90 歳ヒアリング
マニュアル
（簡易版）

平成 30 年 9 月

東京都市大学　古川柳蔵

目次

第 1 章　90 歳ヒアリングの目的 3
第 2 章　90 歳ヒアリングの実施方法 4
第 3 章　90 歳ヒアリングの質問例 7
第 4 章　ヒアリングメモ例 9
第 5 章　90 歳ヒアリングのポイント 14
第 6 章　日本全国の 90 歳ヒアリングから得られたこと 15
第 7 章　44 の失われつつある暮らしの価値 42

第１章　90 歳ヒアリングの目的

環境問題は、世界で大きく重要な問題になっている。私たちの子孫のために、私たちは環境負荷を出来るだけかけない持続可能な暮らし方に変えていく必要があると考えられる。

東京都市大学環境学部古川柳蔵研究室は、低環境負荷な暮らしのかたちに関する研究の一環として『90 歳ヒアリング』を進めている。この研究では、およそ 90 歳前後（戦前の暮らしを体験された方）の高齢者の方々に直接お話しを聞かせていただき、戦前の低環境負荷で懐かしい暮らし方について分析し、その中から忘れ去りつつある暮らしの知恵や感性、地域に伝承されている地域らしさを再発見し、未来の暮らし方変革のモデルを提案していくものである。

このヒアリングの成果は、地域の持続可能なまちづくりのための基礎資料（または、日本の持続可能な暮らし方提案につなげる資料）に利用し、持続可能なライフスタイル研究に用いられてきた。

本マニュアルでは、はじめて 90 歳ヒアリングを実施する方のために、90 歳ヒアリングのノウハウから分析方法について説明する。

第２章　90 歳ヒアリングの実施方法

以下に、90 歳ヒアリングの実施方法について説明する。

１．90 歳探し

- 90 歳前後の方が対象。90 歳の本来の意味は、非電化の暮らし（便利な物が導入される前の暮らし）のご経験を持つ方。日本の場合、戦前に 20 歳になられている方（大正 11 年以前に生まれた方）が非電化の暮らしを大人の目線で経験されている。対象年齢は幅があってもよい。年齢は必ずしも 90 歳である必要はない。男女比は最終的に半数ぐらいが適当であるが、多少バランスが崩れても良い。
- 対象範囲が広範囲の場合、自然環境、文化が異なる地域にわけ、それぞれの地域から数件 90 歳以上の方々を探す。
- 都市では、職業によって、暮らしが異なるので、職業がばらつくように配慮する。農業、漁業、林業といった職業は、業種が同じであればほぼ同じ生活をしていることが多いが、都市で役所勤め、職人、商業などは職業によって大きく暮らし方が異なる。
- 地域の特徴を見るためには、１地域合計 30 名程度が適当であるが、地域の大きさによる。
- 都市の場合は、戦後に移住した方が多いため、移住前の暮らしと移住後の暮らしの両方とも聞くと良い。

２．ヒアリングの方法

- まず、ヒアリングの目的を理解してもらう。
- 「昔の知恵に学び、未来の暮らしづくりに活かす」という目的であることを言う。
- ヒアリング時間は２時間くらい。高齢者の体調を考え、２０分でおわることもある。ケースバイケース。
- 1 回だけではなく同じ人に数回行うこともあり得る。
- まったくの初対面でも間に紹介者がいれば問題ない。
- 相手側は夫婦や親子や友人と２名～３名でも良い。しかし、若夫婦に話しを誘導されてしまうこともあり、90 歳の方の直接の言葉を聞き出したい。
- 子供をつれていくと子供にわかるように噛み砕いて話してくれる。子供時代を思い出しやすいという点でもよい。子供は小学４年～6 年ぐらいがベスト。その場合は、子供にはメモをとらせる。
- レコーダーはなくてもいいが、どうしても聞き漏らしがあるので録音したほうが良い。ビデオで映像を記録するのも良い。先方の許可を得る必要がある。

- 90 歳の高齢者を探すのが最初の壁だが、福祉協議会や町内会経由や、知人親戚の近い人から行い、その友人を紹介してもらう。また、どんな話をしても聞き手に知識がないとせっかくの話がスルーすることもある。まずは事前に自分のおばあちゃんと話をしたりして時代背景や高齢者の感覚をつかんでから始めるとスムーズである。
- あらかじめ、昔の写真を探しておいてもらい、ヒアリング当日に見せてもらうと良い。探すプロセスで昔を思い出す。また、写真は情報量が多い。
- 主役は一人にする。90 歳の高齢者は一人の方が良い。大勢の 90 歳から話しを聞くと、年功序列のようなルールになり、若い方の高齢者が発言できなくなる。

３．ヒアリングをはじめる

- お名前、生年月日を確認する。次に、生まれた場所、その後、引っ越した場合は引っ越し先などを聞く。親の職業や家族構成を聞く。
- その地域の光景、食、遊び、家族、近所、仕事、家、行事、地域、印象に残っていることなんでも良い。もちろん聞きたい事をきくのもいいでしょう。
- なぜその仕事をしたのか、なぜ？どうして？の質問をする。ヒアリングする側に『なぜ』という子供の質問（無邪気な問い）がでれば、それこそ、昔にあって今なくなっている物事になる。ヒアリングをする側の気づきは重要な情報。そのような内容はかならずメモ取る。
- 「聞くこと」に徹する。うなずく、あいづち、あいのて、「なるほど～」、それでそれで、と興味を示す（しかし、節度をもって。礼儀ただしく。）それはこういうことですか？と質問し教えてもらう。
- 「教えてもらう」ことを忘れてはならない。
- すごいですね～ とほめる、おどろく、喜ぶ、を素直にリアクションする。
- 基本的に、耳が遠い人が多いので大きな声で挨拶したり質問する。
- 90 歳の話しのテンポは難しい。しーんと無言になっても待つ事。沈黙にまけてこちらが話しすぎると時間を損する。
- 時間がきたら、勉強になったことを伝え、お礼を言う。

４．その他

- 基本的には標準語で話しかける。方言が強いところは、方言通訳してくれる人と同行する。
- お茶菓子程度の手みやげ
- 聞き取る内容は個人情報であることを認識すること
- 何かの勧誘をしたり選挙活動をしたり、目的外のことをしない。
- メモしやすい大きなノート、ペンが走りやすい書きやすいペンを持つ。
- すでに今まで行った他の人のヒアリングメモを読んだり戦前の暮らしを事前に

調査し、準備しておく。

５．ヒアリングメモの作成

・ ヒアリングメモは、話し言葉調のままでよい。
・ ヒアリングをしたその日のうちに荒くても良いのでヒアリングメモの原型をタイピングしておく。メモ帳のまま放置しておくとすぐに思い出せなくなり、また、複数の 90 歳の話しが記憶の中でごっちゃになってくる。そして、1 日経過すると情報は半減し、二日経過するとさらに半減する、というスピードで情報量は脳から抜けていく。

第３章　90 歳ヒアリングの質問例

以下に、90 歳ヒアリングの質問例を示す。ただし、これらは一例であり、これを全て聞き出すことを目的としていない。90 歳の方の興味・関心があるテーマから深く話を伺うのが基本である。全てを聞き出すと 2 時間では不十分であるが、それ以上の時間は極力かけないようにする。

1. プロフィールを聞く（名前、生年月日、当時暮らしていた市町村名、当時の家族構成（何人でいっしょに住んでいたか、親族以外の人が同居していたか)、当時のご職業、両親の職業等）
2. 子供の頃、一日をどのように過ごしていましたか。(朝起きたところから寝るまでのこと。何時に起きて（寝て）いましたか　等)
3. 結婚した頃は、どのような暮らしをしていましたか。(結婚や子育てにまつわるエピソードがあれば教えて下さい)
4. 一日の過ごし方（季節毎の違い、曜日毎、天気毎／雨の日の過ごし方等／の違いも教えてください)
5. どのような家に住んでいたか特徴を教えて下さい。(家にまつわるエピソードがあれば教えてください)
6. 家の間取り構造はどんなでしたか。(地域で同じような家だったのかも)
7. 家具や収納等、家の中の持ち物について教えてください。
8. どのようなお風呂でしたか。(沸かし方、お風呂のタイプ、入り方)
9. トイレの形や使い方、給水排水はどうなっていましたか。
10. キッチンはどのようになっていましたか。
11. 料理の支度や後片付け、掃除洗濯の仕方について教えて下さい。
12. お風呂を沸かしたり、料理する時の燃料には何を使いましたか。
13. 髪をあらったり、歯を磨いたり、ひげをそったり、お化粧したりはどうしていましたか。
14. 火の扱いで記憶に残っている出来事を教えてください。
15. 井戸や水道について思い出に残っている話を教えてください。
16. 電気やガス、灯油、薪、等について教えてください。
17. 冬の寒さ対策にどのような工夫がありましたか。
18. 夏の暑さ対策（涼しく過ごす工夫等）にどのような工夫がありましたか。
19. 家の周り（庭、敷地内）はどんなでしたか。
20. どのような服装をしていましたか（靴や防寒具も。男女の違い)。手作りでしたか。
21. 食事（お酒含む）はどのようなものを食べていましたか。(朝、昼、晩)
22. 食事はちゃぶ台でしたか、テーブルでしたか、お膳でしたか。座る席は決まっていましたか。

23. お祭りや、行事のときの食事について教えてください。
24. 家族それぞれの役割やルールがありましたら教えてください。
25. ご近所付き合い（地域とのつきあい方）で、想い出に残っている話を教えてください。
26. 病気になったときにどうしたか、教えてください。
27. 勉強はどこでどんな風にしていましたか。
28. 休みの日は、何をしていましたか。
29. 子供の頃のどのような遊びをしていましたか。
30. 今はもう存在しない昔の道具や習慣、お祭り等について教えてください。
31. 移動手段について教えてください。（車、馬、舟、電車、自転車、歩き）
32. 自然を生かす知恵等教えてください。
33. 自分でつくったもの、親につくってもらったものはありますか。
34. 家族や、ご近所さんと助け合った話があれば教えて下さい。
35. 生活していた中でおぼえている、音や匂いはありますか。
36. 当時大変だったり、つらかった事は、今振りかえってみるとどう思いますか。（大変だったけど楽しかったことはありますか）
37. 親から伝えてもらったことはありましたか。どのような知恵や技術でしたか。

聞き出したいことは、日常生活の中の心豊かな暮らしである。五右衛門風呂がどのような形をしていた等を聞き出したいのではなく、**五右衛門風呂の準備をしていた時の楽しい出来事等（暮らしと心の豊かさの関係）**を聞き出すことが目的である。五右衛門風呂がどのようなものかは調べればわかる。90 歳ヒアリングはチェックリストを埋めるものではないので、気を付けること。

第４章　ヒアリングメモ例

以下に、ヒアリングメモの事例を示す。これを一例として参考にして頂きたい。

ヒアリング実施日：
ヒアリング実施場所：
ヒアリング実施者名：
ヒアリングメモ作成日：

ヒアリング対象者名：Ｒ．Ｆさん（イニシャルで記載）
生年月日：
出身地：・・・県、・・・村
主な居住地：生まれたところで子どものころは育った、結婚するまでこの地域にいた等
現住所：・・・区、・・・
親の職業：
ご本人の職業：
その他特筆すべきこと：

（以下はヒアリングメモ）３枚～５枚を目処に
■家族はおじいさん、おばあさん、両親、兄、私、妹、弟が３人。兄貴が死んで弟が後継ぎになりましたが、下の弟たちは私より先に亡くなりました。父親は消防の仕事で足を痛め、母も目を悪くして働き手が足りなかったので、農家の仕事は小さいときからさせられていたし、「すんのが嫌ではなかったのね。今日はこのくれ働けたな」って思って、喜んで手伝いをしていました。

■冬は山に行って木を切り、１年中焚く分を囲っておいたの。雪が降ろうと、どうってことないんだよね。冬だからって、家の中にいることはなかったね。家の中に焚き物を置くところがあって、外から運ぶのが子どもたちの仕事。ご飯を炊いたり、釜にお湯をわかしたり、火を焚くことは多かったので、家の中はすすけてね。だから、トラホームになる人が多かったんだよね。ススが目にうんと悪かったんだと。学校では 10 人いると８人までがトラホーム。今の保健の先生みたいな人が、ホウ酸で目を洗ってくれていました。目やにの子どもたちもいっぱいいたんだから。

■雪は多かったね。根白石村と七北田村の境は、今のパークタウンの入り口あたり。昔は明神と言っていたけど、そこを境に、根白石村の方はてきめん雪が多かったの。冬は２尺ぐらい降るのは普通だったからね。雪が積もると、家の人たちが早起きして、学校に行く道を雪かきし、子どもたちはその後ろをみんなしてついて行きまし

た。少し行くと、今度はほかの人の足跡があったから、それをたどって学校に行ったのね。

■部屋は田の字型に４つだったから、プライバシーなんてないですね。電気は２つの部屋に１つ。真ん中のふすまを開けて、そっちの部屋と、こっちの部屋で共同で使っていました。

■台所とは別に釜屋というところがありました。そこにご飯をたく釜とお湯を沸かす大きな釜があったの。ご飯食べるときは釜を台所に持ってきて、お膳に１人分ずつ分けられ、みんなそろって食べました。おじいさんは一番の上座。「ご飯の後は食後の１杯と言って、必ずお湯を飲まさせられたもんだね」。食べ終わったら、流し場にそれぞれ持っていき、洗いました。流し場には瓶があって、井戸から水を汲んであったけど、茶釜のお湯の残りを使って洗ったりもしました。

■釜屋にあったお湯は、馬に飲ませるお湯に使ったり、板の間を拭くのに使ったの。板目を拭くのは子どもたちの仕事。ご飯の前にいっぺん拭いて、ご飯を食べてから座敷をはいて、縁側を拭かせられてから学校に行くんだったの。妹たちと手分けして、「ここまでがあんたの分なんだから」なんて語りながらやっていました。

■大きな釜のお湯を沸かすのは年寄りの仕事。前の晩に井戸からいっぱい水を汲んでおくと、おじいさんが朝に起きて火をおこし、お湯を沸かすの。囲炉裏の自在鍵には茶釜（鉄釜）がかけてあって、一番先に起きた人が囲炉裏に火をたいて、お湯をわかしました。夜は薪が燃え切らないうちに灰をかぶせて、上手に穴をちょこっと開けておくと、火は消えねんだよね。今みたいに、マッチをふんだんに使えたわけじゃないからね。朝まで残っていた火に、こまい柴のようなものを入れて、そこに太い木を足して、茶釜を提げるんでしたね。でも、火が消えてしまうこともあるから、そのときはその辺から木のこまかいのを拾ってきて、木くずをたきつけにして、火をおこしました。茶釜が煮立ったら五徳に乗せておいて、今度はお汁を煮る。自在鍵は、朝にフル回転でした。

■囲炉裏の上には火棚があって、火吹き竹が上がっていました。火が消えそうなときに使ったんだね。それから干魚なんかをあげておきました。すすけないように、新聞紙のようなものでくるんでね。昔の新聞は１枚しか配達されなかったから、新聞紙は貴重だったんだよ。だから田舎の人たちは山に木を切りに行くときも、おにぎりは紙に包まないで、弁当を入れるふろしきに直接包んで持って行ったもんだったのね。

■年寄りは囲炉裏の上座に座布団敷いて座ってるの。私たち子どもは必ず抱いてもらって火にあたってました。みんなして座るぐらい、場所がなかったからね。そし

て、「木ずり」という木をくべるところは、お嫁さだった母がいるわけ。木をくべたり、木がなくなったら持ってくるのも母の役目だったけど、そこに座っていられるのは、１年に何回もなかったんだよ。お嫁さんは夜にはぼろ縫いするし、年がら年中働いていました。そうでなければ、作業場に行って、藁仕事をしなくてないの。藁のごみを払って、縄っこないするの。その縄を山に持っていって、木をまるかなくちゃならないからね。

■母は火で麦の穂を落とす「麦ぶち」をしていて、火のついたほこりが目に入って瞳が焼けてしまってね。病院に行ったのも遅くて、片方の目が見えなかったから、きちんとした縫い物は、私が専門にやらせらったんです。小学校では、４年生から運針を習って、肌襦袢、一つ身の浴衣、６年生になると４つ身の着物を縫わせられたので、高等科に行くときは自分で本裁ちの着物を縫って着ていきました。

■裁縫学校では校長先生から「女というのは幼にして父母に従い、嫁して夫に従い、老して子に従うものとする」という三原則の教育受けたからね。小さいときは親に返す言葉なんかできるものではないし、年寄りは大切にしていました。年寄りは威張っていたもんだものね。おじいさんは、「50 過ぎて働くのは『礼奉公』。だから、朝から晩まで四六時中働かなくていいんだ。自分の機嫌で働くんだ」なんって言っていました。

■夏は畑や田んぼに行くのは裸足でした。その辺に石があったり、田んぼに痛い草があったりするのね。「あ、いて、いて」と言いながらも、苦にもしないで歩いたんだよね。「足の裏は土からエネルギーをもらって、口の中には米のエネルギーをもらって、空気からお日様のエネルギーをもらって働くと、秋の豊作のときにはエデンの園のような気持ちになるんだ」というようなことを、おばあさんがよく話してくれました。

■ご飯は、朝にお昼の分まで炊きました。必ず麦は混ぜてましたね。夜はちょっと残るぐらい多く炊いて、翌朝、残った冷たいご飯を暖かいご飯に上げて、「母やおらたちは上の方を食べさせらったね。あんだたちは上の方を分けろ、と言われてね」。年寄りには残ったご飯は食べさせなかったです。朝はご飯１膳にみそ汁１膳。ダイコンのひきなにジャガイモをどっさり入れたりして食べさせられました。みそ汁がおかず代わり。特に戦争中は米を供出したので、みそ汁にジャガイモをいっぱい入れて、みそ汁かお煮しめか分からないぐらいでした。

■塩竈から天秤棒を担いで魚売りが来たので、夜は魚のアラとかイワシ、塩引きはよく食べさせられました。でも、うちでは仙台で魚を買うことが多かったのね。山を持っていたので、おじいさんが木を切って馬につけて仙台の薪炭屋に売りに行き、帰りに魚をどっさり買ってきたんです。「今日は１人２匹ずつだからもっと焼かな

くてなんえね」などと言いながら、炉端で焼きました。たまに、炭すごにタラのアラを入れて帰ってきて、「アラのいいのがあったから今日はアラ汁だ」と言って食べさせられたけど、「骨っこばかりでやんだ」と思いました。

■隣近所の子どもたちがよく遊びに来ていたので、おばあさんは、おやつにおにぎりをにぎって食べさせてくれました。焼くでもなく、生味噌つけただけだけど、そんでもうまくてね。女の子は６年ぐらいになると生味噌のおにぎりを嫌がって、ご飯にたくわんをのせて、茶釜からお湯をかけて食べていました。たくわんは１年中食べるように、しょっぱく漬けてたんだよ。

■おじいさんが薪炭屋に行く途中に駄菓子やがあって、子どもたちに盛岡せんべい、耳せんべい（ねじれて砂糖がねっぱってるの）、それから、平べったい黒砂糖がついた「かりんとう」を買って来るの。あと、飴っこ。白い飴っこは１銭で２つ。黒い飴っこは１銭で３つ。だから白い飴っこはめったに買ってこなかったね。

■おじいさんは丈夫だったから、代掻きとか田を起こしで馬を使う以外は、ほとんど毎日仙台に行っていました。仙台の北山の方に行って木をおろし、お昼ご飯食べて家に帰ってくる。それから、明日持っていく木をまるいて、たんがを作って、馬につけるばかりにして寝たの。大地主さんのように馬車を持っている人は、米を乗せて仙台に行ってたんだけど、おじいさんも、納税の時期になると、米を持って仙台に行きました。役場に納めるお金を作っていたのね。私が高等科のときは税金を納めに行くのが私の仕事だったけど、たまに、おじいさんが羽織袴で役場に行くことがあったんです。それは所得税を納める日だったらしいです。「所得税を収めるは身の誉れぞ」なんて言ってね。所得税を納めるのは、村で何人かしかいなかったらしく、そこの旦那が行かなければならなかったんだね。

■普段は着物。学校でも木綿の着物を着ていました。少し余裕のある人は「にこにこ」といって、木綿より柔らかできれいな柄の着物を着て歩いたの。それが木綿より弱かったから、私みたいな頑丈な子どもは木綿の着物を着せられました。そして白いズックのガバン。女の子はふたの隅に花なんかかかってるのね。男は無地。それもピンからキリまであって、高いのと安いのがありました。うちでは、叔母がビロードのガバンを持っていたので、「２年になったらガバンを買ってやっから」って言われ、１年生のときは、叔母のビロードが羊羹色になったガバンをさげさせられたの。私は嫌だとも言わないでね。雑草のように育てられたんです。

■学校に行くときは、靴を履きました。戦争になってからは、配給でね。「あんたこの前もらったから、今度はこっち」というような順番でした。ゴム靴でしたけど、悪いゴムだったから、夏になるとゴム靴履いて歩く人はいなかったものね。下駄を履きました。鼻緒は藁をなって縄にしたものだったので、男の子たちは乱暴だから

毎日のように鼻緒を切ってくるんだったよね。２人も３人もいると大変だったの。下駄も減るでしょ。店にもないので、木を下駄のような形に切って作ったこともありました。

■うちでは家族が多いもんだから、私が小学校１年生のとき、外に「長州（ちょうす）風呂」を建てたの。鉄釜の風呂で、木製の底板が固定してあるものです。炊きたては周りの鉄が熱いので、一気に燃やしてお湯を熱くしたら、少し冷ましてから入りました。焚き口は別に区切られた所にありました。長州風呂に水を汲むのが大変なので、地下を掘って鉄管を入れて井戸から水を流し、大きな頑丈な箱を作ってそこに水をためておきました。風呂に蛇口があり、蛇口をひねると水が出るようになっていたので、風呂にたまったと思うころに、蛇口を止めにいきました。熱いときにはうめなくてはいけないので、その箱はいつも水をいっぱいにしてありました。冬は凍るので、箱の上にむしろをかけておくんだったの。だから、水汲みの苦労はしたことがなかったのね。

■風呂炊きをしている間は雑誌が読めるので、私は風呂炊きが大好きだったの。兄が講談社の本を毎月とっていたので、それを読んでいました。いつまでも本を読んでいて熱く煮立つぐらいに沸かすので、最後には風呂炊きの仕事を兄に取り上げられました。

■５、６年生になると、学校から帰ると子守りです。「えづこ」に子どもを入れて誰もいない家に置いてあるので、えづこから上げて、おしめを取り替えて、おぶっているのが、私の仕事です。田舎だから、蚊もハエもいるでしょ。えづこの上にほろ蚊帳をかぶせておくんだけど、子どもが少し大きくなると動くので、ほろ蚊帳が外れていることがあるのね。そうすると、ハエなどがいっぱいたかっていたりしてね。叔母さんの子どもと２人おぶって竹藪に行ったとき、おばさんの子どもが蚊に食われてぐしゃぐしゃになって、おまえのせいだと言われてね。そのころ、七北田に目から、内科から何でも診るお医者さんが１人いたの。そこにおばさんが子どもをおぶって連れていくというので、私はおしめと弁当を背負わされて夏休みに毎日通いました。そのとき、叔母さんにピンク色の日傘を買ってもらったのがうれしくてね。

■叔母さんに女の子が生まれたとき、ご祝儀に反物をもらったことがあったのね。「あんたは本気になって子守りをしてくれるから、あんた着ろ」と言われて、赤い縞のネルをもらって、自分で居敷当てをしたりして縫って着た覚えがあります。なんでも自分でやりました。「農村は月月火水木金金に、さらに超過勤務だよね。昔は良かったと思うこと、私はないね」

第 5 章　90 歳ヒアリングのポイント

90 歳ヒアリングの本来の目的を見失わないよう、以下のポイントを再度認識して、90 歳ヒアリングを実施する。

1. 昔の暮らしの中でどのような楽しみがあり、どのように心の豊かさが生み出されていたかを見出す。
2. 今の暮らしにはない「制約」があるからこそ得られた心の豊かさを探す。
3. 五右衛門風呂、結、味噌の作り方などを聞くことは目的ではないが、聞くことによって、日常生活の中で楽しかったこと、喜ばしいこと、充実していたことを思い出すことができる。
4. 以下のような気づきを得る。

・ 「昔は・・・のような暮らしをしていた。これは背景が・・・だからではないか。」（制約との関係）
・ 「・・・は、今は失われつつある（理由はわからないが）。」（何かを得て何かを失う）
・ 「昔は・・・のようにしていた。今にはない感性だ。」（感性の変化）
・ 「昔は・・・のようにしていた。失いたくない大事なことだ。」（暮らしの基盤）
・ 「昔は・・・のようにしていた。これは・・・のような意味もあったのではないか。」（新解釈/再解釈）
・ 「昔は・・・のようにしていた。今にはない多様性があって面白い。」（価値観の多様性）

第 6 章　日本全国の 90 歳ヒアリングから得られたこと

私たちは、近代化する以前は、比較的に不便な暮らしをしていた。日本においては、第二次世界大戦前後で大きく暮らしが変化した。戦前の暮らし方の聞き取り調査「90 歳ヒアリング」を日本各地に 500 人以上を対象に行ってきたが、そこから得られた戦前の暮らし方は、不便でも楽しみなどの心の豊かさがあることがわかった。誰もが戦前の暮らし方は心豊かではなかったのではないかと思うであろうが、それを覆す結果が得られている。多くの 90 歳前後の高齢者は戦前の暮らしは心豊かであったというのである。戦後、便利な物が導入され、戦前に存在していた種類の心の豊かさは失われ、さらに環境負荷を高めることとなった。この移り変わりについて本章では深く考察したい。

６．１　自然環境に依存した暮らし方

筆者はこれまで日本の全都道府県（北海道から沖縄まで）の高齢者、特に、90 歳前後の高齢者に戦前の暮らし方についてヒアリングを行い、合計 500 名を超えた。地域は宮城県から開始し、それを周辺地域や広域に広げ、サンプル数には濃淡はあるものの、各地域で自然環境や職業が異なる男女の高齢者に戦前の暮らし方に関して深く情報収集を続けてきた。現在も継続して行っている。2008 年の冬に小さな活動であったが開始し、2016 年までに既に 8 年が経過した。当時、戦前の暮らしを大人の目線で話ができる人を対象にしたいと考え、太平洋戦争に入るときに 20 歳であった 1922 年生まれ（大正 11 年生まれ）が、本手法が本格的に形になったころ、90 歳を超えていたことから、本手法を 90 歳ヒアリング手法と呼ぶこととした。

90 歳ヒアリングでは、数多くの知見を得ることができた。その中で、おそらく、最も重要なことは、「暮らし方は自然環境に依存する」ということであろう。いくつか事例をもって説明したい。

「大根は 800 本ぐらい漬けた。甘漬・中漬・本漬と 3 種類あって、季節をずらして年中食べた。本漬は雪が降ったように塩と糠が入っていて、甘みをつけるために柿の皮を入れた。その上に大根の葉を敷いて南蛮辛子を入れると、夏でも虫がわかなかった。食事のときはもちろん、お茶を飲むと時もとにかく大根漬けだった。当時の甘いものといえば飴くらいだった。ご飯に麦もやし（麦芽）を入れて飴もつくった。ビスケットもあったが、カンパンのような非常食だった。」（宮城における 90 歳ヒアリングの結果より）

「１年分の米の保管量は、1 人当たり 2 俵半として、我が家では 30 俵ほどだった。それ以外に、凶作に備える「餓死囲い」として米 6 俵を、母屋の梁の上に備蓄していた。この場所なら、いつも囲炉裏の煙でいぶされ、虫がつく心配がなかったからだ。」（宮城県における 90 歳ヒアリングの結果より）

このように、冬が厳しい地方の人々は、食料保存を共通して行ってきた。ただ、それは嫌な事ばかりではなく、餓死囲いで安心感を得たり、知恵を使って保存したり、大根漬けの味付けを変えて楽しんだりしながら、食料を保存する過程で心の豊かさも得ていたのである。

同じ宮城でも、海沿いの暮らし方と山の中の暮らし方は大きく異なる。宮城には塩竈という港が栄えており、ここから行商が街や山の住民へ魚を売り歩いていた。塩も十分に手に入れられた地域では、以下のような鮭を保存して食べていたのである。

「うちでは 10 月末～11 月に鮭漁をやっていて、捕ったサケは大きな樽で塩漬けにしておき、春のお彼岸の頃まで食べていた。恵まれていた方だと思う。」（宮城における 90 歳ヒアリングの結果による）

一方で、宮城よりも北部の秋田では、呼び方が変わってくるものの、宮城と同じように、保存食をつくって雪に囲まれる厳しい冬を乗り越えていたのである。厳しい自然環境の下、彼らは心豊かな暮らし方を追求してきたことがわかるであろう。

「中仙町では、雄和みたいに山菜はなかったね。そのかわりに、畑がいっぱいあったね。畑のものは、がっこにしたりして、いろいろな方法で保存したもんだね。だからがっこ作るのは上手だね。干したり、いぶしたりしてね。仙北のほうでがっこつくれないと恥ずかしいような感じがしたね。（いぶりがっこ：燻製にした野菜の漬物)」（秋田における 90 歳ヒアリング結果より）

これが、南へ行くほど、徐々に保存食に頼る暮らし方が少なくなる。鹿児島県沖永良部島での食の暮らし方を見てみたい。自然に育つものを食べることができ、冬が穏やかなので食の保存の必要性が強くない。

「柿、りんごは無い。蜜柑はあったけどね。蜜柑は色んな物、地元の原種だと思われるものが幾つか。シークワーサーも勿論あるけれど。あれが多いけど他に何種類か蜜柑があるよね、オオトゥとかトウクリブとか。香りの高い蜜柑があるんですよね。もうバンシロウもあるし、こちらじきじきの、果物には不自由してないわ。加工もしないでそのまま食べるだけ。それも懐にいれたりポケットに入れたりして遊んだりしたもん。食べながら遊ぶもん、蜜柑もね。学校の友達に時期をよく知っているのがいて、５，６人グループになって山に行こうって。山に行けばいっぱいある。時期があるから誘い合って行ったよ。木の下の方は酸っぱいの、日が当たる上の方には美味しいのがいっぱいある、だから登りきらない人は酸っぱいのをいっぱい持って、仕方なく。登って取るの。上で食べてから降りてきたよ、腹いっぱい食べてから。途中で喉が渇くとサトウキビ畑が途中あるでしょ、サササっと入って行

って茎を折って舐めていた。上手なのがいて、皆の為に走ってポキッと折ってポンポンポンと投げてくれて。シークワーサーとかは取り放題。誰もそれ取って怒る人はいない。野イチゴもね。バンジロウ（グアバ）も実際に山になっているのは採って食べても大丈夫よ、栽培しているものではないから。食べ過ぎてお腹壊すことはない。鍛えられているから。いつでも食べられると思っているから、食べ過ぎない、また次でいいやという感じで。」（沖永良部島における 90 歳ヒアリングの結果より）

ここで興味深いのは、冬が厳しい東北地方ではいぶりがっこの味を追求し、大根漬けの味付けを変えて楽しんでいた。沖永良部島では果物が豊富ではあっても食べ過ぎることはなく、微妙な味の違いを楽しみ、旬の時期を友達に知らせて遊んでいた。明らかに、自然環境が異なると、異なった味を楽しみ、異なった知恵を使って保存食をつくっていたことがわかるが、一方で、「ものを大事にする」という共通の価値観は自然環境に依存せずに存在していることに着目したい。暮らし方は共通の価値観の上に、多様な心の豊かさや知恵が存在しているということである。

おそらく、このような構造を持つのは、日本の各地域で与えられた自然環境の中で、多様性に富んだ心豊かな食、住まい、ものづくり、助け合い、行事、仕事などの暮らし方を構築し、その自然環境に適応した暮らし方のみが長期間にわたって継承されてきたからであると考えられる。90 歳ヒアリングにより、戦前の暮らしを分析すれば、同じ地域住民はほぼ同じ暮らし方をしているが、一山越えるとそこの地域住民はまた別の暮らし方をしている、という状態が常であった。長期間にわたってその自然環境に適応して暮らしてきた証拠であろう。心豊かな暮らし方は、その地域の自然環境に強く依存しているのである。

６．２　自然に親しむ暮らし方

日本の戦前には、厳しい制約のある辛い暮らしの中にも心の豊かさを持ちながら自然に親しむ暮らしが存在していた。

自然に逆らわずに、暑さ寒さに応じて、戸を開けたり閉めたりしながら、住環境を調節する暮らしが一般的である。そして、夏は戸を開けっ放しにするので、蚊などの虫が入ってこないように蚊帳を使用した。蚊帳の中に蛍を放したという事例もあり、遊び心に溢れている。

また、暮らしは太陽の動きに合わせており、夜暗くなったら家に帰るということが基本であるが、月明かりの下で涼みながら遊ぶこともあった。自然環境を利用しながら上級生に教わったり、近所の人に教わったり、自分が上級生になると逆に下級生に教えたり、教え教わる機会が身近にある。家の中で勉強し続ける世界とは異なる学び方がある。

庭には実がなる木が植えられ、おやつ代わりに食べることが多かった。実がなる木の種類は地域によって異なるが、それも地域の食材を特徴付けるものになってい

る。実のなる木は彩も与えるので、想像以上に美しい景観が広がっている。そして、子供が自由にもいで食べる豊かな世界も、今はほとんどなくなってしまった。

【青森県の事例】（青森県鳴沢村　大正 15 年生まれ　男性）
＜自然のリズムを読む＞
「崖っぺら。走らないと、山を登らないと学校にいけなくなる。山を越えてから来るのは時間がかかるわけ。それで下を走った方が時間かからないの。それで波が来るのを見て次の波は大丈夫だというので走るわけ、50 メートルくらい。途中でほら波がくれば、引っ張られてしまう。命懸けだ。それを見誤れば大変なんだ。波といったって、今日みたいに風が来ない日がある。そういう時は走らなくてもいい。せいぜいこれくらい来るのでゆっくりでいい。波に引っ張られれば終わり。あの波は来るなと思えばそこで休まねばならない。何回か来れば、スーッと引く時がある。次に来るまでの時間があるわけで、それをちゃんと見定めてバーンと走る。」

【宮城県の事例】
＜暑さを凌ぐ＞（宮城県仙台市　大正 15 年生まれ　女性）
「冬の暖房は炬燵。湯たんぽや行火（あんか）はあったが年寄りだけ。お風呂に入ってすぐに寝るのが一番。夏は家全体を空けて、涼しくする道具は団扇ぐらい。夜は大きな蚊帳を吊ってみんなで寝た。蓬を燃やして香取線香のように使った。「はえとりもだし」というキノコがあって、それを水に入れておくとハエが入って死んだ。でも食べることもできた。シラミは熱いお湯を使って駆除した。」

＜暗くなるまで、月明かりの下で遊ぶ＞（宮城県大崎市　昭和 2 年生まれ　男性）
「屋敷はイグネで囲まれていて出入り自由。涼み台のようなところに子どもがいっぱい集まって、上級生から教わるんですよ。「あそこの家のバタンキョは、こっちから行くと採りやすい」ってね。実際、暗くなるまで遊んでいて、月明かりの下、いっしょにいって教わるんです。」

さて、少し温暖な地域である三重県と奈良県の事例を見てみよう。この地域ではこれまでみてきた青森県、宮城県よりも温暖な気候であり、海沿いの暮らしでは魚が豊富である。現在は、魚介類が減少しており、自然環境にも変化があると生活者は感覚的に感じているようである。昔はかなり豊富にアワビ、サザエ、エビ、魚が取れるので、彼らには新鮮な魚介類とそうでないものの区別が明確にわかる。
また、イナゴやセミを食べた人もいたようである。特に、山の中の暮らしではたんぱく質やカルシウムが不足しがちなため、虫を食する地域が存在した。

【三重県・奈良県の事例】
＜夜を撫でる＞（三重県桑名市　昭和 4 年生まれ　男性）
「夜、海岸べりに行って、夜撫で《よなで》っていうのがある。夜を撫でるわけ。

こういう岩の上に行って、こつんと引っかかるから。それはサザエね、こんな大きいサザエ。夜撫で、夜撫で、っていってね。５分もすると腰につけた籠にいっぱいたまっちゃうの。サザエが。昼間は中に入っちゃっているから。夜になると出てきて、上がってくる。ほんとに２、３分で籠いっぱいになっちゃう。それを家に持って帰ってきて、囲炉裏端で置いていくわけ。そうすると蓋がぱかって浮いてくる。それを取って、くるくるって巻きながらやらなきゃいけない。そうすると一番下の方に黒い部分があるのね、その一番先端はちょっと砂があるけど、それを除いてこう食べるとね、これまた美味しい。何とも言えない味がある。この辺で売っているやつは養殖でしょ、あんなんとは違う。何とも言えん、天然のサザエ。」

＜豊富な海の幸を味わう＞（三重県鳥羽市　昭和 2 年生まれ　女性）
「海女さんな初めはよかったな、わしらの時はアワビもようけおってな、ようけ取りおったわ。錦のアワビ大きいの、ようけおって、アワビようけ取りおった。やっぱりな、磯も浅いしな、アワビがよくおった。沖にいっぱい。わしのお婆さんが、イソバタが好きで海苔を掻いてきてわしらにもくれた。昔は岩の所へ行くと、岩ノリがザラザラあって、むしるように取る。」

＜取りたてを味わう＞（奈良県御所市　大正 10 年生まれ　女性）
「そんでやっぱりな、スーパーで買って食べるのとやっぱり畑からすぐ持ってきて取って泥は付いていても、そやけどやっぱり味が違いますねん。何か口のサワリがね。味が違う。野菜ひとつにしてもキュウリ一つにしても歯ごたえや歯切れがええね。スーパーとかで買うたら日が経っているからね。」

＜川の流れのある水が気持ち良い＞（奈良県御所市　大正 10 年生まれ　女性）
「そしてその水を飲み水でも何でも使うんです、そやから何をするかって川で綺麗にな。ダアーッと流れる、そこで洗うから気持ちよかったんですよ。水道じゃ水道の水じゃチョロチョロチョロの水やからな。あれずっと下ってくるやろ、あの溜まりをドンドバチって言うよな。そこへスイカをつけてな。それで夏になったら茶瓶に麦茶沸かして、それドンドバチに石垣ってあるから隙間があるねん。その隙間に竹の棒をわたして。そこに茶瓶を通してね　茶瓶の手、それでドンドバチの所にそれを浸ける。そしたら自然に冷えるからね。水は本当に気持ちよろしいでした。」

鹿児島県沖永良部島は南国の島であり、これまで紹介してきた地域とは異なる自然環境下にある。水資源が限られているため、水の確保に昔から苦労している。

海は魚介類が豊富な遊ぶ場であり、食も豊かで、果物も豊富にあった。近年は、海や山の生き物や食べ物が急激に少なくなっており、環境状況の悪化により、自然環境で人が恵みを享受する機会や、楽しむ機会が減ってしまっている。

夕刻になり三味線を弾いたり、それに合わせて踊りをしたり、若者が人と出会う場になり、楽しんでいたようである。さとうきびで砂糖づくりをするための小屋が、

若者の男女の楽しみの場になっていた。

【沖永良部島の事例】
＜豊富な植物を利用する＞（鹿児島県沖永良部島　昭和３年生まれ、女性）
「沖永良部はソテツの実、ソテツだけは健在ですね、豊富ですよ、そのソテツの実を粉にして、お粥を炊いたり、ヤナブケェとかいてお米も作ってないから、で、ヤナブだけでは不足だから皆飢えているから、そのソテツの幹を皮を削って幹を切って、キャーラと言うけどね、ソテツのキャーラも食べましたよ。実だけじゃなく幹まで食べました。ヤナブは毒素があるから干して乾燥させないといけないのにね。」

＜さとう小屋で遊ぶ＞（鹿児島県沖永良部島　昭和４年生まれ　男性）
「三味線弾きの人に聞いたらね、今はそういう歌遊びなかったんだけど、昔はそういうちょっと里を離れたとことに広場があって。さとう小屋。さとう小屋がいっぱいあったのですよ。さとうを作る小屋が。畑のそばに。さとうは冬だけだからさ。今頃から暮れまで空いている。デート場所よ。キビの搾ったカスがちゃんとあって。だからなかなか良い。この地区には美人がいなかったからじゃないかな。遠く離れた地区までわざわざてくてく歩いて、三味線を持ってずーっと行って、その美人たちと三味線で唄を歌った。」

私たちの社会は、かつては、自然と共生していた。森や川や海、動植物などと共生していたと言われているが、自然と共生する世界というのは、どのような世界だったのだろうか。

自然は豊富な恵みを人々に与えるが、豊富だからこそ、溢れ出るおこぼれをいただくというありがたさを表現する言葉があり、自分のものというよりも自然から与えられたものなので躊躇なく分け合うことができ、豊富な恵みを与えてくれるので親しみを感じることができる。また、理屈なしで、自然にはそのままの心地よさや美味しさを感じ、美しさ、楽しさ、快適さや旬の良さ、新鮮な地産食材の良さを感じることができる。これらは人が自然に接し、感性を使った暮らし方であろう。

しかし、自然は常に安定しているのではなく、時々、異常が生じる。これにより、気持ちはぴりぴりするのではなく、おおらかになる。時々ずれることもあるので、ちょうどいいあんばいがわかるようになる。自然を扱ったものつくりをしていると、必ずうまくいくわけではないので、質の高いものつくりや工夫を重ねていくようになるのである。自然は時々人々に脅威を与える。いつ資源や食料がなくなってしまうかわからないので、ものを大事に使う、長く使う、使い切るという使い方をし、無駄使いすることをもったいないと思う。時々の脅威を考えると、保存を考え、助け合い、おもてなしを重視し、今の安定な暮らしに対して感謝するのである。

６．３　ものづくりの暮らし方

鹿児島県沖永良部島で 90 歳ヒアリングを終えた後に外を歩きながら地元の方がソテツを使った虫かごづくりを実演して見せてくれた。側道に生えているソテツをポキッとおり、短時間のうちに今まで見たこともない形状のものができあがった。豊富に生えている自然を利用した虫かごである。子どもの頃に外で虫を捕まえて、外に生えているソテツでつくった虫かごに入れて、家に持って帰ったというのである。なるほど今の子どもは、虫取りはするけれども虫かごを自然の中で調達することはない。日本では多くの地域で、特に竹や木を用いて遊び道具をつくることが行われていた。子どもにとってはこのような遊びが、ものづくりの最初の経験となる。遊び道具をつくることは楽しかったという。

＜竹馬や竹とんぼをつくって遊ぶ＞
「竹馬を自分で作ったんだ。竹トンボを自分で作れる子供が多かった。トンボでも、今でも作れるわ、あんな簡単な物、無いわね。竹馬でも、よう乗ったさ。危ないって親父がよう言ったわ、そんな高いの、乗ったらあかんぞって言って、危ないだか、って言った。高いのに乗った、高いよ。1 メートルあるやつを。」（三重県桑名市　昭和 4 年生まれ　男性）

＜籠をつくって魚をとる＞
「それから毎日モンドリ(籠)作ってな。竹で編んだ籠で取るの、タニシを刻んで、モンドリ入れて、そしたらたまたまナマズ入って。ウナギも取れた。ものすごいウナギ取った。ドジョウはな、田んぼの水が煮えくり返ってるから、夜になったら百姓の人に頼んでたまには田んぼの水を入れ替えするために水を引かないといけない。そうしたらこの位開けると田んぼの水が川へ流れる。それを利用して、ドジョウがよく来るさかいに取らしてもらうの。」（三重県名張市　大正 13 年生まれ　男性）

他にも竹スキー、けん玉、スケート、そり、トンボとりなど、地域により違いもあり、多種多様である。兄弟がつくり方を教える時もあれば、近所の友達やガキ大将が教える場合もある。子どもの遊びは子どもの中で伝わるようになっていた。それが子どもの世界をつくることにもつながり、さらに子どもの楽しみを増幅していたのである。

戦前の暮らしには子どもの世界があった。例えば、兵庫県豊岡市では、子どもだけが行うはまぐり漁が存在した。今はその遊びはなくなったが、円山川で子どもだけではまぐりをとる。はまぐり漁は子どものあこがれだった。円山川を泳ぎ切ることができる人だけが漁をする資格をもらえたからだ。子どもの年長者が救助ボートを出し、子どもの安全を守るのである。この子供たちは自然と共生するために何が危険かを理解しているのである。獲ったはまぐりは余ると近所にあげてしまうそうだ。はまぐり漁という遊びと、遠泳の練習と重ねているところは興味深い。戦前の暮らしでは、子どもだけの世界があったことを理解すれば、子どもが遊び道具をつ

くる楽しみをより一層理解できるであろう。
　子どもにとっては、職人の仕事を見るだけでも面白い。

「桶、おひつ、しゃもじ、まな板、ザル台所の道具はほとんど木や竹でできていて、近所に桶屋さんもあったよ。金属製の鍋を大事に使ったね。鋳掛け屋という商売があって、家々を回って穴の開いた鍋を直すんだよ。道具を持って来て、炭火で金属に熱を加えて型に流し、穴を塞ぐのを、子どもの頃よく見ていておもしろかった。」（宮城県塩竈市　大正 13 年生まれ　男性）

　戦前の暮らしの中で、毎日のように使う日用品がある。草履、藁靴、籠、木箱、筵、畳、行李、鍋、釜、桶、樽、壺、瓶、膳、食器、急須、茶碗、衣類、蓑、炭、鞄、蚊帳、行火、提灯、ランプ、傘、農機具などである。戦前とは言え、各家庭が全て日用品をつくるわけではなく、職人がつくった日用品を店で購入し、長く使用することが一般的であった。農家や山の中に住んでいる人には日用品を調達する手段がなかったので、自らその地域資源を調達して日用品をつくり使用していた。例えば、毎夜、おばあさんが子どもたちのわら草履をつくっていたところもある。子どもは長距離を歩き、遊ぶ時間が多いため、すぐに履きつぶしてしまうからだそうだ。毎日、わら草履をつくらないと追いつかないのである。これは必ずしも心豊かだったかは定かではないが、このような家も存在していた。
　当時は、職人が栄えた時代である。職人の種類が豊富なため誰でも何らかの職人になる機会があり、自分に向いているか否かを子どものうちに試すことができた。宮城県石巻市の雄勝町では、硯職人を目指す人もいれば、漁師を目指す人もいる。また、炭職人を目指す人もいた。この地域ではいろいろな職を試してみた人がいるようである。いろいろな職を試した 90 歳前後の方の話を聞いていると、その自由さが心豊かさにつながっていたようである。
　多くの人は、面白いからものづくりを始めるのではなく、必要があってものづくりに携わる。やがて、ものづくりの基礎を習得すると、応用ができるようになり、ものづくりにはまっていくのである。
　例えば、編み物は多くの女性が学校で習い、楽しみや愛着に変わっていくようだ。

「編み物でもクサリから始まって、コマ編み、長編み、中長編みね、減らし目、それをこういう形の中でいっぱいにしたのさ。裁縫でもそう、小学校 3 年、4 年生頃から運針って言ってね、晒の所に線が引いてあるのがあって、針の持ち方から習う。それの競争もあったんさ、私は遅かったけど。あのね、ここの孫と長男はね、私、靴下の穴開いたのを継いであげたのね、破れたらまた縫ってと持ってくる。継いだの恥ずかしいんと違うん？って聞いたら温かいって。あてて生地が厚くなるもんで。昔は靴下が破れたら繕うのにね、切れた電球をかかとの所にあてて、キレあてて、電球をあてて縫った。電球がかかとになったり、つま先になったりね。その時は電球使って継いであげたよ。もう 20 年か前だねえ。喜びをもらってる感じがした。」

（三重県尾鷲市　昭和３年生まれ　女性）

ものつくりが楽しくなると、次はさらにレベルの高い技を習得し、成長を体験することになる。成長をするようになると面白くて堪らない。始めは自分のものをつくるが、やがて人のものをつくるようになる。ここまでレベルアップするために、じっくりと時間を費やすことになる。この時間の経過が愛着を芽生えさせるのである。例えば、次のような事例がある。

＜縫うのが好き＞
「長年行ってたら、縫うものが無くなるでしょ。自分のだけだったら、先生の頼まれたものを縫わしてくれはる。そしたら縫い賃くれはる。ちょっと収入になります。お小遣いがね。
その代わり、そんな良い物じゃないけど、まあまあね、人の物、縫わしてくれはる。で私、縫うのが好きですね、それ未だにミシンは出しっぱなし。着物ももう何百着やな、何千枚や。未だにやってます。あの袋は手縫いです。この人が幼稚園のバザーに 10 ほど作ったかな。ミシンにしろ和裁にしろ、作るのが好きです。満州でも、ミシン買ってくれたら、知らんのに服作ったりね。こっち帰ってからでも近所の人が同じの縫ってと。」（大阪市　大正９年生まれ　女性）

＜大事に大事にほどいて洗って編みなおす＞
「昔は大事に大事にしてな。毛糸でもセーター、ほどいて洗って、もういっぺん編みなおす。そんなことは普通でした。セーターは自分で編む。しかもいっぺん買ったものをほどいて編みなおして作りおったわな。自分で買おうなんてことはとってもできなかった、高くて。毛糸なんてあんまり輸入されてなかった。毛糸は日本は採れないからな。」（三重県伊勢市　大正８年生まれ　女性）

暮らしの中のものづくりと心の豊かさの関係を戦前の暮らしからひも解いてきた。そこから言えることは、心豊かな暮らしを生み出すものづくりとは、他の地域や職人同士の技術競争ではなく、その地の地域資源や地域に伝わる技を使い、自ら欲しいと思うものをつくり続けることなのである。その結果、地域らしい美しいものづくりにたどりつけるのである。

６．４　集いの暮らし方

日本では、将来少子高齢化が進み、独居老人が増えると言われている。人は一人では生きていけない。心豊かな社会を構築するためには人が集い、心の豊かさを生み出すことを欠かすことはできない。今の日本には心豊かな集いの場はどのようになっているのだろうか。

戦前の暮らしを思い出す 90 歳前後の方々に次のような感想を持っている人がいる。「最近は近所の人が疎遠になってさみしい。」「何か人との繋がりを持とうと思うと、かつては自然にスーッと寄っていたもの（例えば、井戸端会議のような場）が消えてしまった。自分が求めなければ、集う場ができない。様々な自分に合う場を自ら探すことが求められている。それができない人が大勢いる。」というのである。これはどういうことなのか。かつては、都会においても、隣人の心が一つに束ねられていたものが、今はバラバラになってしまい、意識しなければ集えなくなってしまった。再び、隣人と心を一つにするのは、煩わしさまで感じるようになっているのである。これはなぜなのか。日本は人と人とのつながりを生み出す集いに関して重要な問題を抱えているのである。

（1）気軽に集う

戦前の暮らしでは、洗濯場や風呂屋に行ったついでに気軽に集い、時には偶然を装って縁側でワイワイ楽しんでいたのである。いくつか事例を見てもらいたい。このような類似事例は数多く日本の各地域で存在していたのである。

＜綺麗な水のある洗濯場＞

「洗濯は私のところ、母親が皆しておくれおったでな、たらいと板で、洗濯機ができるまで川に行って洗濯やって。流れている川は綺麗だったな。山の奥、綺麗な水のところがあるんでね、皆、共同の洗濯場があった。そやね、やっぱり山の方の川へ行って、そこで皆でヤンヤワンワ騒いでやりおった。井戸端会議ですわ。おなご衆がやってきて洗濯していた。」（三重県鳥羽市　大正 15 年生まれ　男性）

＜小さい滝の洗濯場＞

「そこの所に昔は小さい滝があったんです。滝が岩ですので穴をこう掘ってあるんです。食べ物を洗う穴。洗濯する所、すすぐ所、汚れ物する所。そこへ行くと、いつでも 5、6 人、何を喋っているのか話をしていました。女の人ばかりでした。今はもう、滝が無くなった。道路を通したので滝が無くなったんだと思う。」（青森県鰺ヶ沢　昭和 3 年生まれ　男性）

集いの場には、このように綺麗な水や美しい自然があり、居心地の良さも兼ね備えていたことが多い。そのため、長居することが苦ではなかったのであろう。

次の事例は、人がいなかったらそれでも良いという気軽な集いである。気軽な誘い掛けが特徴である。

＜縁側＞

「家の縁側も子供の遊び場だったの。つぶと（おはじき）やさっく（お手玉遊び）をしたりね。昔の家は縁側があっから、気楽に「〇〇いる～」って声かけてね、縁側さ腰掛けて、気楽にお話できたの。今みたいに、立派な玄関開けて入るなんてしなくてよかったの。おとなもお茶飲みしたりね。」（宮城県角田市　大正 3 年生まれ　女性）

＜朝風呂＞
「家に風呂のある家はまだ少なく、商家の旦那衆は、連れ立って朝風呂に行く習慣があり、父も行っていたようだ。みんなで朝風呂の帰りにビールをひっかけることもしばしばだった。」（宮城県仙台市　大正 7 年生まれ　女性）

（2）自然の恵みに集う

ありがたくおこぼれを頂くという感覚で自然の恵みを他に人と一緒に手にする時の集いは賑やかであった。また、雨などの天候が悪い時は、農作業ができなくなるため自由時間ができる。この天から与えられた自由時間は、ありがたく農作業の疲れを癒しながら集って楽しんでいた。全ての家にお風呂がなかったころには、自然の恵みと同様の感覚で、もらい風呂が行われていた。また、心の拠り所の鎮守の森が各集落にはあったと言われており、自然に包まれるような安心を得る場所を共有して集っていたのである。自然と共に生きる必要がなくなった現代社会の暮らしにはこのような心豊かな集いは完全に消滅している。

＜海の幸＞
「あのね、漁師の人はね、カメ取ってくると、どこからともなく、クドっていうか火を焚く鍋を載せるこんなんあるやん。あれを持ってくるのね。どこからともなしに。それで鍋をポンと乗せて、そこで浜でカメを料理して、茹でたのを醤油つけて皆で食べる。あの、上で見た人が、またカメあがったで、って言ってね。誰かが見てまた炊いてくれるかも分からんっていうような感じで、それとはなしに箸を持って。」（和歌山県　昭和 3 年生まれ　女性）

他にも、自然の恵みに人が集い賑わう事例が多々存在するので紹介したい。

＜雨の日は縫い物＞
「それで雨になると女の人が昔は寄ってきて草履を縫ったり、そんなことしましたよ。ムシロ縫うたりな。」（三重県鳥羽市　大正 15 年生まれ　男性）

＜もらい風呂＞
「そのころ、お風呂があるのは近所ではうちだけ。だから、毎晩、近所の人が入りにきました。入ったあとは、5、6人が、縁側で涼みながら世間話でお茶のみ。」（宮城県大崎市　大正12年生まれ　男性）

＜心の拠り所の鎮守の森＞
「夏休みなんかは、近所の子供たちが集まって。何も遊び道具がないからね。当時、夏は鬼ごっこしたり広い場所が他にないから、鎮守の森とかね、一つの町にたいがい一つくらいはあった。」（奈良県大和郡山　昭和4年生まれ　男性）

（3）共同作業のために集う
　自然と共に生きていくために、合理的に茅葺屋根の葺き替えやインフラの整備を共同作業で行ってきた。また、季節ごとの暮らしに必要な農作業などは集落でしくみやルールをつくり行ってきた。これらは長期間で行う物事である。地域によって呼び方が異なるが、結、講などがある。この助け合いのしくみによって、人々は集い、心の豊かさを見出してきた。そのため、人の心が離れていくことはなかった。しかし、現在にいたっても継続されている地域はあるものの、農作業の機械化が進み、地域の少子高齢化の進展により担い手が不足し、共同作業の合理性がなくなりつつある。そして、制度やしくみが簡易化され、これらの助け合いのしくみと心豊かな集いの場が消滅しようとしている。

＜屋根の葺き替え＞
「村全体の部落会というものがあった。お祭りの段取りとかをしていた。青年団もあったから、戦争に行く前の若い人たちがいろいろなことをやっていた。屋根の葺き替えもやったりしていた。全部茅葺き屋根で、村の人たちは手伝いに行っていた。誰か一人亡くなっても、昔は火葬じゃなくて土葬だったから、穴掘りをみんなで集まってやってくれて。まだ田舎の方は葬式あっても、綱みたいなのを親戚の人たち腰のあたりでかけたり、旗みたいなのを持って歩いたりしていた。」（秋田県秋田市　大正12年生まれ　女性）

＜学校を建築＞
「学校が昭和23年に伊勢湾台風でみな潰れたでしょう、その時は村中が金をかじるのに、ヒジキとアラメやな、共同作業でやったな。ワカメは共同作業なかった。ワカメは皆、個人取りだったからな。ヒジキとアラメで共同作業して、それで皆、学校の建築資金にする。それで今度、それをするのにジゲの山、うしろの山林を売って、学校の資金にしました。」（三重県鳥羽市　昭和4年生まれ　男性）

＜道路整備、集会所つくり＞
「それから道普請と言って道路のメンテナンスを共同でする場合に、共同の道路なのかな、修理した時なんかは皆出たり、或いは学校を作ったりとか集会所を作ったり、公共施設を作ったりという時みんな寄ってやりました。」（沖永良部島・田皆　昭和 6 年生まれ　男性）

＜田植え・稲刈り・農作業＞
「地域には「結」があって、田植えや稲刈りには大勢の人が来て、その食事も用意していた。10 時や 3 時の小昼を「たばこ」と言って、季節の果物などを出していた。作業が全部終わると、餅をついて「かっきり餅」として振る舞っていた。昔はそういう絆が強かった。」（宮城県石巻市　大正 11 年生まれ　女性）

＜講＞
「若い男衆の精進講ってあってね。5 人ぐらいの仲間で順繰りに精進宿っていうのがあった。泊まって自分たちで料理して過ごすの。」（宮城県角田市　大正 3 年生まれ　女性）

「講としては、女の人の観音講と曹洞宗の梅花講などがあった。旅行に行ったこともあって楽しかった。」（宮城県女川町　大正 13 年生まれ　女性）

＜寄り合い＞
「女の人だけで集まるのは、オコサマくらいかな。オコサマって言って、朝早よう男の人も皆参って、男の人は道場でご飯だけ持って行って、そうするとワラビやらタイモやらジャガイモやら入れて、うちのおかずするんやね、そうしてそれが田舎にいるけどワラビザイって言って美味しくってね。それオコサマっていうのがひと月に 1 ぺんくらいあったのかな。」（福井県大野郡　大正 9 年生まれ　女性）

制度やしくみではないが、心が一つになっている隣人とは、次の事例のような助け合いが機能する。一人で行うこともできるが、大勢集まって話をして楽しみながら作業を進めるのである。人の心が一つになり繋がっていれば、心豊かな集いが実現するのである。

＜布団づくり＞
「母は布団作りも上手。隣近所のおばさんが手伝いに来て、綿を入れた後、みんな

で引っ張って伸ばした。私も小さいときから手伝った。」（宮城県仙台市　大正 14 年生まれ　女性）

＜味噌つき＞
「味噌つきは、女の人が 7,8 人ぐらい一つの家に集まってやった。農業の疲れを癒しに湯治にもいった。」（鹿児島県・桜島　大正 6 年生まれ　女性）

今の社会では、助け合いをしましょう、と簡単に促すことがあるが、このような人間関係が築かれていなければ、この助け合いを煩わしさとして捉えられてしまいがちである。そして、集いをせずに、贈り物を渡し、物やお金で解決しようとする。これは表面的な解決方法であって、根本的に細くなった人間関係を修復するものではないのである。

６．５　役割を担う暮らし方

地域の中の役割について目を向けてみたい。「役割」を決めて行っている暮らしのシーンを抽出した。その結果、祭りなどの行事、教育、葬式、情報伝達、社会的活動、伝統の継承など、人が地域のために果たしてきた重要な役割が存在したことが明らかとなった。その中で、祭りなどの行事は現在も残るが、地域内の教育、葬式、情報伝達、社会的活動、伝統の継承に関わる役割を果たすことは行われなくなりつつある。

（１）地域の中の役割

＜祭り＞
「私は五名総代になったときに記念にのぼりを寄付した。土崎では神明社で役をやりたい人がいっぱいいる。裃着たい人が。町内会長が町総代を兼ねているから一人しかできないけれど、統前町のときは 10 人でも 20 人でもできる。俺のおじいさん婿だといまだに言われるといって、裃を着て役をやりたがって。」（秋田県秋田市　大正 12 年生まれ　男性）

一方、地域の人が地域の子どもをしつけたり、教育したりする教育システムは失われつつある。かつては、よく近所のおじさんに叱られたものだが、そのような声も聞かなくなった。ところが、いまだに島で独特な風習が継続されているところがある。

例えば、三重県鳥羽市の答志島では、江戸時代から残り、今も継続している寝屋子制度がある。中学校を卒業した男子は寝屋親と呼ばれる世話係の大人のもとで共同生活を送る。この共同生活の場を寝屋子という。日常生活全てを寝屋子で過ごすのではなく、食事などは各自の家庭で済ませ、夕食後に寝屋子に集まる。かつては毎日夕食後に集まっていた。寝屋子では漁業を学び、祭りのときに大切な役目を任される。また、寝屋親が年に一度、皆に食事を振舞う。寝屋子解散するまでこれは続く。解散しても、それは一区切りであり、その後も寝屋子と寝屋親としての付き合いは一生続く。まさに、親子のような絆で結ばれるのである。

＜親代わり＞
「答志のこの暮らしは、昔から江戸時代から残っている、寝屋子制度というのがありますね。一軒、家に中学生が卒業するとそこを宿にして寝起きを共にして、そこの家の漁師が自分の親代わりになって、だいたい中学出て 10 年くらいですかね、寝起きを共にして、そういった寝屋子制度というのがありまして。それが、絆が親以上の寝屋親さんと言うんですけど、ありまして。親が亡くなって来られなくても、寝屋親さんが何かあったらすぐに飛んで来るというくらいの。」（三重県鳥羽市答志島　大正 7 年生まれ　女性）

また、他人であるにも関わらず、親子のように若者の面倒をみる類似した親方の制度が、漁師、職人、あるいは鉱山労働者にも導入されてきた。親の役割を仮想的に持たせ、仕事をしっかりと管理して行うことを目的としている。具体例を見てみよう。

＜親方＞
「漁師の家というのは大漁するとものすごくお金入るけれども不漁が続くと子どもをお医者さんにもかけられないくらい貧乏する。もう一つ漁師というのは宵越しの銭を持たないというのが漁師気質みたいで。だから何かあった時には全部親方の所に行って親方が全部面倒をみてあげて。子どもが病気になったら医療費も全部親方が見る。」（青森県鰺ヶ沢町　昭和 3 年生まれ　男性）

葬式の時には、近所の人で役割を分担して執り行っていた地域が多い。当時は火葬ではなく土葬が広く存在しており、埋めるための土を掘る役割があった。土を掘るのが最も大変であったという話はよく聞く。このような大変な役割であるからこそ、決まり事が作られ、長い間、引き継がれてきたのである。

＜葬式＞
「田舎なので親戚兄弟関係なく近所付き合いはとてもよく行われていました。人が亡くなった場合には火葬場はないので、独特の儀式がありました。女の人の場合はまず始めに、お団子（白玉）を作ります。片栗粉の無いつるっとしたものでした。

部落では人が亡くなると、三役の仕事が分けられ、任されました。1 つ目は、他の部落などへの知らせる役割、2 つ目は買い物へ行く役割、3 つ目は、土葬なので土を掘る役割でした。部落で親類関係なく、みんなで行っていました。立浜の中では 3 班に分かれていました。その組織で作業していました。」（宮城県石巻市雄勝町　昭和 2 年生まれ男性　昭和 8 年生まれ女性）

その他、村を持続可能にするための重要な役割を担っていた人々がいる。

一つは行商である。行商は毎年、あるいは毎週のように同じ時期にそこの村へモノや食べ物を売りに来るが、この行商は広範囲にわたって売り歩いているので、村の外の情報を多く持って入ってくるのである。行商の目的は物資を持ってくることであるが、現在のようにインターネットやテレビで簡単に情報を入手できる環境ではなかったため、行商が持ち込む情報は極めて重要なものであった。外と中をつなぐ役割を担っていたのである。

＜行商の情報提供＞
「行商はおしゃべりだった。木賃宿（きちんやど）に泊まってね。」（愛媛県伊予市大正 14 年生まれ　男性）

また、学校という公的な場において、小学生が重要な役割を担っていた事例は数多い。お昼ごはんに小学生が家の野菜を交代で持っていき、味噌汁にして食べる話は心が温まる。これ以外にも、小学生がイナゴをとって、その収入で壊れた校舎を建てた話などは小学生としても役に立てたことを楽しみながら実感できたのだろうと推測する。

＜公的な場への貢献＞
「小学生が野菜を交代で持っていって昼の味噌汁にした。」（三重県明和町　昭和 3 年生まれ男性　昭和 4 年生まれ女性）

（2）家族の中の子どもの役割

日常の暮らしにおいて、小さいころに最初に与えられる役割は家の手伝いである。水汲み、杉の葉とり（燃料）、風呂焚き、板の間拭き掃除、雨戸閉め、子守りなど、多々存在する。地域によっては、柴栗吊るし、塩煮など特殊な手伝いがあるが、自然との共生の暮らしは、日々多忙であり、少しでも子どもが手伝えることがあれば、親が子どもに手伝わせるのが通常であった。家の手伝いは、子どもにとっては大変な仕事もあったに違いない。しかし、90 歳前後の方々の記憶には、家の手伝いは特別の日に行うのではなく、日常的に当然のこととして存在したということである。時には、学校よりも家の手伝いを優先することさえもあったのである。時には辛く、

時には楽しかった記憶が残っている。

「子どもには何かかにか家の仕事をやらせたね。子どもの 1 日の生活の中に自然に役割があった。小さい子どもは雨戸を閉めるとか、少し大きくなると風呂焚きなど。」（宮城県山元町　昭和 3 年生まれ　男性）

「昔は兄弟が多かったですから、普段でも、3 年生 4 年生になると、妹、弟をおぶって学校に行ったもんです。小さい子が泣くと、おむつ持って校庭に出て、子守りしてるの。とにかく生活が第一で勉強は二の次でした。」（宮城県白石市　昭和 3 年生まれ　女性）

「家も薪ストーブで、小さいものだった。お風呂もご飯も薪だった。木のお風呂で煙突が付いていて、上から薪を入れてやるものだった。薪もなければ山に行って切って運んできて、また切って焚いたりしていた。子ども達も薪運びを手伝って、子どもの頃だから喜んで運んだりしていた。薪ストーブは旦那が警察官になってからも使っていた。」（秋田県阿仁町　大正 11 年生まれ　女性）

「小学校の頃、子どもの頃の仕事としたらね、「塩煮」はよくやりました。子どもの仕事でした。火をおこしてね、燃料は柴をとってきてやりました。営林署管轄の山だからね、倒れた木などで腐れる手前の木から燃料得て海水を煮ました。海の水をとってきて大きな釜に入れて沸かして蒸発させて塩をとったわけです。大きな釜で 2 日くらい煮るとね、一斗とか二斗とかとれました。それを持って農家に行って。昔は農家では塩が無くて、漬物を漬けるのも困っていた時代ですから。塩一斗と米一斗と取り替えることができたんです。そういう時代でした。」（宮城県石巻市雄勝町　昭和 7 年生まれ　男性）

（３）家族の中の大人の役割

役割が与えられるのは子どもだけではない。成長して、父親になっても、母親になっても、そして、年寄りになっても役割が与えられる。特に、母親は家の中の仕事を、父親は家の外で近所との関係の仕事や行事を担うことが多かったようだ。

「年取りの晩には、家長が座敷サ莚（むしろ）敷いてね、年縄をなうの。神聖な縄だから、風呂に入って、どんぶりサ水汲んで手を濡らしてはじめるの。普段は縄をなう時は唾をつけるんだけどね。八丁〆と言って、十二畳の座敷サぐるりに回る縄

の、三尺おきくらいの間隔に藁を7本さげて綯い込むの。それで、藁と藁の間には、幣束（へいそく）と緑の松葉を挟むの。作業中は「入っていけね」と言われてね、その部屋には誰も入れなかったの。」（宮城県丸森町　大正3年生まれ　女性）

「年寄りは囲炉裏の上座に座布団敷いて座ってるの。私たち子どもは必ず抱いてもらって火にあたってました。みんなして座るぐらい、場所がなかったからね。そして、「木ずり」という木をくべるところは、お嫁さだった母がいるわけ。木をくべたり、木がなくなったら持ってくるのも母の役目だったけど、そこに座っていられるのは、1年に何回もなかったんだよ。お嫁さんは夜にはぼろ縫いするし、年がら年中働いていました。そうでなければ、作業場に行って、藁仕事をしなければならない。」（宮城県仙台市　大正14年生まれ　女性）

「年中5時起きだよ。水道なんかなくてみんな井戸。囲炉裏の消し炭取って、消し壷に入れて、朝一番に起きて、囲炉裏に火を付けるのが嫁の役目。アク通ししてな。（囲炉裏の灰をきれいにする）」（秋田市　大正12年生まれ　女性）

子どもの役割は、年齢があがるにつれて、変わっていく。結果的に、大人になった時点で全ての役割を担うことができるようになっている。つまり、与えられた役割を果たすという暮らしは、暮らしていく中で必要な技能が世代間を伝承していくしくみと言って良い。子どもは、与えられる役割が変わっていく度に、一歩一歩、自立可能な状態へ近づき、自分が成長することを実感することができるのである。

そして、最も大事なことは、与えられた役割を果たすことによって心の豊かさを得られるということである。例えば、子どもの小さい手にしかできない仕事をすること、親から全てを任せられること、役割を果たした後に親が喜んでくれること、これらは、子どもが自立に向かって成長していくことをさらに実感させる。90 歳前後の方はこの心の豊かさを覚えているのである。

＜自分にしかできないことを担う＞

「私の家は百姓で、当時は農村の人たちはずいぶん難儀したものだから、子どもはできる限りのことは手伝いをさせられた。電気が通ってない頃は石油ランプだから、夕方になるとランプのほや磨き。木の棒なんかでやるとガラスが割れてしまうから、子どもは手が小さいものだから、手に布を巻いて磨いた。それが私たちの仕事の一つだった。」（秋田県秋田市　大正7年生まれ　男性）

＜全部を任される＞

「馬は言う事聞かない。だからその冷たいのが。足痛くて。感覚なくなってしまう。

全部、子どもにやらせる。3 年生か 4 年生だったので、一番小さいのを使うわけさ。大人はそれで　他の仕事がある時で子どもに引っ張らすわけ。全部任せている。」（青森県鳴沢村　大正 15 年生まれ　男性）

＜親が喜んでくれる＞
「兵隊ごっこ。遊びいうたらね、山行きますねん、で、薪とか枝を拾うてくる。燃料に。それが遊びやねん。こんな木の枝の棒、3 本や 4 本でも引っ張って帰ったら、親喜んでくれる。遊びながら柴、柴って薪でんなあ、燃料。」（奈良県御所市　大正 8 年生まれ　男性）

私たちは、地域の一員として、家族の一員として、与えられた役割を果たし、心豊かになるために、現在の暮らし方を見直す必要があるだろう。

６．６　物質循環システムの一部になる暮らし方

心豊かな暮らしの要素は、物質循環システムによって、結合されていた。これは物質循環システムがもし崩壊した場合は、心の豊かさをも失う可能性があることを示している。

（１）山の資源を燃料に利用する

人は生きていくために、食事をする必要がある。そのためには、料理するための燃料が必要となる。戦前の暮らしでは燃料には山や海の資源を利用し、食を育てるための肥料には燃料を燃やした後の灰、人や動物の排泄物を利用していた。全て、人が動いて入手できる範囲の資源を利用していたのである。資源の利用には、収集、加工、乾燥、燃焼効率向上に様々な工夫がなされていた。資源の利用の手間は、楽しいものではないが、そのプロセスで人と交流しながら、心の豊かさを見つけ出してきた様子はいくつもの事例が示している。

例えば、次の事例のように、資源の収集は、一人の作業では大変つらいが、複数人で作業することにより、心の豊かさを生み出していることがわかる。

＜山で薪を切り、燃料にする＞
「一つの山を何人かで所有していて、杭を打って持ち分を区切り、そこから自分たちの暮らしに必要な薪を切って、トラックで運んだ。父に付いて、よく山に行った。父が木を切ってブランコを作ってくれたので、それに乗って遊びながら、作業が終わるのを待っていた。そっちにもこっちにも木を切る人がいて、声を掛けてくれて楽しかった。小学校に入る前の話です。」（宮城県名取市　昭和 10 年生まれ　女性）

そして、燃料の燃焼効率を向上させるためにはどのような工夫が必要か、知恵を

働かせる必要があり、これも心の豊かさを生み出している。地域によって燃料が異なり、燃料の乾燥状態も異なるため、各地で知恵を働かせる必要がでてくるのである。青森ではサルケ、大阪ではカラケシという独特の燃料や呼び方が残っている。

「囲炉裏。薪は多くなくて、サルケ。草の根が腐ったやつ。底に草の根が固まった物があるわけです、深く（4，5メートル）。我々は3人4人くらいで掘っていくの。そこにある草の根が締まった泥みたいなものを切るんです。20センチ角くらいの大きさに切って乾かす。するとそれが非常に燃えるんですよ。木が無い。山が無いから。」（青森県鳴沢村　大正15年生まれ　男性）

山から収集した燃料は、冬を越すために1年分を木小屋や軒下に保存していたケースが多い。毎年、山へ木を切りに行き、1年間乾燥させ、次の年に燃料として利用するので、1年周期で木は燃料の役割を果たし、灰となっていったのである。各家庭で毎年どの程度の薪が必要になるか把握して、木小屋が作られているので、薪を作りすぎることもなく、無駄のない作業ができるのである。

（２）残余物を洗浄、染色や肥料に利用する

燃料として利用された木は灰になり、これを水に浸して得られた上澄み液である灰汁（あく）は、洗浄、洗濯、染色や肥料に使われた。小屋を建てて灰汁を大事に使っていた地域もある。磨くときれいになるのは、心の豊かさを与えてくれる要素の一つであろう。

＜灰汁を鍋や板の間の洗浄に利用＞

「鍋は灰汁でこすると落ちるんですよ。たわしなんかないから、藁を丸めて灰汁をつけてこするんです。「魚食って脂っこい。ただ洗ったんだと落ちねから、灰汁持って行って、外の井戸で洗ってこい」って言われてね。「さくじ（米ぬか）」で茶碗を洗ってもよく落ちる。さくじを布に包んで板の間を磨くとぴかぴかになりました。」（宮城県白石市　昭和2年生まれ　女性）

食べかす、動物の糞、人糞は、しっかりとためられ、畑の肥料に大事に使われていた。土が食材をつくり、人が食材を食べ、排泄物は肥料として土に返される。ここに小さな循環が成立しており、少しも無駄がないように、物質が流れている。何一つ無駄なものがない環境、いや、何一つ無駄に出来ない環境が、このような価値観を確たるものにしていたのだろう。

＜食べかすは肥料にする＞

「ごみは屋敷の中（敷地内）に、食べたもののかすとかをなげる（捨てる）ところが作ってあった。それは畑に入れて肥料にするとかで使っていた。金屑とかそういうのは別にして、食べたかすとか野菜の屑とか、藁とかを大きいところに捨ててい

た。」（秋田県秋田市　大正 12 年生まれ　女性）

＜人糞を肥料にする＞
「便所は外にあって貯めおとし式で、寒いとき夜起きるのが大変だった。また、排泄物は、畑のこやしや、藁にかけ堆肥を作り、いろいろの作物に利用した。」（秋田県能代市　大正 9 年生まれ　男性）

無駄がなく、物質が流れていくように利用していく暮らしは、他の暮らしのシーンへも波及している。豆の煮汁やフノリを洗浄に利用し、垢が含まれている風呂水を肥料に利用している。米糠・籾殻を燃料に利用し、その後の灰を肥料に、藁は堆肥や馬の敷き藁に利用している。米の研ぎ汁を洗浄に、海藻は肥料に利用している。煮魚の骨やウニの殻、ヒトデなどを植木の肥料に利用している。
戦前の暮らしにおいて、人々は地域の物質循環のメカニズムを日々確認するという意識はなく、日々の暮らしにおいて「無駄がない状態を維持」し、物質を滞留させずに、「常に物質がゆっくりと循環する状態を保つ」ように意識的に知恵を働かせていると思われる。この充実感が地域の物質循環と心の豊かさを生み出している。

＜豆の煮汁やフノリを洗浄に、クルミで毛糸を染める＞
「味噌、醤油も家で作った。味噌の豆は豆腐屋さんの大きな釜で煮てもらった。後になって、自分の家で煮るようになる。豆を煮た汁で衣類だけでなく、髪も洗った。絹物はフノリで洗うとつやが出た。フノリで髪も洗った。洗濯には苛性ソーダーを少量使ったこともある。細々とした衣類は家族それぞれが洗った。着物の洗濯は祖母に教えてもらった。襟を合わせ、おくみを合わせ、裾を洗って、襟を洗って、それから脇をたたんで洗うと簡単だった。家にクルミの木があった。祖母に教わり、クルミで毛糸を染め、セーターを編んだ。青いクルミは青茶色に。黒くなったクルミは黒茶に染めることができた。」（宮城県仙台市　大正 13 年生まれ　女性）

＜風呂水を肥料に混ぜる＞
「あの風呂が外にあったんですよ。普通はね。風呂の下へコガイって風呂の水を溜めるようにして、その水を野菜にやったり田へ移したり、いる時にはね。それから麦に特にやるんですよ、冬は麦を植えよったですから。冬場に水肥とか下肥をそこの水で薄めて持ってく。だから風呂場のところちょっと高くなってここにすのこになってね、あの椏（むろのき）と言う強い木で下が見えるようになってる。時には折れることもあるんですね。でそういうところが 1 か所あって、その奥に脱衣室があって風呂がある。その下はいわゆる水溜ですよ。」（広島県東広島市　大正 13 年生まれ　男性）

＜藁草履を肥料にする＞
「藁が不足していたので、半分の大きさの藁草履を使用していた。それが古くなっ

て破れても、畑の肥料にした。」（愛媛県伊予市　昭和４年生まれ　女性）

（３）形を変えても大事に利用し続ける

利用できるものは無駄なく最大限利用し続ける価値観は、暮らしの隅々まで行き渡っている。糸をほどいて再び服をつくりなおすことや、服としては耐えられなくなった生地を使って足袋に編みなおすことや、着なくなった木綿の服や浴衣をおむつにつくりかえるような、形や用途を変えてもその素材を使い続ける暮らしが存在していた。

つくりなおされた服、浴衣を大事にして別の用途で使う母親の姿を見ている子どもに、その価値観は自ずと伝わる。大事にものを使い続けることが当然という世界では、まだ使えるのに捨ててしまう行動は恥ずかしくてできない。母親が手作りで服をつくる行動は、愛着を生み出し、子どもも本人もそれを大事に使おうと思う。物が限られている環境が人々の行動や価値観を規定しているのである。戦前の暮らしの根底に流れている価値観である。

「服装は割烹着にモンペで、自分でつくった。着なくなって木綿の服でおしめをつくつた。一枚の浴衣から７枚のおむつがとれた。それも夜わり仕事だった。昔は妊娠するとお腹を隠して、悪いことしたように近所の人に気付かれないようにした。子どもが生まれると背負って、いつもと変わらないように働いた。」（宮城県仙台市　大正 11 年生まれ　女性）

「よく昔は、こういう服をダメになったらそれを雑巾にしたりとか、ボロきれを集めておいて作業着にしたとか。そうそれはモンペです、着物一枚を崩して、そしたらちょうどモンペと、上のひっぱりができますねん。そんなんのは勿論、沢山作りました。その当時は、そんなんは普通の事やからね。」（三重県名張市　大正９年生まれ　女性）

「今は、物を大事にしない。昔は大事に大事にしてな。毛糸でもセーターほどいて洗って、もういっぺん編みなおす。そんなことは普通でした。セーターは自分で編む。しかもいっぺん買ったものをほどいて編みなおして作りおったわな。自分で買おうなんてことはとってもできなかった、高くて。毛糸なんてあんまり輸入されてなかった。日本は採れないからな、毛糸は。」（三重県伊勢市　大正８年生まれ　女性）

「昔はどんなに着るものが傷んでも汚れても、布地は絶対になげ（捨て）なかった。だから納戸には、何かにしようと思って取ってあるボロがいっぱいあったよ。女の人の腰巻き（今の下着）だって、膝のところは痛んでだめだけど、上幅（腰に巻く上の方）は取っておいて、炭焼きをしたりする時の、汚れてもいい仕事着に縫い直したりしたね。ボロ継ぎとか、針仕事は夜の女の人の仕事だったから。女の人は縫

い物は何でもやりました。紋付きでまで縫ったの。ミシンじゃなくて手で縫うんです。」（宮城県丸森町　大正 12 年生まれ　女性）

＜絵本の綺麗な絵で石炭箱を飾る＞
「箱を新聞紙、貼って、石炭箱を、それで今度は石炭箱に新聞紙を先に貼ってね、それでその上に、包装紙じゃないけども絵本の綺麗な絵とかね、週刊誌の、そんなのだろうけど、ペタペタ貼って箱を作って、それに色んな物を、今のまあ何ていうんかな、3 段 2 段ってそれを積んで、棚にしとったね。お母さんはね。2 つ積んだり 3 つ積んだりして。」（三重県尾鷲市　昭和 3 年生まれ　女性）

一つ言えることは、戦前の暮らしにおいて、人々は地域の物質循環の全体を日々確認するという意識はなく、日々の暮らしにおいて「無駄がない状態を維持」し、「常に物質を 1 年周期でゆっくりと循環させる」ように意識的に知恵を働かせていたと思われる。循環の周期の長いものについては、大事に長期的に利用し続ける努力をしていたのである。無駄なく循環させるための知恵、その結果得られる充実感、隅々まで最後までその素材が持つ機能を使い尽くすこだわりとモノへの愛着が心の豊かさを生み出している。そして、土から育ったものは土に返す。この単純で重要なことが戦前の地方の狭い範囲で暮らしの中で行われていた。これが戦前の循環型社会であった。

６．７　失われつつある心の豊かさ

（１）なぜ心の豊かさが失われつつあるのか

戦前の暮らしは、地産地消の物質循環システムが特徴的である。例えば、仙台市中田村では、味噌の豆は豆腐屋さんの大きな釜で煮てもらっていた。そして、家で味噌つくりをしていた。豆の煮汁は捨ててしまうのではなく、それで衣類を洗ったり、髪を洗ったりした。フノリは食べる以外に、それで衣類を洗うとつやが出たという。フノリで髪も洗った。家にはクルミの木があり、それを使って毛糸を染め、それでセーターを編んだ。全て自然から得たものを一つの用途に使用して廃棄するのではなく、別の用途にも使用し続けるシステムである。そして、移動が容易ではなかったため、地域の資源は地域外から輸送されることは少なく、地産地消の暮らしになっていた。

そして、地産地消の物質循環システムに心の豊かさが生み出されていた。煮汁を豆腐屋にもらった事例の背景には、豆腐屋と近所の人の間に長い時間かけて築き上げられた信頼関係があったはずである。もらいにいくことができる人間関係というのは、一朝一夕に構築できるものではない。お互いなんらかの持ちつ持たれつの関係があったのは想像に難くない。良く知られている昔の醤油の貸し借りにも同じことが言える。宮城県鳴子における 90 歳ヒアリングによると、かつて、近所の人と

醤油の貸し借りが行われていたというが、それがうまくいくためには、醤油を借りにくる人の心の気遣いをする醤油を貸す側の心が必要になるということである。相手を配慮する心を身に着けるためには、小さいころから同じ近所で暮らして、お互いの長所短所を知り尽くしていなければならない。その上で初めて借りる側への配慮ができるのである。これは近所の人との関係ばかりではなく、家族同士でも同じことが言える。この自動的ではない地産地消の物質循環システムを実現するためには、人の行為と知恵と心遣いが必要になる。そして、それが人々に心豊かさを与えることができたのである。

しかし、暮らしを楽にする生活技術（洗濯機、テレビ、冷蔵庫、エアコン等）、移動技術（自動車、電車等）、情報技術（ICT 技術、パソコン、インターネット等）が徐々に導入され、物質循環システムが変化し、物質自体の循環がなくなり、従来の物質循環システムが崩壊した。これに伴い、地産地消の物質循環において得られていた心の豊かさは失われ、地域の自然環境とのかかわりも薄れ、さらに自然と親しむことにより得られていた心の豊かさも失われつつある。近所の集いの場も徐々に失われ、近所の人との関係が薄れ、コミュニティが崩壊寸前にあるという地域も珍しくない。

例えば、醤油を近所の店で簡単に購入することができるようになれば、近所の人に醤油を借りに行く必要はなくなり、近所の人との持ちつ持たれつの関係は薄れていかざるを得ない。小さな利便性でも近所の人の関係を薄める方に力が働いてしまったのである。井戸端に人が集まらなくなったのは、水道が各家に通り、水汲みの必要がなくなり、水の地域循環システムがなくなったからである。茅葺き屋根の葺き替えも、茅葺の屋根よりも便利な屋根が誕生し、茅の地域循環システムと葺き替えの地域循環システムがなくなり、共同作業することもなくなった。情報の流通システムも同様である。父親がかつては外から情報を持ってきていたので、家族は一家団欒をして外部の情報収集を父親からしていたが、携帯、インターネット、テレビを家族全員が使えるようになると、一家団欒の必要性が薄れたのである。

私たちは、従来、家の近くの湧き水や井戸水を使って、水を飲み、お風呂を沸かし、洗濯をしてきた。自ら食物を育て、海や川に魚を取りに行き、料理をして、食事をしてきた。燃料は山から薪をとり、寒い冬の暖をとっていた。自立した暮らしである。移動は歩きであった。家の周囲は自然に囲まれていたので、自然の中で遊び、嵐がやってくるとその対策をして、自然の猛威をいなして暮らしてきた。まさに、多くのことを自分で行う「自立型」の暮らしを基本としてきた。

1920 年から 1940 年頃には、日本には既に街ができ、このような完全に自立型の暮らしは徐々に崩れ、戦後に、ゆっくりと日本中に都市化、つまり依存型の暮らしが進行した。私たちは水道という便利なインフラや洗濯機という便利な道具を手に入れたが、一方で、井戸端で近所の人と会話する場を失った。私たちはレストランという便利なサービスと場を手に入れたが、一方で、自分で食を育てて作って食べるという楽しみを失った。私たちは自動車という便利な移動手段を手に入れたが、一方で、歩いて、周囲の自然と触れ合い感じる時間を失った。私たちはエアコンや

高気密高断熱住宅という便利な快適空間をつくる道具と空間を手に入れたが、一方で、暑さ寒さや季節によって変わる匂いの変化を感じ、外の自然の音を聞いて楽しむ時間を失った。これらは全て、利便性の導入によって、何らかの心の豊かさを得て、それを代替に何らかの心の豊かさを失った、という関係になっている。利便性の導入は、人が従来行っていたことを、物やサービスに頼るということなので、自給自足時代の人が身に着けていたスキルを失わせるものである。私たちはゲームを攻略する方法は習得できるが、楽しみを見出す方法を失っている。つまり、心の豊かさを追求するスキルも失っている。

さらに、利便性の導入方法が、地球資源を利用する方法をとってきたため、地球環境問題が発生してしまった。地球資源が有限でなければ、このような社会の方向性は特に大きな問題を生じさせなかったはずだ。私たちは何らかの舵をきらないと、このままの暮らしを維持できなくなるというところまできている。利便性導入によって、別の心豊かさを得たからいいのではないか、という主張が通らない状況になっているのである。将来直面する環境制約下において、如何に心豊かな暮らし方を新しくデザインするかが問われている。

（2）失われつつある暮らしの中の価値

90 歳ヒアリング調査により、これを示す数多くの事例が抽出されたのはこれまでに示した通りである。宮城県の 40 件の 90 歳ヒアリングデータを文字起こしし、それを 1 年間かけて、環境科学研究者、宮城県の地元学の地域の聞き取りを数多く手がけた研究者（実際に 90 歳ヒアリングの実施者も含む)、合計 4 名で全ての記録を何度も見直し、現在の暮らしで失われつつある物事について 70 種類程度の概念抽出を行い、さらに、宮城県以外の 90 歳ヒアリングデータで抽出された失われつつある物事を含め、最終的に 44 種類の項目に集約した（古川柳蔵,バックキャスティングによるライフスタイルデザインとその実践，自動車技術,Vol.69,No.1,2015,p.24-30(2015)）。

1 自然に寄り添って暮らす
2 自然を活かす知恵
3 山、川、海から得る食材
4 食の基本は自給自足
5 手間隙かけてつくる保存食
6 質素な毎日の食事
7 ハレの日はごちそう
8 野山で遊びほうける
9 水を巧みに利用する(水を使い分ける、水を確保する)
10 燃料は近くの山や林から
11 家の中心に火がある
12 自然物に手をあわせる
13 庭の木が暮らしを支える
14 暮らしを映す家のかたち
15 一年分を備蓄する
16 何でも手づくりする
17 直しながらていねいに使う
18 最後の最後まで使う
19 工夫を重ねる
20 身近に生きものがいる
21 暮らしの中に歌がある
22 助け合うしくみ
23 分け合う気持ち
24 つきあいの楽しみ
25 人をもてなす
26 出会いの場がある
27 祭りと市の楽しみ
28 行事を守る
29 身近な生と死
30 大ぜいで暮らす
31 家族を思いやる
32 みんなが役割を持つ
33 子どもも働く
34 ともに暮らしながら伝える
35 いくつもの生業を持つ
36 お金を介さないやりとり
37 町と村のつながり
38 小さな店、町場のにぎわい
39 振り売り、量り売り
40 どこまでも歩く
41 ささやかな贅沢
42 ちょっといい話
43 ちょうどいいあんばい
44 生かされて生きる

図１　44 の失われつつある暮らしの価値

私たちの社会は、初めは自立型の心豊かな暮らし方をしていたにもかかわらず、利便性の導入によって、制約（転がり落ちないようにせき止める杭）が外され、図の右下の方へ坂を下りているのが現状である。便利なものが導入される度に、依存型へ向かっているのである。そして、その結果、44 の価値、すなわち、心の豊かさを失ってきた。多くの企業は、これ以上依存できないぐらい利便性を市場に提供してきたのであるが、いまだに小さな残りの利便性を如何に提供するかで競争している現状がある。これ以上、利便性を向上して、どれだけ心豊かな暮らしに転換できるのであろうか、じっくり考える必要がある。

利便性の坂は下りるばかりではない。個人としては、誰もが坂を上る経験をしたことがあるのではないか。ペットボトルの飲料を購入して、飲み終わると廃棄するのが、どうももったいないと思う人は、マイボトルを購入して、家から飲み物を入れて持ち歩く。一度、マイボトルを購入すると、再び、マイボトルを手放そうとはしないようである。しばらくすると、マイボトルの中に入れるお茶の種類にこだわり始めるからだという。一度、利便性の坂を上り始め、時間が経過すると、どこかの段階で価値観が変わり、再び坂を下りようとはしないようである。しかし、価値観が変わるには時間がかかる。そこに滞留するための杭（制約）が必要になる。もちろん、坂を上り始めるきっかけが必要であり、さらに坂を上る力も必要になる。これらの条件がそろえば、利便性を逆行し、依存から自立へと向かうことができるのである。これまでは坂を上る人は自然と発生しているが、これが大きなトレンドになるためには、何が必要か、重要な研究課題である。

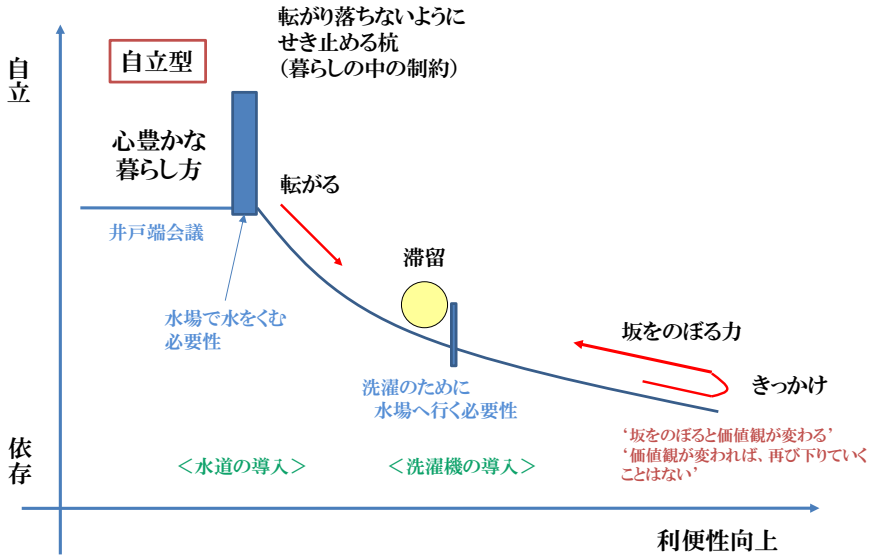

図２　利便性の坂

利便性の坂を上るのは、戦前の状態に戻ることではない。坂を上ることは、自立型へ向かう新しい心の豊かさを得ることなのである。戦前の暮らしとは異なる自立

のかたちへ新たに向かうことである。暮らし方は自然環境に依存するので、将来の環境制約というネガティブな要素をポジティブに捉えなおし、ポジティブな杭を打って、新しい自立型で心豊かな暮らし方に向かうのである。

　また、利便性の坂を上るのは、全ての便利な機器を否定していることでもない。私たちは継承すべき利便性を選択し、まずは、不要な利便性を破棄し、坂を上るプロセスに新しいビジネスチャンスを見出し、新しい市場を創出し、最終的には持続可能で低環境負荷な心豊かな暮らし方へ到達することが求められている。

第 7 章　44 の失われつつある暮らしの価値

44 の失われつつある暮らしの価値について、それぞれの価値の説明とキーワードを示す。戦前の暮らし方に関して文字情報にして、以下の 44 種類の価値に分類すれば、その地域の特徴を明らかにすることもできる。また、他の地域との共通点を見出すことも可能である。

＜フォーマット＞
44 の暮らしの価値の番号●暮らしの価値
リード文
■キーワード

1●自然に寄り添って暮らす
　じりじりと照りつける夏の暑さ、すべてが凍りつく冬の寒さ。季節のめぐりとともにやってくる気候のきびしさをあるがまま受けとめる中に、かつての暮らしはありました。一日の過ごし方も同じ。日の出とともに起きて田畑で働き、日暮れとともに一日の仕事を終えたのです。自然に寄りそう暮らしは、山の色、波の音、風のそよぎなど、微妙に変化していく自然を五感で感じることで支えられていました。
■風を通す
■お天とさんとともに
■季節の変化で段取り
■自然のサインを読む

2●自然を活かす知恵
　身近な野山から得られる天然の素材―樹木や草、木の実や葉は、暮らしになくてはならない大切な資源でした。何が、どんな効能と薬効を持つか。人々は手に入るさまざまな素材を知り尽くし、それらを多彩に活かす知恵と技を身につけていました。そして、手をかけ時間をかけ、 ていねいに素材と向き合って、無駄なく生活に役立てました。暮らしはすべて自然の素材でできていました。
■葉も根も実も活かしきる
■井戸で冷やし、温泉で温まる

3●山、川、海から得る食材
　暮らしの基盤は命をつなぐための食。栽培し育てる作物だけでなく、山や野原、川や海から採集して得るものも大切な食料でした。春、夏、秋、冬、どこに行けばどんな食材を手に入れられるか、人々の頭には、しっかりとした食べものの地図と暦ができ上がっていました。季節がめぐってくると、人々はどこかそわそわと急く気持ちで採集に出かけたのです。それは、暮らしの大きなよろこびであり安心でも

ありました。
■山がもたらす季節の恵み
■田んぼも堀も魚の宝庫
■海がもたらすごちそう

4●食の基本は自給自足
　家族の命と暮らしを守るために、野菜や豆を育て、米をつくり、果樹を植え、卵や肉を得るために鶏やウサギを飼う。食べものは買って手に入れるものではなく、そうやって自分たちで育てまかなうものでした。１年を通して、家族全員が食べていくのに充分な量の食料を確保していくために、田畑で働く毎日でした。
■穀物と野菜を育てる
■粉ひき、油しぼり
■鶏肉・ウサギ肉

5●てまひまかけてつくる保存食
　季節ごとにどっさりと収穫される食べもの。それを無駄にせず食べつなぐために、欠かせなかったのが保存するための知恵です。腐敗を防ぐために、魚や野菜にはたっぷりと塩を振り、また焼いたり寒風にさらしたりして、少しでも長く食べつなぐ工夫が重ねられました。保存食が充分にあれば、作物が不作でも災害が起きても安心です。食の基本は、備えにありました。
■干し餅、水餅、凍み餅
■味噌があれば安心
■干し栗
■冬の備えは漬物
■しょっぱい魚
■万が一に備える

6●質素な毎日の食事
　ご飯と味噌汁に、添えられた漬物や納豆、おひたし。そして、たまにごちそうとして付けられるイワシや塩サケなどの魚。地域地域でその中身は違いますが、毎日の食事は、畑から採れる野菜を用い保存しておいた漬物を並べる質素なものでした。ご飯は白米に麦を加えることが多く、季節ごとにほぼ変わらない献立が繰り返されていきました。
■麦ごはんに一汁一菜
■魚がタンパク源
■一人ずつのお膳
■出かけるときは弁当を持つ
■甘いおやつが待ち遠しい

7●ハレの日はごちそう

正月や年末の年取り、そして地域の氏神様の祭りの日は、ふだんとは打って変わってたくさんのご馳走が食膳に並びました。お赤飯や煮しめ、大きな煮魚は、祭りの日の晴れやかな気分を高めてくれるもの。腹いっぱいになるまで食べるお正月の餅は、新年が来たよろこびを実感させてくれるものでした。普段の食事が質素だったからこそ、ハレの日のごちそうは、ひときわ鮮やかによろこばしく感じられたのです。

■心踊る祭りの膳
■正月を迎える

8●野山で遊びほうける

子どもたちの遊び場は野外。野山で、川で、路上で、寺の境内で、子どもたちは夢中になって遊んでいました。遊びのときはいつも集団、歳の違う子どもたちがひとかたまりです。歳上の子から歳下の子へ、集団の中ではたくさんのことが伝えられていきました。危ないところ、薬草の使い方、肥後守の使い方…遊びは人と人のつきあいのルールを学ぶ場でもありました。

■遊びの工夫
■山や川で遊ぶ
■浜で遊ぶ
■どこでも遊び場
■子ども同士
■自然からもらうおやつ

9●水を巧みに利用する

命あるもの、水がなくては生きてはいけません。水は家族の命と暮らしを支える、まさに生命 線でした。水道のない時代、人々は山からの沢水や湧き水を屋敷に引き込み、井戸を堀り、川や堀の水も利用して暮らしていました。水を汲み、家に運び込む仕事は重労働でしたが、女や 子どもも担いました。それだけに、人々は水質に敏感で、少しも無駄にすることなく大切に使いこなしたのです。

■水を使い分ける
■水を確保する
■湧き水・沢水
■家の前の堀
■井戸水
■水汲みの苦労
■水売り

10●燃料は近くの山や林から

煮炊きをするにしても、風呂焚きをするにしても、欠かせないのが燃料です。基

本となるのは薪で、数軒が協力して山に出かけ、伐採から運び出しまでを共同で行いました。軒の下に積まれたたくさんの薪は農村のおだやかな景観をかたちづくるものでした。そして、山のスギ林から拾うスギの葉、浜のマツ林で集めるマツの葉、屋敷内で得る枯れ枝も、炊き付けに大切に活かされました。
■杉の葉を拾う
■薪を切り出す
■松葉をさらう
■亜炭で風呂炊き

11●家の中心に火がある
　寒さきびしい冬。家の中でいちばん暖かいのは囲炉裏やこたつのまわり。静かに燃える薪を見ながら家族はみんな囲炉裏に集まり、こたつ布団に足を入れて体を温めました。煮炊きをしたり夜なべ仕事をこなしたり話をしたり、火は家の中心であり家族のだんらんの場でもあったのです。いうまでもなく、裸火は危険なもの。大人たちは子どもたちが危なくないよう目を配り、見守っていました。
■囲炉裏を囲む
■火鉢に集まる
■煮炊きはかまどで
■火のやりくり
■ほのぐらい明かり

12●自然物に手をあわせる
　新年は、お正月様をお迎えして祝うもの。氏神様は、家と家族をずっと長く守り続けてくれるもの。そして、神棚には、神様がたくさんいらっしゃる…。家の中にも、屋敷の中にも、森の中にも、神様は存在していました。人々は、その力をいただくことで、無事に今日を過ごし明日を迎えられると信じていたのです。朝に夕に、自然物に感謝をこめて頭を垂れ、手をあわせたのでした。
■自然からいただく力
■神様に拝む

13●庭の木が暮らしを支える
　庭は、どんな家にもなくてはならないものでした。町場の小さな庭にも、人々は柿、梅、ビワ などの果樹を植え、季節ごとの豊かな実りを味わいました。そして、片隅には畑を整え野菜を育てたものです。平野部の農家が家のまわり育てる分厚い屋敷林は、まさに森でした。食料だけでなく、家の建替えの木材から燃料、堆肥まで、暮らしを営み農を支えるほとんどの資源を、そこで調達していました。
■果樹の恵み
■大木を役立てる

14●暮らしを映す家のかたち
　農家の住まいは地域ごとに似通った様式を持ち、建てて何代も住み継ぐものでした。そして、広い土間では藁仕事をこなし、囲炉裏の上には煙を利用して米を貯蔵し、大きな畳敷きの部屋は夏になると建具を払って風を通すという具合に、そのかたちは暮らしを映し出すものでもありました。どんな住まいが使いやすく、暮らしやすいか。家は、長い時間をかけ人々が工夫を重ね洗練させてきた、風土を活かした暮らしのデザインといえるものです。
■農作業ための大きな屋敷
■保管のための蔵や小屋
■境のない間取り

15●一年分を備蓄する
　かつては半年先、１年先を考えながら、暮らしの中でさまざまな備えを行なっていました。たとえば、燃料となる薪は、たいていの家で１年分を備え、中には１０年分も備蓄する家がありました。備えあれば憂いなし。充分な備蓄があれば何が起きても、暮らしの基本が崩れません。それは万が一の自然災害への備えにもなりました。何より、備えは、気持ちにゆとりと安心をもたらしてくれました。
■燃料を備える

16●何でも手づくりする
　衣食住のすべてにわたって、必要なものは買うのではなく自分の手でつくる。これが暮らしていく基本のスタイルでした。麹も味噌も醤油も、赤ん坊のおしめも紋付きも、炭すごやむしろも、果ては柿もぎの道具まで家庭内で手づくりしたのです。材料の多くは野山など身近なところで手に入る天然の素材です。人々は材料を熟知し、親から子へ技術を手渡していきました。
■女の針仕事
■縄ない、藁仕事

17●直しながらていねいに使う
　一度手に入れたものは衣服であっても道具であっても、大切にして手入れしながら使ったものでした。手入れすれば、ものは必ず長持ちすることを知っていたのです。そして、傷みがひどくなる前に、こまめに修理を施したものでした。修理を重ね使い込んでいくことは、さらにものへの愛着を深めていくことにつながっていきました。
■仕立て直し
■道具の手入れ

18●最後の最後まで使う
　ものは、とことん、最後の最後まで使うことも常でした。使い切ってものの寿命

をまっとうさせたあとは、さらに別の使い道で新たな命を吹き込み、中途半端に使って捨てるようなことは決してありませんでした。女たちは布を大切にし、ボロ布を合わせて縫い直し、新たな仕事着をつくり上げました。それは、廃棄が際立って少ない暮らしでもありました。
■ものを使いまわす
■水は暮らしの糧
■食べものは捨てない
■あくを貯蔵する
■ゴミは堆肥にする
■貴重な人糞

19●工夫を重ねる
　自分の手でつくり出すこと、限られた素材を最大限に活かすこと。こうした暮らし方は、知恵をしぼり工夫を凝らす習慣を育むものでした。生業はもちろんのこと、衣食住すべてにわたって、少しでも楽なように、効率が上がるように、おいしくなるように、人々は創意工夫を重ねました。どんな小さな工夫であっても、それは創造的な行為です。創意を働かすことは単調な 作業をおもしろくすることを、人々は知っていました。
■考えながらつくる

20●身近に生きものがいる
　農家に馬は欠かせません。農耕馬として使っただけでなく、外出や荷物の運搬のときは荷車を引かせました。中には、厩を母屋の中に設け、人と馬がいつも顔をつきあわせて暮らす農家も あったほどです。屋敷には番犬として犬を飼い、米や蚕をネズミから守るために決まって猫も放されていました。そして卵をとるために数羽の鶏も飼ったものです。生き物の世話をし生き物に助けられ、いつも身近に生き物の気配がある中に、人の暮らしはありました。
■どこの家にもいた馬
■家の中で飼う
■肉と乳と蜜を得る
■野山や川で

21●暮らしの中に歌がある
　テレビもなく、ラジオを聞くこともまだ少なかった時代、人々は大人、子どもを問わずよく歌っていたようです。仕事のときは、労作歌を歌いました。繰り返される単調な作業も、節をつけ歌えばはかどることを、実感しながら歌っていたのでしょう。小正月や節分などの伝統行事の中でも、独特の節回しで唱えられる台詞がありました。近所から聞こえてくる音の響きは、季節の風物詩でもありました。
■伝えられる仕事歌

■掛け声が響き渡る日

22●助け合うしくみ

地域には、数軒の家がまとまって助け合う「結」とよばれる組織がありました。「よい」「よいっこ」「よいこ」など呼び方はさまざまですが、近所同士が助け合うための仕組みで、必ずどこの地域にもあったものです。「結」に属する家々は、田植え、屋根葺き、結婚式や葬式のときは、家族と同じように力を出しあい手助けし合いました。また、家長、姑、若い嫁同士が親睦を深める「講」とよばれるつながりもありました。

■結で行う田植え
■屋根葺き替えは共同作業
■葬式は地域で
■海辺の助け合い
■共同で確保する燃料
■数軒で分け合う水
■集落中が使う水車
■助け合いの心

23●分け合う気持ち

しっかりと支え合う、助け合うということだけでなく、ご近所同士には、もっと気軽なちょっとした貸し借りやもののやり取りもありました。囲炉裏の日をうっかり消してしまったときにお隣から火をもらったり、おふろのない家の人たちがある家に入りにいったり…。それは、お互いが負担を感じることなく、ありものを分け合うゆるやかな助け合いでした。暮らしの中で 自然に生じてきた助け合いは、双方に安心を与えていました。

■火をもらう
■おふろをもらう
■あふれる人情

24●つきあいの楽しみ

困ったときにそれとなく手助けする近所同士では、隣の家の敷居はとても低いもの。子どもが 上がり込んで自分の家のように遊び、夕方になるとご飯をごちそうになって帰るというのも、よくあることでした。隣の家の子が悪さをすれば、自分の子のように叱りました。つきあいはわずらわしいことではなく、にぎやかな交流がよろこびを倍にし、つらいことや悲しいことを軽くしてくれることを、人々は知っていました。

■家族のようにつきあう
■地域の集う場

25●人をもてなす
　つきあいは、もてなしたり、もてなされたりのくり返し。来客があれば、食事をつくって酒を振るまい、夜は座敷に布団を敷いて泊めるのは普通のことでした。客人には心を込めて接したのです。料理の段取りと準備、寝具の用意など、家庭にはもてなしに心をくだく心構えと技術 がありました。ゆったりとしたもてなしの時間は、交友をさらに深めるものでもありました。
■客を迎える
■おふるまいを受ける

26●出会いの場がある
　地域には、さまざまな出会いと交流の場がありました。青年団は地域で活動しその将来を担う人材を育てました。田植えはよそから手伝いの人が多く入り、華やいだ田んぼは若い男女が出会う場にもなりました。地域の人々が、親睦を深めながら物見遊山を楽しむ講もありました。 閉じられているようでありながら、地域には外のから訪れる人を招き、また出かけて出会いを生む場が巧みに用意されていたと言えるようです。
■地域の出会いの場
■外の人と出会う

27●祭りと市の楽しみ
　決められたように過ぎていく普段の生活の中に、楽しみと華やぎのアクセントをつけてくれたのが祭りや市です。遠くから響く祭りのお囃子や家々をまわる神輿、人や物が集まる市のざわめきは、子どもばかりでなく大人をもわくわくさせるものでした。祭りに帰ってくる家族や親戚との再会や地域の人々が一同に会する楽しみのために、人々は準備に余念がありませんでした。地域の外からやってくる人や物、情報は地域を活気づけました。
■年に一度の楽しみ
■祭りのにぎわい
■祭りのごちそう

28●行事を守る
　お正月様を迎えるための年末の準備に始まり、家庭では１年をとおしてさまざまな行事が行われました。そのひとつひとつに意味があると信じて、人々はていねいに先祖代々受け継いてきた習慣を守っていたのです。それは、家の安泰を願う大切なしきたりでしたが、同時に人々はそこにかけがえのない楽しみも見出していました。そして、行事を無事に終えることは、日々の安心を実感することでもあったのです。
■家長がになう
■子どもたちの行事

■季節の節目に
■地域で守る

29●身近な生と死
　戦前に青年時代を過ごした人の多くは、「ご兄弟は何人ですか？」という質問にとっさに答えられません。乳幼児の死亡が多く、また戦争で命を落とすこともあって、兄弟全員が成人し年 齢を重ねることがまれだったからです。当時は、年寄りや病人の看取りも家庭でした。一方で、１０歳、２０歳と、歳の差のある弟や妹が誕生することも決してめずらしくありませんでした。家の中には、いつも人の生き死にがあったのです。
■兄弟や子の死
■家の中のお産

30●大ぜいで暮らす
　祖父母に父母、そして子どもたちが６、７人というのが一般的な家族像。それに加え、まだ所 帯を持たない父の弟や妹、子どもたちにとっては叔父、叔母がいるという家も少なくありませんでした。また、女性の出産期間が長く、姑と嫁の出産が重なることもあったのです。大きな農家では、家族以外にも住み込みで働く数人の従業員がいて、家の中にはいつも人の気配が満ちていました。
■１０人以上の大家族
■住み込みの人

31●家族を思いやる
　大ぜいで暮らしていても、家族同士には温かな心の通い合いがありました。思うように働けない両親の代わりに田畑に出ること、病に伏せる舅の世話をすること、家族に美味しいものを食 べさせること…。家族のだれかのために仕事をすることは、自分のよろこびになったのです。貧しくても、いや貧しいからこそ家族は助けあうもの。弱い者を助け守ることで家族は結束を固め、楽しいことを分かち合えばよろこびはさらに大きくふくらんだのでした。
■年長者との交流
■親を思う、子を思う

32●みんなが役割を持つ
　家の中では、みんなに役割がありました。だれもが自分にできることをこなし、それは力仕事が難しい年寄りや子どもも同じでした。ささやかな小さな仕事であっても、それぞれがしっかりと与えられた役割を担うことは、ともに暮らす一員としての自覚を高め、助け合って暮らすための基盤となりました。みんなが仕事をまっとうすることでそうやって暮らしはまわっていったのです。
■お嫁さんの仕事

■家長の役割
■年寄りも働く

33●子どもも働く
　小学生ぐらいの年齢になれば、子どもでも立派な働き手に数えられます。家の掃除や風呂焚き、田植えのときの苗運びなど、そう力を要しない仕事から、風呂の水汲みや堆肥運びまで、かなりの重労働にも駆り出されました。農家の仕事は実に多くの手を必要とするものだったからです。家族の一員として働くことで、子どもたちは将来必要となるさまざまな技術を身につけていったのでした。
■年齢に応じて手伝う
■おつかい
■農作業
■水汲み・風呂炊き
■掃除
■子守り

34●ともに暮らしながら伝える
　教えたり、伝えたりするための特別な場を設けなくても、大切なことは、親から子へ年長者から年少者へ、暮らしの中で自然にいつのまにか伝わっていくものでした。いっしょに過ごしながら交わすさりげない一言や、目の前で繰り広げられる作業や行為から、子どもたちは大切なことを感じ取り学んだのです。ともに生活するからこそ、教えは実感をともなったものとなって受け継がれていったのでした。
■摂理を教える
■観察することから
■知識を教える
■知恵を伝える

35●いくつもの生業を持つ
　野や山や海が生活の舞台だった時代、ひとつの仕事を生涯を通してやり通すという生き方はむしろ少なく、人々は季節に応じて違った生業を持ち、また主業のほかに副業を持って暮らしていました。気候や風土の影響を大きく受ける中で、そうしなければ生活は成り立たないものだったのです。こうした生き方によって身につけた多様な技術と知識は生きる力となり、いざというときに人々を助けるものにもなりました。
■半農半漁
■生業を組み合わせる
■こづかい稼ぎ
■売りに出る

36●お金を介さないやりとり
　船上げを手伝って魚をもらう、油じめや製粉のお礼に炭を渡す、賃金の代わりに米で支払う…。そんなふうに、お金ではなく物をやりとりして人々は暮らしていました。すべての基準がお金にある現在とは違って、お金よりすぐに役立つ物の方が確かで喜ばれたのです。それだけに、物を見る目が必要であり、やりとりの中で人々の目はおのずと鍛えられていきました。
■手伝いでやりとり
■物々交換

37●町と村のつながり
　町とその近隣の村々は、密接につながっていました。山間の村からは薪や炭、野菜が、浜に近い村からは魚や貝が、町につぎつぎと運ばれてきました。村の人々は町に荷を下ろすと、活気とにぎわいを楽しみながら店をまわって、子どもたちへの土産や普段はなかなか手に入らない物を買って帰りました。物の生産と売り買いを通して、町と村が支えあう暮らしがありました。
■村から町へ
■町と村をつなぐ店

38●小さな店、町場のにぎわい
　町には小さな店がたくさん軒を連ね、買い物客でにぎわいました。店の人と客とのやりとり、客同士の立話、そのまわりで遊ぶ子どもたちの姿、行き交う荷馬車…。活気は店から路上へあふれ出ていました。職人たちが腕によりをかけ、つくって売る店も多くありました。ブリキ屋、蹄鉄屋、鍛冶屋、提灯屋などの店先には学校帰りの小学生たちが固まり、その作業を飽きることなく見入っていたものです。
■軒を並べる店
■職人仕事に見入る

39●振り売り、量り売り
　天秤棒を担ぎ、籠を背に、たくさんの商品を持って歩く行商人の姿は、町でも村でもよく見かけたものです。向かうのはお得意さんの家々。縁側に腰掛け荷をほどけば、そこが親しい会話の飛び交う店先になったのでした。買う側にとっても、家族数も暮らし向きもわかっている行商人とのつきあいは、便利さに加え気も楽で安心なものでもありました。酒や砂糖、塩、お菓 子、酒などの高価なものは、量り売りで必要な分だけを求め、無駄なく使いきりました。
■売りに出る
■魚売りがくる
■お菓子屋がくる
■季節の行商人
■量り売りで買う

40●どこまでも歩く
　交通手段が汽車や一日数本のバス、馬車しかなかったころ、移動の基本は何といっても歩きでした。学校に通うときも買い物に出かけるときも、歩く。雨の日も雪の日も、歩く。子どもも 大人も、歩く。２時間、３時間の道のりを苦にすることもなく、みんながどこまでも歩いていました。自分の歩く速度を知っていれば、かかる時間はおのずとわかります。自分の足は、最も頼りになる間違いのない移動手段でした。
■歩くのが基本
■馬で運ぶ
■鉄道で行く

41●ささやかな贅沢
　普段の生活は、地味で平板なものです。そんな生活を送りながらも、人々はそこに小さなよろこびを見出す術を知っていました。分相応な暮らし中にささやかな贅沢を感じ取り、味わう感 受性を持っていたのです。干し柿、新しい下駄、卵、朝風呂とビール…。決して豊かとはいえ ない時代ではありましたが、贅沢品として挙げられている物は、贅沢の感じ方の基準は私たち 自身の中にあることを教えてくれます。
■装う楽しみ
■心踊るごちそう
■くつろぐひととき

42●ちょっといい話
　自然に働きかけ、自然と対話し、体を使って暮らしてきたお年寄りたちは、自分のことばを持っています。長く生きてきた中で得た実感、感慨、発見、驚きなどが、会話の中でつい口をついて出るのでしょう。それは自分をなぐさめ、力づけるものになっているようです。そこには、誰かから受け取ったことばもあります。受け取って渡す。年寄りのことばは知らず知らず、まわりの人に力を与えてもいるのです。
■子どものころ
■思い出の人
■長生き
■まちに暮らす
■暮らしの１コマ

43●ちょうどいいあんばい
　ちょうどいいあんばいを見定める暮らしがありました。お酒で「もっきり」という飲み方があります。これは買い置きにすると飲み過ぎてしまいますが、ちょうどいいあんばいの量の飲み方で、ちょうどよい酔い加減になれるというものです。そ

の他、ちょっとだけ戸を開けると風が通る、囲炉裏の燃えかすの処理を工夫するとほんのりと温かい感じが出せるなど、ちょうどよいあんばいの心地よさが生活の中にありました。
■おおらかな心持ち
■ほどよい加減

44●生かされて生きる
　自然に生かされていると思いながら暮らしていました。自然は突如猛威を振るいます。台風が過ぎ去るまで家の中でじっとしています。雨が降らなければ雨乞いをします。人間の力ではどうにもならないことがよく起こります。この経験の蓄積があるので、自然に感謝し、生かされているという感覚を持ちながら生きているのです。
■苦労も楽しみも