

People

Hobby

Life

Culture

Agriculture

Apparel

Shop

Other



臼井健二さん 里山のサステナブルライフ

北アルプスの悠然とした姿を望むことができる長野県安曇野。この地で、食べ物とエネルギーの自給を目指し、自然農とパーマカルチャーを実践している臼井健二さん。自然と調和したその暮らしは、我々が進むべき未来の姿なのかもしれない。

PHOTO : Soishi Kageyama TEXT : Junpei Suzuki

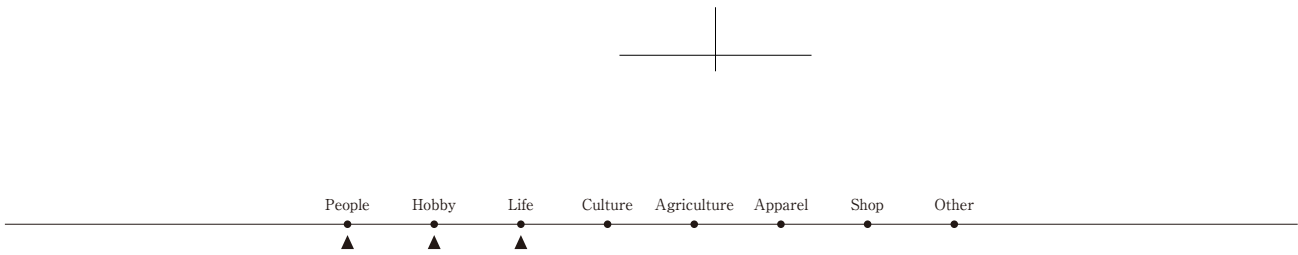


オフグリッドな毎日

地産地消を大切にしたい、いわゆるポートランド的なサステイナブル（持続可能）ライフ。オシャレだとかエコだとかで弊誌で何度も取材をしているが、考えてみると一昔前は日本の里山ではそんな暮らしが当たり前であった。静かな森の中に住んで、畑で野菜をつくり、水は井戸や雨水を利用して、たまには釣りに出かけて……なんていうHUNTな生活。あまりにも世の中が便利になりすぎて、そんな昔ながらの暮らしに豊かさを感じる読者も多いのではないだろうか？

ここで紹介する白井さんは『シャロム』というゲストハウスを安曇野に建て、およそ30年も前から自給自足でエコロジーな暮らしの提案をしていた人物。9年前には『シャントイクティ』という二つ目の宿をオー

ブンさせ、現在はそこを拠点に活動している。広い敷地内には、白井さ



イクティ』という二つ目の宿をオー

ブンさせ、現在はそこを拠点に活動している。広い敷地内には、白井さんの住むタイニーハウスがあり、土嚢で作られた家や、コンポストトイレがあるなど、自然と調和する様々な試みが行われている。

「電気、トイレ、水、エネルギー、色々なものをつないでいく。そういう循環があると、無駄なモノも、無駄じゃなくなるんです。現在の暮らしはインプットとアウトプットが一直線なんです。それを循環するような形に持っていければ、もっと大地も人も豊かになるんです。例えばトイレの尿尿を下水処理場に運ぶのではなく、肥料として土に還したら、畑の野菜が育って食べ物になります。普通の水道水だけでなく、雨水や井戸水だって浄化すれば、飲んでも全く問題ないんですよ」

白井さんが話してくれたような、循環型の農業システムを持ち、人間も自然も持続可能な環境に作り上げていく。そんな生活スタイルをパーマカルチャーという。これはパーマネント（＝永続的、永久の）、アグリカルチャー（＝農業）及び、カルチャー（＝文化）、が合わさって出来た言葉で、要するに昔の日本の里山の生活のこと。ただ、現在は新しい価値として注目されている考え方である。





時計型の薪ストーブを改造したもの。仕組みと構造は割愛するが、これは暖房であり、調理具であり、給湯器であり、床暖の熱源でもある。

近未来的でアナログなシステム



モバイルハウスのサンルームには排油を燃料とするストーブが。こちらは二次燃焼させて空気の引き込みを良くするよう、改良が成されている。

世界の人々がすべて日本人の水準で生活すると、地球は2・5個必要で、アメリカ人の生活だと地球が5個必要である……とはWWFのレポート。白井さんは、「もっと便利に、もっと沢山」という現代社会の過当競争に危機感を覚えるという。

「大きな家で大量にモノを消費しながら住むのでなく、身の丈に合った、シンプルな生き方を実践する。You Have a enough。足るを知る。かつて日本人は庵を結んで、本当に小さな暮らしをしたんです。鴨長明じゃないですけど、三畳間に住み、畑と田んぼをやりつつ皆とのつながりの間で暮らす。そういう暮らし方を私は現代的にやっているんです」

白井さん主催の『パーマカルチャー塾』という教育実習で制作された庭に付む三畳のモバイルハウス。これが白井さんが生活する家だ。ここには、寝室や書斎、リビング、キッチン、冷蔵庫、トイレの機能が備わっている。屋根と庭の太陽光パネルから電氣を得て、水は雨水を浄化。ライフラインと繋がらないオフグリッドな生活を実践しているのだ。

「ほぞを掘って組んだり、断熱剤を入れたり、漆喰を塗ったり、床暖の配管を引いたり、こう見えて、住宅で理想とされていることは全部やっであるんです。無駄がなくて、多様に富んでいて、持続可能。こんなに良いものは他にはないですよ」



屋根に降った雨水は雨どいを通り、雨水タンクへ。砂と砂利と炭のバイオフィルターでこれが浄化される。



モバイルハウスだけあって基礎が無く、移動できるように車輪が備わる。建築基準法が不要な自由な世界。



浄化された水は飲み水として利用できるほどクリーン。知恵さえあれば雨も大切な資源となる。



蜂の巣から蜜を取り出す遠心分離機を、洗浄・脱水できる洗濯機として使えるように改造する計画も進行中。



糞と尿は便座のシートで分離され、糞は手作りのコンポスト容器に入る。排泄することにより容器回転することで土と混ざる。コンポストトイレ内の糞はまるで匂わず、そのまま肥料となる。



モバイルハウスのトイレは建物の隣。立てかけてあるトタンを取ると、手作りのコンポストトイレがあらわれる。左の白い容器には尿が入る。



いらなくなった粉殻をこちらのボイラーでいぶして薫炭に。それもトイレに混ぜて使う。



土の中にはミミズがたくさん! これが糞を分解して良質な肥料を生み出してくれるのだ。



コンポストトイレの中にはきのこと栽培の過程で廃棄になる土をもらってきて入れている。



容器は韓国の漬け物が入っていたもの。蓋は容器が上になると開き、下になると閉じる。



エイヤ! と、尿を撒くの図。これがアナログかつ最先端なコンポストトイレの一部始終だ。



別容器に入る尿は水で希釈して畑へ。畑に必要な窒素、リン酸、カリを補給する。



長い鎌を左右にふって、雑草を刈った後露出した土部分に種をまき、刈った雑草をかぶす。



畑作業はこの長い鎌がひとつあればOK。雑草農法と呼ばれる永田農法を取り入れている。

これが最先端のトイレだ!



時計型は暖房

てあるんです。無駄がなくて、多様な性に富んでいて、持続可能。こんなに良いものは他にはないですよ」



屋根に降ったと砂利と炭の



庭から見たシャンティクティ。建物に近いところにハーブや葉物の野菜、遠いところに果樹を植えるという“ゾーニング”が図られている。

半農+ゲストハウス

「自分の食べるものぐらいは自分でつくる。半分農業で野菜を作って、秀でたものを社会で奉仕する。そんな生き方を実践しようと思いついて、宿をやり人とながりがりながら、女房と2人、阿吽の呼吸でほどほどに生活してるんです」とは白井さん。

もう一方の宿『シャロム』は若いスタッフに任せ、ここに移ってきたのには、自身の中に資本主義は終わるんじゃないかなという予感と、リーダー型の組織ではこれからの時代はうまくいかないのでは？という心積りがあつたからだという。

「瓦理論という考え方があります。

瓦が縦に積み重なった時、その中の何枚かが割れても支障はないけれど、その下に一人しか憩えない。反対に瓦を横に少しづつ重ねると、その下には多くの人が憩える。ただど一枚が割れるだけで雨が漏れる。言い換えると一枚の瓦にも意味が生まれるんです。その方向に則って、シャロムは皆を経営者にするという横型の組織にリノベーションしました。だから僕はここで遊べるんです(笑)」



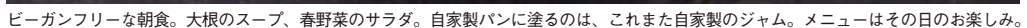
自然農で育てられた新鮮な野菜は味が濃い。庭の畑へ通じる勝手口には収穫用のカゴがぶら下がる。

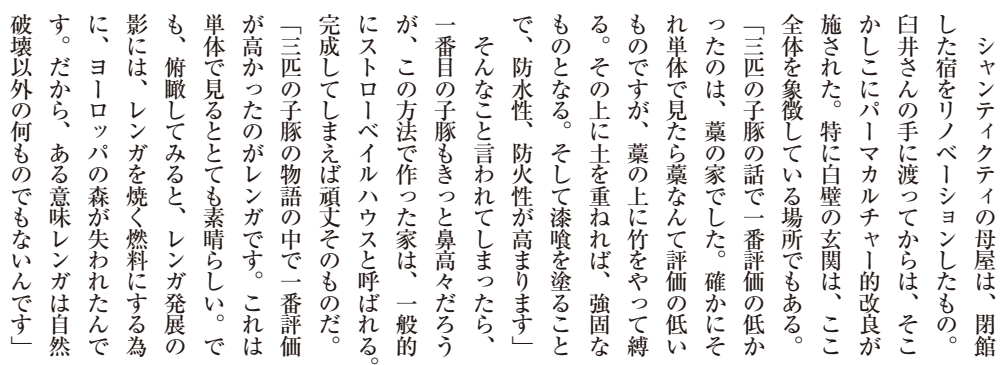


ゲストを迎え、送り届ける、シャンティクティの玄関。ストローベイルは自然の材料。壊せば土に還る。

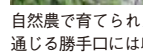
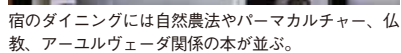
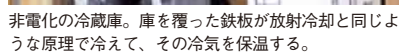
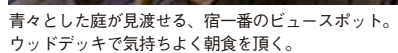


断熱性の向上と、失われた自然を少しでも取り戻す意味で設けられた、ルーフトップ・ガーデン。





ムは皆を経営者にするという横型の組織にリノベーションしました。だから僕はここで遊べるんです(笑)」





コンパクトで合理的なガーデンハウス

建物の中には台所用コンポストを改造したトイレが！尿尿は紙や葉っぱと混ぜ、やがて堆肥になる。



奥に見える、とんがり屋根の『種センター』。ずんぐりむっくりな『ホビットハウス』。どちらも、楽しみながら受講者と制作したもの。「人に面白そうなことやらせてお金払うなんてもったいないですよ！」と臼井さん。



2012年、パーマカルチャー塾の受講者が建てた『種センター』。内部は螺旋状になっており、棚には瓶に入ったタネが。産廃の量が断熱材として使い、建物内の温度変化を抑えている。デザインも参加者全員で考えた。

シャントイキティは宿泊施設であるが、大小様々なワークシヨップが開かれる、いわばコミュニティーセンターとしての側面も持つ。そここそ瓦理論、臼井さん夫婦だけでなく、その道に詳しい仲間を講師に迎え、皆で農的暮らしを提案しているのだ。「農業もみんな個農になってきているじゃないですか。でもそうじゃないと思うんですよ私は。農業というのは色々な人が助け合っていると楽

しいんですよ。その労働の対価としてご飯を食べて、お茶を飲んで、そのことによってつながりが生まれて、皆がお互いを労わりつつ暮らしていく。そんな関係性ができるんです。お金ではない関係性、機械では生まれない関係性。そういう世界はとってもみんなを幸せにします」庭にはワークシヨップで作られた建物が点在しているが、その中の一つに『種センター』がある。この中

には、在来種のタネが200種類ほど保管されており、これら全て、借りたら倍にして返してくれることを条件に、無料で貸し出ししている。「自然界なんて全てが無料ですよ。それを有料にするから問題が起こる。皆で分かち合おうべきなんです。タネを返しに来てくれると、そこで再会して、繋がりが出来る。タネを売っていたのなら、それっきり縁が切れて、繋がりは生まれません」

みんなで作る曲線の美、直線の妙



タネを大地に手放すと何倍にもなって帰ってくる。ここでタネを借りたら、2倍のタネを取って返すのがルール。



子供に大人気のホビットハウス。積み重ねた土糞を漆喰で固めた趣のある壁。はめ込まれた窓のガラスも可愛い。



宿泊者は庭や建物を自由に見学可能で、臼井さんが庭を案内してくれるエコツアーにも参加できる。



種センターの屋根の上にも人が上がれるようになっておりベンチも導入。小さな屋上緑化もされている。



この畑のティビは、つる科の植物をまきつける支柱の役割を果たす。収穫した後、タネ取り用の物を残しておけば、自然と下にタネが落ちるというわけだ。



庭の畑に張ったティビハウスは家庭菜園でもオススメ。ガーデンハウスの温室で発芽した苗を、ここに移動して成長させる。暑くなりそうなときは捲って温度調節。

目から鱗の自然農のススメ



雑草の生えたところを鎌で刈り、脇に放置。刈った雑草はやがて土になる。



何代も植えれば固定種になるので、最初は市販で売っているF1の種が良い。



昨年植えて、タネを取るために畑に残しておいた大豆。これを植えるだけ。

「私の畑は、草や虫を敵としない。普通は草や虫って敵じゃないですか。たしかに、一時的にはその方が良いんです。でも長い目で見ると、草は太陽エネルギーを固定してより大地を豊かにしてくれる。雑草だって、刈った後に地に伏せておくとその下の土に太陽が当たらなくて、余計な草なんて育たないですよ。しかも、刈った草は腐葉土になってくれる。土は耕すから固くなる。だから耕さなくていい。いつも水をあげると、いつも水が必要な根にしかないから、水は雨だけ。本来それが自然界の姿で、それで野菜も美味しく育つんです。ね？ 目から鱗でしょ？」



最後に、保湿の為に薄く雑草を敷く。後は水やりもせず放っておくだけ。



蒔いたら、鎌の背で土を軽く叩いて少量の土をかぶせて……そして足で踏む。



雑草の種子が残っているので、表土をどかし、そこに野菜の種を蒔く。





世界に誇れる日本の里山文化

土を耕し、雑草を抜き、こまめに水を与えるという、我々が教わった常識。それとは真逆の事が、白井さんの畑では行われていた。

「自然界は調和するように出来ているのに、人間がこうでないといけない、ああしないといけないってやるからダメなんですよ。人類の文明が興ったところ、四大文明のエジプトやメソポタミア、全部砂漠になったじゃないですか。一時的に良いことは長期的に見たら悪いということが多いですよ。インディアンの長が言うように、七世代先の子供の事を考えて生きなければならぬんです」

そんな話をされると、パーマカルチャーの概念がいかに重要になってくるのが良くわかる。

「でも、昔から日本にもその考えはあったんですよ？ 昔話で、お爺さんは山へ芝刈りに、というくだりがありますよね。あれは薪を拾っていただけでなく、芝を刈り敷いて、大地を維持していたんです。し尿も流すのでなく大地に還して肥やしにする。循環型の暮らしのヒントは日本の里山文化の中にあっただけです」

最近では、インド西部のワルリ族の村で、地域に根差した伝統の家を建てるという『ノコプロジェクト』にも協力している白井さん。循環型の暮らしを根付かせて、この少数民族の村からも世界に発信したい。白井さんはそう展望を語っていた。

—— ゲストハウス シャンティクティ ——

Address:長野県北安曇野郡池田町会染552-1 Tel:0261-62-0638 <http://www.ultraman.gr.jp/shantikuthi/>



この畑のテ割を果たす。ば、自然と



雑草の生えたところを鎌で放置。刈った雑草はやがて



最後に、保湿の為に薄く雑後は水やりもせず放ってお

大人の火おこし、あれこれ



ウスイ ライスクッカーは、タイニーハウスのテーブルの脚でもある。徹底的に無駄がない。



薪をくべると、登り窯のように、下段、上段を温める。薪のシステムキッチンだ。



羽釜が二つあり、その先にはピザ釜がある。昇ってきた熱気でお湯も沸くという仕組み。



土で作ったアースオーブンの頭上にもルーフトップガーデン。梯子で上に登って、畑仕事が可能。



オリジナルウッドストーブ

ペンキの缶と、植木鉢のスタンド、キッチン用品など百円ショップでも調達できる材料で作られたウッドストーブ。白井さんは、そのものが持つ本来の使い方外に、どう使えるか考えるのが楽しいのだとか。

レンガのロケットストーブ

レンガを正方形に積み上げただけのストーブ。材料は1/2のレンガ2個とレンガ11個、五徳さえあればいいので、設置も撤収も素早く、簡単に出来る。



見た目もスマートで、なおかつ可愛げがある。誰でもすぐに作れるのは嬉しい。



普段は横から薪をくべて、火を強くしたい時は煙突部分の上からくべる。



バートンネルというロケットストーブと同じ原理で上昇気流が生まれ、よく燃える。



木のコンロ(木のロウソク)

丸太にチェーンソーで切れ込みを入れて、下にドリルで穴を開けるだけの木のコンロ。自分の身を燃焼させるという、なんだか怖いコンロなのだ。

ウスイ ライスクッカー

パール缶と煙突の筒。まったく無駄の出ないこのライスクッカーは白井さんが考えたもので、海外のWEBでも紹介されている。



羽釜にジャストサイズ。ちょうど米が炊き上がる15分程度でもみ殻の燃焼も終わる。



火のついたもみ殻がガス化して、勢いよく燃える。燐炭となったもみ殻は土壌改良材となる。



穴のあいたパール缶とアルミの水筒の間に、もみ殻を敷き詰める。この穴の感覚は研究の賜物。