



自然に返る  
泥の家

# シャロムのコブハウス造り




PERMA  CULTURE

シャロムに、新しく小さな小屋ができた。  
小鳥の巣みたいに、土や藁で造る泥の家。  
材料は全部、身近な自然からもらったもの。  
大人も楽しめるどろんこの家造り、  
あなたも挑戦してみませんか？



梅崎靖志さん(左)  
『シャロム』主催の子供向け自然  
&生活体験学習『森あそびクラ  
ブ』講師。通称うめちゃん。

臼井健二さん(右)  
安曇野のエコ&パーマカルチャー・  
コミュニティ『シャロム』を  
主宰。どろんこ遊びも大好き！

 シャロムへの道



### コブを積み上げる

壁の厚さを考えながら、石の基礎の上に積み重ねていく。なじむよう、よく叩いて。

### コブをつくる

適度な固さにこねたら、扱いやすいブロック状に。藁が出ていても、不恰好でもOK。

### 土をこねる

土、川砂、藁、水を混ぜて踏む。シートの上から踏みつければ、長靴にくっつかない。

### 土を採る

近くの崖で赤っぽい粘土質の土を採取。事前に土地の所有者に許可をもらっておこう。

### 土台を作る

雨天でも泥の壁が地面の水を吸わないように、溝を掘って、基礎となる石を積む。

土、砂、藁、水で造る  
泥の家「コブハウス」

コブハウスって、ご存知だろうか。コブ(cob)は英語で、「小さな塊」のこと。スキー場のコブや、具がごろごろと入ったコブサラダも、この言葉からきている。そして、コブハウスのコブは、団子状にした泥の塊のこと。つまり泥団子の家というわけ。泥団子は、土や砂、藁などをこねて作る。コンクリートや鉄筋などは一切使わない。だから、壊した後はそのまま土に返る、自然に優しい家なのだ。

海外では、こういった泥の家に住んでいる人たちもいるが、小規模なコブハウスであれば、家族や仲間達と共に庭や畑の隅などに造ることができる。道具小屋として使うことができるし、子供達にとっては隠れ家ができたみたいで、かつここの遊び場になる。

安曇野のパーマカルチャー・コミュニティ「シャロム」でも、「森あそびクラブ」のワークショップとして、このコブハウス造りが行われた。子供達が中心になって高さ1.5メートルほどの小さな小屋造りに挑戦。当初は2日間ほどで完成させる予定だったものの、雨天に祟られるなどして、7月末から始まった作業が終了したのは、紅葉も盛りの11月半ばになってからのことだった。

まずは基礎となる石積み。床となる部分の大きさや形を考えながら円形に溝を掘り、そこに石を入れ、更に2段、3段と積んでいく。次に、近所の崖で粘土質の泥を採取。そこに藁や市販の川砂、水を加えて、足で踏みながらこねる。水や土を加えながら適度な固さになるまでこねたら、レンガの大きさくらいにまとめていく。これが、コブだ。これを石の基礎の上に並べて、

### コブの固さの目安



直径5cmくらいに丸めて腰の高さから落とした時、少しひび割れるくらい。



完成



### 屋根をのせる

すのこなどの廃材を屋根の野地板に。ひさしを多めにとつて、雨が当たりにくくする。



### 屋根の垂木を渡す

理想の高さにコブを積み、垂木を乗せて高さ調整。垂木間の面戸部分もコブで埋める。



### 入口をつくる

ベニヤを巻いたコイルを型枠として設置。倒れないよう杭で固定。乾いたら取り外す。

屋根に天窓を取り付け、草屋根(次ページ参照)を作って土を入れる。これで完成!



天窓から陽が差して、内部は意外と明るい。壁に漆喰を塗って装飾してもいいだろう。

こ遊びつて、いくつになっても楽しいね!

ちょっとびりびつな建物の中に入るとひんやりとして、土の匂いが鼻をくすぐる。小さな窓から差し込む明りが、優しくむき出しの地面を照らす。より自然を近くに感じることができるエコな家、コブハウス。何より、どろんどろん遊んで、いくつになっても楽しいね!

を施してもいい。これで完成!

こつとして壁ができあがったら、屋根を取り付ける。垂木を渡して、板を上に乗せれば屋根はできあがるが、シヤロムでは、屋根をルーフトップガーデン(草屋根)にすることにした。小屋のために大地を借りた分だけ、屋根に草を生やしてお返しをするのだ。あとは、土壁に漆喰を塗って補強するだけ。絵を描いたりして、デザインを施してもいい。これで完成!

あとほただひたすら、この繰り返しだ。ただし、あまり高く積み上げ過ぎると、水分を含んだ団子自身の重みで崩れてきてしまうため、注意が必要。ある程度乾いてから、重ねていくといい。平日は仕事という人なら、毎週末のお楽しみにして、少しずつ積み上げていくのもいいかもしれない。

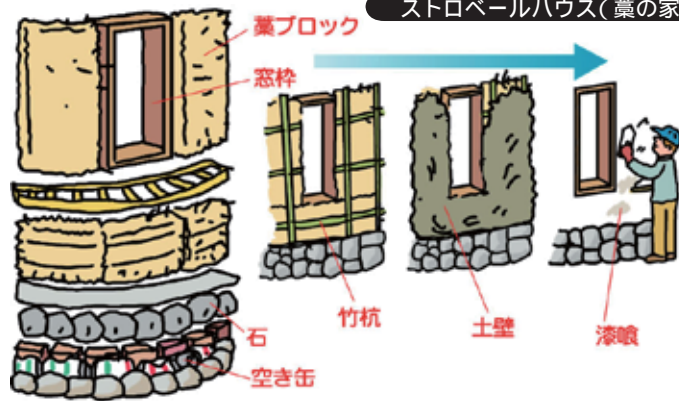
どんな家が完成するかは造ってる間もわからない!?

積み重ねていく。隣や上下の団子とくっつくように、手でよくなじませるようになる。壁の厚さも、この時決める。入口となる部分には木枠などを置いておく。シヤロムでは、工場からもらった工業用コイルを代用。これは、周囲の泥が乾いたら取り外す。途中で窓となる部分も造りながら、泥の塊を積んでいく。

石などで基礎を造り、その上に牛の寝糞などの糞ブロックを積み重ねる。土壁と漆喰を塗って補強。



ストロベールハウス(糞の家)



版築の土台

土に、石灰と水を混ぜ、硬く叩いて造る。堅固な土塀や建物の基礎などに使われる伝統的な工法。



ルーフトップガーデン(草屋根)

アスファルトルーフィングを張り、土を盛る。土が流れないように、縁に唐草(水切り)をつける。



### 海外のコブハウス



白井さんが2005年に訪れたバングラディッシュで見かけた泥の家。これもコブハウス的一种。中では実際に人が暮らしている。

断熱・遮音効果に優れたストロベールハウスは、糞束で壁を造る、糞の家。童話『匹の子豚』では糞の家が最初に吹き飛ばされてしまつが、土壁を塗って漆喰で塗装すれば、レンガの家くらい頑丈だ。

いずれも自然素材を使った、自然にも人にも優しい家造りの工夫だ。



「森の家」は、版築の土台の上に建てられている。版築とは、中国や日本などに古来から伝わる土壁や建物の基礎などを造る工法のこと。法隆寺の建造物の多くでも基礎に版築が使われている。化学製品をほとんど使わない上、調湿・調温機能に優れ、最近ではその有用性が見直されている。

シャロムにはコブハウスの他にも、自然を意識した建物がいくつかある。例えば、ルーフトップガーデン(草屋根)。いわゆる屋上緑化で、断熱効果、CO2削減(ヒートアイランド現象軽減)、緑の復元が目的だ。コブハウスの屋根にも施したが、屋外トイレやチキンホットハウス、エコシヨップの屋根もルーフトップガーデンだ。

ああああああああああ  
ああああああああ



### シャロムへの道

新宿から JR 中央線直通特急(白馬行き)利用で3時間11分、大系線穂高駅下車、6,620円。  
穂高からタクシー利用約10分。車の場合、中央自動車道長野線豊科ICで降りて20分ほど。



**Sook** MAGAZINE'S <http://www.magsook.jp>

✕ 閉じる

# シャロム・コミュニティと農園の全体図

Shalom community map

PERMA CULTURE



## コブハウス

土に砂や藁、水を混ぜてねった泥団子でできた泥の家。自然素材だけで造られるエコハウスだ。

## シャロム・ヒュッテ

設計から木の切り出し、組み立て、配管、壁塗りなどを行って建てた半セルフビルドの宿泊施設。

## 森の家(版築の土台)

泥や砂、石灰を強く叩いて作った土台の上に建つ二階建ての家。1階はストーブのある土間敷き。

## 森の台所

土や粘土をこねて作ったユニークな形のアースオープン(窯)。煮炊きもピザを焼くこともでき

## チキンホットハウス & やぎ小屋

鶏の体温で空気が暖まることを利用した温室。隣はやぎ小屋。どちらも屋根は草が茂る草屋根だ。

## コンポストトイレ(堆肥トイレ)

落ち葉などを利用して自然分解するから臭わない。むしろ草屋根に生えるミントがいい香り!?

## ツリーハウス

木の幹の上にまたがって作られたツリーハウス。森の幼稚園の子供たちのかっこうの遊び場だ。

## メタンガス発行装置

産業廃棄物のドラム缶を利用したメタンガスの発酵装置。薪が使えない時のサブシステムになる。

## エコショップ「シャンテバザール」

エコ関連グッズやフェアトレード商品を販売。屋根の上には自転車と雨どい製の風力発電機も。

## ルーフトップガーデン

エコショップの屋根は、草花の生える草屋根になっている。緑化、CO2削減、断熱などの効果がある。

## ストロベールハウス(藁の家)

エコショップの壁の一部は、藁束を積んで造られている。壁は分厚く、断熱・遮音効果は抜群だ。

## ロックスパイラルガーデン(石の渦巻きの庭)とキーホールガーデン(鍵穴の庭)

庭の水道の排水は米を植えた池に流れ込む。自分の使う水の行く先は一目瞭然。洗剤は使えない。

## ⑩オーガニックレストラン&カフェ

目の前の畑で穫れる野菜や穀物を使った料理、石窯で焼く天然酵母パンやピザを召し上げ。

## ⑪自然農薬の畑

土を耕さず、虫や草を敵としない自然農やパーマカルチャーの畑では、草も野菜も元気に成長中。

☒ 閉じる