

# 木の花ファミリー通信

Vol.36 2010年8月号

木の花ファミリー／特定非営利活動法人 青草の会

419-0302 静岡県富士宮市猫沢 238-1 おひさまハウスひまわり  
電話：0544 (66) 0250 ファクシミリ：0544 (66) 0810  
ホームページ：http://www.konohana-family.org  
メールアドレス：info@konohana-family.org



真つ青な空に大きな入道雲。田んぼでは青々とした稲穂が風に揺られて気持ちよさそうです。山肌が輝いている富士山のまわりには羽衣の形をした真つ白な雲が漂い、木花咲耶姫様が私たちを温かく見守って下さっているかのようです。自然とすべての存在とさらに深くつながり合っているファミリーの暮らしを、今月もお楽しみください。

## トピックス

### みんなで支え合った富士登山

こんにちは、ファミリーのひろっちです。8月4日の深夜から5日の午前中にかけて、ファミリーの有志で富士登山に出かけました。その様子について、皆さんにレポートしたいと思います。

夜8時、小学生も含めた総勢30名が留守番のみんなに見



山頂から眺めるご来光。その美しさにみんなが息をのみました

送られながら車で富士山の新5合目に向けて主発しました。夜10時、いよいよ登山開始。用意してもらったおにぎりやクッキーを背負って、ヘッドライトの灯りだけを頼りに登山道に入りました。

途中、高山病にかかった人やその人たちに付き添った人など、6人が山頂にたどり着くことを断念して山小屋で休むことになりましたが、残る24人は5時間から7時間半をかけて頂上にたどり着くことができました。ほとんどの人は5時前のご来光に間に合いました。

当日は天候が心配されましたが、ふたを開けてみればこれ以上ないようなコンディションで、雨の心配は皆無、風もほとんどなく、山頂からはめったにお目にかかれぬほどの絶景を拝むことが出来ました。もちろんご来光も素晴らしく、その神々しさに涙を流す人も少

なくなりました。

山頂では浅間大社に参拝したり、観測所に行ったり、休憩所で仮眠をしたりと、それぞれに時間を過ごしました。最後に皆で記念撮影をして、順次下山の途についたのでした。5合目に戻ってきた人から順に車で帰宅、昼前には無事に全員がファミリーに到着しました。その日の午後は、ほとんどの人がゆっくりと昼寝を満喫しました。

今回の富士登山は僕が「言い出しっぺ」だったので、みんなと頂上にたどり着くことが出来た喜びや、ご来光や眼下に広がる圧倒的に美しく雄大な自然への感動、そしてご神体に登らせていただき、終始一番近くに神の存在を感じながらの登山のありがたさが相まって、山頂ではずっと目を真つ赤にしながらグシグシの状態でした。

みんなにとっても、今回の登山は「みんなでみんなを支えあう」世界をそれぞれに



山頂の浅間神社で記念撮影！

体験できる出来事となりました。体力のある人がきつそうなのカバンを持ってあげたり、手を引いてあげたり、脇を抱えて手助けしたりと、自分ひとりでは登れないだろうと思っていた人も多くが山頂までたどり着くことができました。ご来光にもなんとか間に合って、たくさんのメンバーで同じ体験を共有することが出来ました。

帰ってきた夜の大人ミーティングでは「思いあい」と「支えあい」にあふれた今回の富士登山の体験について、「みんなにありがとうと言いた

EVENT INFORMATION

[ イベント情報 ]

\* 木の花ファミリー生活体験ツアー \*

木の花ファミリーでは、施設や圃場の見学、有機農業体験、プレゼンテーション、コミュニティ・ミーティングへの参加などを1泊2日にまとめた「生活体験ツアー」を毎月1回開催しています。

- \*第40回・2010年9月18日(土)～20日(祝) 2泊3日
- \*第41回・2010年10月23日(土)～24日(日) 1日2日
- \*定員:10名
- \*料金:7,500円(1泊2日) / 12,000円(2泊3日)
- 【主催・お申し込み】木の花ファミリー(連絡先は1ページ)

\* 出店予定いろいろ \*

- この秋は地元や都内で多くの出店を行います!
- チャリティイベント One Love (飲食物出店)**
- ・期日:2010年9月18日(土)～20日(祝) 3日間
  - ・会場:静岡県富士市・アトリエ絆
- Mid Market (生鮮品、加工品)**
- ・期日:2010年10月8日(金)～11日(月) 4日間
  - ・会場:東京ミッドタウン
- いのちと食を考える集い3 (生鮮品、加工品出店)**
- ・期日:2010年10月17日(日)
  - ・会場:日本大学生物資源科学部富士自然教育センター
- 土と平和の祭典 2010**
- ・期日:2010年10月17日(日)
  - ・会場:東京・日比谷公園

いです」「本当にいい体験でした」といった声が相次ぎました。家族の絆がさらに深まった。素晴らしい思い出として、皆の心に残ることになったようです。

今回は登らなかつたいさども、「来年は還暦登山をするぞ!」と言っています。来年はきっと、今年以上に多くの人のご来光を見に行くことになるでしょう。

(ひろっち)

中央大学緒方研究室  
ファミリー体験ツアー

みちよです。8月の2日から3日にかけて、中央大学経済学部の緒方俊雄教授とゼミの皆さんがファミリーで1泊2日の体験宿泊をされました。緒方先生との交流は今年4月にインターネットの交流サイト「mixi」で「エコビレッジ・コミュニティ」をチェックしたことがきっかけとなりました。コミュニティの掲示板で「エコビレッジ」

という本を大学の研修室で翻訳しているという書き込みを見つけたところ、緒方先生が研究室で翻訳されていることがわかり、すぐにメールを出させていただいて交流が始まりました。ちなみに、本の著者であるジョンナサン・ドーソンは私も理事をしている国際的なエコビレッジ組織「グローバル・エコビレッジ・ネットワーク(GEN)」の前代表であり、ファミリーも交流の深

いスコットランドの著名なエコビレッジ「フィンンドホーン」の住人でもあります。

緒方先生は生態経済学の専門家で、毎年30〜40人のゼミ生とともにベトナムを訪れ、ベトナム国立大学の学生と交流しながら「生態村」(エコビレッジ)づくりのプロジェクトに貢献されています。今年も8月末にベトナムを再訪される予定ですが、その前に日本のエコビレッジも体験しておくという有意義な交流ができるのではないかと、というところでファミリーを体験していただくことになりました。

宿泊に先立って、これまで主に環境と経済の観点からエコビレッジを学んでいらした学生さんたちに人間関係や精神面も含めたホリスティック(全体論的)な見地を知っていただくとうと、私が中央大学に出張して「エコビレッジ概論」の講義をさせていただきました。

今回は経済学部だけでなく法学部や商学部も含めた14人



緒方研究室の皆さん、富士山をバックに

の学生さんがファミリーの施設見学やプレゼンテーション、農作業などを体験されました。最後に全員で行った振り返りの時間では「自然界の中で必要なものは人間の作ったもの。環境に悪いとわかっている人間は儲けに走りがちだが、こうしたことを改善できる経済を学びたい」「今の社会では欲や名声が優先されがちだが、ファミリーの暮らしにはつながりがある。ここの考えを社会に取り入れると良い」「子どもも会議にびっくりした。多様な大人や他の子どもとのかわりにより、さまざま意見や機会に恵まれた良い環境。

見知らぬ人の前で堂々と意見を言えることも素晴らしい」といったご感想をいただきました。また、多くの学生さんが「1泊2日ではファミリーの全貌を理解し切れなかったので、今度はぜひ長期滞在してみたいです」とのコメントを残されました。

ゼミの皆さんは9月にベトナムから戻った後、ファミリーを再訪して報告会をしてくださる予定になっています。今回の体験がベトナムの「生態村」づくりによどのように生かされるのか、心から楽しみにしています。

(みちよ)

### 「べてるの家」の出会い

さのっちはです。7月下旬に北海道浦河町にある「べてるの家」関係者の方々が相次いでファミリーを来訪されましたので、皆さんにご報告します。

「べてるの家」は精神障害等をかかえた当事者の地域活動拠点で、1984年に設立さ

れました。ユニークな支援形態によって精神医療の世界では大変よく知られており、世界中から見学者が来ています。社会福祉法人「浦河べてるの家」、有限会社「福祉ショップべてる」などの組織からなり、100名以上の当事者が地域で暮らしています。

7月23日に「べてる」と連携している日赤浦河病院の精神科医、萩原理恵子さんが当事者の方々とファミリーを来訪されました。またその3日後に、「べてるの家」の東京の拠点で活動されている向谷地宣明さんが当事者の方々とファミリーを訪問され、私も同行させていただきました。



「べてるの家」の向谷地宣明さん (中央)

「べてるの家」では医師や専門家が患者を「治す」のではなく、当事者自身が自らの病気や生きづらさ(「苦勞」と表現します)の仕組みを研究し、その成果を互いに発表することによって支え合う関係をつくり、当事者による「自治」の力を引き出しています。統合失調症や発達障害など、先天的な脳の仕組みとしての「生きづらさ」を持って生まれた当事者が多く集まることにより、病気や障害を「治療」の対象と捉えるのではなく、個性として活かしていく発想が生まれているのです。

一方、ファミリーでも心身に課題を抱える人たちを迎え入れる回復の手助けをする独自の「自然療法プログラム」を展開しています。ケアの対象となる人たちにはうつ病などのこころの病を持つ人が多く含まれており、メンタルケアの現場という意味では「べてるの家」と通じる面が多くあります。

今回の交流で見えてきたこ

とは、受け入れを行っている対象者には違いがあっても、こころの病気や苦しみに対する捉え方では両者に多くの共通点があるということでした。ファミリーの「自然療法プログラム」の場合、基本的には本人に病気を治したいという意志があり、またファミリーに暮らすことで回復が見込まれる人を中心に受け入れていきます。農作業などを通じて自然の中で汗を流し、規則正しい健康的な生活と食事、子どもたちや大人とのふれあいや互いの思いやりを通して心身のバランスを回復し、また病気を生み出した自分の心のクセを見つめることによって、その原因を解消していくことに焦点が当てられています。

一方、「べてるの家」では苦しみを生むマイナス思考を「お客さん」、それによって起こる体や行動の不具合を「誤作動くん」、また幻聴を「幻聴さん」と呼んで「病気3兄弟」と名づけ、べてる式の認知行動療法として当事者が互いにケア

法として当事者が互いにケア

し合っています。本人が自分のこころの仕組みを理解し、その扱い方を身につけることによって生きやすさを獲得していくという意味で、ファミリーとべてるの取り組みには大きな共通点があります。

現在の精神医療は投薬が治療の中心になっているのが現状ですが、今後は仲間やコミュニケーションのつながりによって病気を癒したり、障害を個性として活かしていく方法が中心になっていくのではないかと考えています。「精神医療を宇宙に還したい」と語ってくださった精神科医の萩原さんは、病院が所有する土地で精神療法の一環として農業を行い、将来的には当事者の生きる場としてのエコビレッジを浦河に創りたい、と考えていらっしゃると思います。精神医療の世界に新たな風を吹きこむ役割を共に果たすために、今後、「べてる」の皆さんとの交流や連携を積極的にはかかっていきたいと考えています。

(さのっち)

# 今日のおすすめレシピ

konohana recipe>>>032

## かぼちゃのマヨネーズ和え



[材料] (4人分)

かぼちゃ ..... 1/4個

ピーマン ..... 2個

<調味料>

マヨネーズ ..... 大さじ3

味噌 ..... 大さじ2/3

しょうゆ ..... 大さじ1

にんにく、しょうが、すりゴマ ..... 好みで

1. かぼちゃは一口大に切って揚げる。
2. 1.に調味料を合わせてあえる。
3. さっとゆでたピーマンを散らす。

さっぱりと蒸したかぼちゃでもおいしいですよ。また、かぼちゃの他にさつま芋や菊芋、じゃがいもなどでもOK!です。ぜひ、作ってみてくださいね。(のんちゃん)

# 畑だより

FROM OUR FIELDS

よしどんです。ファミリー

内での主な役割を畑作業にシフトして、間もなく1年が過ぎようとしています。今月は、僕から畑の状況報告をさせていただきますね。

僕の主な作業担当は、育苗チームが作ってくれる苗を畑に移植して、そこから実が出来るまでの管理作業(耕起や畑の準備、移植、灌水、施肥、除草、支柱立てなど)全般です。

年間を通して200種類を超える野菜を栽培するので、作業は多岐に渡ります。最初は作業をこなすだけで精一杯でしたが、最近はやつと全体の流れが見えてきて、充実した日々を送っています。

そんな最近の日々を振り返りながら、感じた事を皆さんに報告したいと思います。

まず、今年は今までになく被害が多いです。毎年、トウモロコシはハクビシンや鳥などに食べられる被害が多少は出るのですが、今年は特に被害が大きく、畑の周囲を電気

柵で囲いました。ファミリーのほとんどの畑は山から遠く、民家の多いところにあるため、これまで被害も少なかったの



管理作業をするよしどん

ですが、今年は落花生を猪に食べられたり、大豆の葉を鹿に食べられたりとあちこちの畑で被害が出ています。里山にいよいよ野生動物の食べ物がなくなってきたのではなにかと感じています。

もうひとつは、最近よくお伝えしている「炭素循環農法」です。この農法に切り替えて2年目のファミリーですが、作業が大幅に単純化されるメリットを実感しています。これまでには畑にマグネシウムやゼオライト(鉱物)などを反

当り何キロと正確に計って施していましたが、この作業が一切なくなりました。作物への肥料はほとんどやらす、微生物を活性化させるための餌(きのこの廃菌床、落ち葉、米ヌカなど)を土に

施し、耕起して畝を立て、作物を植えるというシンプルな工程に切り替わりました。作物の生育や収穫量もおおむね良好で、ファミリーの中心的な農法として軌道に乗りそうなことを実感し

ています。

以上、畑報告でした!

(よしどん)

# 青草の会より

FROM AOKUSANOKAI

## 次回定例会のお知らせ

日時:2010年9月13日(月)

14時10分~

場所:まことの家

木の花ファミリー通信  
2010年8月号

編集・制作/木の花ファミリー

©2010 木の花ファミリー

★木の花ファミリーとは?

94年創立、富士山の麓で有機農業による自給自足を生活の基盤に66人が血縁を超えた家族として生活を営む共同体です。

★NPO法人青草の会とは?

01年に木の花ファミリーを母体として有志で設立されたNPO法人です。「いのちがつながる社会」の実現に向けて、環境や福祉への取り組み、有機農業の普及・啓蒙、エコレレッジへの取り組みなど、さまざまな活動を行っています。

このニューズレターはクリエイティブ・コモンズにもとづき、原作者のクレジットを表示し、改変せず、非営利目的で使用する限りにおいて、自由に複製、頒布、展示することができます。

