

プロローグ

第一章 人生の舵を切る

原体験

長い家出

自然の中の仕事

住むべきところを探して

第二章 家は買うものじゃない、建てるものだ

人生で一番貧乏になつた日

基礎が大事

愛・地球博という原動力

人力でログハウスを建てる

機能する母屋を建てる

コラム1：田舎暮らしの7つ道具

40 33 30 28 26 22

第四章 暮らしから見えてきたこと

いいことばかりじゃないんだよ

地域とのお付き合い

田舎暮らしとお金

コラム4：かとうさんちの家計簿

もらうとあげるのバランス

子育てにこだわる

地域と移住者

暮らしぶりの着地点

コラム5：学びの情報

21 15 13 10 8 7 3

第三章 農的暮らし

田んぼを観る目

コラム2：新規就農のススメ

自然とのやりとり

イノシシを食べて生態系の中へ

妻が輝く暮らしぶり

コラム3：暮らしの図鑑

2



エピローグ

93 92 91 90 87 84 83 80 78 74 73 65 60 57 51 50 42 41

高 草 プロlogue

東京の新宿から河口湖行きの高速バスで1時間30分。富士急ハイランドに着く少し前に都留（つる）市という町を通りすぎる。

人口約3万4千人。有名な観光名所はないし、全国に知られる特産品もない町だが、自然にだけは恵まれている。

町のほとんどの人は市街地にくらしているが、中心部をほんの少し外れると、夏でも冷たい富士山の湧水（ゆうすい）を流す桂川（かつらがわ）（相模川の源流）が流れ、森に入ればムササビやイノシシ、サルたちの世界が広がっている。

僕は今、この都留市のはずれに660坪の土地（山の一部、といったほうがわかりやすいかもしれない）を買い、大勢の人たちの助けを借りて土地を開拓し、家を建て、妻の美里（みさと）と3人の子どもたち、愛犬のモモといっしょに暮らしている。

田んぼで米を作り、庭で野菜を育て、カモやニワトリなどの動物も育てている。

朝になると、窓から思いつきり朝日が差しこみ、家族全員で力を合わせて育てた米と今摘んだばかりの野菜と産みたての卵を使つた朝ごはんを食べる。

子どもたちが学校や保育園に出かけると、僕は農作業をしたり、仕事に出かけたりする。妻の美里（みさと）は近所の若いお母さんたちを集めて料理教室を開いたり、アートセラピー教室をやつたりしている。

夕方になると、裸電球の下でふたたび家族全員がそろつて、丸いチャブ台を囲むのが加藤家の日課。夏には家じゅうのドアや窓を一日中開け放し、森の風を家じゅうに取りこむ。虫やヘビや動物たちも一緒にやつてくる。

テレビはなくとも、子どもたちは絵本を読んだり、家畜とおしゃべりしたり、野性動物を観察したりして、ここでしか学べない経験を蓄えていく。美里（みさと）の家事や僕の野良仕事をお手伝いしながら、暮らしの知恵も勝手に身につけて少しずつ大人になっていく。

僕は、米を作ることも、森で子育てをすることも、地球の大きな生態系の一部として生きることだと思っている。ニワトリの卵をいただいて食べるのも、廃材をかき集めて小屋を建てるのも、次につながる自然のサイクルの一部にすぎない。

地球のリズムで生きようと決心し、僕らがこの暮らしを始めて5年がたつた。やつてみたら「やっぱりこれだ」と確信した。

現金収入は少ないかもしれない。でも気が付いたら僕にはすでに家があり、家族も仲間もいて、食べ物も十分に作れる自信がついた。ほかに何がほしいかと聞かれてもそんなに多くの答えが見つからない。

そんな僕らの暮らしは、本当にたくさんの人たちの支えによって出来上がってきたものだ。家づくりに力を貸してくれた人たち、農業を教えてくれた人たち、僕らを受け入れてくれた地域の人たちがいなかつたら、今の暮らしはできなかつた。

だから、僕らを助けてくれた人たちに、どうやつたらお返しができるかを考えてきた。そしてひょっとしたら、僕のこれまでのことを本に書いて紹介することで、将来の生活をどうしていくべきか悩んでいる人、今の暮らしに生きにくさを感じている人たちに、こんな生き方の選択だつてありだ、ということを伝えることができるのではないかと思つた。

この本が、どこかの誰かにとって、生き方探しへの最初の一歩の後押しになればと願つている。



家は買うものじやない建てるものだ

人生で一番貧乏になつた日

「生態系に根差した暮らし」の中でも決定的なのは「家」だと思う。家は人間の暮らしのなかでもっとも基本的な部分だ。家を作る行程は非常に充実した日々だった。初めて取り組む作業

が毎日ある。と言うことは、不安や期待などが渦巻き常に心が不安定な状況に陥るのである。

土地を買い、暮らす場所が決まったものの、僕には土地を開拓した経験も、



開拓初日、今の暮らしはこの日から始まった。

仕事をいただけるようになった。
アースコンシャスという僕の事業者名と同名を掲げて社会貢献事業を進めることで、社会貢献事業の中核の部分を請け負わせていただくことにもなつた。

僕はそうした仕事を続けて収入を得ながら、世田谷と都留を通いながら家づくりをすることにした。

世田谷の家は幸いにもインターの近

くにあつたため、都留までは1時間ちょっとで着いてしまう。朝5時ごろに家を出発して、朝から作業をし、夜には家に帰る。そんな体力勝負の生活が始まつた。

土地を買ったといつても、山の斜面のままで家を建てることができない。僕の土地は、660坪もありながら、家を建てるための平らな場所がほとんどないのだ。



完成予想図。まずは何をしたいのか?描くことだ大事だ。

僕らの計画はこうだ。

まずは土地を平らにして、最初にコンパクトなログハウスを建てる。

その後、出来上がったログハウスに暮らしながら、古家を改修して、母屋を作っていく。

一体どれくらいの時間をかければ住

僕は土地の購入に自己資金のほとんどを使い果たした。だから、どのクレジットカードがまだ使えるのか、次の引き落としの日はいつかを気にしながらの状況にまで陥つた。人生で一番貧乏な時だったともいえる。これでは家どころか、明日のお米を心配しなければいけない。そんな状況であつても、独立した時に決めた「やりたい（情熱を傾けられる）仕事だけをやる」という自分のルールにはこだわっていた。

不思議なことに、そんな状況になるとあちこちから環境教育や企業研修の

自分で家を建てた経験もなかった。僕は土地を購入することにこだわった。なぜかといえば、長野での事業で学んだことは、自分の土地じゃないと、土地を取り上げられた瞬間に失うもの多かつたからだ。自分の土地だったら、ゆっくりでも地道に作り出してさえすれば、継続すること 자체を失うことはない。

成功的の保証はないが、とりあえず試してみたかった。

春先には、あまりにもまばらに植えられた苗をみて、近くの農家仲間のおじいちゃんが「いつ、田植えするんだい?」とか、「もう一回、田植えした方がいいんじゃないか?」と言っていた。

だが、時間はかかったけれど、夏ごろになると太くて頑丈な稲になつた。このころには見るからに慣行農法の田んぼとは全然違つた「すすき」のような頑丈な茎と葉になつた。

春に心配してくれたおじいちゃんも、「いい田んぼができるじゃないか!」「明らかにこの田んぼは違うな!」と声をかけてくれた。

すごく嬉しかったけど、なんだか恥ずかしいから、「ありがとうございまます」とだけ、返した。

この年は、過去最高を記録するような猛暑であったが、山間部のお米は出来がいいようだ。

都留市の地域では例年よりも稻刈りが10日以上早く始まつた。近くの田んぼの風景はすっかり黄色くなつて頭を垂れているから、そろそろ刈り時なのだろう。

僕の田んぼは合鴨を入れていたせいか、まだまだ葉っぱが青い。生育も順調で大きな粒がたわわに実り、大きく垂れている。

一般的に肥料を入れ過ぎると稲が長過ぎて倒れてしまうが、無肥料ということもあり、僕の田んぼはまったく倒れていない。

周辺では稻刈りが半分くらい終了するころになつても、僕は稻刈りをしなかつた。

作物に対する判断基準は慣行農法でもなく、新しい技術でもなく、農業カリスマの本でもなく、観察だ。

今、実際に田んぼに育つた稲を見るところを観えるか? が大事だ。それ自体を「稲と会話する」とも言える。

さらに、冬、寒くなつたら合鴨も美味しいかなつて食べられるだろう。

まだまだ改良の余地があるが、もつと工夫して、もっと健康的に、たくさんとれないけれど安定してとれる、お米作りを目指していきたい。

僕の田んぼの稲は充分に実が付き、穂が垂れているが、まだ葉が青い。これはどういうことか?

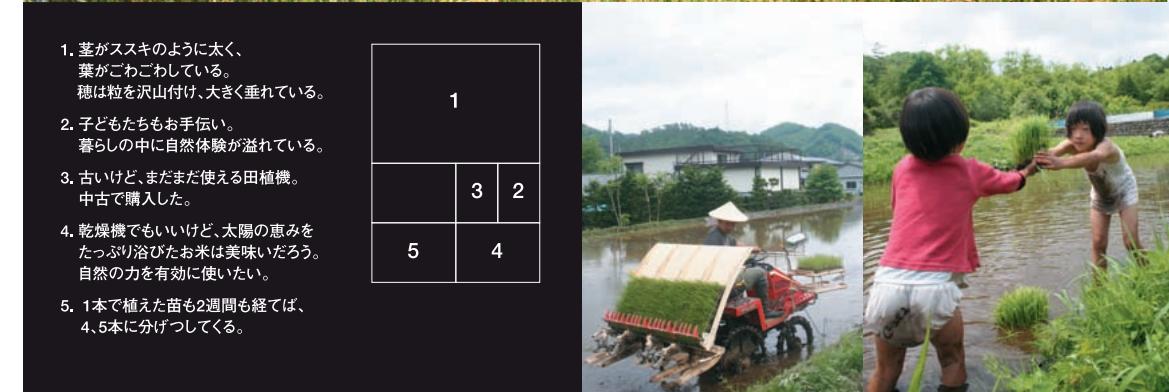
自分なりに想像する。

まだ、光合成をして栄養分を吸っている。できた栄養を次世代に残そうと穂に送り続けている。さあ、寒くなつてきた。最後の最後まで穂に栄養を、そして、優位な子孫を残そうとしている。

「そうしているに違いない」

あくまで推測だが、そこに農作物と付き合う面白さがある。

農家になつて2年目、農作物との付き合いも、天気とのかけひきも楽しくてたまらない。



【にわとり】



にわとり10羽くらい。毎日新鮮な卵を提供してくれる。
時にはお肉も提供してくれる。
庭に放せば、ニワトリの目線よりも低いものは何でも食べる。
雑草やムカデなどの害虫を食べてくれるので都合がいい。
エサもあげているけれど、
野性のものを沢山食べているので、
肉にも卵にも野性の力が詰まっている。

【廃材建具一式】



愛地球博のパビリオンの扉、お寺の解体材、
閉店した材木屋さんを片付けて出てきた沢山の木材。
建築を安くあげたいなら
廃材を集めておくことをお勧めする。
こまめに情報を集めて収集し
雨が当たらないように保管しよう。
廃材を利用すると味のある建物ができるはずだ。

【天ぷら油で走る車】



天ぷら油を1ミクロンの精度で濾過して、給油口に注ぐ。
ただそれだけで燃料になり車が走る。
工場に頼んで作ってもらった独自の部品が取り付けられている。
近所はもちろん、遠方の出張もこれで出かける。
現在、トラクターで燃料の比率を50%にして実用できるか実験している。
少しでも地球環境に配慮したい。

【野鳥とヤマネズミ】



冬の季節は野鳥も
ヤマネズミも食べるものが少ない。
ひまわりの種を置いておくと
沢山の野鳥が集まってくる。
ふと外を見ると
ヤマネズミがクルミを食べていたりすると、
野生生物に囲まれて
暮らしていることが自覚できる。

【合鴨】



合鴨農法で活躍している合鴨たち。
彼らのおかげで美味しいお米が穫れる。
気候の不順や外敵などで半数程度は命を落とすが、
生き残った強い合鴨の子どもを使えば、
強い個体が残っていく。
朝早くお腹がすくと「ガーガー」と鳴いて人間を起こす。
おかげで寝不足気味だ。

【家畜小屋】



大学生たちと一緒に立てた4m×4mの小屋。
完成までに5日くらいかった。
昨年更に4m×4mを増築。たったの3日で完成した。
これで、4棟目だけに、作る段取りや、
強度的な構造なども何となく解ってきた。
床には未完熟の堆肥を敷き、糞尿がいつも乾燥しているので臭わない。
その堆肥をニワトリがエサを探してひっくり返すので、
半自動の堆肥製造所でもある。

【太陽光発電機】



愛地球博で展示してあったネグロス電工製太陽光発電機。
バッテリー内蔵式でコンセントをつなげばそのまま使える優れもの。
発電量は少ないが、家自体の電力消費が少ないので
照明だけならかなり貯える。
夜中まで使用すると突然“ぱちっ”と消えて、
通常電源に切換えることもよくある。

【チェーンソー】



1台目は林業に革命をもたらしたと言うスチール041AV。
61ccでパワフル。ちょっと重いのが難点。
今はスチールSM260。50ccを使っている。
軽くてパワーがある。お勧めの機種だ。
暮らしの中で薪を使うなら、
チェーンソーは必須アイテムだ。
チェーンの刃を研いだり、
メンテナンスもできる必要がある。