

自然と暮らし、自然に学ぶ、豊かな暮らしを考える情報誌

ご自由にご覧を
TAKE FREE

2019.3
Spring Issue

#30

ふんわり

[宮城版]

位置について!
ヨーイ、
どん!

山仕事

くりこまくんえん

サステイナブルライフ森の家
家と一緒に気持ちまで
「建てて」いけた!

ふんわりズム、 ふんわりスト。 ism + ist

すたじおどどいち

STUDIOどどいち

早坂 良枝さん

Yoshie Hayasaka

チーズの風味を大きく左右するのは菌の働きによるところが多いけれど、大手は、チーズに使う乳酸菌をヨーロッパから輸入し、大量生産しているため、似通った風味になってしまいます。良枝さんが目指しているものは、原料乳を活かし、この地の環境だからこそできるチーズです。ここならではの味を引き出すためには、土地に向いている菌を地場ものから起こすことも必要になります。これからは、菌を自作し、この土地だからこそできるチーズをつくりたい。チーズの種類も増やしていきたいと夢はひろがります。一斉に緑が芽吹き、土の下にいる生きものも顔をもたげてくる春の訪れとともにまた訪れたい「STUDIOどどいち」でした。



大事に大事に作られるチーズ。
ラベルは良枝さんご自身によるデザイン。

data & information

<https://www.studiododoichi.jp/>
〒989-4303 宮城県大崎市田尻大沢百々ター48
<https://www.instagram.com/studiododoichi/>

それぞれの場所で輝きながら、
スツと立っている人がいます。
しかも、ふんわり。
そんな人たちに、会いにいきました。
ふんわりの、巻頭リレー。



足元を見直して。

海原のように広がる田畑。その向こうには奥羽山脈の連なりが浮かび上がり、すぐそこでは鳥たちが落ち穂をついばむ。この風景の一角にチーズ工房「STUDIOどどいち」はたたずんでいます。

「この風景は農業をしていることにつながる風景なんです」キラキラ目を輝かせながら人懐っこい笑顔を浮かべるのはここで手作りチーズをつくっている早坂良枝さん。この地で子供の頃から農作業を手伝ってきた良枝さんにとっては、自然な形で「農業」はありました。高校卒業後は、迷いなく北海道の酪農学園大学に進学。北海道で土や草つくりの基礎を学び、現場で働きながらチーズつくりの技術を習得しました。

良枝さんが地元に戻ってきたのは、東日本大震災の2年前。食、環境、建築、ものづくり、コミュニティづくり……「おもしろそう」と思うと全身で飛び込みます。震災後、新しい出会いに刺激を受ける中、



f-ist
30

Yoshie
Hayasaka



- 02 ふんわりズム、ふんわりリスト。
STUDIOどどいち 早坂良枝さん
- 04 くりごま高原自然学校
工房はひふへほ ドリームキャッチャー
- 04 すがっちコラム
- 05 手のひらに太陽の家
大きい手、ちっちゃい手が合わさった「大床メンテナンス会」
- 06 サステナライフ 森の家
家と一緒に気持ちまで『建てて』いけた！
- 07 しんりん
眠れる森への招待状 山仕事のパートナーVII
- 08 くりごまくんえん
山仕事
- 09 ふんわりレビュー エコノザウルス カウントダウン
- 09 ふんわりグッズプレゼント
- 10 イベントカレンダー
- 12 わたしたちのこと
- 12 ファンワリポート！ くりごま山ベイク



05 04

Cover Photo

私も薪割りのお手伝い！「森のようちえん春の親子キャンプ」のひとつコマ。(場所：くりごま高原自然学校)



08



この印刷物は地産地消・輸送マイルージに配慮したライスインキを使用しています。

ふんわりではホチキスを使用していません。リサイクルするときのことを考えて、このような形でお届けします。ちょっと不便だけどちょっとやさしい。どうかご理解ください。

編集長
ぼすとすくりふと

フリーペーパー「ふんわり」は今号で30号となりました。これまで支えてくださった皆様ありがとうございます。四季のはっきりしている東北で新たな春を迎えるという喜びとともに今号を発行できることに喜びを感じています。新年度も皆様の暮らしの傍らにふんわりと寄り添えたら幸いです。

No staples.
ホチキスを
使わずに。

ドリームキャッチャー

材料◆ハサミ、ツルの輪1個、シニュー 180cmくらい、ビーズ小1個、ビーズ大2個、鳥の羽1本

1◆ツルの輪に8等分や12等分の印をつける。2◆付けた印に合わせてシニューを巻きつけるように編んでいく。完全に1周させずにつ手前で止める。3◆2周目は1周目でできたシニューの輪に対して編んでいく。4◆4周くらい編んだら、ビーズ小を通して再び編む。(このビーズは蜘蛛に見立てたもの)5◆中心まで編んだら、同じ場所で3回編んでシニューを固定する。6◆羽根の軸に余ったシニューを結んで、ビーズ大を通す。7◆余分な羽根の軸はハサミで切って、ビーズから出てきたシニューでツルの輪に結び付ける。8◆完成

ネイティブアメリカンに古くから伝わるお守りのひとつです。クモの巣のような網が悪い夢を避け、良い夢だけをつかむという言い伝えがあります。新たな春の幕開け、ドリームキャッチャーでいい夢をゲット!!



塚原俊也

くりこま高原自然学校のアクティビティ担当。運営から指導まで八面六臂の大活躍。静かに燃える意志は炭火のように強く温かい。



工房

koubou

つちちゃんが見たり・聞いたり・教わってきた、暮らしに使えるクラフトをご紹介します。

はのひふへほ

刀 火 歩 平 穂

SUGACCHI COLUMN

栗駒山暮らし×子育て 日記のような、手紙のようなふんわりコラム

今年の冬も、寒かった。でも、寒い雪の暮らしの中でも、心をあたためてくれる出会いや、たくさんの助けがあって、無事に春を迎えることができました。

自然学校には日本語・世界じゅうからたくさんの方がやってくる。6歳の長男は、これまで何十人も異なる文化を持つ人たちと、共同生活をしてきた。ボランティアやインタンなど、たくさんの訪問者があるけれど、「Wooof(ウーフ)」という仕組みを利用して、外国人の滞在者も多い。ウーフとは、「食事・宿泊場所」と「刀」そして「知識・経験」を交換する仕組み、ということになっている。お金を介さずにお互いの持っているものを交換する仕組み。実際に見たり体験してみればきっとすんなり理解できると思うけれど...

ウーフで来る若者たちは、「遅うライフスタイルを体験してみたいから」と言う。将来自分もどこかで農園や田舎暮らしをしてみたいけれど、いろんな場所のいろんな家族の暮らしを見てみたい、と。それもわかる気がする。日本狭し、とはいえず、ここ耕英地区ひとつとっても、独特なだけから、山の中の開拓地というわけなので、い



すがっちとくりこま高原自然学校のスタッフで3児の子育て中。天性のホスピタリティで来る人々をもてなし続けています。栗駒山にお越しの際は、自然学校にも、いらしゃい!

ろんなもの・ことが不便で当たり前。たとえば、ごみの収集は月に2回だけ。12月から翌4月中旬までの積雪期は、収集そのものがない。必然的に、ごみを出さないよう意識するし、買うことは簡単でもリサイクルすることは難しく、頭を使う。生活は人それぞれ。都市部や都会と比べてもしょうがないのだけれど、私にとっては不便くらいで人間苦労したほうがいい、とさえ思っている。

とはいえこんな山の中に住んでいることに価値を感じて来てくれる人がたくさんいるということが、なによりありがたい。大人でも、大人ほど、厳しい自然の中で日々を過ごすことに、少し停滞した気持ちになっってしまうときもある。そんなときに、新鮮な話題や新しい知識を与えてくれる人との出会いは、山の暮らしではとても貴重。同じ食材、同じキッチンで料理するにしても、料理人が変わるだけで全然違う味になるし、異国の食べ物を味わうこともできる。ここ数年、東北から出ることもなく暮らしている私でも、こんな形で多様性を感じる暮らしができる。栗駒山の恩恵のひとつと実感している。K

手のひらに 太陽の家

tenohira-press | 通信 |

大きい手、
ちっちゃい手が
合わさった
「大床メンテナンス会」



2012年にオープンした「手のひらに太陽の家」。当初はどこもかしこも「まっさら」だった家もオープンより7年が経ち、疲れが出てきています。去る2月17日、一番がんばってくれているホールを、みんなでみがきました。人が集まるのか、心配していたにも関わらず、当日は大勢の皆さんが助っ人に駆けつけてくださいました。

大人が機械で床をみがいている間、子どもたちは2階でおにぎり部隊。小さい



るいろのかわいいおにぎりができました。キッチンでは、お昼のはつことおやつのがんづきづくり。はつとはご近所さんから頂いた鴨肉入。おいしかった。そうきんがけ、ワックスがけは大人も子供も一緒にがんばりました。サンディングしたあとを裸足で歩くと、足が吸い込まれるようになじます。そのあとウエスを手に、丁寧にワックスを塗っていきます。大きい手、ちっちゃい手、それぞれの手でできることをしました。傷が完全にとれたわけではありません。それは、この家が生きてきた「深み」として残っていたけながら一皮むけてさっぱり。

手のひらのスタッフだけでは、この仕事はできませんでした。ご参加いただいた皆さま、ありがとうございます。今後とも「手のひらに太陽の家」をどうぞよろしく願います。

手のひらに太陽の家
TEL 0220-23-9755
E-mail tenohira@kurikomans.com

facebook 手のひらに太陽の家プロジェクト

検索



mont-bell

ご興味のある方は
手のひらに太陽の家までご連絡ください。

手のひらに太陽の家では研修宿泊、ワークショップ、イベント時のレンタルスペースの利用など、ご希望にあわせてご相談に応じます。ぜひ一度お気軽にお問い合わせ下さい!

「Mont-bell」営業しています
楽しいイベントも開催中です!





住まい手 インタビュー



「家族が愉しめる心豊かな場を、少しずつ作っていきたい。」とUさんご夫妻。

家と一緒に気持ちまで『建てて』いけた！

土地探しの最中にサステイナさんの事務所を偶然見つけ、この感じの木の住まいが良いな、と思ったのが出会いのきっかけでした。

知れば知るほど、体感すればするほど、「住みながら家も成長していく」という、サステイナさんの家づくりに共感。夫婦でどんな暮らし方、どんな生き方がしたいのかと考え、家と一緒に自分たちの気持ちまで『建てて』いけたように思います。

自然豊かな北側を借景に取り込むプランの提案には、完成してみても想像以上に感動。夜の明かりの感じを確かめるために、少しずつ照明を足していった事も楽しい思い出です。丁寧につくっていただいた住まいを、自分たちでじっくりと育てていきたいと思っています。S



存在感のある薪ストーブは空間のアクセントとなり、柔らかな光の炎は住まう人の気持ちも癒やしてくれる。



自然をつなげる
持続可能で豊かな暮らし



サステナライフ森の家

山仕事の パートナーⅦ



林道に路の臺をみつめました。春ですね。今回は、「 Yunbo 」でおなじみの、一般にはバックホウ、油圧ショベル、パワーショベルと呼ばれる、作業車のご紹介です。建設や土木の現場でよく見かける Yunbo は林業の現場にも欠かせない存在です。

工事現場と違って Yunbo が山で作業をしている姿はちょっと想像しづらいかもしれません。でも、もっとも想像してみても下さい。山のお手入れをする為に欠かせない道づくりは？そう、 Yunbo が主役です！道づくりだけではありません。伐倒の時も Yunbo は大活躍。倒したい方向へバケット



(Yunbo の先っちょの部分) で押して確実に倒す、なんてことも可能です。モノを掴むことができるバケットを付ければ、木を持ち上げることが出来ます。トラックへ丸太を積み込んだりするのも Yunbo は欠かせません。

そしてなんと、林業の為に開発された専用のバケットも存在します。その名も「ザウルスロボ」。すごい名前ですね。ザウルスは、それまで別々の機能だった掘る、掴むが同時にできてしまう、名前のとおり凄いロボ。しんりんにも一台あります。

時々ですが Yunbo の体験プログラムなども行っています。ザウルスロボ付きの Yunbo に乗ったら、ガンダム？あるいはエヴァンゲリオン？の気分が少し味わえるかもしれません。ご興味のある方は是非お問い合わせ下さい！☑





山仕事



息をあわせて、
軽快に伐倒。

2月始めの雪の積もった伐採現場に行ってきました。

くりこまくんえんでは、自社の伐採班にて伐採を行っています。

今回行った時には赤松を伐倒する所でした。

松の木の下は急斜面。さらにその下には大きな池があり、そのまま倒すと池に落ちてしまい引き上げることが出来ない為、重機で押さえつつ、倒す方向を微調整しながらの伐倒でした。

チェーンソーを持つのは昨年春に入社のK君!!

細心の注意を払いつつ、軽快な動きであったと言間に伐倒していました。

そして重機に乗るのはS君! 2人の息もピッタリあって、見ていて気持ちのいい現場でした! 



立木
買い取ります。

くりこまくんえんでは、立木の伐採をおこなっております。杉・松・広葉樹。どんな木でも大丈夫ですので、ご紹介ください!

担当スタッフがお伺いし、お見積りさせていただきます。お気軽にご相談ください。

KURIMOKU

株式会社くりこまくんえん

〒989-5401 宮城県栗原市鶯沢袋島巡44-7
☎0228-55-3261 info@kurimoku.com

<http://www.kurikomakunen.jp/>

本田 亮+椎名 誠 著

小学館

ISBN978-4-09-359203-1

くりこま高原自然学校
塚原俊也



エコノザウルスは止まらない。

人間を経済で肥大化した恐竜「エコノザウルス」に例えて、人間の活動によって悲鳴を上げている地球の環境問題をシリアスかつユーモアあふれるイラストで私たちに教えてくれる素晴らしい環境絵本です。

2008年に発行されてから10年がたった現代ですが世界の環境問題は深刻化しています。改めてこの本を手にして、ふんわりと軽やかにライフスタイルをシフトしていきましょう。☑

まへのほうに
ゆきがいっぱい
あった

緑色のコメント
ゆらさん(6歳)
「まへのほう(表紙)に
ゆきがいっぱいあった」

プレゼント応募はがきに
書いていただいた、
読者のみなさんからのお便りを
紹介します。

紫色のコメント
こうさん(3歳)
「たのしかったです」

▶ 2月に栗駒山で雪遊びを体験。日常と全く違う世界の中で夢のような時間。すべてが白くて、私の心も白くなりました。家族と過ごした時間でもあり、子どもの成長を改めて感じています。何度でもきたい場所です。(仙台市・Yさん)

▶ いつもすがっちコラムを楽しみにしています。山の中での子育て、共感するところや学ぶ事もたくさんあり、今後も期待しています^_^ (仙台市・Mさん)



イラスト: Kさん(栗原市)
「家が好きだから、家の絵を描いた。あとはトラック」

5月19日、 山開く。



栗駒山夏山開き (栗原市)

☑ 5/19日

栗駒山の初夏を告げる夏山開き。(宮城県側の山開き)「中央」コースなど複数のコースが登頂可能となる。「夏山」とはいつても、登山道にはまだ残雪が多くあるので、装備・服装はしっかりと調べて準備しましょう!
※山開き当日9時~(予定)から栗駒山「いわかがみ平」登山口にて登山者や観光客の安全を祈願する安全祈願祭も行われる。
◎お問い合わせ/栗駒山観光協会事務局(栗原市田園観光課内) TEL/0228-22-1151

GW栗駒山企画!

☑ 5/5日,6月

新緑の栗駒山、自然の中でいっぱい遊んでいっぱい食べよう♪子どもの日、ゴールデンウィークを最後まで、たっぷり楽しみましょう。

吉川忠英さんコンサートinくりこま高原自然学校♪

☑ 6/15日

日本のアコースティックギターの第一人者、吉川忠英さんのコンサートです。新緑の季節、心地よい時間をお過ごしください!

モンベルフレンドフェア横浜

MS 4/28日-29日

全国のフレンドエリア&ショップと、会員さまをつなぐスペシャルイベント!多彩な内容で丸一日楽しめます。

山への恩返し

MS ☑ 5/25日

毎年恒例、春の植林活動。荒地に木を植え森に還しています。是非ご参加下さい!

1 present!

手のひらに太陽の家
ロゴマーク入り
クリアファイルセット
A4サイズ・4色8枚セット
【3名様】



3

ふんわりと同じ
森林認証紙で作った
10x10x10cmメモ
【3名様】



2

森林木香 きりこり箸
【3名様】



ふんわり
グッズ
プレゼント

7 巻末の応募券と希望の番号・差出人の住所とお名前(プレゼント送り先)を書いてご応募ください。その際以下の項目もお書き添えくだされば嬉しいです。【①ふんわりを読んだ感想(気持ちや気づき・編集部へのメッセージなど)②プレゼントを選んだ理由・使い道③ふんわりを手に入れた場所】



春休み 山の暮らしキャンプ

☑ 3/27(水)-31日 (4泊5日)

小学1年生～中学生対象の冬休みキャンプ。栗駒山で暮らし体験＆冬の遊びを満喫しよう！

栗駒山アタックキャンプ

☑ 4/1(月)-5(金) (4泊5日)

メインプログラムは雪の栗駒山登山！雪中泊にもチャレンジします。小学5年生以上対象の冒険キャンプです。

森のようちえん・小学校

☑ 毎月1～2回、週末に開催しています。

テーマは「は・ひ・ふ・へ・ほいく」！自然の中で、大人も子どももリラックス♪

森のようちえん・小学校 春の親子キャンプ

☑ 5/3(金)-4(土) (1泊2日)

未就学児と小学生、その親子対象のキャンプです。森遊び、焚き火、アウトドアクッキングなど、親子で自然を満喫しましょう！

びいすかんぱにいい泊まり会 in 手のひらに太陽の家

☑ 4/28(日)-29(月)

小学1年生～6年生対象。屋内外遊び、野外炊飯などをして子どもたちだけで一泊二日を過ごしてみよう。問合せ・申込み：ボランティアサークル・びいすかんぱにいい(代表：千葉) 080-3142-4559 <https://peace-company.localinfo.jp/>



手のひらマルシェ～心と体のメンテナンス～

☑ 4/27(土)

マッサージ、整体、セラピーなど....男性も女性も日々の疲れをとり、様々な癒しを五感のすべてで満喫できるイベントです。



身体の声聞くヨガ

☑ 3/21(木祝)

会場：森の樹の家

【完成見学会】

ボーダーコリーと田舎暮らしを楽しむ家

☑ 4/13(土),14(日)

【完成見学会】

樹々のいびきを感じる家

☑ 4/20(土),21(日)

K くりこま高原自然学校

M NPO法人 しんりん

S サスティナライフ 森の家

T 手のひらに太陽の家

R くりこまくんえん

27	28	詳しい情報は巻末一覧から各団体HPをご覧ください。						
3	4	5	6	7	8	9	1	2
10	11	12	13	14	15	16		
17	18	19	20	21	22	23		
24	25	26	27	28				

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

1	2	3	4	5	6	
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

			1	2	3	4	5		
			6	7	8	9	10	11	12
			13	14	15	16	17	18	19
			20	21	22	23	24	25	26

わたしたちのこと。

ふんわりをキーワードに集まった私たち。
業種もフィールドも違うけど、ユニークでオンリーワンで、おもしろいことができそうです。

くりこま高原自然学校

☎ 0228-46-2626

宮城県栗原市栗駒沼倉耕英中 57-1

<http://kurikomans.com/>

栗駒山麓をフィールドに、栗駒山、ブナの森、世界谷地、湿原など大自然をご案内します。



手のひらに太陽の家

☎ 0220-23-9755

宮城県登米市登米町寺地辺室山 17 番地 1

<http://taiyounoie.org/>

東日本大震災で被災した子どもたちを受け入れている復興共生住宅。環境教育、企業研修、レンタルスペースなど多面的に事業を展開中。



KURIOKU

(株)くりこまくんえん

☎ 0228-55-3261

宮城県栗原市鶯沢袋島巡 44-7

<http://www.kurikomakunen.jp/>

伐採・製材・チップ・ベレットと一貫した事業を行っている、材木屋です。お客様が安心して暮らせる木材を提供しています。

NPO法人 しんりん

☎ 0229-25-4668

宮城県大崎市鳴子温泉字玉ノ木 70 番地

エコラの森内

<http://shinrin.org/>

森林再生と地域活性化を目指し、持続可能な森づくりとごきりの育成を実行中。



サスティナライフ 森の家

☎ 022-725-2775

宮城県仙台市泉区福岡字西森下 39-13

<http://www.sustainablelife.co.jp/>

地域の資源や職人の技術を次代に受け継ぐ、「サスティナブル暮らし」を提案する住宅会社。



記事執筆・お問合せ…
記事最後のアルファベットをご参照ください。

☒ くりこま高原自然学校

☒ NPO法人 しんりん

☒ サスティナライフ森の家

☒ 手のひらに太陽の家

☒ くりこまくんえん

ふんわりに広告を載せてみませんか。

詳しくは編集部までお問合せください。

ふんわり 第30号

[宮城版]

[2019年3月10日] 季刊(年4回発行)

ふんわり編集部

〒981-3225

宮城県仙台市泉区福岡字西森下39-13

☎022-725-2775

funwarinfo@gmail.com

twitter [funwari_miyagi](https://twitter.com/funwari_miyagi)

[freefunwari](https://www.facebook.com/funwarinfo)

Funwari report フワリレポート!

くりこま山バイク

栗 原市栗駒の六日町に
2018年7月にオープン
した小さなカフェです。手作りの
ケーキ、季節のフルーツが
のったタルトなど、焼き菓子が
メインのお店。栗と黒ゴマ、
2種類の生地を重ねて焼いた、
「くりこま」バイクドケーキが
最近誕生しました! 栗駒のお
土産にもおすすめです。



NorthWest

〒989-5301宮城県栗原市栗駒岩ヶ崎町後1-2

定休日 火曜日

営業時間 10時~19時

宮城版 5,000部

印刷: コンカツ印刷

岩手県一関市中央町1丁目7-16 ☎0191-48-5963

京線で初取り、ご希望のプレゼント番号をそろえてご応募ください。
2019年5月31日まで有効

応募券