



今年も新しい年が始まりました。ただ家族一緒に年を迎えられること…これが何よりも嬉しい。

世の中は新年やオリンピックに湧く一方で、その裏では私たちの暮らしを脅かしかねない法律・法案が次々と成立。原発問題や沖縄、福島のことを考えると、ただただ年を祝う気持ちにならないことを、悲しく思います。これまでの通信では、新年くらいは"夢と楽しさを届けたい"と、政治や不安なものは避けてきました。しかし、子ども達の将来おろか、私たちの暮らしすら脅かされてきつつある現状を思うと、そうはいってられなくなり、日々危機感を募らせています。その中で通信や事業を通じて何が出来るのか?ということをここしばらく考えてきました。その答えの1つが、"子ども達に何を残せばいいのか"という事をみんなで考え、文字にして、つながって、私たちが、私たちの望む社会を作っていこうと、実践していくことでした。

今年の通信は"子ども達に残したいもの"がテーマです。仲間達にも原稿をお願いして、特集を組みました。食べ物は、住まいは、着るものは、水は、電気は、燃料は、仕事は…私たちはあまりにも依存して生きていて、自分で自分が使っているものすら自由に選ぶことが出来ておらず、たくさんの選択肢の中から選ばされているに過ぎません。"それは無理だ"という壁を乗り越え、ぶち壊して、自分たちの暮らしと生き方を0から見つめ直し、0から1つずつ実践して、自分たちが描く未来へと実践を重ねながら、実現させていきたい。

理不尽な強い力で、圧力がかかるようになるかもしれない。もう自由に発言することすら出来なくなるかもしれない。それでも前に進まなければならない。自分たちの暮らしのために、子ども達の未来のために。

今回の通信はページ数が多く、内容も濃いものに仕上がりました。最後までお付き合いいただけると幸いです。

私が描く未来 ~目指すところ~

"依存しない=自分たちで決めることが出来る"ということ

社会や経済に依存しない、自分自身が本当にしたい自給自足で持続可能な暮らし方・ライフスタイルを、 私はただ無理なく、楽しみながら実践するだけ。そのままを

「過去でもない、経済成長でもない、別の道筋として第三の暮らし方・生き方」として提案したい 衣食住に始まり、インフラ、教育や雇用まで、自分が生きるために必要なものの自給率・自給力を 高めながら、1人では無理な部分を目の見える範囲で自給しあえる

そんな、仲間とのつながりをベースにした、自分たちの持続可能な小さな社会コミュニティを作りたい

実践と提案

事業の動機・私たちの責任

原発問題や環境問題、強行政治(秘密保護法案・TPP)など、

実は私たちの暮らしの根幹に関わる事項が、どこか遠くで勝手に決められている

3年前の原発事故で、自分が、自分の好きなことだけをしているだけでは、大切な物を守れないのだと その時はよくても、無知や無関心、傍観は、いつか必ず子ども達を不幸にするのだと身体が震えた 自分が生きていくために、働いて、誰かを養って、一生懸命に生きている

だから、他のことに目を向ける時間もないと言い訳をして、知ろうとしない。そうではない 私たちが生きていること自体が、誰かに、何かに、将来に、負担を強いている

だからこそ誰かのために、将来のために、知らなければならない、やらなければならない 電気を無制限に使い、安い海外製品を買える - この暮らしを享受しているだけで、その責任と義務がある

"無知であることが一番の罪である"と仲間が言っていた。その通りだと思った

しかし、気づき、理解したとしても、私 1 人の力は微力で、どうすればいいのか道筋が描けない 先が見えなくても、知ることを、歩むことを止めてはいけない。それだけは間違いない

私の事業と生きることの基本な考え

- ・自分の好きなことを仕事にする 仕事は人に必要とされること。対価 = お金などをいただくこと 自分が好きなことで、人に必要とされて、社会にも貢献したい 自分が好きか、必要であると感じることでなければ続かない 人に、社会に必要とされなければ、それはただの趣味である 自分の心と、仕事・社会とのバランスを取ることが大事
- ・自分(たち)が心地の良い暮らしの場所・生き方を作るなるべく自然界に負荷をかけず、必要なものを自分たちで創り出し、排出する物は目の見える範囲で資源化・循環させる自然とのつながりを感じながら、責任を持った暮らし方自給自足、循環型、持続可能な暮らし方・ライフスタイルお金がかからないから、お金を稼がなくてよい

仕事を自由に選べる、お金に拘束されない自由な生き方

根っこ

2014年度 事業計画

Koutaのえがく、過去でも経済成長でもない、暮らし方・ライフスタイル

~ 社会や経済に依存しない、自由に楽しみながら、自給自足・循環型の持続可能な暮らし作り ~

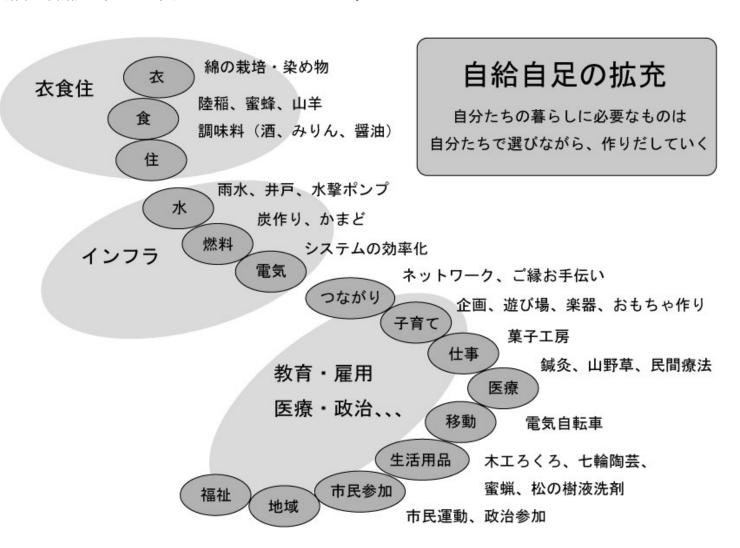
まずは自分の足下から

自分の暮らしや生き方すら変えることができないならば、社会を変えられるはずがありませんだから私は、まずは何よりも"自分の暮らし方・生き方"を大切にしています 社会の最小単位は個人であり、家族です

自分の家族が生きるために必要なものこそ、私たちが生きるために必要なもの = 自給すべきものであり、 それ以外は必ずしも必要ではないのです

私たちが本当に何を、どれくらい必要なのか?それは、私たちの暮らしの中に必ず、実感できる答えがあります だからこそ私は、自分の暮らしと生き方の目指すものを、そのまま未来へと提案したい

2013年には一通りの住環境も整い、暮らしの要である電気を、太陽光パネルによって自家発電も始めました。他にも、子育てイベントの開催・仕事(雇用を作る)・医療(お灸の会)など、自分たちの暮らしに必要なものを、自分たちで自給していくことの範囲を少しずつ広げてきました。今年度は、衣食住やインフラ、その他の分野の自給率・自給力を、さらに拡充させていきたいと思います。



2014年度 8つの自給自足

1.木の器づくり ~ 毎日使う器だからこそ、自分で作りたい ~

「身近にある自然の素材を使って、自分が暮らしで使うものを、自分で思うように作りたい」とずっと思っていた。機械と道具、場所と時間、そして教えてくださる方が見つかった。講師は大山町の木地師・岸本さん。木工は木の選び方や乾燥が難しい…と思っていましたが、岸本さんは生木を削ります。生木は急激に乾燥すると割れが入るから乾燥させるのですが、生木は柔らかくて削りやすいし、乾燥して微妙に形がゆがむのが、また手に馴染む。こけしや菓子鉢みたいにちょっと割れても問題ない物もある。汁椀を作るなら、塗ればいい。庭木の手入れから出た丸太を、そのまま器にできる!なんて、手軽で、せっかちな私にぴったり。Kouta家にある木工旋盤を使って、自由にみんなが木を持ってきて、しゅしゅしゅ~っと、自分の木の器が作れる…そんな場所にしたい。





2.子育ての場所づくり ~ "こんな子育てがしたい"それが叶う場所がないのなら、作ってしまおう ~



これまでも子ども達と関わる活動をしてきたけど、自分にも子どもができて一層子育てへの関心が高まりました。子ども達に何を体験してほしいか? - 場所は、食べるものは、仲間は、予防接種は…こだわりはきりがないほどある。子育ては家庭だけではできない。社会 = 仲間が必要だ。できたら、自分たちの"子育て"を、自分たちで0から考えて、一緒にやっていける仲間とやっていきたい。



今年は、Kouta家にシーソー、ブランコ、砂場、ツリーハウスのような遊び場を作りたい。そして、ものづくり(竹や木を使ったおもちゃ・楽器作り)や季節の行事を楽しむイベント(季節行事、和菓子、ハレの食事)も季節にあわせて開催したい。うちのゆきちゃんはまだ1歳。これから先は長いので、ゆっくりと、でも着実に取り組んでいきたい。ゆきちゃんの友達と、私たち父母の子育ての自給を目指す仲間作りを。

3.医療の自給自足 ~ 民間療法、手当て、山野草の活用、医食同源…医者でなくても自分でできること ~

医療も専門化が進み、人が生きる上で医療はとても大切なことなのに、私たちの手を大きく離れてしまった分野の1つだ。大きな怪我や病気は無理だけど、健康な人が"自分の身体を整え、なるべく悪くしないように保つ"ことで、なるべく健康でい続けることは、医者や病院に頼らなくてもできるのではないか?むしろ、昔の人はそうやって自分や家族の身体を自分たちで守ってきたのではないだろうか?

私は東條百合子さんや若杉友子さんが好きだ。ずっと昔から伝わってきた民間療法や手当てには、現代では非科学的と切り捨てられるかもしれないけど、持続してきただけの必要性を、重みを感じる。お灸や整体のような外からの手当てと、身土不二・医食同源といった口からの手当て。この2つの面から、"お医者さんに頼らない自分のからだ作り"を目指して、鍼灸師の友人ときおから、東洋医学を学びながら、手当て(お灸や





温湿布)や食療法(山野草料理、薬膳料理、マクロビなど)をやってみたい。みんなで楽しみながら、自分たちの手で、自分たちの健康を守っていくような、そんな医療の自給自足を目指したい。

4.菓子工房づくり ~ 子育てと仕事、夢の両立 ~

私も最初は焼き菓子で事業を始めたので、ずっと(菓子製造許可を取った)菓子工房は欲しいと思っていた。しかし、料理ができるようになり、ふみちゃんがお菓子を作ってくれるようになり、どうしても必要なものではなくなっていった。しかし、お菓子を作るのが好きなふみちゃんが、子育てや家事をしながらも、できる範囲でお菓子を作り、きちんと販売して、仕事にも繋がる。友人が遊びに来た時に、ちょっとしたカフェみたいなスペースになる。



今物置になっている漆喰で仕上げた家をいじって、ふみちゃんの菓子工房にしよう。床も壁も張り替えて、戸棚や道具置きを作って、ゆきちゃんが遊べて、お茶ができるスペースがある…お菓子は夢を届けてくれるものだけど、 菓子工房は夢を見れる場所だ。お楽しみに

5.移動の自給自足 ~ 移動は捨てられない。だから移動も自給自足したい ~



私たちは移動することが好きだし、仲間に会うにも、仕事をするにも、移動は暮らしや人生にとって必要不可欠だ。しかし、移動をお金や化石燃料に頼らず、自給自足しようと考える人はあまりいない。東日本大震災でガソリンがなくても、天ぷら油で被災地を支援してまわった人もいた。

そもそも移動手段にはどんなのものがあるか - 自分の足、自転車、バイク、車、電車、船、飛行機、馬…たくさんあるけど、100%自給自足なのは自分の足(と馬)だ。自転車もエネルギーは人力だが、自分では作れないから完全な自給自足とはいえない。他は化石燃料や電気、お金にも依存している。もし、原油が無くなったら私たちはそれでも移動するのだろうか?そ

もそも、"(あまり)移動しなくてもいい生き方"は無いのだろうか?そういう事もひっくるめて、移動の在り方も考えていきたい。今、廃棄されていた電気自転車をいじっている。自家発電の電気を使って、捨てられていた電気自転車が使えるようにならないだろうか?その次は電気スクーター。自動車…究極の地球に優しい乗り物は馬?

6 . 婚活 ~ 新しい出会いの機会作り ~

鳥取で婚活を開催すると、男性集めに苦労する。女性は元気だが、それに見合う男性が(私の身の回りには)少ない(もしくは結婚の意思や時間がない)ように感じてしまう。私とふみちゃんは、ぽすとのなおちゃんに紹介してもらったし、やっぱりパートナーがいるって素敵なことだと思う。



いい場所ではいい仲間が集り、いいご縁がある。婚活っていう言葉は好きじゃないか

ら何か別の言葉を考えたいのだけど、結婚を希望する素敵な独身の女性・男性が、県内外に持つ私のネットワークも活かして・・・・独身男女が集まるのだけど、堅苦しくなく、人と人とが出会える・つながる、新しい仲間と出会えるような、そんな機会を作りたい。ちなみにKoutaの婚活参加条件は、"本気で夢を実現したい人のパートナー探し"なので、"自営業か、将来の夢を持って、実現に向けて実践している"人のみとハードルは高めです。

県内・県外、自薦・他薦問いません。我こそは!という方、お待ちしてます

7.電気の自給 ~なるべくお金をかけず、長く使える、持続可能な電気の作り方・使い方~ (次ページ参照)

8. みんなのお家づくり ~野菜も米も、家作りもみんなで自給自足社会を目指して~

野菜や米をもらう代わりに、家を作れる私がみんなの家を作る

お互いできないことは、できることの物々交換で補い合おう

1人では全てできないけど、みんなで少しずつ技術を持ち合えば、自分たちの自給自足コミュニティができる助け合い、物々交換、技術もみんなで自給自足。そんな持続可能な社会を目指したい

はるさん工房(八頭町)

"つきとおひさま"でお菓子や料理を作って活躍する八頭のはるさんの工房を作ります。いろいろな兼ね合いがあり、はるさんの家の駐車場にプレハブをリフォームして作ることになりました。

基礎をして、上水と電気を家から引っ張り、下水につないで、プレハブの内側も外側も木で貼り直して、プレハブの外側にバルコニーをつけてお茶をできるようにして... はるさんやみんなの夢が詰まった、素敵な工房にならないはずがありません。4月までには完成させたい。

石井さん家パルコニー修繕、薪置き場と鶏舎(八頭町)

家の修繕屋にもなりました?古くなったバルコニーを張り替え、バルコニーの下に薪置き場と鶏舎を作りたいなーという予定です。顔の見える仲間のために仕事ができるのは、本当にやりがいがあって楽しい。どんな薪置き場と鶏舎を造ろうかな、ドキドキわくわくです。

Kouta 実家の畑に休憩小屋(北栄町)

定年を迎えて百姓になった父と一緒に、祖父・祖母が休憩・宿泊もできて、作業もできるような休憩・作業小屋を作ります。"どうせ基礎から作るのだから、少しくらい大きくても手間は対して変わらない。広い方がいい"と、建坪は16坪(新築)と大きく、水道・電気も新しく引き込みも含めた、大仕事。去年から基礎のブロックと廃材をふんだんに集め、基礎もならし終わり、電気も通ったのでそろそろ作り始める計画です。家作りは材料や電気工具などの荷物がたくさんなので、現場が近いのは本当にありがたい。

イベント案内

1月17日: Kouta家 自然エネルギーワークショップ ~独立型発電システムを学ぶ、やってみる~

Kouta家電気システムの三代目システム(MPPTコントローラーと再生ディープサイクルバッテリー)を設置します。 1 年間発電してきて費用と実績は? やってみたからこそ分かったこと、そしてこれからどうしようか? 電気を通じて、私たちの未来のことを話し合おう。

<u> 1月24日:Kouta家 木地師・岸本さんの木工教室 ~木工旋盤の使い方を学ぶ~</u>

Kouta家に設置する木工旋盤の使い方を教えてもらいます。使い方を覚えたら、あなたもいつでも木工しにKouta家へ

1月26日:鳥取市さざんか会館 えねみらとっとり 独立型太陽光システムづくり

100Wの太陽光パネルを使って、独立型の太陽光システムを作ります。一番シンプルな電気の仕組みを、実際に作ってみよう。電気は自分たちでも作ることができるんです!

日程未定:生ハム作り、サラミ作り

猪肉や鹿肉がある程度量がたまったら仕込む予定です。興味のある方は肉持参でどうぞ

日時・詳細などはお問い合わせ下さい

Kouta家 電気システム

"電気を自給したい"と思いついても、まずは何からやればいいのか分からない。売電はお金の差し引きだとプラスになって儲かるかもしれないけど、お金を払って(しかも大金)業者にやってもらうだけなのは面白くない。何と言っても、自給じゃないからつまらない。お金をかけずに、自分で、気軽に、とりあえずできるところから始めてみよう - そうして、2013年1月に自家発電を始めました。そして、電気を作って、暮らしの中で使うことで、発電量(パネル)が少ないのか、蓄電量(バッテリー)が少ないのか、効率が悪いのか、何が悪いのか…が少しずつ分かってきました。そうして、失敗もしながら少しずつ手を加え"より自給率を上げるために"大きく3段階でシステムを変えてきました。

それは、"廃品も使って、お金もかけないけどあまり使えないシステム"から、"ちょっとお金もかけたけど、それなりに使えるシステム"への変化でした。分からないことに関しては、出来る限りお金をかけない、ゴミが出ないようにする、総じてリスクを少なくするのが大事だと思います。だけど、やってみないと分からない。やってみると身体で分かってくる。分からないことが分かってくるから、調べることができるようになって、知識もついてきたし、技術的な人脈もできてきた。そうして、少しずつ自分の望むものが、出来上がってきました。

<u>2013年1月:初代システム(12Vシステム)</u>

太陽光パネル:中古 昭和シェル 66W×3枚=198W

コントローラー:中古 未来舎 PV-1212D1A(12Vシステム用、MAX15A)

バッテリー: 廃品 車の鉛蓄電池 28AH×2=56AH(672WH)

インバーター: 中古 未来舎 F1-S1500GRS (疑似正弦波 1500W)

総予算:10万円

自給率:発電量(概算)/消費電力(電力会社の明細より) 1%程度









とにかく何も知識がなかったので、太陽光パネルを使った自家発電の本やインターネットから情報を集め、"停電・アウトドア対応独立型太陽光発電と家庭蓄電(パワー社角川浩)"という本が分かりやすかったので、まずこの本を参考にしました。本にのっているシステムをそのまま組むといっても、畑違いの分野です。コントローラーとインバーターは型番が出ているので中古品を入手できた(そもそも中古でいいのか?)ものの、ケーブルの太さや、太陽光パネルの枚数、バッテリーの接続の仕方、ヒューズや閉塞器などは種類も多く、なんでそれがいるのか?を理解しながら、ホームセンターで手に入らないものも多かったので、部品の収集に苦労しました。

しかし、部品が集まった後も、電気工事の知識もありませんが、基本的にDIYの範疇ではないので手引き本もなければ、インターネットにも情報はありません。例えば、ケーブルの被膜の剥ぎ方や、圧着ペンチの使い方など、使ったことのない道具を購入しての作業です。逆に繋げば火花も散るし、ヘタをすれば機械が壊れるとも書いてあったので、びくびくしながらの作業でした。それだけに、システムが完成し、発電して、蓄電して、インバーターでAC100Vに変換して、家電が使えたときの感動はなおさらでした。

さて、苦労して電気を作ることはできたけど、それが一体どうなのか?実生活で使えないのであれば、ただの自己満足の趣味に過ぎません。初代のシステムには計測機械がなく、発電量も大まかにしか分からないし、日当たりも悪く、発電しても配線が使いにくかったりして、自給率は1%以下であったと思われます。それでも、0と1では大きな違いがあるし、使いながら原因と対策が分かってきたので、次へのステップとして繋げる事はできました。

2013年7月:2代目システム(24Vシステム)

太陽光パネル:新品 中国製190W×4=760W

コントローラー:中古 モーニングスターPS-30M(12/24Vシステム MAX30A)

バッテリー: 廃品 車の鉛蓄電池 28AH×6=168AH(2016WH)

インバーター: 中古 未来舎 F1-S1503A(正弦波 定格電流MAX1500W)

低電圧利用: 12 V ... 夜間 L E D 照明、扇風機、ノート P C、ポータブル冷蔵庫、シャワー、US B 充電器

24V ... コンバーター(24V 12V) シャフロポンプ

総予算:初代システムで使わなくなったものを販売(7万円)し、新たに購入+14万円 = 17万円 自給率:発電量(インバーターからの出力を計測)/消費電力(電力会社の明細より)3~5%程度

















初代システムのネックは 発電量が少ない、 12 Vシステムは効率が悪い事でした。なので、2代目システムではシステムを24 Vに変更することで、効率を上げて、パネルも増設して発電量を増やしました。その他にも、バッテリーに貯めた電気もインバーターでAC100 Vに変換すると15%程口スが出るので、野外のLED照明など直流(12 Vや24 V)で使えるようにしました。家の消費電力の内訳を調べるためにメーターを取り付けたり、太陽光パネルからの瞬間発電量計を導入するなど、今後どのようにシステムを改良すればいいかを知るためにデータを集めました。

他にも、蓄電した電気を暮らしの中で使いやすくするために、インバーターからケーブルを屋内に引き込んで、発電した自然エネルギーと電力会社の電気とをスイッチで切替出来るようにしました。また、発電している割に電気を貯められてなかったので、鉛蓄電池の劣化(ディープサイクルバッテリーでないので、そもそもこのような使い方にも向いていないのだが…)を再生するパルス/チャージャーを導入するなど、思いついたことをどんどん実験していきました。

2代目を運用している時期が天気の良い夏であったことからも、Kouta家の月の電気料金が3000円として、自給率は3~5%位でした。これは、電気料金月換算で150円、設置費用17万円の元を取るのになんと94年もかかります。3代目システムでうまく自給率が25%いけば、電気料金月換算は1500円。設置費用26万円なので元を取るのには、それでも14年かかります。話はそれますが、自然エネルギーは損とか得とか、何年で元を取れる?ような投資・経済理念でやっていけるはずはありません。話は戻って、自給率3~5%という数字はまだまだ低いですが、晴天の時は瞬間で600W発電量を超え、インバーターが元気に動いて家の電気を全てまかなえる時間帯もありました。停電時などの非常用としてはまずまず悪くはありませんが、日常で使うにはまだまだシステムを改良する余地があり、課題点なども浮き彫りになってきました。

2014年1月:3代目システム(24Vシステム)

太陽光パネル:新品 中国製190W×4=760W

コントローラー:新品 サンスター SS-40СХ(12/24/48 Vシステム МАХ40А)

バッテリー: 再生品を購入 リサイクルディープリサイクルバッテリー KOBE HC・12

100AH×4=400AH(4800WH)(鉛電池用活性剤による再生が可能で、長期間使用できる)

インバーター: 中古 未来舎 F1-S1503A(正弦波 定格電流MAX1500W)

総予算:2代目システムで使わなくなったものを販売(5万円)し、新たに購入+14万円 =26万円

自給率:発電量(インバーターからの出力を計測)/消費電力(電力会社の明細より)25%程度になる試算







自然エネルギーは自然に優しいとは言うものの、太陽光パネルや他の機器も工業製品なので、当然作るのにも電気を使っているし、寿命もあるし、使えなくなった後の後始末の事も考えると"本当に自然に優しいのだろうか"という疑問は最初からあった。太陽光パネルも20~30年は品質を保証するというが、今みんなが使っているものが30年後使えなくなったらゴミの山になる。そして、バッテリーは高価な割に寿命が短く(使い方にもよるが、ディープリサイクルでも5年ほど)高額な金額を定期的に支払ってまで自然エネルギーを使う意味があるのだろうかと思うようになった。

他にも、埼玉でヤドカリハウスという名前で活動しておられる山田征さんから"脱自然エネルギー"の話を聞いて、電気代に最近加算されるようになった再生エネルギー推進費(42円という売電価格で、電気を高額に買い取っているのは電力会社ではなく、実は私たちの電気料金に加算されている!)の仕組みや、売電された電気もそうだが、メガソーラーや大型風車などで発電された電気は、ほとんど電圧の変換ロスや送電ロスで消えているのでは(実は全く意味がないのでは?地球に優しくない自然エネルギー?)という話を聞いて、一時期は自然エネルギーを活用する意欲を失った時期もありました。これは、私自身が太陽光パネルで自家発電をして、いかに自然エネルギーの効率が悪くて、電気の自給自足が難しいかという事を実感したことによるものもありました。

しかし、田中優さんの"オフグリッドの家(自家発電で電気をまかない、電力会社の送電線"=グリット"を切り離す"=オフ"すること)"を見学し、"自然エネルギーは確かに効率が悪いし、メガソーラーや売電のシステムには問題があるが、オフグリットや独立型で作る電気の方が、原発や化石燃料由来で作る電気よりも効率がいい・地球には優しいという「ライフサイクルアセスメント」"という話を聞かせてもらいました。他にも、岡山の自エネ組の大塚尚幹さんからは、バッテリーを再生する技術や、使えないシステムの問題点や効率の良い使える機材を教えていただき、自然エネルギーへの意欲が再び湧いてきました。

そうして、3代目システムではこれまでのシステムの中で一番ネックになっていたバッテリー(劣化と容量、寿命)とコントローラー(変換効率の悪さ)を変えることにした。バッテリーは大容量のディープリサイクルバッテリーで、しかも再生品であり、一緒に頂いた鉛電池用活性剤を1年に1回程度使えば、再生し長期間使うことができるとのこと。これがあればバッテリーによる廃棄物や汚染の問題が大体クリアーできる。そして、コントローラーを変えることで、これまでここだけで20%はロスされていた電気が使えるようになると共に、積算発電量系などの記録装置もついており、より正確な発電状況を把握できるようになる。総じて、これまで使えずにロスしていた電気を使えるようになる・蓄電できるようになるならば、電気自給率は次のページのようにはねあがる。

このシステムは1月17日に、ワークショップを開催してみんなで設置する予定です。どれだけパワーアップするのか、今からとても楽しみである。

3代目システムの内容と数字の意味

発電量: 760W×3時間=2280WH(2.28KWH)

7 6 0 W... 1 時間当たりのパネルの最大発電量、 3 時間…日照係数。発電量は朝日が昇ると少しずつ発電し、昼過ぎに最大になり、その後徐々に落ちていく。 1 日に発電できる発電量は、パネルの最大発電量に日照係数をかけたもので、日当たりが良い場所ほど数字が高くなる。日当たりが良い場所だと 5 くらい行くが、Kouta家ではあまり条件が良くないため 3 で設定した。WH... 1 日の合計の発電量。 2 2 8 0 WHというのは、 2 2 8 0 Wの家電製品を 1 時間使える = 2 2 8 Wだと 1 0 時間使えるという数字。

蓄電量:100AH×12A=1200WH。1200WH×4個×0.5=2400WH(2.4KWH) 1200WH…バッテリー1個当たりの蓄電量。1KWHを完全に使い切って、充電するという使い方は バッテリーに負荷がかかり寿命が短くなるので、50%位の使用でとどめる意味で0.5をかけている。 天気が良ければ(2.28KWH発電する)バッテリー(蓄電量2.4KWH)はほぼ満タンに充電される。例えば、発電量は多いが蓄電量は少ないなど、バランスの悪いシステムは問題である。

電気使用量: Kouta家の電気料金は月3000円程度である。これは、約120KWHの電気使用量に当たり、1日だと4KWになる。つまり、晴れていれば2KW発電できるので、家で使う電気の半分がまかなえる計算になる。実際は毎日晴れることはないので、2日に1日晴れたとして、きちんと貯まった自然エネルギーを使えば自給率は25%(電気料金としては750円/月の計算)になる。

この、自給率25%という数字は、これまでの数%に比べれば格段に良くなり、実生活でもまぁ使えるシステムになってくる。しかし、まだまだ自給率をあげる余地はあるので、これで終わりではない。25%といっても四分の一であり、オフグリットしても4日に3日は電気のない暮らしだ。そこで、電気のさらなる自給自足に向けて、次のようなことを考えている。

- 1.家の消費電力を下げる。仮に消費電力が半分になれば、自給率が倍になる。25%が50%である。お金をかけてシステムをパワーアップする前に、まずは省エネに力を入れる。ここ半年ほど家の中で電気を使いそうな"業務用冷蔵庫、冷凍庫2台、オーブン"に加え、作業小屋や日常生活のコンセントにも全てメーターをつけて、電力消費量を調べている。うちはIHや電気による暖房がないが、省エネ製品に変えているものの冷蔵庫と冷凍庫の電力消費率で60%に達する。外気温を利用する(クーラーボックスに入れて外に置く)など、冷蔵庫のスイッチを切れば、天気が悪くて発電しない冬場でも、意外と自給率は上がるかもしれない。
- 2.システムのパワーアップ。今回設置するコントローラーを48Vシステムに変えれば、2KWまで太陽光パネルを増設できる。また、その際にはバッテリーも4個増設して倍にする。インバーターも48V対応のものに変えなければならないが、これも堅牢で長寿命の製品も教えてもらった。

そうすれば、自給率は2倍~2.5倍(なんと50%~60%!)にもなる。さらに、今回の太陽光パネルは中国製で、安かったのだが、ヒ素や鉛を使っていているのでリサイクルは難しいことも知った。また、少しでも曇ると発電量がぐんと下がるという致命的な欠点もある。最近はパナソニックからHITという商品名で、ほぼ完全にリサイクルが可能で、弱日照時でもそこそこ発電するパネルがあることも教えてもらった。太陽光パネルも、同じ2KWでも、こちらに変えると総発電量は2割は増えると思う。

こうしてまだまだやれる事はたくさんあるのだが、"お金をかければいいものができる"のは当たり前なうので、基本的にはいかに"買わずに、お金をかけずに、長寿命の、きちんと実生活で使えるものを作るか"という考えでいきたい。ちなみに、1と2を全て採用すれば自給率は70%までいくと思われる。それにかかる投資は50万(太陽光パネル32万、バッテリー6万、インバーター10万)である。

オフグリット(電気自給率100%)が目的ではなく、"地球や次世代への負荷を減らす"のが目的であり、数字や自己満足ではない。今の暮らしをきちんと見据えながら、お金と暮らしと社会のバランスとして、今は何がいいのか?を常に意識して、進めていくべきだと強く感じます。

その他の電気工作物の紹介

発電するもの:

- ・自転車ハブダイナモを利用した、手回し発電機(携帯充電器・ オルゴール)、手作り風車と水車
- ・ネオジウム磁石やコイルなどで作る、弱い力でも回転して、弱 回転でも発電する発電機を使った水車(制作中)

消費電力を計測するもの:

- ・AC100Vエコチェッカー (ホームセンターにて 1 5 0 0 円で買える。 1 . 5 KWまで計測でき、記録もできる)
- ・無線PCリンク型積算電力計(ブレーカーに設置して、家全体の瞬間電気消費量の表示や、1時間おきに消費電力量を記録し、PCにつないでデータ解析も出来る。エコチェッカーとあせて、家の電力需要を解析できる)















イベント出店時などで、

電気を楽しく・面白く・美味しく体験するツール

・小さな発電ハウス。電気を発電・消費する電気実験装置。 家で使う電気製品のほとんどは"光る、回る、音が鳴る、暖める、冷やす、充電する"ものである。これらを小さな装置に組み込み"オフグリットの小さな家"に見立て、発電・蓄電・電気を使う仕組みを分かりやすく、体験できる装置。

・おひさま綿菓子器。手回し発電機や太陽光パネルで蓄電し、 その電気で作る綿菓子器

その他、実生活で使えるものを作る

- ・充電式ドリルのバッテリーは、弱くなると行き場に困っていた。バッテリーも電池なので交換できないか?と分解してみると、二カド電池が10本繋いであるだけだった。 型番も記載されていたので、同じものをインターネットで購入。ただ、まだ電池をきちんと接続する方法が分からず、途中だが自分で交換できるようになれば嬉しい。
- ・廃品の電気スタンドを再利用した机の壁掛けスタンド。廃品場にコードの切れた電気 スタントがあったので拾っていた。自分の机に欲しい壁掛けのスタンドに再生できな いか?と、分解してみると中は非常にシンプル。不要な部品は外し、木の板に取り付 け、壁に固定。調光機能もあり、廃品からお金を使わずに、使えるLEDの電気スタ ンドが完成!必要な家電製品を家電量販店に依存しなくても良い。気持ちいい!
- ・グリットタイインバーターは、コントローラーとインバーターが一緒になった、パワーコンディショナーの小型版のようなもの。太陽光パネルを接続し、コンセントに差し込むだけで発電した電気を家内に流し込み、その分の電気を電力会社から買わずに済む = 節約できるというもの。バッテリーが不要で、システムが簡単なことから購入。







結局使えるバッテリーが入手できたので使い道を失ったが、余った太陽光パネルで別システムを組んで運用し てみようと思案中。



今年度は水力発電を始めたい。Kouta家の横には水量こそ少ないが水路があり、20Wでも回れば1日で480WH、太陽光パネルの2280WHの1/5に相当する。最初は自転車ハブダイナモを使った水力発電を実践したが回らないので断念。現在は、ネオジウム磁石とコイルやベアリングなどを仕入れて、発電機から制作中。雪解けで水量が増える春までには完成させたい。

Kouta家の実践 ~ 自給自足・循環型の持続可能な暮らし~

2008年秋にここで暮らし始め、2010年には漆喰の家が建った。そこから、コンポストトイレ、バイオガスプラント、薪小屋、作業小屋、土壌浄化装置、風呂、自家発電…と自分の頭と手を使って、その時に必要な物を、自給自足と循環をテーマに、持続可能な暮らしを目指して実践してきた。ここでの暮らしも6年目に入り、主な設備は整ってきた。例えば、コンポストトイレや土壌浄化装置によって自分たちが排出するふん尿や生活排水がこの土地で堆肥化し、畑となって野菜を作る。必要な建物は廃材を使って自分で建て、電気の自給も始めた。そうして、自給と循環が目で見えて、身体で感じることができる場所になってきた。

原発もそうだけど、大量に水や薬品を使う大規模な下水システムも100年先まで残っているとは思えない。大量に生産・消費する経済成長とは逆に、自分で作り、環境になるべく負荷をかけず、お金にも依存しない暮らし。依存しきった暮らしは、電気や水も来なくなるだけで、生きてすらいけなくなる。自分が使ったものも、使うものも、目に見える範囲で、責任を感じられる範囲 - 小さな範囲で自給・循環する暮らし。そんな暮らしが実際に出来るのか?不便で、汚い、我慢の必要な暮らしじゃあないのか?いえいえ、私はそれを電気や近代の技術も使いながら、バランスをとってやっています。不便なこともありますが、楽しみながら、無理なく、家族と一緒に実際にやっています。これまで、Kouta家の暮らしを見てもらったり体験してもらったりしてきたけど、今年からはもっときちんと提案していきたい。そのためにも、"Kouta家の自給自足・循環型の持続可能な暮らし"がどんなものか?どんな風に循環していて、どんな施設があるのかを紹介します。

自給自足・循環型、持続可能な暮らしにする上で、どんな事に気をつけているのか?

まず、建物やものを作る

- ・とにかくお金を使わず、自分が必要とする物は、それを不要とする人を見つけ出し、もらってくる。買えば、資 源を使ってどこかで作られる。とにかく廃材・廃品を利用し、お金で買わない・すませない、お金に依存しない。
- ・どんなものでも寿命がくるし、不要になる。特に電気製品やモーター系は、必ず消耗・破損し、たいてい自分で 直せない。なので、寿命の長いもの・修理できる物・再生できるもの(木材など)を使い、プラスチックなど石 油製品のような再生できないものは使わない(廃棄されている発泡断熱材などの再利用はよしとする)。できる限 り長寿命で自然に還る建築物・場所を目指す。ゴミにしかならないような、鉄筋や石油素材の建築物は作らない。
- ・セルフビルドとセルフメンテナンス。自分の頭と手を使って、必要な物を考え・創り出し、 壊れたら自分で修理 する。暮らしは絶えず変化するので、必要なときに作り、また必要になったらその時に作る。

水・ガス・電気など継続的に利用する仕組み

・お金や資源(水・燃料・電気など)を使わず、 自然界の恵み(微生物や太陽など)や法則を利用し、廃棄物を出 さない、廃棄物も資源化する循環する仕組みを作る。特に、下水料金などの月額料金は金銭的にも、環境的にも 持続可能でない。お金を払うということは、それを応援するということなのです。

ローカルテクノロジー(適正技術)という第三の技術

人工的な資源(電気や化石燃料)を使わず、自然界の恵みと法則を利用した、シンプルで分かりやすい、半永久的・持続可能な技術。一ヶ所集中で余剰のある大規模な設備(=選べない)ではなく小規模分散型で、自分で自分に必要な分だけを最小限に作れて(=選べる)、維持するお金もかからない、社会への依存を減らしていける技術である。例えば、パーマカルチャーという、"農的暮らしをベースにした、永続可能な暮らしのデザイン"は持続可能な暮らしそのものを扱っており、内容も幅広く、目指すところやそれに至る道筋を描いており、非常に参考になる。具体的には、微生物を利用した浄化法として、ふん尿を資源化するコンポストトイレ、生活排水を資源化する土壌浄化装置、メタン菌によるバイオガスプラントなどがあります。他にも、身近なもので太陽の熱を利用したソーラークッカーや温水器、森林資源を利用した薪ストーブやかまど、雨水利用や井戸、水流を利用した里芋洗いや粉挽き水車、土(畑)による食糧生産、身近にある山野草や民間療法による健康法なども入るでしょう。水の流れを利用して揚水する水撃ポンプ、放射冷却を利用した非電化冷蔵庫は今後やってみたい。また、早寝早起きによる照明節約などは、手軽で有効で、非常に大切な技術?習慣だと思います。

特集:持続可能な社会へ ~未来の子ども達に私たちができること~

自給自足や循環型の暮らしの延長に、持続可能な暮らしや社会が見えてくるのだと思う何で"持続可能なもの"を目指すのか - それは、未来や子ども達のためである名前も顔も分からない、たくさんのご先祖様たちが、

ずっと、いのちの循環を、大地を、生きる術を、選んで、残して、今の私たちに届けてくれた人たち そして、今私たちが子供たちのためにできることは何だろうか?

何を選び、何を残していかなければならないのか?

私たちが選ばなければ、失われてしまうものがある。未来の子ども達が永遠に失ってしまうものが だからこそ、私たちは考え、残すために実践していかなければならない

本特集では、鳥取に(半)拠点を持ち、暮らしに根付いたものをなりわいとしている人を対象に、様々なジャンルの視点から、未来や子ども達に向けて、なぜそれをするのか? どんな未来を描いているのか?を綴ってもらいました。

執筆者・活動名や肩書き・テーマ

はるさん(つきとおひさま) 「食べること、暮らすこと」 岸本さん(木地師) 「木」 ときお(鍼灸師) 「鍼灸」 手塚さん(えねみらとっとり) 「エネルギー」 ごるご(百姓) 「暮らしと住まい」 田中信宏(COCOROSTORE) 「手仕事」 澤田直美(言葉絵作家) 「いのち」 もりさや(シンガーソングライター) 「うた」 幸田直人(いちまいのおさら) 「ゆめ」

幸田直人(いちまいのおさら)「ゆめ」

住む場所と食べるもの、お金に困らなければ幸せなのだろうか、私たちが本当に望む物は何か?それはもはやお金ではなく、"生きがい"とか"しあわせ"とか形に見えないものだろう。私が子ども達に残したいものはたくさなるが、1つあげるとしたら"ゆめ"である。一昔前は"社会はもっとよくなっていく"みたいな未来に希望が持てる感じがあった。しかし今は、未来が必ずしも明るい時代ではない。国や会社に依存しても幸せになれる時代はもう終わった。幸せも自分で掴むしかない。私たちは自分の責任で選択し、生きていかなければならないのだ。

もしも、自分たちの子どもががむしゃらに生きる中で、ふと顔を上げたときに、真っ暗で誰もいない…そんな寂しい思いはさせたくない。私は先人となって前を歩き、道を作りたい。"これでいいのか?"と疑問を持つ人はますます増えるだろうが、ほとんどの人はそこから抜け出す勇気と術を持たない。そして、理想を語れば"馬鹿なことを言うな"と笑われる。

でも私は"こんなことをしたい、こんなふうに生きたい、暮らしたい"そんな前向きな考えに対して"それはいいね!好きなことをすればいいんだよ。君のままでいいんだよ"と言いたい、伝えたい。私が夢を持って、前に進んでいくことが出来るのは、私に夢を見せてくれた人たち(先人)がいたからだ。だから、そんな好きなことばっかりしかしていない私を見て、ちょっとでも"これでもいいんだ"と思ってくれたら嬉しい。

それが、私が子ども達に伝えたいこと・残したいこと、"ゆめを描くこと"です。

2013年度 活動報告

One Day Cafe(6年目)

そこを創った人達と、そこが好きな人達と、"カフェ"を通じて、楽しく・美味しい時間をみんなで創り出す スウィーツを盛り付けた「いちまいのおさら」から広がる笑顔、つながっていくご縁 楽しいことを、美味しいことをみんなと創り、共有したい。そんな、一日だけのカフェ

1月20日 ファイヤーワールド(津山市)2月9・10日 野原のカフェぽすと(智頭町)4月28日 野原のカフェぽすと(智頭町)みんなでゆったり、フルコースランチ

5月24日 BRUNWORKS(鳥取市)6月23日 おうちカフェ ひふみ(Kouta家)9月14・15日 野原のカフェぽすと(智頭町)コラボみみみさんベビーマッサージ、ときお鍼灸

















これまでは場所 + KoutaのOneDayCafeでしたが、去年はさらに + であやちゃんのスウィーツやみみみさんのベビーマッサージ、ときおのお灸などに挑戦しました。1日だからこそ自由に挑戦できるので、" やってみたい"という人の応援もしたい。今年はもっとみんなで、もっと楽しいカフェを創りたい。

発電カフェ (新企画)

その場で電気を作って、その電気をカフェで使う"発電するカフェ" そして、得意分野の異なる仲間と一緒に、新しいものを創り出す - "発電"するカフェ 電気も新しい価値も、場所も、仲間で集まって作っちゃおう!

6月9日 ブルーパレード (境港市) 発電、ひふみ焼き菓子、みずきちゃんドリンク、あやちゃん冷や菓子) 11月4日 グリーンオールウェイズ (北栄町)発電、ひふみ焼き菓子、さよちゃんドリンク、ごるごおにぎり、岸本さん箸作り11月23日 haremani バザール (岡山県吉備中央町) 発電、生パスタ屋さん、ひふみ焼き菓子









売るための・稼ぐための出店ではなく、何かメッセージを伝えたいから出張するのに、出店は忙しくてお話しする時間もなくて、財布は潤っても気持ちはもやもや。同じ方向性を持つ仲間が"発電カフェ"として集まることで、余裕がうまれ、メッセージの幅が広がる。食事をして、ものを作り、お茶を飲んでおしゃべりできる。電気も、アイデアも、価値観も、自分たちで創り出す、創り出せるんだというメッセージを"発電カフェ"から発信したい。

出張料理人Kouta(5年目)

空間も音楽も料理も演出された料理屋もいいけど、我が家は気取らず一番落ち着ける場所 仲間や家族と"楽しもう!"っていう気持ちが一番のスパイス。私は料理を通じて、そのお手伝い 料理も、お皿も、フライパンも、まな板もぜんぶ持ち込んで、"あなたの家へ"

1月25日 ノームの糸車ランチ(米子市)

1月28日 たまちゃんディナー(島根県美郷町)

1月29日 Ajikuraコラボディナー (島根県邑南町)

3月12日 空山青空ランチ (鳥取市)

3月27日 水野さんディナー(愛知県名古屋市)

5月18日 のまま新築お祝いディナー(鳥取市)

5月26日 まこと結婚式ランチ (Kouta家)

6月5日 のままマッサージ + ランチ (鳥取市)

6月12日 空山はるさんコラボランチ(鳥取市)

6月15日 大鳥屋ランチ(倉吉市)

6月21日 石井さん宅 はるさんコラボディナー(鳥取市)

7月12日 ファブリカ村ランチ・ディナー(滋賀県東近江市)

7月29日 まるたんぼうディナー(智頭町)

8月24日 さよちゃんディナー (Kouta家)

8月26日 清水さんディナー(大山町)

11月17日 家島さんディナー(島根県安来町)

1 1 月 3 0 日 古民家再生ネットワークディナー (大山町)

12月3日 欅庵ディナー(岡山県真庭市)

12月10日 ゆるやかネットワークランチ(広島県三次市)

12月23日 欅庵ディナー(岡山県真庭市)

















おなじみのお家から、新しいお家へと。"おいしいもの"でつながるご縁は、本当に間違いない!

~ 出張料理という働き方 ~

出張料理は、私が"どのように働きたいか"の象徴である。私はしたいと思うことは(とことん)したいが、面倒だと思うことは(本気で)したくない。お金を稼ぐために生きているわけではないので、自給自足などで支出を抑え、稼がなければならない時間と金額を抑えたい。そして、出来る限り好きなことを仕事にしたい。

私は料理が好きだが、料理自体が好きなのではない。料理を通じて人に喜んでもらうことと、料理を作る私と食べてくれるお客さんとが一体になって、その空間を居心地が良いものになっていく感じが、好きだ。私にとって料理は仕事であると同時に、自分を人に伝えるために、自分にあった表現手段・コミュニケーションなのである。

ただ稼ぐために料理をするならば、"店を持つ"という考えになるかもしれない。しかし、固定費がかかり、制約時間があって、食材も口スが出る。本当に作りたい料理を、作りたい人のために、最高の状態で作りきることは、お店ではなかなか難しい。しかし、それを可能にするのが"日時と料金を決めて、料理は私にお任せ"というスタイルの出張料理である。その時間のために食材を集め、仕込んで最高の状態で提供できる。目の前で料理することで、プロセスも見てもらいながら、おしゃべりも出来る。進行に合わせながら、お客さんと料理人が一緒になって食事を、空間を作る。食材も時間の使い方も無駄がない。気持ちがいい。心と身体はつながっている。心が気持ちよくないと、目の前に身体から表現される料理が気持ちいいものにならない。暮らしも、仕事もつながっている。"お店"という暮らしと仕事が切り離されたライフスタイルは、私にはしっくりこない。"好きなことを、自由に働けるスタイル"-それが、私にとっての出張料理である。

Kouta家 イベント 見学会・食事・ワークショップ

自給自足・循環型の持続可能な暮らしを実践するKouta家の視察会。見学の後はお話とランチ付き

2月2日 えねみらとっとり

2月3日 西川さん

2月4日 イル・リコッターロ

4月24日 おひさま広場

7月10日 見学会









コンポストトイレや土壌浄化法のような循環する仕組みに加え、独立して発電する仕組みは多くの方々の関心を呼びました。今年からは見学会を定期的に開催し、もっと広く暮らしを提案していきたいと思います。

3月30日 いのちをいただく 5月30日 岡さんランチ

6月3日 田中君とファブリカ村 ディナー

6月11日 ちまきづくり 7月27日 とものかい お泊まり会 10月1日 岸本さん木工教室

















他にも、ランチ会・いのちをいただく・お泊まり会・木工教室・ちまき作りを行いました。

鍼灸師ときおの 食事とお灸教室

埼玉の鍼灸師ときおと、Koutaの"食+医療"のコラボ。普段なかなか気が払えない身体を見つめ直し、 プロでなくてもできる"お灸"を通じて、医療も自給自足を目指します

6月25日 ときおのお灸教室 +薬膳ランチ・ディナー

7月24日 ときおのお灸教室









自分のからだは自分で守る = 医療の自給を目指して、ときおと一緒にお灸の会を開催しました。大体毎月1週間ほど滞在し、教室を開いたり、往診に出たり、半鳥取半埼玉なライフスタイル。今後は手当や食療法、山野草の活用といった、その土地に根ざした民間療法を、ときおを講師にみんなで学びながら実践していきたい。

電気をまなぶ・つくるワークショップ

作って、使って、やってみないと分からない。私たちの暮らしに必要だけど、何にも知らない電気のこと

4月13日 えねみらとっとり 自転車ダイナモ手回し発電作り 6月22日 えねみらとっとり 独立型太陽光システム作り 8月5日 もちいさん 独立型太陽光システム作り 10月19日 空山 独立型太陽光システム設置

















廃品の自転車のハブダイナモや100Wの太陽パネルを使って、独立型の発電システムを作りました。

独立型のシステムは、人力(手で回す)や太陽光、風力や水力などで発電して、発電した電気をバッテリーに貯 めて、家電などを使うことが出来る、電力会社に頼らない独立したシステムのことです。どれくらいの費用で、ど んな仕組みで、どのくらいの電気が発電・蓄電できて、生活で実際にどのくらい使えるのか?やってみないと分か らないけど、やってみると分かってくる。電気は当たり前に使っているもののわりに、自分たちで作るなんて考え たこともなかったけど、電気も自分たちで作る=自給自足することができるのです!

去年は、実際Kouta家で独立型太陽光発電システムを組んだことで、えねみらとっとりなど県内外で電気に興味を 持っている方々が視察に訪れたり、私自身の勉強のために技術者の方々とも新しい出会いがありました。

電気の自給自足を目指して実践し、日本の電気システムを知れば知るほど、電気は政治や経済、世界とつながっ ていることをつくづく実感します。自給する=依存しないことを目指している中で、"電気の在り方(発電や蓄電、 暮らしの在り方など)"をどう描いていくかは、大きな課題であると感じます。

費用と実用性のバランスの取れたシステムの実践と研究、自然エネルギーを利用したおもしろい教材の開発、独 立型システムを用いた自然エネルギー体験講座などを開催したい。もっと電気のことを身につけたい、みんなにも もっと電気を身近に感じてほしい。そして、電気や発電方法をこれからどうしていきたい・いくべきかをみんなで 考えたい - そんなきっかけを作りたい。

その他のワークショップ

1月13日 風の家口ケットストーブづくり 1月25日 ノームの糸車ロケットストーブづくり 12月14日 いのちをいただく ぱいぽんさん

6月12日 そらやま創業塾

2月16日 ファイアーワール薪ストーブ料理講習会 12月21日 いのちをいただく 空山おひさま広場









様々なものづくりや創業塾、恒例のいのちをいただくワークショップを開催。暮らしに必要なものを作ってみる、 学ぶ、改めて考え体験する。暮らしを丁寧に、1つ1つを改めてみんなで考えていきたい。

イベント出店

- 2月22日 ふふふ祭り(島根県美郷町) 薩摩芋のニョッキとパーマカルチャートーク
- 4月20日 そらやまアースデー(鳥取市) おひさま綿あめ屋さん
- 6月1・2日 クラフト船岡(八頭町) パスタ屋さんとひふみ焼き菓子、さよちゃんドリンク
- 6月9日 ブルーパレード(境港市) 発電カフェ(発電機、ひふみ焼き菓子、みずきちゃんドリンク、あやちゃん冷や菓子)
- 10月5・6日 クラフト丹波(兵庫県丹波市) 直火のは釜ごはんの薬膳カレーとひふみ焼き菓子
- 10月20日 氷ノ山オータムフェア(若桜町) おひさま綿あめ屋さんとひふみ焼き菓子
- 11月4日 グリーンオールウェイズ(北栄町)発電カフェ
 - (発電機、ひふみ焼き菓子、さよちゃんドリンク、ごるごおにぎり、岸本さんマイ箸作り)
- 1 1月23日 haremaniバザール(岡山県吉備中央町) 発電カフェ(発電機、生パスタ屋さん、ひふみ焼き菓子)
- 11月24日 ハイカラ市(智頭町) 生パスタ屋さん、ひふみ焼き菓子



嬉しいのは、新しいイベントや県外への依頼・出店が増えてきたことです。特に県外の出店は、新しい仲間との出会い、発見と刺激が多く、そこからまた次の出会いや出店に繋がることも少なくありません。出店も環境に配慮したものや、ものづくり系のイベントのみにしています。飲食は特に、使い捨て容器など環境の意識が低いので、使い捨て容器を使わない・電気や燃料も発電や薪を使う・たくさん安く売るのではなく、きちんとした生産者のものを使って、きちんとした価格で売るなど、出店者として"こういうスタイルはどうだろう"と発信していきたい。

保存食作り

去年は家で過ごす時間も長く、保存食にもいろいろ挑戦できました。味噌や梅干しは年中食べたいので作るのですが、大体は野菜や果物など食べきれない量をもらうから、やろう - という感じです。作ろうと思って買ってくるのではなく、あるものをどう美味しくしようか考えるので、レシピもないし、その年々で出来合いも違うし、時々とても美味しいものが仕上がったり、楽しい発見も多いです。













麹、味噌、醤油麹、プラムワイン、葡萄ワイン、 アンチョビ、柿酢、お茶、生ハム、干し柿、熟成肉・魚 など

仲間のいえづくり

空山ポニー牧場 事務所断熱工事 2月13日

事務所はコンテナであり、鉄板で出来ているため夏熱く、冬寒い。少しでも冬暖かく なるように、廃棄されている、選挙で使われていたポリカーボネートや大量にある発泡 板を使って断熱工事を行いました。壁、天井…と発泡板を貼って、上からポリカで押さ えていきました。壁も天井も白く明るくなり、夏は少し涼しく、冬は随分暖かくなりました。



ごるごの家作り 7月4・5日、7月17・18日、10月10・11日、11月7・8日

八東に引っ越してくるごるごの新居作りを依頼され、作らせてもらいました。ここ八東は、今空山にあるポニー牧場の前に牧場があった場所で、ごるごも学生時代はこの八東の牧場に通っていたそうです。何年か前にポニー牧場が八東から空山に移動して以来、この八東は灯りが消えていましたが、こうしてごるごがこの場所に帰ってきて、暮らし始めるということは、この場所もきっと喜んでいるでしょうし、何か大きな始まりを予感させます。

<今回ごるごの家作りのコンセプト>

【作る人ではなく、住む人にとっていい家を作る。家作りの主役は、住み手である】

設計図やゴールは準備せず、住み手と一緒に作りながら、その場に立って"ここを何に使おうか?"と考えながら、その場で一緒に作り上げていく。

【循環型の家作り】

"家を作る上で"あるものを利用して、材料は買わない。出来る限り廃棄されているもの(廃材、パレット、 発泡板、選挙ボード、ガラス、畳、電線、水道蛇口やパイプなど)を利用する。お金を節約するだけでなく、"お 金に依存しなくても家が建つ"というメッセージを込めた。

"作った家で暮らす中で"廃棄物が循環する家を作る。ふん尿を堆肥化するコンポストトイレ、生活排水を土壌で分解して畑に循環させる土壌浄化装置、五右衛門風呂、2枚の太陽光パネルで照明をまかなうことにした。

【セルフビルド・セルフメンテナンス】

手に負えない専門の知識や道具を使わず、自分たちの持つ知識と技術で作る。壊れたら自分で修理し、使いやすく創っていく。一緒にセルフビルドする事で家の構造を学び、住み手もセルフメンテナンスできる技術を学ぶ。

















元々あった中2階建ての屋根だけある建物。床を貼って2階を作り、ごるごの部屋(6畳)とパレットを使ってバルコニー(6畳)を作りました。1階には水を引いてシンクを置いて台所を作りました。次に、建物の隣に8畳ほどで基礎から新築で建てて、コンポストトイレ+五右衛門風呂を作りました。天井の上はパレットをひいて、バルコニーに。ごるごの部屋の大きな窓から出入りができるようにしました。

作った場所で、お弁当を広げてお昼ご飯にする - お昼ご飯を食べることが出来る。この場所で景色を見ながら食べれたら最高だ!という発想から、屋根ではなく手すりもないバルコニーができる。作った場所で、ごるごが暮らす。ごるごが暮らしながら、またこの家を作り上げていく。"家"という、生きる上で、暮らす上で最も大切なものを、自分たちで作ることが出来る。企業に依存せずに。仲間のために家を作ることができる嬉しさ。ありがとう。

遠方ツアー

1月25日~2月1日 島根・広島・岡山ツアー(7泊8日)

(ノームの糸車、Ajikura、たまちゃん、京ら屋、アメダス茶屋、イル・リコッターロ)

ツアーのきっかけは、2年前の島根ツアーで知り合った地域おこし協力隊のともちゃんが、A級グルメの地産地消レストランAjikuraの料理長とのコラボ企画(コースを半々で担当するディナー)をたててくれたこと。行く途中、ノームの糸車ではランチとロケットストーブ作り、たまちゃん家ではディナー、Ajikura出張料理…と、ハードなツアーでしたが、新しい出会い、発見、実践と経験…これで仕事させていただいているのだからもう最高!の島根でした。島根を出る前に紹介してもらった京ら屋さんはまた面白かった。セルフビルドのログハウスにATOのウッドボイラーによる給湯・床暖房システム、さらにはわら灰を使ったこんにゃく作り…と、非常に勉強になりました。その後は、素敵な古民家で自家製の天然酵母パンを焼きながら、畑にカフェ、子育てをしておられるしろつめ農園さんでお世話になり、旅の最後はイル・リコッターロ。米子のダチョウ農園から豚を半身もらいに行って、解体作業を一緒に出来ました。いつ訪れても、エキサイティング!豚肉もちょっとくれました

島根ツアーは2回目ですが、1回目で出会った仲間と今度は一緒に仕事が出来たことや、新しい場所やたくさんの仲間に出会えたこと。ツアー自体が仕事としても成り立ってきたこと。また次へとつながる、そんな自信が持てる素晴らしい旅でした。















2月21~24日 島根ツアー(2泊3日)

(イル・リコッターロ、ノームの糸車、たまちゃん、ふふふ祭り)

島根で友人が"ふふふ祭り"をするから、絶対面白いから一緒に行こう!と、ごるごとまるちゃんを誘って参加。途中イル・リコッターロでランチをいただき、ノームの糸車でシンクを借りて、米子でまるちゃんと合流 島根のたまちゃん家へ。夕ご飯をすませのんびりしていたたまちゃんを巻き込んで、ご飯作り。しかし、みんな手が早い!チームワークでちゃちゃっと終わり、こたつを囲んでお酒を飲みながらご飯。たまちゃんはバイオリンを弾いてくれる…なんて素敵な夜だろう!次の日はふふふ祭り。私はさつまいものニョッキで出店し、ごるごは玄米餅やはるさんのお菓子。急遽パーマカルチャーの話をまるちゃんと講演することになったりしながら、お楽しみは"種の交換会"。参加者の方々から貴重な自家採取の種を分けていただきました。1人旅も自由で気楽だけど、仲間と行くツアーも旅行みたいで楽しかった









3月16~28日 栃木・岩手・埼玉・愛知ツアー(12泊13日)

(非電化工房、細川さん、ウレシパモシリ、とおの屋 要、あかり学級など)

岩手大学の友人から結婚式の招待状が届いたのがツアーのきっかけでした。今回は青春18切符を使い、ごるごと一緒にまわりました。栃木にある非電化工房は行ってみたかった場所。電気の自給自足を考えるならば、発電よりもまず電力消費量を下げること。非電化工房は"非電化冷蔵庫"など、電気を使わずに電化製品の機能を持った製品を発明しています。非電化を通じて、暮らし方や生き方(3万円ビジネスなど)まで広く提案する藤村さんの考え方には非常に勉強になりました。その後はごるごと合流し、岩手で写真家であり、セルフビルダー?でもある細川さんの家に泊めてもらいました。今回は生パスタを一緒に作りたい(伝授したい)と、パスタマシーンの代わりに一升瓶で1時間もかかって伸ばしましたが、そんな時間もわいわい楽しめる…そんな素敵な時間を過ごさせていただきました。その後は、生八ムや熟成を教えてもらった師匠がいる遠野や自然農園ウレシパモシリなどをまわり、結婚式に出席した後は、天ぷら油で世界一周したバイオディーゼルアドベンチャーの山田さんの講義をいただきました。一息つく間もないせわしない旅でしたが、ごるごと一緒にまわって岩手を紹介できたことは嬉しかったです。









11月13日 岡山ツアー (日帰り)

(百姓屋敷わら、田中優さん)

鳥取の和音のメンバーで行ってきました。百姓屋敷わらでは船越さん自ら案内して下さり、隅々までこだわり尽くした宿泊棟や、点在するセルフビルドの施設、浄水器など、それぞれの紹介から、とめどなく溢れる話とストーリーには惹かれました。自分や回りにはないコンセプトの場所だったので、





仕組みやアイデア、技術的な知識など新しい発見が数多くあり、早速Kouta家でもいかさせてもらおうと思いました。 田中優さん家でも、優さんが実践しておられるオフグリッドのシステムを実際に見せてもらって、いろいろ話を聞いて、ここでもまた様々な学びがありました。

井の中のかわずでも、自分の頭で考えながらちまちまとでも実践することはとても大切だと思います。"やりたいと思っていることを、既にやっている人がいる"ということは悔しくもありますが、時にはこうして実践者に会って、見せてもらって、話を聞くことは、学びもさることながら、非常に心強い安心感を覚えます。そして、今回は何よりもこれから鳥取の未来を創っていこう!という仲間と一緒に行けたのがよかった!と強く思いました。

12月10~14日 広島・岡山ツアー(3泊4日)

(共生庵、自エネ組 吉田さん、ぱいぽん畑さんなど)

ロケットストーブを最初に日本に導入・広めている共生庵から、食事とトークの依頼があり、ツアーが始まりました。広島は移住者が多く、様々な方々が様々なスタイルで暮らしを営んでいて、仕事(料理)の後はいくつも家を紹介・泊めていただきました。どの家もセルフビルド・リフォームで、非常に面白かったです。岡山では、田中優さんから紹介してもらった自エネ組の吉田さんと会うことができ、発電の技術的なことやこれからの社会の在り方など、短い時間でしたが貴重なお話をいただけた他に、再生バッテリーとコントローラーも譲っていただきました。

ツアーをふみちゃん・ゆきちゃんと一緒にまわれたのは初めてでした。気楽で自由な 1人旅もいいけど、家族一緒に同じ体験ができるのは本当に嬉しいことだと思います。





ひびのくらし ~ 暮らしを楽しむ ~

冬 雪景色、お宮参り、ポニー初乗馬、鶏のひな誕生、 薪ストーブ、おそとご飯、お食い初め、原木シイタケ







春 ひなまつり、お花見、おそとご飯、竹飯、お出かけ

ふみちゃん誕生日、ワッフル、洗濯、お菓子作り、まこと結婚式、ちまき、まぐろの頭、梅仕事、畑仕事



夏 猪解体、プラム酒、お祭り、葡萄狩り、畑、みんなでご飯、海、お月見、花火



木火 お祭り、お散歩、大山ビール祭り、紅葉刈り、卵、薪割り、ごるごオープニング 餅つき、ゆきちゃん誕生日、クリスマスご飯、みんなでご飯、根雪



去年はゆきちゃんが産まれたこともあり、これまで以上に家で過ごす時間も長く、3人で暮らしを作る・暮らしを楽しむことを一層心がけました。"暮らしを楽しむ"って、簡単なようで難しいと思います。1人ではないし、仕事もある。その中でバランスをどう取りながら、日々の、一瞬一瞬の暮らしを、どう楽しむのか?振り返ってみて思うのは、3人が笑いながら一緒にいる…ただそれだけのことが、暮らしを楽しむことなのだと感じました。

いえづくり、ばしょづくり

去年の"家作り"は、ゆきちゃん(家族)のいる家作りだったと思う。外風呂や外トイレは寒いし不便なので、古民家に元々あったトイレと風呂をリフォームした。ゆきちゃんが蚊にかまれたり、夏の暑さ、冬の寒さはかわいそうだから、網戸や薪ストーブを設置し、ストーブには柵ををつけた。後は、暮らしやすくするために温水器をつけたり、台所の水回りを使いやすくしたり、冬に薪割りをしたり、薪を置ける場所を作ったり。

その時々の、家族構成や暮らし方、暮らしの変化によって"家に求められるものは違う"のは当たり前だと思う。 最初から、子育てから老後のことまで考えて家を作るのは無理がある。その時に、必要なものを、自分で作る。自 分たちが使うのだから、どうしたら使いやすいか考えながら、自分たちで作る。今もKouta家は、ちょっとずつ、暮 らしやすい家へと日々変わっています。

2月:塩ビ管温水器、麹を作る発酵機、薪置き場









古民家の風呂をリフォームしたので温水器はあまり活躍していませんが、廃品から作った麹づくり機はすごい! 麹菌は買ってくるけど、米から自分で麹が作れるようになりました。麹が余れば何にしようか?夢が広がります

1月8日~5月3日:風呂

















5月・6月:台所改造、網戸、ロケットストープかまど、プランター









7月2日~11月2日:古民家風呂修繕・古民家コンポストトイレと幼児トイレ























何年も開かずの間になっていた、古民家の風呂とトイレをリフォームしました。

使う必要がなかったから使わなかったのだけど、ずーと使われていない場所って、空気がよどんでいて、何か居心地が悪いというか…でも、手を加えれば、居心地のいい空間に変わります。居心地って見える部分から来るものも多いと思います。だから、居心地の悪い場所の壁も床も天井も、全部張り替えてしまえば確かに自分の空間にはなるのだけど、本当のリフォームとはなんか違うといつも感じます。新築を建てるのは簡単だけど、あるものを再利用するのは本当に難しい。



8月・9月:温水器設置、薪ストーブの設置と柵作り、作業小屋屋根吹き替え、鶏舎産卵箱









11月19日~28日:鶏小屋と物置増設、家の周りに鶏脱走柵を設置

















現在鶏は40羽ほどいますが、最初の鶏舎は狭く、外に屋根も囲いもなかったので、冬は外に出すことができませんでした。それはかわいそうなので、鶏舎の増築ついでに屋根のある荷物置き場もかねて、6坪ほど増築しました。相変わらず一切ものは買いません(お金はかけません)が、全く問題なく、必要なものが出来ました。

12月25日:薪置き場









薪ストーブのある台所の外に、屋根をつけて薪をストックできる場所を作りました。半日でちゃっちゃと作ります。

たくさんのいただきもの ~ お金に依存しない暮らし方~

去年もいろいろなものを、いろいろな方々から頂きました。去年のいただきものの特徴としては...

- ・電子機器などからコンセントや電子部品、電気ケーブルやスイッチなどの電気回りの部品が使えるようになった ことで、これまで落ちていても利用できなかった電子機器を、利用できるようになった。
- ・自分が使わなくても、いいもの(昔のいい鉄で作られたスコップや鍬などの農機具、シンクや作業台などの生活 道具など)を、欲しい人にあげるためにKouta家にストックするようになった。"捨てられていたものを、欲しい 人へ渡す"という役割を担うようなってきた。
- ・廃材や基礎のブロックなどは、いつかは使うけど、日常的には使わずで場所を取るので家には置きたくない。でも、廃棄された物は長い間はそこにはない(廃棄されるかどっかに流れる)ので、欲しい時にないのは一番困る。 買い物のように"欲しいときに、欲しい物を、欲しいだけ"、行けば買えるのが一番ありがたい。しかし、いろい るなつながりが増えてきたおかげで、常に廃材や基礎がストックされていて、"欲しい時にもらいにいける"場所 ともつながりができてきた。"欲しい物をお金を使わずに、もらいに行ける"ネットワークが確立されてきた。
- ・「飼えなくなったから鶏をもらって欲しい」という依頼は多い。うちでも飼える数が決まっているが、欲しい人にあげたいために、全部いただいてくる。ありがたいことに、いただいてくる鶏は、自然養鶏などこだわった鶏が多く、卵も肉も大変美味しい。今Kouta家は「共同養鶏所」のようになっていて、卵は"地域貢献卵(?)"として、お世話になった方々にあげて(後に違うものになって返ってくる!?)いる。鶏自体も勿論あげる。共同・シェアみたいな形で卵と鶏肉の自給自足が成り立ってきている。今年は自分のところで孵化させたい。

解体業者:廃材、壁板、ブロック、耐火レンガ、鍋、は釜、ボール、水道部品、トタン、農機具、薪、卓上コンロ、おもちゃ、自転車ハブダイナモ、電気自転車、バッテリー、金網、作業台、バッテリー充電器、直流安定化電源保育園解体現場:幼児用便器、ステンレスシンク・棚・作業台、電線、木製窓枠、コンセント・スイッチなどの電機部品、サッシ、扇風機、シーリング、換気扇、照明器具、畳、金串、給湯器、給湯ポット、大皿、バット、園芸用支柱、ブランコ、廃材、建具、網戸、絵の具、テスター

知人より:鶏、パレット、鶏用くず米・菜っ葉、断熱材、水道用管、鶏舎、石油ボイラー、煙突、南部鉄瓶、 丸のこ・ドリルなど電気工具、孵卵器、おがくず、稲藁、ドラムコード、チェンソー、草刈り器、ミンサー、 断熱材、ペアガラス、洗面台、管理器、水道ホース、木樽、米、野菜、果物、猪、温水器、下水道管、 ラチェットなどの工具一式、子供用品、ドラム缶、コンクリート枡、サッシ付きペアガラス窓

魚屋さん:あら(鶏のエサ)









ラジオ・新聞・テレビに出演しました

・5月26日 : 広島 RCC ラジオ "新里カオリのうららか日曜日"に出演。雨水の利用について対談

・8月24日 : 日本海ケーブルネットワーク "旬刊トリコレ" Kouta の出張料理と自給自足の暮らし特集

・10月27日:日本海ケーブルネットワーク"ざっくばらん"多様化する若者の働き方・生き方をテーマに

鳥取環境大学学長山田修平さんとヴァイオリン製作者岡野荘人さんとの3者対談

・10月31日:3者対談の様子と内容が日本海新聞に掲載

・12月21日:日本海テレビ"スパイス"謎の出張料理人 Kouta が三朝の食材を使って、現在行われている

三朝温泉850年記念祭にて献立を考え、料理を作る過程と試食会の様子を特集

ふみちゃん ~ イベント・焼き菓子・畑 ~

津山でゆきちゃんを出産し、4月にふみちゃんとゆきちゃんが三朝に帰ってきて、古民家での3人暮らしが始まりました。私が怪我をして苦労もかけましたが、ふみちゃんはゆきちゃんを育てながら、家事をして、焼き菓子を作って、畑を耕し、イベントを開催したりと、ゆきちゃんのためにも、がんばりました。

6月23日: OneDayCafeひふみ(Kouta家) 12月3日: お餅つき(Kouta家) 10月28日: 赤ちゃん運動会(三朝村公民館) 12月6日: ゆきちゃんお誕生会(Kouta家)



去年から家の近くに1反の畑を借りて、無肥料・無農薬で、できる範囲から野菜作りを始めました。



ふみちゃんのページ



里帰り出産をした後、暖かくなった三朝へと帰り、出産前にきれいにした古民家での暮らしがスタートした4日後、父ちゃん(こーた君)が丸のこで足を切り病院に運ばれました。入院とまでは行かなかったのですが、まともに歩けないため父ちゃんの実家でしばらくお世話になることに。産まれて4ヶ月のゆきんこ、母実家 三朝 父実家と点々と場所が変わっても大して動じることもなく夜もぐーっすり寝てくれたり、いつもご機

嫌でいてくれました。土下のお父さんお母さんにずいぶんとお世話になった後、4月末やっと三朝生活がスタートしました。引っ越し、古民家での新たな暮らしの空間作り、初めての子育てと、いろんなことが一度にきて何だか心が落ちつかず、沈み込んでしまうこともしばしば…でもやっぱり元気をくれるのは父ちゃん、そして何よりゆきんこ。笑った 寝返りした 座った!!と子どもの成長は1つ1つに感激。自然とこちらを笑顔にしてくれるのは赤ちゃんマジックだなあとしみじみ思いました。

暮らしの方は、家という箱はあってもまだまだ必要なところはそろっておらず、暮らしてみて、あれが困った、ここが不便だと気づくことがたくさんありました。でも、電気、水道、大工と何でも自分でしてしまう父ちゃん。私が困ったと言えばあっという間に解決してくれる。あっという間にということはつまり、機能重視、見た目二の次ということでもあり、女の私としては、もうちょっときれいにとか、見た目も大事に…と注文もしたくなります。文句の多い嫁だとぷんぷん起こる父ちゃんに、「快適な暮らしがしたいんじゃない、でも心地いい暮らしがしたいんだな」と、またまたあれこれ要望する、やっぱり文句の多い嫁であります。

子育てに少しずつ余裕が出てくると、家の近くにお借りした畑で野菜を育ててみました。夏の朝、ゆきが起きる前の1~2時間、畑仕事をしているとすがすがしい気持ちになりました。子育てをしていると昼寝してる間にあれをしてこれをして、起きてる間もできることの優先順位を決めてなるべく段取りよく(できていませんが)と、頭を動かしながら行動してる(つもり)なので、畑を耕してると無心になれる自分がいて、やっぱり私は畑仕事が好きだなあと思います。とは言え、毎日畑に通えるわけでもなく、すぐに草ぼうぼう、虫にもしっかり食われ、何もしていない自然農(?)の野菜たち。成長はいまひとつでしたが、ゆきの誕生日には小豆(赤飯)、大豆、大根、人参(五目豆や酢の物)、ねぎ、水菜など収穫したものを使って料理ができたことは、本当にありがたく幸せなことでした。まだまだ自給率はほんのわずかなので、もっと上手に作れるようになって、我が家の食事や父ちゃんの出張料理に使えるようになるといいなと思います。

また、イベントに出店したり、赤ちゃん運動会やお餅つきなど、近くの子育て同世代の方たちと一緒に楽しめることもしました。イベントはお菓子で出店したので、ゆきが寝た後で仕込み、おんぶしながら販売。毎度毎度ゆきには当日我慢させてしまったり、私が疲れてヘトヘトになったり、「もう今回で最後にしよう」とその度に思うのに、のどもとすぎれば忘れてしまい、あれこれ出店させてもらいました。でもこうして外に出ることは、私にもゆきにもいい刺激と気分転換になり、いろんな人との出会いもまた感謝感謝でした。

暑い夏が過ぎふと感じたことですが、日中暑くても網戸にしていれば時々風が吹いたり、夜も涼しく過ごせたりと、クーラーがなくても過ごせたり…。山や川があるここでの暮らしは、私が子どもの頃だった20~30年前のまだ温暖化が盛んに言われる前の生活ができる場所だと感じています。(私だけかも?)冬になり本格的な寒さがやってきます。三朝で冬を越すのは初めての私。寒さが大の苦手で大丈夫だろうかと心配ですが、薪ストーブと温泉で、今のところ夏より快適な生活をしています。冬はお家でぬくぬくこぢんまりと、春になったら、もうきっとゆきもスイスイ歩けるようになっていると思うので、一緒にお散歩したりあちこちお出かけしたりしようと思います。今年も人、物、場所、いろんな出会いを楽しみに、暮らしも大切にしていきたいと思います。









ゆきちゃんのページ

我が家はいろんな方がよく来て下さったり、出かけたり、また三朝に帰ってからほぼ毎日温泉に通っていることもあり、ゆきは人慣れしているというか、人見知りがほとんどありません。温泉に行くといろんな人に抱っこしてもらい、かわいがってもらったり声をかけてもらうのが本人も嬉しいのか、抱っこして歩いていると、見知らぬ人にも愛想をふりまいています。 1 歳の誕生日が過ぎて、バイバイをしたり名前を呼ばれて「ハーイ」と手をあげたり、おでこに手をあてて「ごめんなさ~い」とおじぎするなどの芸当も身につけ、まわりを笑わせてくれることも増えました。お散歩に行くと近所の方が声をかけて下さいます。ゆきがいてくれることで、私1人では広がることのなかったつながりを作ってくれ、本当にありがたく感じています。







また、我が家に産まれてきて当然といえば当然ですが、ゆきは食べることが大好きです。大人が食べていると自分も欲しいと「あ゛ー!!」と叫んで要求します。その姿は周りのみんなに笑われるほど。おかげで何でもモリモリ、すくすく大きくなっています。動くことも大好きで、4ヶ月で抱いている私のひざの上をぴょんこぴょんこはねたり、たっちができるようになると父ちゃんの肩車で大はしゃぎ、今でも大好きです。10ヶ月で台所に作った柵に1人で登って喜んでいる姿は0歳とは思えません。自由に動けるようになると、どこまでパワフルになるのか楽しみでもあり、ちょっと心配でもあり(!?)

ゆきが産まれて1年、よくみんなはあっという間に時間が過ぎると言いますが、私は ゆっくりのんびり、濃密な時間が過ごせていると感じます。今のところ子育てしていて、

ゆきに対してイライラしたり怒ったりしなくて過ごせているのは、もちろんまだゆきが小さいことや私が年をとっていることもありますが、時間の余裕が一番大きいと感じます。私が決まった仕事についてないからこんなことが言えるのですが、私にとっては時間の余裕が心の余裕に即つながっていて、たまに時間に追われて出かけたりする日は、気持ちが焦って心が落ちつかないことがあります。今の環境で子育てできていることに本当に感謝です。

春になり外遊びができるようになったら、子ども達が遊べる空間を作っていきたいと父ちゃんと話しています。 ゆきに会いに、我が家に遊びに、ぜひみなさんいらして下さい。



お世話になった方々の言葉

はるさん (八頭町、つきとおひさま)

こうたくんとは、今年は色々コラボもさせてもらったり、お 手伝いもさせてもらったりで、とっても勉強になりました~。

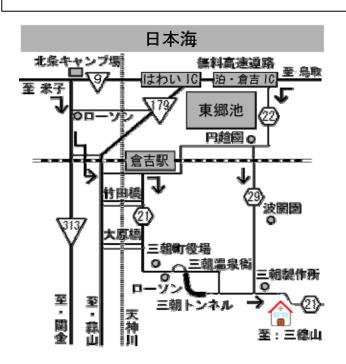
仕事 = 遊び = 暮らし・・・みたいな生き方がしたい私にとって、こうたくんの生き方はまさにお手本です。鳥取にこんな人がいてくれて、ほんとに感謝だな~と思います。これからますます、ふみちゃんゆきちゃんとのご家族の生活も楽しみです私もたくさん参考にさせてもらって、子どもたちや周りのみんなと、楽しく豊かに、自然な暮らしをしていきたいな~と思います。いつもありがとう~~

堂下さん (岡山県美咲町、陶芸家・谷の窯)

幸田くんとは、色んなモノやコト、もらったりあげたり。そんなことが自然に当たり前にできる関係が楽しい。こんな関係がもっと広がればいいのになー、いや広げていこうお互いに。きっと今の時代に必要なのはこういうこと。未来にも。Give economy, Bay foward. ありがとねー、これからもよろしくー。

手塚さん(鳥取市、えねみらとっとり共同代表)

青空のもと、新緑の柿の木の下でワイワイいただいたランチ気持ちよくておいしくってしあわせな時間だったぁ。手回し発電機とちいさなマイ発電所(独立型太陽光発電システム)を、おひさまの下で作ったね。行くたびに進化してて、また来たくなる Kouta 家は、未来は創るもの、一緒に創ろうってワクワクせずにはいられない、可能性のおもちゃ箱です。今度は、ピザ窯で焼ける香ばしいピザを待ちながら、エネルギー自立のいろんな仕かけや未来のデザインをおしゃべりしよう!



石井さん(八頭町、フェアトレード・オーガニックのお店 てまえみそ) 私は kouta くんに憧れています。田中優さんが観客ではなくプレイヤーに。とよく言ってますが、私はきっと、kouta くん的生活ではずっと観客なのだろうと思います。高度経済成長期の幼少期に育ち、バブル期が青春という育ちの私にとっては kouta くん的生活は実生活では考えられない、ずっと憧れなものなのです。経済にとらわれず、本当の意味での人間らしく豊かに生きていくこと。会社に属し、満員電車に揺られ、時間の切り売りをして、本物の暮らしをすてて生きることが少し「しょうーがない」って

でも kouta 君は人間らしく生きていくために、心と体と頭をちゃんと働かせて、工夫して、誰かに指図されて働いたりなんてしないし、少しでも暮らしがよくなるようにとこころがけている。ないものはつくれるし、鶏 40 羽とも共生でき、いのししの肉からもおいしい生八ムも作れる。もちろん鶏をさばき、内臓の位置や、おいしくするためのスキルもしっかりありこれぞ生きる力なんだと昨年 1 2 月の命をいただくワークでもおもいしりました。

思ってた自分がいました。

足りないもの、欲しいものは安いものをネットで見つけて買い、しかも、翌日手元に届いたりすることがもう当たり前の世の中で、「使えるもの、ただでいっぱいもらえますよ~」とニコニコ言い放つ kouta 君。ムリとか我慢とかじゃなく、むしろ楽しく、また生かせることに喜びを感じでいる。

私はまだまだ一観客に過ぎませんが、この世界観のすんばらしさはすんごくわかっているつもりです。これからも kouta くんのそばでずーーっといいねを押し続け、シェアして広げて、これから人々の暮らしや経済や生き方そのものに頭を抱える人々の希望の光になってくれたらと思っています。観客からプレイヤーデビューの一歩になるのか・・

koutaくん、鶏の件本気で考えていますのでよろしく。

いちまいのおさら 代表 : 幸田 直人

〒682-0136 鳥取県東伯郡三朝町坂本 1608-3

TEL/mail: 090-7997-3321 kouta.naoto@gmail.com

blog: http://blog.canpan.info/osara/facebook:幸田直人 skype:koutanaoto

メーリングリスト会員も募集中!

希望者は上記のアドレスにご連絡ください