



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

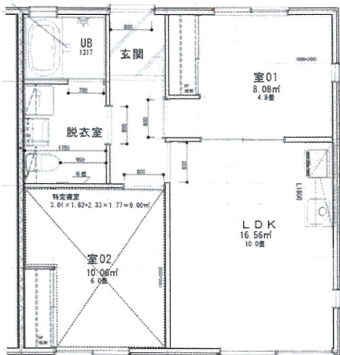
「人生100年・まちづくりの会」通信

VOL.15 2024年 夏

Newsletter



2023年4月より「ひろばの家・那須1」在住 五十嵐由利子さん。
15.02坪に愛猫3匹と暮らしておられます。



私が移住を決めるまでNO.5

音楽活動と猫たちと

両親が移住した那須で
暮らし始めて、15年……
〈広場〉へ転居したその理由

那須には父が退職後に、母と東京から移住し、長らく暮らしていました。私は千葉の夫の実家で18年、義父母と3人の子もたちと賑やかに暮らしていました。

季節毎に、子どもたちを連れては、私も那須を訪れました。

やがて、義父母が鬼籍に入り、那須の母が急逝したことから、夫と私が那須に移住したのは、15年前になります。当時、父は90歳近くになっていました。その後、両親の暮らしの家を建て直し、ガーデニングを楽しむことができ、父も見送ることができました。

私は幼少時に母からバイオリンを与えられました。はじめはいやいやです。母は「いつか私に感謝する日が来るよ」といって、私の背中を押してくれました。その後大学時代に合奏の楽しさを知り、今では東京で「カルテット・オーケストラ・東京」に、那須では2つの管弦合奏団に所属。

来年25周年を迎える合奏団の運営も担っているの、音楽活動中心の毎日を過ごしています。

〈広場〉への転居は、那須の山が好きだった夫が、8年前に病で亡くなってしまい決心しました。

思い出のつまった那須の家でしたが、一人ではとうてい管理はできないと思いました。

膝の不具合や、緑内障が開始で、車の運転も不安に。これからの暮らしを考え、〈那須まちづくり広場〉に暮らそうと決心し、まだ校庭跡地だったときに「ひろばの家・那須1」に申し込んだのです。

それまで家族として暮らしていたペットとの同居はよい、ということと楽器練習も可能との居住条件も決め手になりました。

本当は〈広場〉のボランティア活動にもっと参加したいのですが、亡き母に感謝しつつ、いまはまだ音楽活動の時間がつい長くなっています。



那須の衣・食・カルチャー

広場の「お宿」は快適です



「あさひのお宿」は、労働者協同組合ワーカーズコープ・センター事業団那須事業所が運営。
リーダー・堀部祐輝さん。



大人1泊3,500円（税込）からリーズナブルで
そのうえ泊まり心地の良さから連泊される常連さんも！

〈那須まちづくり広場〉2階にある「那須高原ゲストハウス・あさひのお宿」はドミトリースタイルのお宿です。3人用8室、4人用2室、いずれも2段ベッドを設置。32名様まで宿泊可能。シャワールーム、洗濯乾燥機、冷蔵庫、電子レンジなどもあります。シングル旅の方には、基本は1室でご利用いただけます。朝食は予約制で1階「コミュニティカフェ・ここ」にて。昼夜のお食事もお利用いただけます。ゼミや卒業旅行、研修、観光、人生のひと休みにも最適。

詳細ご予約はTEL：080-4639-9483（夏休みなど、ハイシーズンは+300円）



「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 9/20(金)・10/25(金) いずれも13:30～

東京会場 9/17(火)・10/16(水) いずれも10:30～

【見学会（要予約）】

下記以外の日程でも見学できます。ご連絡ください。

9/10(火)、20(金)、28(土)

10/9(水)、18(金)、25(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で 8,000円



「ひろばの家・那須1」2期工事



高田造園設計事務所スタッフと「ひろばの家・那須1」の設計士。



「ひろばの家・那須1」の入居者も参加。切り株の側が植栽に向いているのだとか。

「ひろばの家・那須1」2期

〈15年家賃前払い方式〉

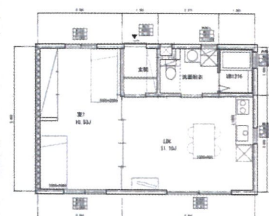
29.57㎡(9坪)～49.44㎡(15坪)

1,390万円～2,450万円

〈月々の費用〉

一人入居 41,000円

二人入居 57,500円



F106 44.74㎡(13.5坪)
2,160万円



仕上がります！

ぜひ、
ご見学に
いらして
ください！

いよいよ「有機土木」工事がはじまりました。校庭だった庭の排水改善と、植樹が始まりました。

高田造園設計事務所のスタッフの方々や〈那須まちづくり広場〉にご来場。枯れ葉、藁、炭などの有機物を使います。枯れ葉は裏山から集めたものと、近所にお住まいの方々からいただいたもの。「菌糸もしっかり、朽ち具合もちょうどよい」とほめられました。

進捗状況は順次、弊社SNSや通信などでお知らせします。



見えてきた課題

那須まちづくり株式会社
代表・近山恵子

「ひろばの家・那須1」1期の入居開始から1年半。4月から始めた「全入居者への聞き取り」を終えました。直にお目にかかりざっくばらんに、ハウスでの暮らしのお困り事を伺うと、今後の課題がはっきりと見えてきました。この間、とくに健康不安へのご相談が相次ぎ、実際に救急搬送や緊急入院をする方もおられました。課題への取り組みを進めます！



里山環境再生!! 有機土木のこと

入居相談・佐々木敏子

元校庭に建つ「ひろばの家・那須1」の庭の排水改善を検討していた時に会った一冊の本『よくわかる土中環境』。筆者の高田宏臣さんに調査を依頼。高田さんの提唱する「有機土木」しか、解決できないと確信し、7月にデモンストレーション工事を実施しました。雑木の植栽はいい感じです。ぜひ同じ悩みを持つ方は見学を!! 9月から本格工事を開始します。



設計工事の 現場から

設計・木村よしひろ

2期増築工事の住居は、個別設計を終えて図面も確定し、今後は工事現場の進捗が早くなります。有機的な土壌を育む土中環境作りは、初めての経験で、溝を掘ったあとの土や砂利、裏山の枯葉、藁も材料です。刺激的な試みで日々学ぶことが多い〈那須まちづくり広場〉の現場です。

(設計：株式会社VANS)



〈那須まちづくり広場〉で暮らす No.5

誰にも縛られない毎日が嬉しくて、毎日ワクワク！

松尾さんの一日は、早朝5時半ころに始まります。

「ひろばの家・那須1」の住民たちと「ラジオ体操」で体をほぐし広場周辺の田んぼ道や、那須の山々の季節の移ろいを眺めながら散歩を堪能。自炊の朝食を摂り、珈琲を飲みながら頭脳の体操「数読」を楽しまれています。

東京都八王子市に長らくお住まいだった松尾さんは、実母、夫、子ども3人との暮らしに車の運転は欠かせませんでした。

でも、「那須への移住を決めたとき、すっぱりと車も処分してきた」と笑顔を見せてくれました。というのも、〈那須まちづくり広場〉には送迎車「ひろばGO!」があるからです。

「ひろばの家・那須1」のサポート費に、この送迎車も含まれており、松尾さんは独自のスケジュールを立てて、曜日毎に買物、温泉やプールと自在に出かけては自分時間を楽しんでおられます。

また、近隣の農家さんとも、お花見やグランドゴルフで交流が広がります。「どれも、参加したり参加しなかったりで、気ままに続けます」と。自由におおらかに物事を捉える松尾さんは「声をかけていただいたものは、やってみる。やってみて、無理なら断る」「とらわれない生き方」がモットー。

そんな松尾さんのこれまでの暮らしは、「親のため、家族のため、PTAのため、地域のため」ととても忙しかったと振り返ります。

「夫を亡くして、私も80歳に。これから何年生きられるかわからないけれど、その時間は自分のために生きよう。そう決心して広場にやってきた」という松尾さん。「誰にも縛られない暮らしは、本当に嬉しく毎日がワクワクです」と日々の充実ぶりを、満面の笑みで表してくださいました。



松尾智恵子（まつお・ちえこ）

1943（昭和18）年生まれの80歳。70歳の誕生日に、今は亡きお連れ合いから「なんでも好きな物を買っていいよ」と言われ、人間ドックを受けた松尾さんに肺ガンが見つかりました。「夫のひとりで命拾いをした」と。そのほかにも、子宮筋腫や骨折など「痛い思い」を沢山してきたと振り返る。

八王子在住のころから、桑畑を借り受けて畑作業も。その様子を東海教育研究所発行『望星』にも連載していた。「傾聴」の経験を活かし、〈広場〉でも「お茶会ボランティア」で活躍中。



写真左/フラダンス同好会でレッスンを受ける松尾さん。先生は「ひろばの家・那須1」の方。生徒には地域の方も。レッスンでも本番さながらに、レイや花冠をつけ、パウスカートをはきます。その甲斐あってか上達が早い！
写真右/介護の方向けサ高住「ひろばの家・那須2」のリビングでのお茶会。写真中央が松尾さん。



「人生100年・まちづくりの会」への素朴なQ&A 引っ越ししたいが、断捨離がうまく進まない



断捨離は、難しいですね。思い入れがあるものは、まずは捨てられないですね。もったいない精神もむくむくと頭をもたげます。そして、同時に罪悪感も。決して、心が弱くて決断力がないわけではないのですよね。私の考えは必要があれば、その時否応なしにできる、することになるのです！（笑）高齢期は忙しいので、片付ける時間がないということも大きい。それで考えたのがリサイクル。自分のこ

とには億劫でも誰かが喜んでくれると思うだけで体が動く。

40年前からそんなことを考えて「何でもください」とお願いしてきました。始めの頃「私たちはゴミ箱か」といいたくなるようなことも起こりました。それでいただいたものの再処分は私たちが決めることを条件にしました。今では〈広場〉の一角に立派なりサイクルコーナーができ、皆様に喜んでいただいています。



今号回答者：
〈那須まちづくり株式会社〉代表：近山恵子

2018年那須まちづくり株式会社代表に任。40年に渡る高齢者住宅、多世代コミュニティプロデュースの経験を活かし、那須に住まいから就労、介護、障がい者支援、多世代コミュニティを創生中。

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。回答者は毎回替わります。

那須まちづくり株式会社の佐々木をはじめ関係者をご案内する「タブレットコンシェルジュ」YouTubeからも視聴できます！





セミナー・講座のご案内

〈那須まちづくり広場〉
の新たな試み！

セミナー

地球と共存する有機土木とは ～〈那須まちづくり広場〉の水はけ改善を事例にして～

9月4日(水) 13:30～15:00 参加費:200円

○講師:高田宏臣(高田造園設計事務所代表、NPO法人地球守代表)

○場所:那須まちづくり広場 ホールA・B

講座

第4回 私が選ぶ高齢期のすまい活 ～私の生活設計をつくる～

9月17日(火) 13:30～15:00 参加費:1,000円

○講師:近山恵子

○場所: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)

新連載

誰もが何でも話していい
誰も何も否定しない...そんな場を。

「暮らし方のお話し会」主宰

那須まちづくり株式会社の近山恵子さん、佐々木敏子さんらと、小西綾さん、駒尺喜美さんを師として、女性差別の勉強会をしてきた櫛引順子さん。

ファシリテーターとしての才能が素晴らしかった小西綾さんを見習って、今年から月1回「暮らし方のお話し会」を開催しています。

出会ったころの3人には師匠たちが主宰する「誰もが何

でも話していい、誰も何も否定しない、好きなことを語ることができる」場(56番館)がありました。そんな中で解放されてきた櫛引さんの想いで進められるお話し会です。

否定しない場をつくる

櫛引さんの持ち味のせいいか、いつもお話し会の場の空気は、ほんわか。

現在は、竹布・オーガニックコットンのお店「めぐり氣まま」のリーダーとして、店

櫛引さんの
「まあ！
すてき」



頭に立ちつつ、〈那須まちづくり広場〉に初めて来た方たちのインフォメーション係も担当しています。

緩やかな語り口で、来場者の癒しを誘います。

穏やかにほっこりと暮らし周囲の人たちを癒す。

櫛引さんの「まあ！すてき」を捉える眼差しを、次回より言葉に変えてお届けします。お楽しみに！

〈那須まちづくり広場〉 近況



多世代多様な人たちと 暮らを楽しむ

〈広場〉の楽校セミナーを開催するときは、天然酵母のパンや焼き菓子も、販売するようになりました。今回の売り子は、就労支援B型・生活介護「すくらむ」に通う、石井南さん。当日は、見事完売！そして、翌日は南さんの誕生日でした。昼はカフェに、夜は月に2回居酒屋になる、コミュニティカフェ「ここ」で来場者みなさんで祝い！ハッピーバースデー！ケーキは、もちろん「菓子工房・くるみの森」さん。



本棚にペンキ塗り

〈広場〉の文化的活動を支える寄贈本によるブックギャラリーの本が増えたため、新しい本棚を作りました。「ひろばの家・那須1」の木工倶楽部の高桑さんがボランティアで作製。みんなで、ペンキ塗りをして完成！



居酒屋「ここ」に出張寿司

地域で評判！福島県白河市の「銀寿し」さんが、居酒屋「ここ」に出張！予測以上の注文数に大将大忙し。つまみの小鉢も次々売れていく。出てきたお寿司は待った甲斐の絶品！

〈那須まちづくり広場〉は、コミュニティの拠点です

〈広場〉はアートとカルチャーに溢れています。たとえば、針金を素材に創作された海・山・森に暮らす動物や虫たちが、いまにも動き出しそう……。そして〈広場〉には、住まいから、日用品、衣類、雑貨を扱うコーナー、ランチなどを楽しめるカフェ、高齢者デイサービス、放課後等デイサービス、音楽や各種講座が開かれる大小のホール、宿泊施設などがあります。高齢者から子ども、住人から観光客まで、交流が生まれるコミュニティです。



いのちが宿る
針金アート
カエルさん！
(白澤安男作)
裏山には
恐竜も！



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→→→

