

人生の〈完成期〉を自由に
私らしく暮らしたい人のためのフリーペーパー



「人生100年・まちづくりの会」通信

VOL.14 2024年初夏

Newsletter

私が移住を決めるまでNO.4

那須で趣味を堪能

念願かなった那須暮らし。
お互いの時間を自由楽しめる
環境を手にいれて

那須への移住にまったく逡巡はありませんでした。むしろ、いずれ那須で暮らしたいと願っていたので念願がかなったという思いです。夫婦とも仕事を持ち、一人息子を育てながらの日々。その現役時代に、観光地の旅先として那須を訪れ、この土地に魅了されました。私は生来暑がりなので、那須の爽やかな夏の気候にも惹かれました。夫は寒がりで「海の近くがいい」という思いもあったようですが、結局「あなたの希望でいいよ」と言ってくれました。

それには理由もあって、夫の趣味はカメラ。那須のロケーションは撮影にも好ましいようです。今は季節ごとに、日本各地に飛行機を使って撮影旅行に行くこともあり、都内中野区にある自宅との2拠点生活が続いています。写真を修正したりするスペースもほしいということで、完全移住は少し先になりそうです。

一方、私は活字中毒と言えるくらい本が好き。趣味は読書です。本がなければパンフレットなどでも文字を追っていれば幸せ。「ひろばの家・1」で、ゆっくりと本を読むことができれば充足感で満たされます。

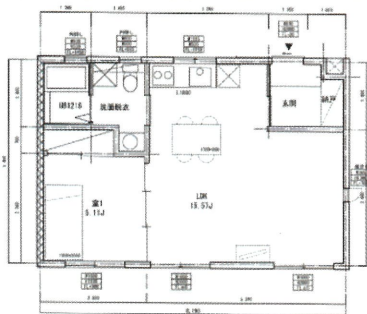
こちらにきて、那須町のお隣の福島県白河市には、約19万冊を所蔵する市立図書館「りぶらん」があることを知りました。広場からは、送迎車「ひろばGO!」が出ています。この送迎車で私は図書館だけでなく、那須や白河の街も楽しみたいとワクワクしています。

夫が育った中野の街には当時、牧場もあったのだそうです。いまは隣人も一人二人とお顔が見えなくなり、都心でも小学校の統廃合も進んでいます。その点も〈那須まちづくり広場〉やその周辺の環境は、夫にとって懐かしく心地よいようです。さらに広場には、夫婦それぞれ自由に趣味を極め、自立的に暮らせる条件が揃っていると、安心と喜びを手にいれた気持ちです。

(2023年3月より「ひろばの家・那須1」在住 木村千春さん)



那須には上質な飲食店多い。味、接客、店の雰囲気、お値段。イタリアン料理が好きな千春さんに、貴重な情報をいただきました。



那須の衣・食・カルチャー

肌心地と安心で選ぶ衣服を

天然素材を中心にした衣料・雑貨の店

自分たちが最高！と思ったものを扱う「めぐり気まま」

もともと娘のアトピーがきっかけで、食や衣類に興味を持ちました。人の心身は科学的なことまで全てがわかるわけではない。竹の繊維で作った下着を着けたとき、ちょっと驚きました。保温に優れ、静電気が起きないという宣伝文句がその通り。でも、それ以上に着ていてなんて気持ちがいい。価格を見て迷われる方がいますが、一度ご利用になった方のリピーター率はとても高いです。食器や手作りアクセサリ、暮らしを彩る作品なども委託でお預かりして好評です。



めぐり気ままリーダー・中部典子さん。都内の高層マンションで暮らした後に那須へ。家族も呼び寄せたいくらい那須の暮らしに満足中。



「ひろばの家・那須1」2期増築 新着情報 —32戸の着工 進んでいます！

2025年
2月
オープン

【人生100年・まちづくりの会】

サ高住の暮らしのあれこれについてお話ししませんか？

- 那須会場 7/19(金)・8/23(金) いずれも13:30～
- 東京会場 7/26(金)・8/20(火) いずれも10:30～

【見学会（要予約）】

7/12(金)、19(金)、21(日)、27(土)
8/10(土)、16(金)、23(金)

※東北新幹線「新白河駅」10:39着改札口に集合
駅から現地まで往復交通費と昼食代 8,000円

「ひろばの家・
那須1」2期工事

ぜひ、見学にいらしてください！



写真は、高田造園設計事務所の業を使った作業風景。

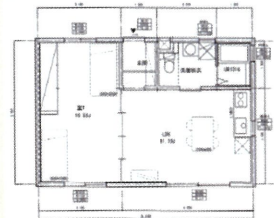
「ひろばの家・那須1」2期増築工事が進んでいます。住宅の費用は、一坪あたり160万円程度です。

千葉県の高田造園設計事務所の代表高田宏臣さん監修「有機土木」工事がはじまります。

日本の伝統的な手法を活かし、環境に配慮した未来型の土木を提唱する高田さん。その動きは土木業界にとどまらず、林業・建築業界にまで幅広く影響を及ぼすでしょう。その高田さんが那須まちづくり広場「ひろばの家・那須1」に参画！

「ひろばの家・那須1」2期 工事居室一例

〈15年家賃前払い方式〉
F106 44.74㎡ (13.5坪)
2,160万円

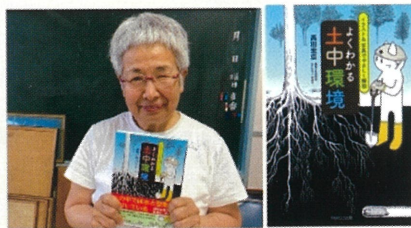


進捗状況は順次、弊社SNSや通信などでお知らせします。



居酒屋スタート コミュニティカフェ「ここ」にて 〈那須まちづくり(株)〉 代表・近山恵子

〈広場〉は「やりたい！」を実現する場所。3頁に登場いただいた斎藤さんの「ひと声」で始まった「居酒屋」。初回の参加者は、35名を超え大盛況。小皿料理を自分で選び会計もセルフ。多品目の料理に満足。料理人が宴席に参加すると全員から拍手が。あらためて入居者の方から暮らしとは何か、と教えていただいた一夜でした。



有機土木に 出会いました！ 入居者担当・佐々木敏子

ひろばの家・那須1では、ガーデニングを楽しむ方が多いのですが旧小学校の校庭は、水はけが悪くこの1年入居者の方々と試行錯誤を繰り返してきました。そんな時『よくわかる土中環境』（パルコ出版）に出会い著者の高田宏臣さんに土壌の調査を依頼しました。里山環境再生の視点に立ち土壌を再生できれば後々の宝になる！



設計工事の 現場から 設計・木村よしひろ

広場全体の外構計画が進行中。土壌は、排水などに関わる目には見えにくい所だけに重要。また、電気関係では、配電や電柱をどう設置するかなど、生活の基盤になる作業も進んでいます。住居は個別設計が終わりつつある方も。ご希望をできるだけかなえる設計は費用もまちまち。その確定後工事は次の段階に入ります。

(設計：株式会社VANS)



〈那須まちづくり広場〉で暮らす No.4

「ひろばの家・那須1」に暮らしはじめて、友だちに「顔が変わった」といわれた……

「広場はみんな対等。学歴も関係ない。別世界、最高だ」と、開口一番に笑顔を返していただきました。

還暦後のイタリアンレストランの起業も大成功の後、73歳できっぱり引退された斎藤さん。

「そしたらね、妹に言われたのですよ。財産とか土地とか、面倒なことは自分で始末しておいてって。それで。俺のことをよく知っている妹は〈那須まちづくり広場〉がよい、というの」(笑)

広場では、偶然共有の友人を持つ人たちとの出会いもあり「人間、悪いことはできないよ。縁を感じたね」と再びはじけるような笑顔。

仕事中心の暮らしだった斎藤さんは、広場での日々のなかで「人の喜ぶ顔がみたい」と心境の変化があったと言われます。自らも食べ歩きや温泉のツアーをボランティアで企画。また、「夕食をもっと楽しく」という斎藤さんのご提案で、広場のコミュニティカフェ「ここ」では、月に2回夕食時間に「居酒屋ここ」がオープンしました。

小皿料理が並び、住人をはじめ館内スタッフ、広場の簡易宿泊所「あさひのお宿」の泊まり客も飛び入ります。



「ひろばの家・那須1」でのシングルライフも半年。住み心地を伺いました



斎藤久雄

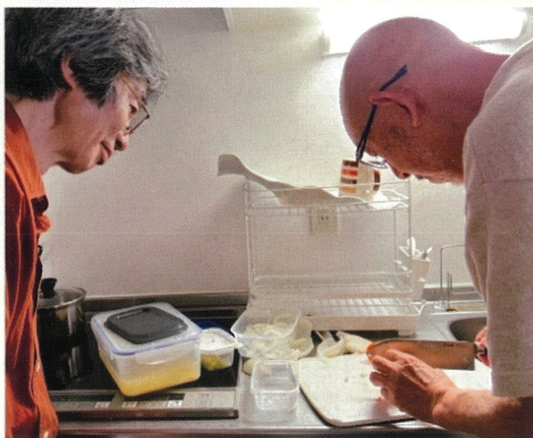
栃木県日光市で生まれ、30代で転職をし、「日光ふるさとたまり漬」を起業。58歳で引退後2年ほど経ったとき、日光でイタリアとフランス大使館の立地を見て、レストラン開業を思い立つ。60歳でイタリアンの修業をし、半年後に起業。最近キャンピングカーを購入。那須を拠点に全国を周りたいたいという74歳。

「広場に来てから顔が変わった、と友人たちにいわれるの。そうかい？」とたしかに笑顔がこの通り。

斎藤さんの調理の流儀は、味噌汁は7日分を作る。野菜は切り置き。「事前に処理をしておくことで、1週間包丁を使わなくて済むんだよ」と、那須まちづくり(株)の鍋木に伝授。「納豆は冷凍、食べる分だけ解凍。魚は切り身にしておいて焼いてから冷凍……」と、無駄のない動きと指南は続きますが、ビギナーには少々高いハードル。

広場に「初心者手料理教室」が常設されれば、さらに笑顔が広がることでしょう。

写真/包丁さばき鮮やかな斎藤さんの手元に、引き寄せられる鍋木は「ひろばの家・那須1」隣人でもある。



「人生100年・まちづくりの会」への素朴なQ&A 免許を返納しても大丈夫ですか？



那須のような中山間の地域に転居を検討されるとき、車を運転しない方は候補から外す方もいます。もしくは、しばらくは自家用車を所有するとして、やがて免許返納後は、どうなるのだろうか、と。

たしかに、高齢期こそ足の確保は重要です。免許証は所有されていると、心理的な存在の証明といったこともあり、周囲の方から返納を提案されるとき、そうした思いも尊重されないと、トラブルの元です。

一方、デメリットもあります。

維持費、税金など、具体的な金額を、計算をされてみることを薦めます。

広場には「ひろばへGO」と名づけた、会員制送迎車があります。スーパーや病院、金融機関や役場、温泉などに送迎します。予約制ですので、ご自身のスケジュールを組まれてご利用いただけます。また、送迎ボランティアをご利用する方法もあります。



今号回答者：
〈那須まちづくり(株)〉
営業：佐々木敏子

高齢者住宅の入居の案内担当。運転免許は持っており、会員制送迎車とボランティア送迎を利用し、温泉と外食に。隣人同士の助け合いに感謝の日々。

質問大募集!! 読者の方からの素朴なご質問、お悩みにお応えします。那須まちづくり(株)の佐々木をはじめ関係者がご案内する「タブレットコンシェルジュ」YouTubeからも、広場のことがわかります!





セミナー・講座のご案内

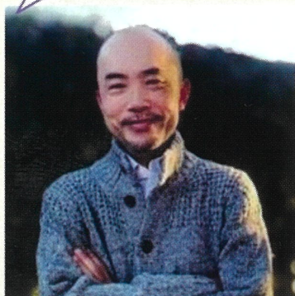
講座

認知症と生きる～新しい私の挑戦～

若年性アルツハイマー型認知症と診断された木下大成さん。
「認知症」という病気への気づき、そして診断後、人生の新たなステージを歩みだした道程を語っていただきます。

講師：

木下大成さん



【プロフィール】

1967年、東京都出身。国立大学で生物学を学び博士課程を修了。大学研究所で学生の指導や研究を行った後、2001年、バイオテック企業への転職で渡米。数年前から、記憶や理解力の低下が顕著になり、22年10月に「若年性アルツハイマー」と診断される。23年より、当事者として情報発信を行いながら、国際的に社会的活動を開始。「国際アルツハイマー協会国際会議2024」では科学プログラム委員会のメンバーに就任。

7月21日（日）

13:30～15:00

参加費：200円

会場：那須まちづくり広場
ホールAB

主催 一社）コミュニティネットワーク
協会那須支所

共催 那須地区在宅医療・
介護連携支援センター

講座

第2回 私が選ぶ高齢期のすまい活

—私の生活設計をつくる—

日時：7月26日（金）13:30～15:00

講師：近山恵子

参加費：1,000円

会場：スマートレンタルスペース半蔵門（ご予約後、地図をお送りします）

午前にも説明会
も開催します



〈那須まちづくり広場〉 近況



●「居酒屋」を支えるボランティア

「ひろばの家・那須1」のある入居者は、お茶会ボランティアをはじめ「居酒屋」は人出が不足しているから」と、笑顔で参加。実はサービスのプロだった……。その手際の良さを発揮されました。



●子育てサロン「おもちゃ広場」が始まる

「ひろばの家那須1」の入居者・岡田陽子さんは、保育士であり、おもちゃコンサルタント。「カフェここ」や自家焙煎珈琲「コトリコーヒー」とのコラボで、“新商品”キッズ弁当（300円）を開発。



●「LaLaバザー」を開催！

年1回の断捨離バザーを開催。今年は、家具、レインウェア、テレビ、こたつと多種。開店前からお客様が並ぶ大盛況。そのお客様が自らSNSで様子も発信。おかげさまで売上も上々。次の活動に還元されます。



●クラウドファンディングで井戸設置

ボランティア団体のランドデザイン部会では、クラウドファンディングで。目標金額を達成。現在、手押しポンプで水がでます。まだ、飲み水としては利用できませんが、畑の水やりにご利用いただけます。

〈那須まちづくり広場〉は、コミュニティの拠点です

自然食と新鮮野菜「楽校deマルシェ」、コミュニティカフェ「ここ」、天然酵母のパンと自家焙煎コーヒーの店、ケーキ工房、6次産業の工房、野菜の加工所、デイサービス、介護事業所、介護の方向けサ高住（26戸）、みとりえ那須、障がい者の拠点（児童発達、放課後等デイサービス、就労継続支援B型、生活介護）



コミュニティカフェ「ここ」店内



一般社団法人

コミュニティネットワーク協会 那須支所

電話：0287-74-2312

URL：<http://www.conet.or.jp/>

〒329-3225

栃木県那須郡那須町豊原丙1340

CN協会について
詳細は→→→

