

2016年6月

ちょっとカフェで勉強してみませんか！
日本の未来と生き方を学ぶ、遠山郷

藤原直哉の学びのカフェ

6月：体がよみがえる！
自然治癒力が高まる遠山郷での暮らしぶり
土橋重隆医学博士講演



研修日程：2016年6月25日（土）・26日（日）

研修場所：長野県飯田市南信濃地区（遠山郷）

研修企画：株式会社あえるば（旧社名 シンクタンク藤原事務所）

旅行手配：マツカワ観光バス株式会社

< 1. 研修の内容 >

このたびは、2016年6月遠山藤原学校研修の資料請求をしていただき、まことにありがとうございます。遠山郷は長野県の最南端、飯田市の南信濃・上村地方の山深い谷にあり、飛騨の白川郷、越後の秋山郷と並んで、日本三大秘境のひとつとされています。

国の重要無形民俗文化財に指定されている遠山の霜月祭、神様の湯治場の伝説がある秘境の谷に湧いた天然温泉、遠山温泉郷「かぐらの湯」、日本のチロルと言われる下栗の里、南アルプスの雄大なパノラマを望むしらびそ高原、南アルプスの恵みをたっぷり含んだ名水・観音霊水など、数多くの伝統文化や雄大な自然が残っており、人と自然の本物の共生を体験したい人には、絶対お勧めの地域です。

遠山郷は一言で言えば里山に囲まれた地域です。里山というのは、人が住む里と、人が行かない深山の間にある山のことで、里に暮らす人たちの生活のために手を入れられている山のことで、里山では人と動物、自然が共生していて、本当に日本の原風景とも言えるような姿がそこにはあります。特に戦後の近代化のなかで全国各地の里山が荒廃し、自然の生態系や人との共生生活が崩れてしまった場所が多く、遠山郷も例外ではありません。既に限界集落になっている場所も多い遠山郷では、我々のように外から来た人たちも手伝って、何とか里山を復活し、遠山郷にかつての賑わいを取り戻そうという動きが本格化しつつあります。

遠山藤原学校は2016年をもちまして、10周年を記念するまでにいたりしました。10年前、私はこれからの時代を生き抜く知恵を皆でともに学ぶにふさわしい場所を探して全国を視察しておりました。その中でご縁をいただいた場所がここ遠山郷です。高齢化の波にのまれそうになりながらも、雄大な自然とともに生きる知恵を受け継ぎたくましく生きる人々とお会いしたときに、日本のこれから進むべき道がはっきりと見えました。この秘境でしかできない教育がある、その思いを強く抱きながら10年走り続けてまいりました。

ふと気がつきますと、遠山郷での研修も3月から11月までの毎月開催をさせていただくにいたり、遠山郷全体でも観光客が増えてきておまして、大きな観光案内の看板が設置されたり観光客の方がガイドブックを手に街を散策する姿が見受けられたり、遠山郷は今オートバイを乗る方々にとってはメッカのようになりつつあるようで、オートバイに乗るグループが峠を走る姿が多く目にするなど、大きな変化が遠山郷に起きております。この秘境の大いなる良さを人々が感じとり始めています。

今年は遠山藤原学校10周年ということで、遠山郷観光協会とよりいっそう力を合わせて内外に発信をしていきます。さらなる発信にあたり、10年続けていた「遠山藤原学校」の看板をはずしまして、あらたに「藤原直哉の学びのカフェ」という名称といたします。「カフェ」という場所は、老若男女誰でも一緒に空気を共有してありとあらゆるテーマの話題が交わされ、皆が肩に力を入れることなくリラックスしながら過ごすことのできるどころです。「学校」という言葉の響きは、人を平均値や中央値にならしていく不自然でロボットのような人生設定機関を連想させますが、「カフェ」は外れ値や特異値を良しとする雰囲気満ちた、生命と新しい人生・社会の希望を思い起こさせる言葉で、この遠山郷の研修で大自然に抱かれながら、ゆらぎの学びをしていただきたいという思いを込めております。「藤原直哉の学びのカフェ」で都会では味わえない自然がもたらす温かく優しい空気にリラックスしながら学びを深めてください。

今回の研修でも、学習グループと里山ロハス体験グループの2グループに分け、以前に座学を受けられた方は、遠山藤原学校観光農園で農作業を体験していただくのも楽しみ方のひとつです。もちろん、再度あるいは再再度と座学を受けていただき、学びを深めていただくこともできます。ご家族でお越しの方でお父さんは勉強、子供さんと奥さんは里山とロハスの体験をと、ご家族それぞれにプログラムをお楽しみいただくこともできます。また里山ロハス体験グループにご参加の方にも学習グループで藤原直哉がお話した録音を、インターネットからのダウンロードの形で無償提供させていただきます。

一泊二日の研修の大まかな流れですが、まず、1日目は12時30分に、遠山郷の中心、和田地区にあります国道152号線沿いの道の駅「遠山郷」内の、アンバマイ館という遠山郷観光協会の施設に集合していただきます。電車でお越しの方は、まずJR飯田線の平岡駅までお越しください。東京方面からお越しの方は、東京8時33分発のひかり505号にご乗車いただき、豊橋で飯田線の特急伊那路1号に乗り換えて、平岡には11時57分に到着します。

JR飯田線の平岡駅から道の駅「遠山郷」内にあるかぐらの湯バス停までは乗り合いタクシーをご利用ください。お1人600円、所要時間約20分、特急の到着に連絡していますので、下車後、駅前広場まで階段を下ってください。そこでワンボックスタイプの乗合タクシーにお乗りください。平岡駅の予定発車時刻は12時10分、かぐらの湯には12時30分に到着です。そしてアンバマイ館はかぐらの湯バス停の目の前です。また自家用車でお越しの方は、中央自動車道の飯田、松川、飯田山本インターチェンジから約1時間です。

アンバマイ館に集合していただきましたら、皆さんに自己紹介していただきます。それから地元の温泉施設、かぐらの湯内にある食堂「味ゆ〜楽」で昼食にします。

昼食が終わりましたら、学習グループと里山口ハス体験グループに分かれます。里山口ハス体験グループのみなさんは、遠山郷スタッフが遠山藤原学校観光農園にお連れしますので、そちらで農作業をしていただきます。一方学習グループのみなさんは、和田地区の中心街、江戸時代から伝わる国道152号線・秋葉街道の宿場町、和田宿を散策し、その後遠山氏の菩提寺である龍淵寺を訪問、隣の遠山郷土館「和田城」にて「一期一会のリーダーシップ」をご受講いただくというコースをたどります。

龍淵寺は江戸時代に徳川氏に滅ぼされたこの地域の豪族遠山氏の菩提寺であり、遠山氏の居城跡に建てられました。その境内に沸く観音霊水をいただきます。観音霊水は4百年以上前から湧いているお水で、真夏や早魃でも枯れずにいつも冷たくておいしい水がコンコンと湧いています。そのお水を近年専門家に調べてもらったところ、名水のなかでカルシウムやマグネシウムの含有量が日本で最も多い、すばらしい名水であることがわかり、最近では地元や近郊の方はもちろんのこと、東京や大阪から百リットルも2百リットルもお水を汲みに来る方がおられます。こういう硬水は味にクセが強いことが多いのですが、観音霊水は硬水でありながら大変口当たりがよく、特にコーヒーや紅茶にして飲むとおいしく、また日持ちが大変良いので、非常用のお水としても汲みに来る方が絶えません。また境内には樹齢5百年の観音大杉があります。これは根元が一体となった4本の杉で、家族和合のしるしとして、参詣する人が絶えません。さらに龍淵寺には6年前に再建された総けやき作りの立派な観音堂があります。このお寺では長くお写経を続けていて、奉納されたお写経がこの観音堂に納められています。光堂と名付けられた観音堂からは和田宿が一望できます。

遠山郷土館「和田城」は遠山郷の郷土資料館で、この地区に数百年前から伝わる国の重要無形民俗文化財、遠山の霜月祭りのビデオや複製の面（おもて）、また林業に関する展示、さらには遠山氏の子孫の方が伝えている宝物などを見学します。またこの1階の一部は喫茶店、カフェ「和田城」になっていて、目の前の観音霊水で入れた大変おいしいコーヒーが名物となっています。こちらのコーヒーを召し上がっていただきながら、リラックスして研修に臨んでいただければと思います。こちらの研修では「遠山郷で学ぶ人生の未来突破」と題しまして、みんなが平均値や中央値を追いかけて日々生きる中で、外れ値や特異値、そしてゆらぎのなかに生命の活力があることを学んでいただきます。

たっぷり農作業あるいはお勉強をしていただいた後は両グループが合流し、遠山温泉郷「かぐらの湯」でゆっくりと疲れを癒していただきます。かぐらの湯の源泉は、全国でも珍しい43度の高濃度塩化物温泉で、体がよく温まり、浴室内で温泉を飲用することもできます。この地域は日本列島を東西に走る中央構造線という大断層のために地形が非常に複雑で、地質学的にも謎が多い場所です。この温泉もそういう複雑な地質が生んだ珍しい温泉で、豪快な雰囲気が多くファンを惹きつけています。

その後、当日のお宿である八重河内地区の「いろりの宿島畑」に行きます。ここは遠山郷でも最も人気の高いお宿のひとつです。

お食事は、地元の方々と懇親会を兼ねています。今回も遠山郷の地元のみなさんや他の参加者の方々と、和やかに交流を深めていただきたいと思います。余興もいろいろ出てくるのではないのでしょうか。そして島畑自慢の山肉料理の数々も絶品ですでお楽しみに。

また夕食・懇親会后、ご希望の方は地元のカラオケスナック「セラード舞夢（まいむ）」へお連れします。実は毎回、遠山藤原学校はこの二次会の舞夢が大変盛り上がるのです。参加者の皆さんが本当にリラックスして語り合い、歌う姿はとて明るく温かい雰囲気になっています。どうぞ遠山郷の夜を舞夢で元気にお楽しみください。

2日目は朝食の後、和田宿を再び散策です。1日目に見学しきれなかった場所を見学します。そして朝のすがすがしい空気の中を歩きながら、観音霊水の隣にある「殿町の茶屋」に行きます。ここは地元の女性が経営しているお饅頭屋さんで、名物のふじ姫饅頭はその日の朝に作って売切れたら終わりという非常に人気の高いお饅頭です。遠隔地から来られる方はどうしても遠山郷に来るのが午後になってしまい、何度来ても売り切れで食べられないという幻の饅頭でもあります。よもぎとそばの2種類の饅頭が8個入って1,000円のふじ姫饅頭は、遠山郷の外はもちろんのこと、遠山郷のなかでもこの殿町の茶屋でしか販売されておらず、ファンが絶えません。さらにここではお店の方がお客さんにお茶やお漬物を接待して下さり、多くの方が地元のみなさんの暖かい人情に触れて感激していただけます。一個一個が手作り、まさに一期一会のお味を楽しんでいただきます。

その後は、遠山郷の木沢地区にある、木造校舎の廃校を利用した地域活性化施設、旧木沢小学校に向かいます。旧木沢小学校は、平成3年に休校、平成11年に廃校となった地元の小学校で、現在に残る懐かしい木造校舎は、昭和7年に地元の人々の情熱によって建てられたものです。そのため廃校後も何とかこの木造校舎を保存し、同時にここを地域活性化の拠点とすべく、地元の有志が木沢地区活性化推進協議会という団体をつくって、木造校舎の維持管理を行っています。校内の教室には遠山の霜月祭り、地元を走っていた森林鉄道である遠山森林鉄道、南アルプスの登山道整備などを行っている遠山山の会、昭和時代の遠山郷の写真などが展示されているほか、藤原直哉の蔵書3千冊を寄贈した藤原文庫もあります。さらにここには年間を通じて多くの方が見学に訪れ、また空き教室を利用した講演会や集会、演奏会、映画会の開催、引っ越しのサカイのCM撮影などが行われていて、まさに地元の方と来訪される方との貴重な交流の場にもなっています。

その旧木沢小学校の教室で午前中にはゲスト講師の土橋重隆先生より「健康保険制度の行方」と題して講演をしていただきます。医師の立場を超えてご活躍される場面の多い土橋先生ですが、活動を通してお伝えしていることを人々に体感してもらおうということで、現在、医療の現場にさらに注力されて、患者さんの体に劇的な変化を起こしています。昨年7月にも土橋先生には遠山郷でお話いただきましたが、先生の活動はさらに進化を遂げております。ぜひこの機会を逃さず、土橋重隆先生のお話をじっくりとお聞きして、真の健康について学んでいただく良い機会としてください。

お昼は同じく旧木沢小でいただきます。また、旧木沢小のすぐ近くには遠山藤原学校観光農園があります。この農園は廃耕地となっていた畑をお借りして、当社で募った遠山郷ボランティアと地元のみなさんが力を合わせて5年前に開いたばかりの農園で、遠山藤原学校における木沢地区の里山整備の拠点にしようとしている農園です。またここでは21世紀の肥だめとして注目されている新しい複合発酵技術を使った液肥を作り、散布しています。その様子もご覧いただきます。「遠山郷から日本を変える」という根本理念にふさわしい活動がいろいろと展開されています。旧木沢小学校に到着した後、時間を見計らって農園や液肥プラントをご紹介します。

昼食を召し上がっていただいた後は、図書室に移動いたします。旧木沢小学校の図書室には昔、小学生が読んでいた本のほかに、藤原直哉のかつての蔵書3千冊などが開架されてい

て、どなたでもお読みいただけるようになっています。今回は藤原直哉が直接、この図書室をご案内し、蔵書のいくつかについてお話させていただきます。また図書室に保管されている昔の本も取り上げまして、今の本ではわからない、昔の本でしかわからない知識、思いをみなさんと一緒に勉強します。

そして教室に移動して、藤原直哉による講演「内外情勢と今後の行き方」とそれに引き続き「インターネットラジオ公開録音」を行います。今年も世界は混迷を深めています。ですから講演の内容については事前に教科書を定めず、臨機応変にその時の状況に応じてお話ししていきたいと思えます。時局と今後の展望、そしてこれから取るべき戦略を考えていきます。また、公開録音は、火曜日にアップする私のインターネットラジオの番組のうちの1本を行います。

そして午後3時45分に旧木沢小学校で解散。道の駅「遠山郷」のかぐらの湯までお送りいたします。電車で東京方面にお帰りの方は、かぐらの湯を16時07分に出る乗合タクシーにお乗りいただき、終点である平岡駅を16時42分に出る特急伊那路4号で豊橋に行き、豊橋からひかり530号に乗り換えて、東京には20時10分に到着という行程がよろしいかと思えます。

今回も盛りだくさんの内容ですが、縁ある数多くの方々に遠山郷の自然と人情、そしてそのなかで生きる喜びを味わっていただき、遠山郷の里山に遊び、またよく学んでいただき、遠山郷のファンとなり、21世紀を明るく元気に生きるための、たくさんの知恵と実力を得ていただきたいと思っています。

この10年間に本当に多くの方々に遠山郷へお越しいただいておりますが、リピーターの方がたくさんいらっしゃいます。遠山藤原学校でみなさんのお世話をしてくださる遠山郷スタッフの方々も、最初は遠山藤原学校の参加者としていらっしゃいました。何度もいらっしゃるうちに、スタッフとしておもてなしをする側に回ってくださったのです。遠山郷の持つ一期一会のゆらぎが多くの方々を惹きつけてやまないのです。

一人でも多くの方のご参加を心からお待ちしております。

2016年6月吉日

株式会社あえるば（旧社名 シンクタンク藤原事務所）
会長・経済アナリスト 藤原直哉

< 2. 一期一会のリーダーシップについて >

2014年の遠山藤原学校は、「遠山郷から日本が変わる」という根本理念のもと、

『一期一会のリーダーシップ、「ゆらぎ」から始まる新しい人生・新しい社会』

と題したテーマで開催します。



さて、何が始まったのかとお思いかもしれませんが(笑)、一期一会という言葉はご存知だと思います。この言葉そのものは幕末に大老を務めた彦根藩の井伊直弼が自著のなかで使った言葉で、一生に二度とない出会いを大切に、という意味です。

ちょっと語は変わりますが、織機って知っていますか？布を織る機械です。私が子供のころは地方に行くとよく織機があって、その音が実に心地よくて、よく立ち止まってその音を道端で聞いていました。

今はYouTubeにいろいろな織機の音がアップされています。ここもそのひとつです。



シャトル織機 Shuttle Loom

実においしい音ですね。最初の1分ほど、音だけ録音させていただくこのようになります。1分聴いてみてください。

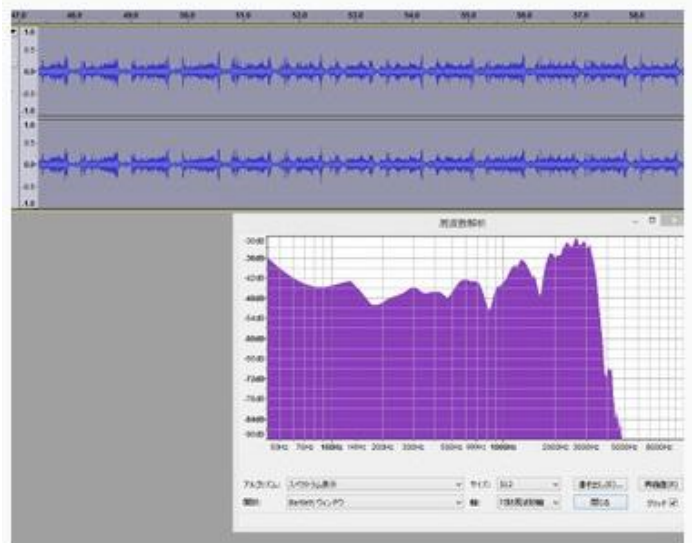
次に、ちょっとこの音を加工させていただいて、次のような音にしてみました。これをまた1分聴いてみてください。

どちらが良いでしょうか。私が聴くと、最初の音は自然ですが、2番目の音は何か耳にしっくりこないというか、ちょっといらいら感が募るような音です。

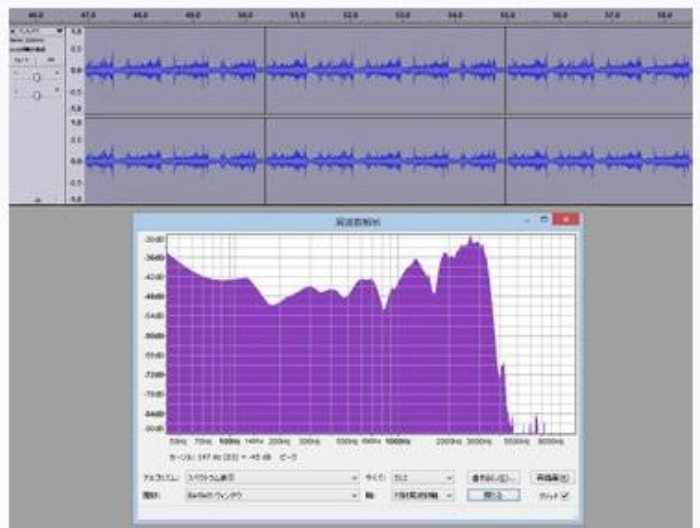
実は2番目の音は、1番目の音の最初の5秒ほどを録音して、それを繰り返し何度も再生させているだけなのです。

織機ですから機械が回転運動、往復運動をしています。したがって音も周期的になるはずだから、同じ音を繰り返せば十分ではないかと考えてしまいます。

ところが違うのです。同じような繰り返しの音に見えても、実はその音の波形をよく見ると、1回のカシヤンごとに結構波形が違います。下の写真はステレオで録音した音の時系列での波形と、下はそれを周波数領域で表したものです。



そしてこれが最初の5秒間の音の繰り返しです。周波数領域での波形もとてもよく似ていますが、実際に聴いたときの感じ方はだいぶ違います。



すなわち、世の中には単調に繰り返されているようにしか見えないものがありますが、実は自然は偉大で、どんなに繰り返しがあっても見えても、同じものは決してふたつとないのです。

我々はデジタル時代に慣らされて、何でもコピー・ペースト(複写・貼り付け)で物事を済ます癖があります。しかしこれは自然の姿とは決定的なところで違うようです。

それは見聞ぎした感じは一見して同じですが、長く接するとその違いがどんどん浮かび上がってきて、やがてコピー・ペイストでは堪えられなくなってしまうのです。

これも、偽物と本物の違いであり、自然はすべて、一期一会なのです。決して同じ繰り返しはふたつとないのです！

心と気が付くと今の我々は大量生産、デジタル化のなかで、自然の一期一会を忘れてしまい、それがどこかで我々の生命力を減退させてしまっているような気がして仕方がないのです。

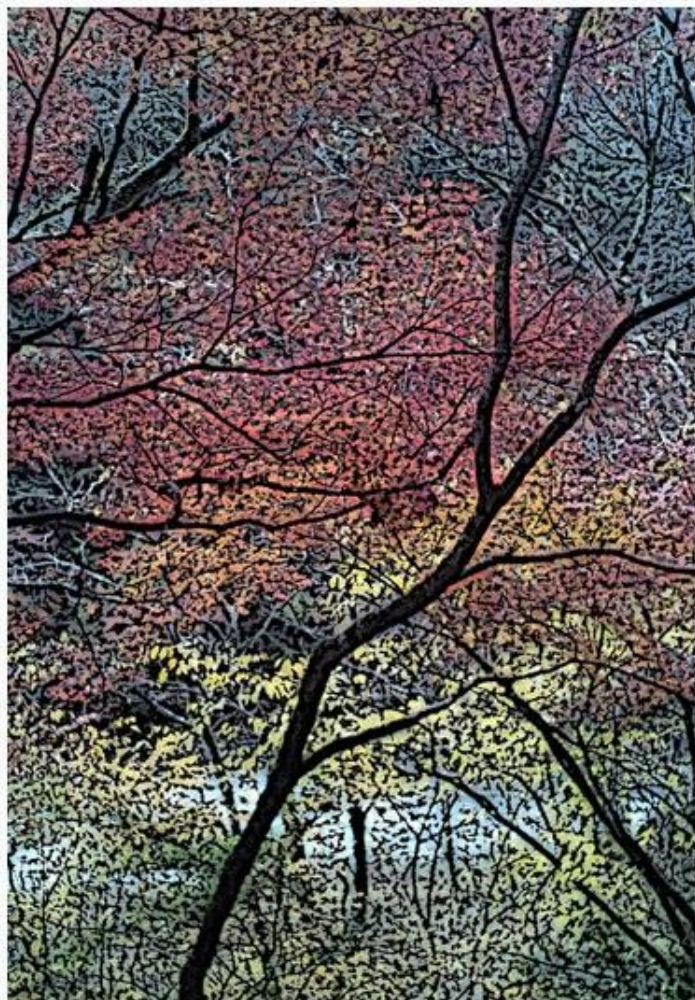
織機の音のように、規則性があるのにゆらぎがあるというのは、自然界でよく見られることです。

たとえば下の紅葉した木。これは遠山郷で撮影したもみじの写真です。



この写真を画像ソフトで処理して輪郭と色の変化を強調させてみます。

すると輪郭は複雑であり、色もたくさんの中間色があることがわかります。もみじの葉と木はどこでも同じように思えるので、ひとつのもみじの形を作って、それをコピーしてつなぐと、恐らくまったく趣が出ないでしょう。どこを見てもふたつとないゆらぎが入っていると思われるからです。



あるいは遠山郷にある旧木沢小学校の校舎。



これも同じように輪郭と色の変化を際立たせてみます。すると輪郭は単純な直線で組み立てられているのではなくて微妙に曲がっていて、また色もたくさんの中間色があることがわかります。



一方、大都会の高層ビルの写真を見てみます。



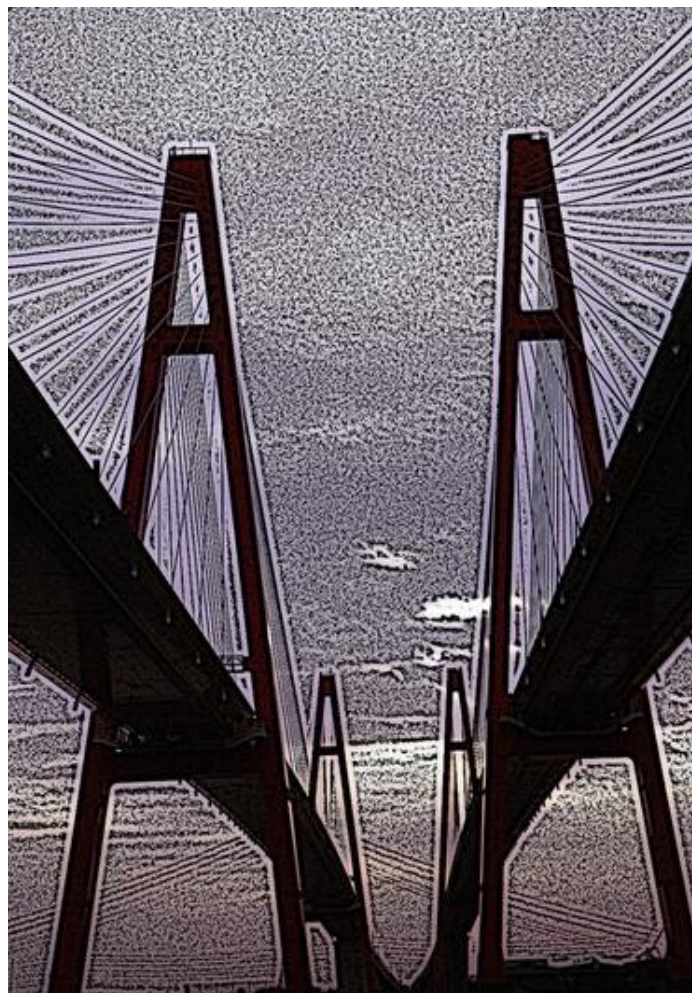
同じように輪郭と色を強調するとどうでしょう。規則性が強くみられる反面、ゆらぎがほとんどないことがわかります。むしろゆらぎがあるのは空の色で、大都会で空を眺めるとホッとするというのも理由がありそうです。



あるいは大きな橋です。



これも輪郭と色の変化を強調してみます。するとやはり橋そのものにはゆらぎはなく、あるのは空のゆらぎです。



こうしてみると、田舎の景観は大都会の景観と比べてゆらぎが多そうです。そしてこのゆらぎの多さが、実は人の気持ちにとっても良い働きをして、だから田舎の景観を見るとホッとするということがあるのではないのでしょうか。

でもしかし、田舎、大都会と言ってもその基本は規則性の周りにゆらぎがあるかないかです。ですから本当は大都会でもゆらぎのある景観を作ることはいかに可能なはずで。

しかしそれはおそらくコンクリートや鉄でできた今のような構造物を並べることでは無理だと思われ、都市計画や都市を作る材料をゆらぎのある世界と素材に抜本的に直す必要があります。

さらにゆらぎは教室のなかにもあります。

下の写真は遠山藤原学校で講義をする時に使わせていただいている旧木沢小学校2階の教室です。とても趣があり、長くいても疲れのない部屋です。



この写真もまた画像ソフトで輪郭と色の変化を強調してみます。輪郭にも色にもゆらぎがたくさんあります。



一方これは、東京大学教養学部(駒場)にある昔ながらの教室です。



輪郭と色の変化を強調してみると、ゆらぎは少なそうです。果たしてどちらの教室のほうが学生にとって心地よいでしょうか。



何か生命感の高い生活、勉強、仕事をしようというときに、今のような効率一点張り、景観としても規則性ばかりでゆらぎがない空間というのは、これからの時代にはかえって「貧しい」ことかもしれません。

たとえば次のつり橋の写真を見てください。遠山郷にかかる、あるつり橋です。踏板が木でだいふゆらいでいて、風情はありますが、ちょっと危なそうでもあります。



一方、これは遠山郷の市街地です。立派な舗装道路です。安全そうですが風情はありません。



さて、どちらがよいのでしょうか。風情はあるけれど危なそうな道、風情はないけれど安全な道。

実はこれは二律背反ではないのです。風情はあるけれど安全な道は作れるのです。すなわち、つり橋の踏板を、新しい板に交換すればよいのです。木は新品でもアスファルトに比べればゆらぎがあって風情がありますし、時間が経つと急速に色が変わっていき、風情が増します。そして強度に問題が出るくらいまで劣化してきたら、新しい木に交換すればよいのです。

下の写真もそうです。遠山郷の熊野神社です。風情のある木の鳥居です。でも何となく倒れそうな予感がします。そうしたら、二度と倒れないようにということでコンクリや金属の鳥居にするのではなく、また木の鳥居を建て直せばよいのです。



お宮も老朽化が進んだら、また木のお宮に建て替えればよいのです。



遠山郷にも鉄で鳥居を作ったお宮があります。ところが錆びてくると帰って風情がなくなりますし、もっと錆びると突然折れて倒れる可能性があります。



錆びる鳥居を作るくらいなら、もう少し張り込んで、石の鳥居にしたほうが風情があるかもしれません(静岡県浜松市水窪の山住神社)。



こうしてみると、伊勢神宮や出雲大社で定期的に遷宮をするというのは大変意味のあることだということがわかります。お宮が新調された時は新鮮な美しさがある。一方建て替え間際には成熟した美しさがある。そして建て替えることによって材木の需要が生まれて森林整備が職業として成り立つようになり、職人の技も継承され、人々は常にゆらぎのある心地よい空間に安全に住むことができる。

もし、旧木沢小学校の老朽化が進んだらどうすればよいのか、また木で立派な学校を建てればよいのです。それが、これからの時代の「豊かさ」ではないでしょうか。

しかしゆらぎが大切だからと言って、木や石で作れば何でもよいというわけではありません。

たとえば下の写真を見てください。木で作られた建物です。何か不自然ですね。やはり景観にはデザイン、型があって、型からあまりはずれたものはたとえゆらぎがあっても美しいとは思えません。景観に型は大切です。見て美しいかどうかは人が実際にどう思うかですから、葛飾北斎の**富嶽三十六景**や歌川広重の**東海道五十三次**のように、多くの人が見て違和感のない景観がよいと思います。

おそらくディズニーランドもまず最初に芸術家が絵を描いて、それに合わせて建物を建てていったのでしょから、都市計画も最初に芸術家が絵を描いて、それに合わせて建物や道を作ったほうがよいのではないのでしょうか。



しかし、たとえどんなに不自然なものでもずっと朽ちていって、ほとんど土にかえりそうになるぐらいまでいくと、それまでゴミに見えていたものが自然の一部のように見えてきます。下の写真は遠山郷の廃村跡に残っていた廃車です。



よく山のなかの廃線跡や廃村跡を探訪する人がいますが、こういう面白さなのでしょう。

下の写真は遠山郷に残っていた旧秋葉街道と、沿道の石垣です。今から60年ぐらい前までは、このあたりも多くの人や馬が通り、たくさんのお家があって、人々がにぎやかに生活していました。



自然は偉大なもので、人がどんなに不自然なことをしても、やがて自然に戻ってしまうのです。そして不自然な型は消滅し、土や石は残ります。

一方、下の写真の左側のお家。確かに木造の風情のありそうな建物ですが、散らかっていて、美しさがないですね。



ゆらぎは大変微妙なもので、人工的で不自然な規則性が色濃く残っていると、そこにゆらぎが入るとかえって汚く見えます。ごみの埋め立て地の光景がそうですし、片付けの悪い、掃除の行き届いていない景観がそうです。

ですからやはり景観には「お手入れ」が常に必要です。

またゆらぎのある光景と、ない光景の混在にも注意が必要です。下の写真はお寺の参道の階段です。上のほうが手で石を積んだ昔の階段、下のほうが現代に作り直したコンクリートの階段です。また手すりは石の階段のところはステンレス製がついています。

景観を考えていろいろ工夫することは可能でしょう。



それからもう一度、上の旧秋葉街道の写真を見てください。道は曲がっていますね。多くの昔の道は曲線から構成されていて、直線が長くどこまでも続くことはまずありません。

実は自然もそうで、たとえば水は流れ下るときに自然に曲がり、自然にムラができます。整然とまっすぐ上から下に落ちてこないのです。このことは不思議ですらあります。



ですから景観においても効率だけを考えた直線や、一定の曲率の曲線を多用すると不自然になってきます。むしろ逆転の発想で自然のアップダウンや山谷を生かしたインフラのほうが「豊か」ではないでしょうか。

さて、こうしてみると、自然の奥深さがよくわかります。ここまでの考察を整理すると以下ようになります。

- 1、自然には型がある
- 2、型に合ったものは違和感がない
- 3、自然にはゆらぎがある
- 4、ゆらぎは懐かしい、美しい、命を感じる
- 5、型とゆらぎが合わさった現実決して繰り返しのない一期一会である

すなわち人はまず型を学び、何度も何度も型を繰り返す。ところがそれは単なる規則の繰り返しではなく、ゆらぎが入ることで毎回毎日が一期一会であり、そこに生命の源を感じる瞬間がやってくる。だから人はどんなに単調な人生に見えても、死ぬまで一期一会の幸福を得ることができる。

どうでしょうか。そういう精神と戦略に則って自分と人をリードしていくのが一期一会のリーダーシップです。これが再生後の日本を運営する最も重要なリーダーシップであり、これこそまさに健康と持続可能性の高い生活そのものと言っても過言ではありません。

莫大なエネルギーを使う今の生活から見れば、健康で持続可能性の高い生活は単調でつまらないように見えるかもしれませんが、それが本当はまったく反対なのです。むしろ今の生活のほうがゆらぎなくて単調で生命を感じず、人工的で不自然な規則性に満ちていて汚いのです。だから、やはり続かないのです。

そしてこの5つに加えてもうひとつ大変大事なことがあります。それは、遠山郷でお話します。

実際に今年の研修では遠山郷で座学のほかに、一期一会を実感していただく体験を行います。それはお茶会への参加であったり、里山や廃村の散策、あるいは専門家の指導による「一期一会のお庭づくり」など、まだまだいろいろとメニューをそろえるつもりです。

では、「一期一会のお庭づくり」とはどんなものか、次にご紹介しましょう。

今年は、遠山藤原学校研修中に3時間ほどで作れるお庭を、みなさんに作っていただきます。指導するのは造園業が専門の遠山郷スタッフ、久志公洋さんです。

まず完成したお庭の見本は下の写真のようになります。大きさがわかるようにコーヒー缶を置いてあります。

これが一期一会の箱庭、題して『松竹梅』です。



先ほどと同じように輪郭と色を強調してみます。ここには型とゆらぎが輪郭と色の両方に入っています。



では一期一会の箱庭、『松竹梅』の作り方をご紹介します。

まず2×4の木材を1本用意します。



そして好みの寸法に切断して、ビス止めて箱を作ります。それからそれだけでは味気ないので、ガスバーナーで焦げ目をつけます。



こんな感じに仕上がります。



13 焦げ目をつけたら、箱の底にビニールを張りつけ土がこぼれないようにします。ビニールはビス止めです。



次はいよいよ作庭です。客土を入れ築山を作ります。使用したのは軽量の市販の培養土です。これで築山を作り、石をのせて岩を組みます。石は遠山郷で各自拾っていただきます。

石組みができれば、植栽です。遠山郷で各自みつけた小枝などを切ってきます。



植栽といっても枝を土にさすだけです。

今回のテーマは『松竹梅』ですから、松・梅・竹を石組みにバランスよく配置します。



ここでの基本は石組みの中心はお庭のご真ん中に来ないようにすることです。



植栽の次はいよいよ仕上げ作業です。

まず、苔を調達します。付近の側溝の脇などでよく見かけます。



ゴミ等を掃除して、霧吹きなどで水分を与えると生き返ります。

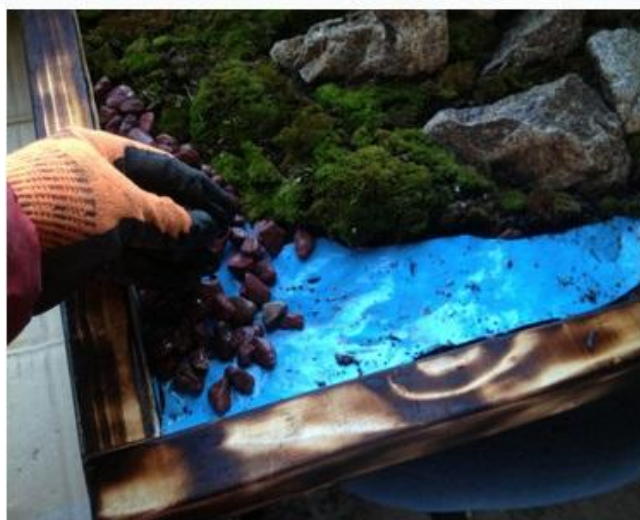
こうして少しずつ割って貼付けていきます。



こんな感じです。どうです？側溝の脇にあったときはあんなに汚かったのに、綺麗でしょう！



次はいよいよ総仕上げの砂利敷きです。今回はたまたま在庫で持ち合わせていた赤色の玉砂利を使用しました。



最後は霧吹きで水をかけて綺麗にして完成です。



一期一会の箱庭、『松竹梅』



いかがでしたでしょうか。研修では同じものを作るのではなく、季節に合わせて、それぞれにイメージをもって専門家の指導のもとに作庭していただきます。

こうして、決してふたつとない自分だけの庭を、自然の中から自分で作ることができれば、それは自分自身にとっても大きな前進になります。型とゆらぎです。

詳しい日程等は本ブログ等で順次公開していきますので、どうぞこの機会に南信州遠山郷で一期一会のリーダーシップを勉強されてください。

< 3. 研修日程表 >

6月25日（土）

時間	予定	写真
12:30	集合 <u>道の駅「遠山郷」内、アンバマイ館に集合</u> 研修の説明と参加者の自己紹介、スタッフ挨拶	
12:45	昼食 温泉施設「かぐらの湯」内「味ゆ〜楽」にて	アンバマイ館
13:30	出発 <u>学習グループ</u> 龍淵寺、遠山郷土館、カフェ「和田城」など	
13:30	出発 <u>里山ロハス体験グループ</u> 木沢地区に向けて車で出発	
13:40	到着 旧木沢小学校到着 遠山藤原学校観光農園にて農業体験	
14:00	学習 <u>学習グループ</u> 遠山郷土館内、会議室にて学習 「遠山郷で学ぶ人生の未来突破」	龍淵寺
16:30	出発 <u>里山ロハス体験グループ</u> 作業終了。「かぐらの湯」へ	
16:30	出発 <u>学習グループ</u> 1日目の学習終了。「かぐらの湯」へ	
17:00	到着 遠山温泉郷「かぐらの湯」で入浴	かぐらの湯
18:00	出発 今日のお宿、いろりの宿島畑へ車で出発	
18:15	到着 島畑到着、チェックイン	
18:30	夕食 島畑にて夕食、懇親会	和田城
20:30	懇親会終了。二次会希望者は「舞夢」へ	
20:40	「舞夢」でカラオケ二次会 <u>朝夕は多少冷え込みますので薄手の上着をお持ちください。</u> ・ <u>農園作業をご希望の方は、帽子、軍手、汚れてもよい作業着をお持ち下さい。長靴は当方で用意します。</u>	
		遠山川の清流

6月26日(日)

時間	予定		写真
7:00	朝食	いろいろの宿島畑にて	
8:00	出発	和田地区散策～殿町の茶屋	
8:30	出発	旧木沢小学校に向けて出発	
9:00	講演	土橋重隆先生講演 「健康保険制度の行方」	
11:00		藤原直哉&土橋先生対談および質疑応答	
11:45	終了		
12:00	昼食	旧木沢小学校にて昼食	
12:45	見学	昼食後、遠山観光農園、複合発酵装置見学	
13:15	講演	図書室にて、藤原直哉の蔵書紹介	
14:00	終了	終了後、2階の教室へ移動	
14:10	講演	藤原直哉講演 「内外情勢と今後の生き方」	
15:45	解散	旧木沢小学校にて解散	
		<p>電車でお越しの方、お車でお越しの方は、道の駅「遠山郷」内、「かぐらの湯」までお送りします。</p> <p>乗合タクシーの「かぐらの湯」出発は16:07、豊橋方面行特急の平岡出発は16:42です。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ <u>2日目も農業体験を随時受け付けております。</u> ・ <u>観音霊水を汲んで帰られる方は、別にペットボトルやポリタンをご用意下さい。</u> 	<p>旧木沢小学校図書室</p>
			<p>旧木沢小学校</p>
			<p>旧木沢小学校のネコ校長 高嶺ちゃん</p>

< 4. 研修費用 > (消費税込み)

大人 1名	30,857円
学生(大学生・専門学校生以下、中学生以上) 1名	15,429円
子供(小学生以下) 1名	10,800円

なお、お食事とお布団、バスの座席の事前のご用意が必要でない乳児は無料です

(上記は全て税込です。)

(1) 研修費用に含まれるもの

・ 宿泊料金	原則として相部屋です。ご家族での一部屋でのお泊りはできる限り配慮させていただきますが、保証はできませんのでご容赦ください。宿泊は、 いろいろの宿 島畑 〒399-1312 長野県飯田市南信濃八重河内580 TEL 0260-34-2286 FAX 0260-34-2281
・ 食事料金	日程表に記載された昼食2回、夕食および懇親会1回、朝食1回 (なお子供料金にてご参加の方は、1日目の夕食がお子様定食になります)
・ 入浴料 ・ 入館料 ・ 講演料 ・ ガイド料 ・ 管理料 ・ 鉄道・バス費用 ・ 旅行保険料	日程表に記載された施設での入浴料、入館料、講演料、ガイド料、旧木沢小学校管理料、日程表内の貸切バス交通費、下記旅行保険料は研修費用に含まれています。
・ 研修講師	株式会社あえるば(旧社名 シンクタンク藤原事務所) 藤原直哉
・ 旅行保険	(限度額お一人様死亡障害1千万円)

(2) 研修費用に含まれないもの

・ 個人的性質の費用	タバコ、洗濯、電報電話、お酒・ジュース等の飲み物、お土産、個人の飲食などは個人負担をお願いします
------------	--

< 5. 旅行手配 >

マツカワ観光バス 株式会社	〒399-3304 長野県下伊那郡松川町大島1909-2 (本社/営業所) TEL: 0265-36-2345 (代) FAX: 0265-36-6060 総合旅行業務取扱管理者: 松村 康文	長野県知事登録旅行業 : 第3-442号 社団法人全国旅行業協会正会員
------------------	---	---

< 6. 研修要領 >

募集人員	<p>20名 なお、先着順にお申し込みをお受けし、定員になり次第締め切ります。 参加申込書をマツカワ観光バス株式会社宛てにお送りください (FAX または郵送でお願いします)</p>											
研修代金	<p>2016年6月17日(金)までに、研修代金の全額を以下の口座へお振込みください。 八十二銀行 松川支店 ハチジュウニギンコウ マツカワシテン 店番号 581 口座番号 普通口座 276802 口座名義 マツカワ観光バス株式会社 マツカワカンコウバス (カ)</p>											
取消料	<p>お申し込み後、お客様の都合でお取り消しになる場合、当方の手続きを開始または完了している場合は、次の取消料を申し受けません。</p> <table border="1" data-bbox="485 853 1375 1155"> <tr> <td data-bbox="485 853 1091 943">開始日の前日より起算してさかのぼって20日目を以降</td> <td data-bbox="1091 853 1375 943">参加費用の20%</td> </tr> <tr> <td data-bbox="485 943 1091 1025">開始日の前日より起算してさかのぼって7日目に当たる日以降</td> <td data-bbox="1091 943 1375 1025">参加費用の30%</td> </tr> <tr> <td data-bbox="485 1025 1091 1070">出発日の前日</td> <td data-bbox="1091 1025 1375 1070">参加費用の40%</td> </tr> <tr> <td data-bbox="485 1070 1091 1115">出発日の当日</td> <td data-bbox="1091 1070 1375 1115">参加費用の50%</td> </tr> <tr> <td data-bbox="485 1115 1091 1155">研修開始後又は無連絡不参加の場合</td> <td data-bbox="1091 1115 1375 1155">参加費用の100%</td> </tr> </table>		開始日の前日より起算してさかのぼって20日目を以降	参加費用の20%	開始日の前日より起算してさかのぼって7日目に当たる日以降	参加費用の30%	出発日の前日	参加費用の40%	出発日の当日	参加費用の50%	研修開始後又は無連絡不参加の場合	参加費用の100%
開始日の前日より起算してさかのぼって20日目を以降	参加費用の20%											
開始日の前日より起算してさかのぼって7日目に当たる日以降	参加費用の30%											
出発日の前日	参加費用の40%											
出発日の当日	参加費用の50%											
研修開始後又は無連絡不参加の場合	参加費用の100%											
研修企画 (お問い合わせ)	<p>株式会社あえるば 〒250-0011 神奈川県小田原市栄町 2-13-12 ASUKA ビル 2F 電話 0465-44-4750 FAX 0465-44-4751</p> <p>電子メール iwamoto@aeruba.co.jp 担当 岩本寛 (いわもと ひろし)</p> <p>なお、当日の緊急連絡は、岩本寛の携帯電話へお願いします。 <u>080-9214-0563</u></p>											

< 7. 研修概要 >

・ 研修名称	2016年6月 藤原直哉の学びのカフェ
・ 日時	2016年6月25日(土)・26日(日)の2日間
・ 研修場所	長野県飯田市南信濃地区および下伊那郡
・ 集合・解散場所	集合：6月25日(土) <u>12:30 道の駅「遠山郷」内、アンバマイ館</u> 解散：6月26日(日) 15:45 旧木沢小学校 <u>なお、当日の緊急連絡は、岩本寛の携帯電話へお願いします。</u> <u>080-9214-0563</u>
・ 研修内容	各種見学、体験、講演、学習など
・ 研修講師	株式会社あえるば(旧社名 シンクタンク藤原事務所 藤原直哉 および地元、学校スタッフ

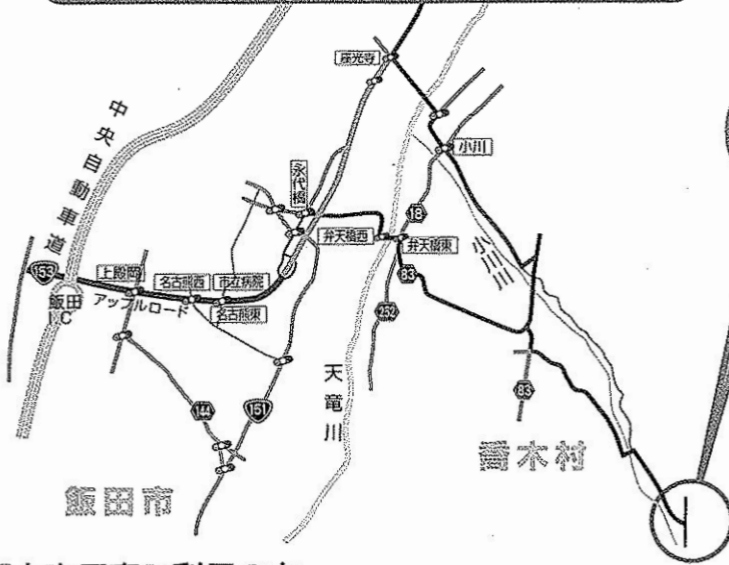
< 8. 現地集合・解散場所まで/からの自家用車、電車での交通手段 (ご参考) >

(1) 自家用車でお越しの場合	<p>集合場所： 長野県飯田市南信濃和田 548-1 道の駅「遠山郷」内、 観光案内所「アンバマイ館」(かぐらの湯バス停目の前) (電話 0260-34-1071)</p> <p>中央高速道 飯田、松川インターチェンジから約1時間 中央高速道 飯田山本インターチェンジから約1時間 新東名高速道 浜松浜北インターから、 兵越峠経由で約2時間</p>
(2) 電車でお越しの場合	<p>東京方面から (行き) 東京 8:33 ひかり505号 豊橋 9:56 豊橋 10:08 特急伊那路1号 平岡 11:57 下車後、かぐらの湯まで乗合タクシーで20分 お一人600円</p> <p>(帰り) 旧木沢小学校からかぐらの湯まで車で10分、 かぐらの湯から平岡駅まで乗合タクシーで20分 平岡 16:42 特急伊那路4号 豊橋 18:31 豊橋 18:47 ひかり530号 東京 20:10</p>

< 9. 注意事項、および持ち物など >

- ・ 里山ロハス体験グループの方は農園作業を行いますので、運動靴、汚れてもよい作業着、軍手、帽子をお持ち下さい。農作業用の長靴は当方で用意します。
- ・ 朝夕は多少冷え込みますので、薄い上着をお持ちください。
- ・ 見学場所によっては坂道を歩きます。歩きやすい服装をお持ちください。
- ・ 観音霊水を汲んで帰られる方は、別にペットボトルやポリタンをご用意下さい。
- ・ 山道のため、自家用車の運転や乗り物酔いにはくれぐれもご注意ください。
- ・ なお、携帯電話は、電波が届かない場所があります。

ロードマップ from 飯田



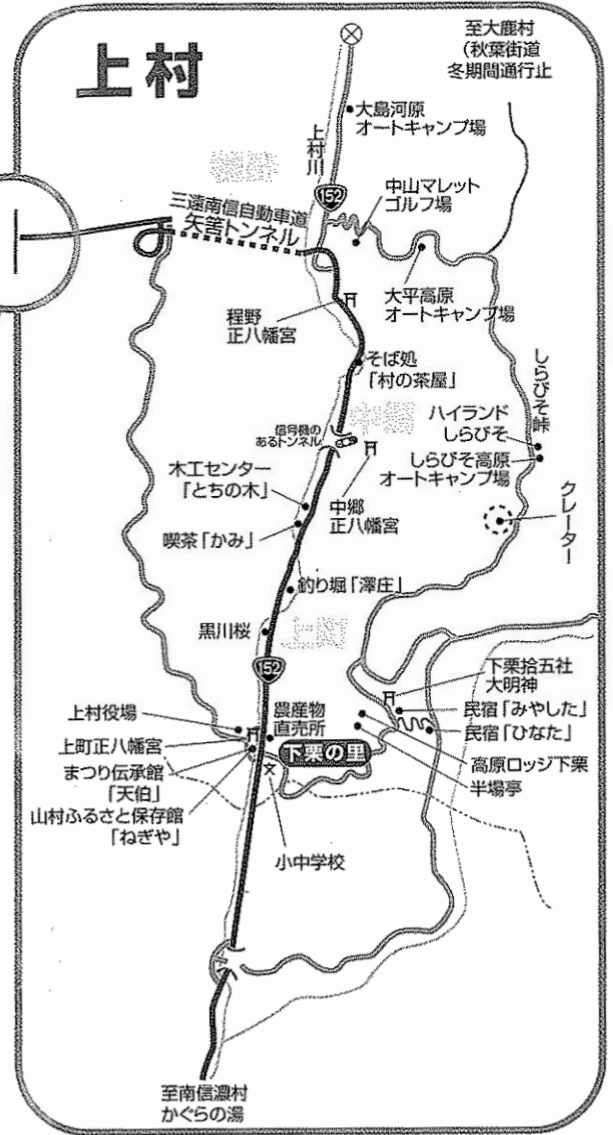
■自家用車ご利用の方

- ・中央自動車道飯田I.Cより県道上・飯田線、三遠南信自動車道矢筈トンネル経由、上村程野まで約26km 飯田I.Cより約40分
- ・中央自動車道松川I.Cより国道153号経由、上・飯田線、三遠南信自動車道矢筈トンネル経由で上村程野まで約32km 松川I.Cより約60分
- ・名古屋方面より国道153号(平谷経由) 国道418号(売木・天龍村経由) 国道152号で南信濃村経由上村まで 名古屋より約3時間30分
- ・浜松方面より国道152号(南信濃村経由) 上村まで 浜松より約3時間

■バスをご利用の方

- ・程野、上村役場前にて下車し、目的地まではタクシーをご利用下さい。

天竜観光タクシー TEL.0260-36-2015
(ご利用の際は予約を済ませてお出掛け下さい)



営業案内

貸切バス事業 一般貸切、各種送迎

小さなグループから団体旅行まで
旅のガイド付、地域観光案内

旅行事業 海外旅行、国内旅行

一度行ってみたいかった話題の観光地
ご希望に応じたコースの企画・見積と
手配・ご案内をさせていただきます



4列20人乗りサロン車



4列21人乗りサロン車

マツカフ観光バス株式会社

本社/営業所 TEL 0265-36-2345(代)
FAX 0265-36-6060

〒399-3304 長野県下伊那郡松川町大島1909-2
一般旅客運送業 北信交旅第813号
長野県知事登録旅行業 第3-442号
社団法人 全国旅行業協会正会員

<10. 観光タクシー運行>

アップルキャブ南信州タクシー有限会社

〒395-0153 長野県飯田市上殿岡 717-4 TEL 0265-28-2800

申 込 書

2016年6月 藤原直哉の学びのカフェ 6月25日・26日 ご記入日： 年 月 日

選択してください

・ 自家用車ご参加

・ 電車でご参加

フリガナ	性別	男 ・ 女	
お名前	生年 月日	明・大・昭・平 (西暦 年 月 日 (満 歳)	年)
弊社お客様番号 (おわかりになる場合)			
フリガナ	性別	男 ・ 女	
お名前	生年 月日	明・大・昭・平 (西暦 年 月 日 (満 歳)	年)
	続柄		
フリガナ	性別	男 ・ 女	
お名前	生年 月日	明・大・昭・平 (西暦 年 月 日 (満 歳)	年)
	続柄		
フリガナ	性別	男 ・ 女	
お名前	生年 月日	明・大・昭・平 (西暦 年 月 日 (満 歳)	年)
	続柄		

■ ご連絡先について

<input type="checkbox"/> ご自宅 <input type="checkbox"/> 会社・学校 ※どちらかにチェックをおつけください。			
会社名 学校名等	※ご連絡先が「会社・学校」の場合にご記入ください。		
	部署：	役職：	
ご連絡先 住所	〒 _____		
TEL	() -	FAX	() -
携帯電話	緊急時 連絡可・不可		
電子メール	@		
喫煙の有無	<input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無 <small>※部屋割りの参考にさせていただきます。</small>		

選択してください

●参加グループごとに人数をご記入ください。 学習グループ 大人 名 子供 名
 (別れてご参加の方はそれぞれに人数をご記入ください) 里山ロハス体験グループ 大人 名 子供 名

●お肉を召し上がられない方は丸印をおつけください。 お肉なしを希望

●その他ご希望等ございましたらご記入ください。

↑ FAX送信先： 0 2 6 5 — 3 6 — 6 0 6 0 ↑
 (マツカワ観光バス株式会社)