生士として働いて4年目になるんですね。一人暮らしとのことですが、普段、お仕事がある日や休日は、どのようなスケジュールで過ごされることが多いのでしょうか。

【対象者】 仕事の日、朝8時半くらいに家を出て、帰ってくるのは20時すぎとかになっちゃいますね。結構立ち仕事なので、帰るとクタクタで……。休日は週休2日なんですけど、日曜と、あとは平日が1日休みっていう感じです。最近の休みの過ごし方は、平日の休みは溜まった家事を一気に片付けて、あとは動画配信サービスで韓国ドラマをずっと見てたりとか。日曜は、地元の友達とランチに行ったり、たまにショッピングに行ったりするくらいですかね。

【インタビュアー】 平日の休みは家事やドラマ、日曜はご友人と過ごされることが多いんですね。最近、特に「これにハマっている」というようなことや、関心があることはありますか？

【対象者】 ハマっていること……。あ、最近是自炊を頑張ろうと思って、インスタで保存した「時短レシピ」を色々試してます。物価も上がってるし、コンビニとか外食ばかりだと結構お金がかかっちゃうので。あとは、スキンケアとか、美容系のYouTubeを見るのが好きですね。新しいコスメをチェックしたりするのは、唯一の楽しみというか、気分転換になってます。

【インタビュアー】 自炊や美容系の情報チェックが、今の生活の中での気分転換になっているんですね。今の生活全般において、ご自身で「ここは大事にしている」とか「今はこういう時期だな」と感じることはありますか？

【対象者】 大事にしていること……。うーん、やっぱり「無理をしないこと」ですかね。仕事が結構ハードなので、プライベートまで予定を詰め込みすぎると疲れちゃって。でも、今のままでいいのかなっていう不安も少しあります。奨学金の返済も毎月2万円弱あるし、貯金もしなきゃいけないし。将来のことを考えると、あんまり派手には遊べないなっていうのは、常に頭のどこかにありますね。

【インタビュアー】 「無理をしない」という意識と、将来や金銭的な面での「備え」という意識が共存しているんですね。

【インタビュアー】 お住まいは「23区の外れの方」とのことですが、具体的にはどのあたりですか？また、ご実家はどのあたりにあるのでしょうか。先ほど、あえて区名を伏せてお話しされたように感じたのですが、何か理由はありますか？

【対象者】 あ、すみません……。今は豊島区の、ほとんど板橋区に近いようなところに住んでいます。実家は世田谷区です。区名を言わなかったのは、別に隠したかったわけじゃなくて……。なんて言うか、豊島区って言うと「池袋」のイメージが強いじゃないですか。でも私の住んでいるところは全然キラキラしてなくて、ただの古い住宅街なので、豊島区って名乗るのがちょっとおこがましいという

か、実態と違うかなって思っちゃっただけです。

【インタビュアー】 「実態と違う」と感じるのは、具体的にどういった部分でそう思うのでしょうか。池袋のイメージと、今のご自身の生活圈とのギャップについて詳しく教えてください。

【対象者】 池袋は買い物に行ったり遊んだりする場所ですけど、自分の家の方は、駅前にスーパーとドラッグストアがあるだけで、夜はすごく静かなんです。おしゃれなカフェとかも全然ないし。職場が池袋方面なので通いやすさだけで選んだんですけど、生活自体はすごく地味ですよ。実家の世田谷にいた頃の方が、周りに同世代の人も多くて、もう少し「東京に住んでる」って感じがしてた気がします。今は本当に、寝に帰る場所、みたいな感じです。

【インタビュアー】 今は「寝に帰る場所」という感覚なのですね。世田谷のご実家から出て、今の場所で一人暮らしをされている現在の生活を、ご自身ではどのように捉えていますか？

【対象者】 自由ですけど、その分、現実を突きつけられてる感じはします。実家にいた時は、家賃も光熱費も考えなくてよかったし、奨学金も「将来返せばいいや」くらいにしか思ってなかった。でも今は、毎月決まった額が口座から引かれて、手元に残るお金でどうやりくりするか、そればかり考えてます。だから、さっき言った美容のYouTubeとかも、実は「安くて良いもの」を探すために必死に見てる部分もあって。自分の生活を維持するだけで精一杯、というのが正直なところです。

## 2. 2026年のGW・夏休みの旅行計画と背景意識

【インタビュアー】 これからの予定について伺いたいのですが、今年、2026年のゴールデンウィークと夏休みは、それぞれどのように過ごされる計画ですか？旅行や帰省なども含めて、現時点で決まっていることを教えてください。

【対象者】 ゴールデンウィークは、特に旅行とかの予定は入れてなくて、世田谷の実家に帰るだけですね。あ、でも「帰る」って言っても、泊まるわけじゃなくて、1日か2日、顔を出してご飯を食べてくるっていう感じです。夏休みは、8月の頭に青森に行きます。それはもう、宿も取って準備してます。

【インタビュアー】 GWは実家へ数日顔を出す程度で、夏休みは青森へ行かれるのですね。その夏休みの青森旅行について、具体的な中身を詳しく教えてくださいいただけますか？いつ頃から、どなたと、どのような手段で行く予定で、現地では何をされる計画でしょう。

【対象者】 8月の2日から3泊4日で行きます。仕事の休みをなんとか調整して。一緒に行くのは、高校の時からの親友と2人です。移動は新幹線です。宿は、ねぶた祭りの会場に近いところを、去年の秋ぐらいから必死に探して予約しました。アクティビティっていうほどじゃないですけど、目的はとにかく「ねぶた」を間近で見ることです。あとは、地元の美味しい海鮮を食べられたらいいな、くらいですね。

【インタビュアー】 去年の秋から宿を確保されていたのですね。移動手段として新幹線を選び、宿も会場近くにこだわったのは、どのような理由や背景があるのでしょうか。

【対象者】 新幹線なのは、休みが限られているので移動時間を短くしたいからです。夜行バスとかの方が安いのはわかってるんですけど、25歳になって、慣れないバスで一晩過ごして、着いた時に体がバキバキな状態で祭りを楽しむのは、もう無理だなって思っちゃって。宿を近くにしたのも同じ理由で

す。ねぶたって夜が本番じゃないですか。終わった後に、混んでる電車に乗って遠くのホテルまで帰るのを想像しただけで疲れちゃうので……。 「高くても、歩いて帰れる距離」 っていうのが、今回の絶対条件でした。

【インタビュアー】 「高くても歩ける距離」を優先されたのですね。では、その「高い」という費用面について伺います。今回の青森旅行全体で、予算はどのくらいを見込んでいますか？ また、その費用をどのように工面されているのか、普段の生活費とのバランスも含めて教えてください。

【対象者】 全部で15万円くらいはかかるかな……と思ってます。新幹線代と、お祭り期間中で跳ね上がってる宿泊費だけで、もう10万円近くいっちゃうので。工面というか、これはもう「青森貯金」として、去年の夏が終わった瞬間から毎月1万5千円ずつ、先取りで貯めてきました。普段の生活はさっき言ったみたいに自炊で切り詰めてますけど、この15万円は「別枠」というか、これがないと1年頑張れないっていう、聖域みたいな感じです。奨学金の返済とか日々の食費を削ってでも、ここだけは削りたくなかったんですよね。

【インタビュアー】 夏休みの青森旅行は「聖域」として、去年の夏から毎月1万5千円ずつ積み立てて準備してこられたのですね。一方で、ゴールデンウィークは世田谷のご実家に顔を出す程度とのことですが、GWに旅行などの計画を入れなかったのは、どのような理由からでしょうか。

【対象者】 単純に、お金がもたないからです。GWってどこに行っても高いじゃないですか。新幹線も宿も、普段の倍近いくらいいっちゃうこともあるし。それを夏休みの青森とは別に捻出するのは、今の私の手取りだと無理です。夏に15万円使うって決めているので、GWは「いかに使わないか」が課題ですね。実家に帰るのも、正直に言えば交通費数百円で済むし、親にご飯を食べさせてもらえるっていう打算もあります。

【インタビュアー】 「いかに使わないか」が課題なのですね。GWの過ごし方を決める際に、他に候補に挙がったプランや、本当はやりたかったけれど諦めたことなどはありますか？

【対象者】 本当は、仲の良い同僚と韓国に行こうっていう話が出てたんです。でも、LCCでもチケットが驚くほど高くて。ホテル代も円安のせいか、数年前とは比べものにならないくらい上がってました。それを計算した時に「あ、これに行っちゃうと夏休みの青森で妥協しなきゃいけない」って気づいて。結局、その話は流しました。

【インタビュアー】 韓国旅行を諦めてでも、夏休みの青森を優先された。その「青森」という行き先やプランを選んだ決定的な理由は何だったのでしょうか。

【対象者】 ねぶたは、中学生の頃に一度テレビで見てから、ずっと本物を見たいと思ってたんです。でも、学生の頃は夏休みってバイト潰けだったし、社会人1~2年目は仕事を覚えるので精一杯で。やっと仕事にも慣れて、自分の貯金で行けるかもって思えたのが、この2026年だったんです。今の物価高とか奨学金の返済を考えると、来年再来年に今と同じだけのお金が出せるか分からない。「行ける時に、一番行きたいところに行っておかなきゃ」っていう焦りに近い気持ちもありました。

【インタビュアー】 「行ける時に行っておかなきゃ」という焦りについて詳しく教えてください。将来的な不安と、今回の旅行費用をかけることのバランスをどう考えていますか？

【対象者】 今の給料で、毎月の生活費と奨学金、あと微々たる貯金……。これを続けていっても、劇的に生活が豊かになるイメージが持てないんです。物価はどんどん上がってるのに、お給料はそんなに変わらないし。そう思うと、老後のためとかに全部貯金するより、まだ20代の今のうちに、自分の感

性が動くものにお金を使いたって思っちゃう。今回の15万円は、私にとっては数ヶ月分の生活の余剰分すべてです。でも、それを日々の「ちょっとした贅沢」で溶かすより、青森で「一生忘れない景色」を見る方に全振りした方が、コスパが良い気がしたんですよね。

【インタビュアー】「一生忘れない景色」に全振りする方がコスパが良い、というお考えですね。では、昨年の2025年のお休みと比べて、予算の使い方や計画の立て方で意識的に変えたこと、あるいは社会情勢の影響で変えざるを得なかったことはありますか？

【対象者】 去年までは、もう少し「なんとなく」でお金を使ってた気がします。連休だからとりあえず近場の温泉に行こうか、とか、話題のカフェに行こうとか。でも今年は、そういう「中途半端な外出」をすごく削りました。コンビニで飲み物を買うのもやめたし、服も去年のでもいいやって。2025年よりも、明らかに「メリハリ」をつけないと、本当にやりたいことが実現できないくらい、生活コストが上がっているのを実感しています。

【インタビュアー】「メリハリ」をつけないと実現できないという実感。具体的に、生活コストのどの部分に最も圧迫感を感じていて、それが旅行の判断基準にどう影響していますか？

【対象者】 やっぱり食費と光熱費ですね。一人暮らしだと、削れるところがそこくらいしかなくて。あと、SNSを見てると、みんなキラキラした旅行に行ってるように見えますけど、実際はみんな必死に計算してるんじゃないかなって思います。私の周りでも、「今年は帰省だけでいいや」って子は増えてます。私はその分、青森に全部つぎ込むっていう極端な選択をしましたけど、そうしないと「ただ生活して終わる1年」になっちゃいそうで。

【インタビュアー】「ただ生活して終わる1年」にしないための選択だったのですよね。GWの「実家（0円に近い）」と夏休みの「青森（15万円）」というこのバランスは、ご自身の中で納得感のあるものですか？

【対象者】 はい。GWに中途半端に3~4万使って、青森の宿を会場から遠い安いところに変えなきゃいけない……とかになる方が、私はストレスです。それならGWは世田谷で親に甘えて、その分、青森では一切我慢せずに、一番良い場所でねぶたを見る。2026年の今の私にとっては、これが一番「賢い」お金の使い方だと思っています。

【インタビュアー】 中学生の頃から「ねぶた」に行きたかったとのことですが、日本には他にも有名なお祭りがたくさんありますよね。その中で、なぜ「ねぶた」だったのでしょうか。何がそこまで惹きつけるのか、詳しく教えてください。また、今回ご一緒されるご友人も、同じように強い思い入れがあるのでしょうか。

【対象者】 うーん、何でしょうね……。あの、テレビで見た時に、暗闇の中にもものすごく巨大で鮮やかな灯籠が浮かび上がって、それを大勢の人が跳ねながら引き回しているエネルギーみたいなものに圧倒されたんです。「綺麗だな」っていうより「怖い」に近いというか、それぐらいの迫力を感じて。阿波踊りとかも有名ですけど、私の中では「ねぶた」は別格なんです。造形美だけじゃなくて、あの場にはないと絶対に伝わらない「熱」みたいなものを、一度でいいから肌で感じてみたい。それが、今の私が一番求めている「非日常」なんだと思います。

【インタビュアー】「綺麗」よりも「怖い」に近いほどの迫力、そしてその「熱」を肌で感じることを求めているのですよね。ご友人についてはどうですか？

【対象者】 友達は、実はそこまで「ねぶた」に詳しいわけじゃないです（笑）。でも、彼女も今の仕事

が結構ハードで、ずっと「どっか遠くに行きたい」「すごいものが見たい」って言ってたんですよ。私が「来年は絶対にねぶたに行く」って宣言したら、「あ、それ面白そう。私も乗っかる」みたいな感じで決まりました。ただ、彼女も私と同じで「行くなら中途半端なのは嫌だ」っていうタイプなので。宿の確保とか、どれくらいお金をかけるかっていう計画については、すんなり合意できました。同じ熱量で「思い出に全振り」できる相手じゃないと、この金額の旅行は一緒に行けないですね。

【インタビュアー】「思い出に全振り」できる価値観が一致していることが重要なんですね。お二人で「中途半端なのは嫌だ」と決めた中で、具体的にどのような「こだわり」を共有されているのでしょうか。例えば、食事の内容や、現地での時間の使い方などについて。

【対象者】「せっかく15万もかけるんだから、ケチケチするのはやめよう」っていうのは共通してます。例えば、現地で「これ美味しそうだけど高いね」って言って諦めるのは絶対に嫌だよ、と。だから、お昼は地元の行列ができるような海鮮丼を食べるとか、お土産も自分が本当に欲しいと思ったものは迷わず買う。その代わりに、東京にいる間は2人とも水筒持参で、極力お金を使わないようにしてます。その「落差」を一緒に楽しめるといいますか……。「今、私たち青森のために耐えてるよね」っていう連帯感みたいなものが、計画を立てる段階からもう始まっている感じです。

【インタビュアー】「落差」を共有し、準備段階から連帯感を感じている。それは2025年以前の旅行ではあまりなかった感覚ですか？

【対象者】そうですね。昔はもっと、その場のノリで「あ、これいいじゃん」ってお金を使ってきました。でも今は、そうやってると本当に大事な時に手元にお金が残らないって、2人とも痛いほどわかっている。社会情勢とか言われると大袈裟ですけど、結局、普通に働いてるだけじゃ「贅沢な旅行」なんて一生できないんだなって気づいちゃったんです。だからこそ、目的を一つに絞って、そこに向けて必死に調整する。2026年の私たちの旅行は、そういう「戦略的」なものになってますね。

### 3. 旅行に対する意識・旅行の意味づけ

【インタビュアー】今回の青森旅行に向けて、日々の生活を戦略的に調整されているお話、非常に興味深く伺いました。今後についてもお聞きしたいのですが、青森以外で、これからやってみたい旅行などはありますか？

【対象者】うーん、次は海外にも行きたいなと思います。でも、今の円安とかを考えると、正直現実味がないというか……。あとは、国内でもまだ行ったことがない九州の方とか、温泉地でゆっくりするのもいいなと思います。でもそれも、やっぱり「いつか、お金が貯まったら」っていう前提になっちゃいますね。

【インタビュアー】「お金が貯まったら」という前提があるんですね。例えば、移動を安く抑える「青春18きっぷ」のような手段を使った旅行や、最近増えている「デジタル旅行（YouTubeの絶景動画や擬似体験コンテンツ）」については、どう感じられますか？

【対象者】18きっぷは、今の私にはちょっと厳しいです。学生の頃なら「時間はあるけどお金がない」で楽しめたかもしれないですけど、今は「せっかくの休みを移動だけで終わらせたくない」っていう気持ちが強いです。デジタル旅行については……YouTubeで綺麗な景色を見るのは好きですよ。でも、それはあくまで「下調べ」とか「現実逃避」であって、旅行ではないかな。やっぱり、その場の空気と

か、匂いとか、さっき言った「ねぶたの熱」みたいなものは、画面越しじゃ絶対分からないと思うので。本物を見に行くための代わりにはならないです。

【インタビュアー】 「画面越しでは分からないもの」を求めているのですね。では、改めて伺いたいのですが、あなたにとって「旅行」とはどのようなものでしょうか。日々の生活や人生の中で、どのような位置づけにあるものだとお考えですか？

【対象者】 私にとっては、「自分がまだ死んでないことを確認する儀式」みたいなものかもしれません。毎日、同じ時間に起きて、仕事で神経をすり減らして、帰って自炊して、奨学金の残高を見て……。そういう生活だけを繰り返していると、自分が何のために働いてるのか分からなくなるんです。でも、青森の計画を立てている時とか、現地で見ただけでも景色に圧倒されている時は、「あ、私、自分の意志で生きてるな」って実感できる。日常を維持するための「栄養剤」みたいなものだと思います。

【インタビュアー】 「自分が自分の意志で生きていることを実感するためのもの」なのですね。一方で、今後も物価上昇や社会保険料の負担増、そして継続的な奨学金の返済など、経済的な制約は続いていくと思われまます。そのような中で、ご自身の「旅行」は今後どのように変わっていくと予想されますか？

【対象者】 もっと「二極化」していく気がします。とりあえずどこかに行く、みたいな中途半端な旅行は消えて、今回みたいに「1年かけてでもここだけは行く」という一点豪華主義みたいなスタイル。現実的には、回数は間違いなく減ると思います。昔みたいに「年に3回旅行に行く」なんて、今の私の状況じゃもう無理です。これからは、1回1回の旅行に「失敗できない」というプレッシャーがかかるようになるんじゃないかな。

【インタビュアー】 「失敗できない」というプレッシャー。その予想に対して、ご自身ではどのように感じていらっしゃるのでしょうか？

【対象者】 寂しいですけど、それが現実だになって冷めて見てる自分もいます。でも、だからこそ「絶対に譲れないもの」がはっきりしてくるといいます。私の場合は、それが「妥協した宿」とか「安さを優先した移動」ではなくて、「その場所でしか味わえない本物の体験」なんです。たとえ回数が減っても、その1回で「明日からまた1年、あの生活に耐えられる」と思えるくらいの衝撃が欲しい。制約が厳しくなればなるほど、私は「本物」にしかお金を使いたくないって、より強く思うようになる気がします。

【インタビュアー】 制約があるからこそ、「本物」へのこだわりが強まっていくということですね。その「譲れないもの」を維持するために、今後の生活の中でさらに工夫しようと考えていることや、覚悟していることはありますか？

【対象者】 覚悟……大袈裟ですけど、たぶん「人と同じ幸せ」を全部は追わないことかな、と思います。結婚とか、大きな買い物とか、周りが普通にしていることを全部追いかけようとする、私の今の収入じゃ、旅行なんて真っ先に削らなきゃいけない。でも、私は「普通」よりも「ねぶたの熱」を優先したい。そのためなら、豊島区のボロいアパートで自炊し続けることも、友達に「付き合いが悪い」と思われることも、ある程度は受け入れるしかないんだろうなと思ってます。

【インタビュアー】 「自分がまだ死んでないことを確認する儀式」という言葉が非常に印象的だったのですが、少し踏み込んで伺わせてください。普段の生活が、それほどまでに「死んでいる」ような毎日だと感じていらっしゃるのでしょうか？ 25歳という年齢を考えると、少し大袈裟な表現のように

も聞こえるのですが、そのあたりをもう少し詳しく教えていただけますか。

【対象者】 ……そうですね。自分でも、ちょっと極端な言い方をしたなどは思います。でも、嘘じゃないんです。毎日、朝起きて、職場に行って、患者さんの口の中を診て、掃除して。仕事自体はやりがいもありますけど、基本的には「決められたルーティン」の繰り返しです。家に帰れば、物価高とか奨学金とかの「数字」に追われて、いかに損をしないか、いかに現状を維持するか……そればかり考えてる。これって、ただ「システムを維持してる」だけで、自分の心がどこにあるのか分からなくなる時があるんです。誰がやっても同じ毎日を、ただこなしているだけというか。

【インタビュアー】 「誰がやっても同じ毎日をこなしているだけ」という感覚が、ご自身の中にあるのですね。

【対象者】 はい。だから、ねぶたみたいな、理屈じゃない圧倒的なエネルギーに触れる時だけは、その「維持しなきゃいけない日常」から無理やり引き剥がしてもらえる気がするんです。お金を計算して、将来のために我慢して、っていう「正解」の積み重ねが今の生活だとしたら、15万円をドカンと使って、夜の闇の中で太鼓の音を聴くのは、私にとって最大の「反抗」に近いのかもしれない。大袈裟に聞こえるかもしれませんが、それぐらいの衝撃がないと、また明日から、あの「静かな、死んだようなルーティン」に戻っていく勇気が持てないんだと思います。

【インタビュアー】 日々の「正解の積み重ね」に対する「反抗」としての旅行。その感覚は、2026年という今の時代だからこそ、より強くなっていると感じますか？

【対象者】 そう思います。もっと世の中が右肩上がり、頑張れば自然と生活が良くなるって信じられたら、こんなに必死に「儀式」を求めなくてもいいのかもしれない。でも今は、意識して「すごい体験」を自分に与えてあげないと、そのまま社会の歯車に削り取られて、中身が空っぽになっちゃいそうな怖さがあるんです。だから、私にとっての旅行は、単なるリフレッシュじゃなくて、自分の輪郭を取り戻すための、絶対に削れない時間なんです。

【インタビュアー】 日常について伺います。お仕事にやりがいを感じたり、自炊や美容動画が気分転換になるともおっしゃっていましたが、それでも日々の生活の中には、心が動くような瞬間や楽しみは「全くない」と感じていらっしゃるのでしょうか。

【対象者】 ……全くないわけじゃないです。仕事で患者さんに「ありがとう」って言われれば嬉しいし、上手く自炊ができて「美味しいな」って思う瞬間もあります。でも、それって全部「想定内」の感情なんです。今の私の生活って、朝から晩まで「損をしないように」「失敗しないように」ってルールの上を歩いている感じがして。コンビニでスイーツを買うのも、YouTubeを見るのも、全部そのルールの上での小さな息抜きでしかない。そういう小さな楽しみはもちろんありますが、それは心を「動かす」っていうより、すり減った心を「平らに戻す」作業に近い気がします。

【インタビュアー】 「平らに戻す作業」と、旅行で得られる感情とは、決定的に何が違うのでしょうか。

【対象者】 旅行、特に今回のねぶたみたいに15万円かけて行く場所は、ルールから外れる瞬間なんです。普段の生活は、1円単位で家計簿をつけて、奨学金の残高を気にして……っていう「守り」の時間ですけど、旅行の時だけは、その計算を全部放り出せる。自分のお金を、自分の感情のためだけに爆発させる感じというか。日常の楽しみは「明日も頑張るため」のもの。旅行は「自分が自分であることを思い出すため」のもの。私の中では、そのくらい重みが違います。

そうじゃないと、ただ働いて、税金と奨学金を払うだけのマシーンになっちゃいそうで怖いんです。

2026年の今の日本で、普通に真面目に暮らそうとすればするほど、自分の感情を後回しにしなきゃいけない場面が増えてる気がする。だからこそ、この青森旅行だけは絶対に譲れないんです。

【インタビュアー】 貴重なお話をたくさんお聞かせいただき、ありがとうございました。今日伺ったお話は、今後の参考にさせていただきます。以上でインタビューを終了いたします。本日はありがとうございました。