

私と暮らし、新しいこの先へ

2024  
WINTER  
/  
SPRING

今、見つめ直したい  
「衣」「食」「住」

# 交流 Style Magazine



地域の伝統織物を未来へ紡ぐ  
ぬくもり工房（静岡県浜松市）

「熟成肉」で食の循環を実現  
焼肉 旬やさい ファンボギ（岐阜県岐阜市）

「好き」を暮らしに取り入れて  
葉原さやかさん（長野県松本市）

私と暮らしの「この先」が見つかるライフナビゲーショントメディア。

中部電力株式会社

〒461-8680 名古屋市東区東新町1番地

[www.chuden.co.jp/](http://www.chuden.co.jp/)

総務・広報・地域共生本部 広報制作グループ

2024年2月発行 128号



この印刷物に使用している用紙は、  
森を元気にするための間伐と間伐材の  
有効活用に役立ちます。

私と暮らし、新しいこの先へ

# 交流 Style Magazine

中部電力がお届けする、私と暮らしの「この先」を提案するライフナビゲーションメディア「交流Style」。「交流Style Magazine」では、その中から厳選したコンテンツをお届け。今号は、「ライフスタイルのこの先」をテーマに、衣・食・住にまつわる物語をご紹介します。



Cover photo  
明宝トマトケチャップの原料トマト  
(株式会社 明宝レディース/岐阜県郡上市)

規格外トマトが絶品ケチャップに大変身。地元の主婦のアイデアが大人気商品を生みました。 <https://meiho-ladies.co.jp/>



コンテンツ充実!  
明日の暮らしのヒントが見つかる  
「交流Style」  
ホームページ  
[koryu.chuden.co.jp/](https://koryu.chuden.co.jp/)

公式SNSでは更新情報やプレゼント情報をお届け!



「交流Style」  
公式Instagram  
@koryu\_chuden



「中部和菓子図鑑」  
公式Instagram  
@chubu\_wagashi\_zukan



公式 X  
@koryu\_chuden



## Contents

### 衣 *Clothing*

p.04 十二単の色合わせで  
綿の可能性を未来へ紡ぐ  
遠州綿紬 / めくもり工房 (静岡県浜松市)

p.08 もっと衣のはなし  
手づくりバッグに秘められた  
人生再発見ストーリー  
ジーサンソーイング  
がま口バッグ / G3sewing (三重県四日市市)

### 食 *Food*

p.10 命が命をつなぐ  
サステナブルな食環境を  
熟成肉 / 焼肉 旬やさい ファンゴギ (岐阜県岐阜市)

p.14 もっと食のはなし  
“規格外”から“稀少品”へ  
トマトの価値を変えた主婦の愛  
明宝トマトケチャップ / 株式会社 明宝レディース (岐阜県郡上市)

### 住 *Shelter*

p.16 住まいも暮らしも  
わたしたちらしく  
ライター・エッセイスト 薬原さやかさん (長野県松本市)

p.20 もっと住のはなし  
ブロカント×植物で美しい暮らしを  
カトリエム  
ブロカント / 4equatrieme (岐阜県多治見市)

p.22 交流Style Information



# 今、見つめ直したい 「衣」「食」「住」

本当に心地よく満ち足りた暮らしとは何か。  
そんな問いに答えを出すヒントが、「衣」「食」「住」にあるのではないか。  
生活の根幹であるそれらについて考えることは、日々の営み、人生、未来を考えること。  
今着ている服にも、昨日食べた夕食にも、誰かが暮らす住まいにも、  
きっとさまざまな思いが宿っているはず。  
そんな物語をひもとけば、新たな景色が見えてくる。





# 十二単の色合わせで 綿の可能性を未来へ紡ぐ

## ● 遠州綿紬 / めくもり工房 (静岡県浜松市)

平安時代に十二単まゝとを纏っていた女性たちは、12枚の色の合わせ方に季節を表現するというルールを生み出し、オシャレを楽しんでいたと言われている。この古来のファッションを現代の綿に当てはめて新しい提言をしているのが、静岡県浜松市のめくもり工房。江戸時代から伝わる遠州織物を未来へと橋渡しする取り組みに注目し、お話を伺った。



めくもり工房めくもりこうぼうの「遠州綿紬」は、着物の反物としてはもちろん、ワンピースやスカート、ブラウスなどのファッションアイテムになっている。



## 江戸時代から現代へ 繊維の街で息づく織物

温暖な気候と恵まれた自然環境で知られる遠州(静岡県西部)は、長い日照時間と天竜川の豊かな水により、古くから綿花づくりが盛んだった。わた棉の栽培が始まったのは、江戸時代中期。江戸時代末期には、浜松藩主である井上正春公・正直公親子によって、糸づくりと手織り機での布づくりが奨励され、三河(愛知県東部)や泉州(大阪府南西部)と並んで、日本三大綿織物産地として繁栄した。農家が冬の閑散期の仕事として、綿花を糸の状態にする工程から、染める、織るなどの工程を分業制にすることで、さらに発展を遂げたといわれている。明治以降になると全国の機械メーカーで織機が開発されるようになり、現・株式会社豊田自動織機やスズキ株式会社によって、自動織機が次々につくられていく。手で織るよりも圧倒的にスピードが速くなり、さらに布や糸を染める作業の機械化に成功したことも手伝って、昭和30年代、浜松市は、綿の生地を織る機織りの音が聞こえてくる“繊維の街”として発展した。平成になると海外製品におされて生産量も生地メーカーも減少する。数こそ少なくなったものの、今も現役でガチャコンガチャコンと綿生地を織る音が街に響いている。

遠州織物の特徴のひとつは、ふっくらとした風合いにある。これは古くからシャトル織機という機械を使って織っていることに由来している。ゆっくりと織ることで糸が張りすぎず負担がかからないため、軽くなやかな織りとなるのである。最新の機械と比較すれば織る速度は劣るが、あたたかな気候の遠州らしい独特のやわらかな手ざわりが生まれるのだ。

さまざまな柄が発達してきた遠州織物だが、独創的な縞模様は印象的だ。この縞模様のブランディングに成功したのが、「めくもり工房」の代表・大高旭さん。大高さんの祖父・父は、織物問屋「大幸株式会社」を代々経営。大幸では、地域の伝統生地「遠州綿紬」えんしゅうめんづむぎを扱ってきた。大高さんは、大人になり家業に入ってから改めて遠州綿紬を見た時に、「これはカッコいい!」と感じたという。「小さな頃から見慣れたものなので懐かしいとも思いましたが、同時に新しさを感じたのです。他では見たことがない縞や素材感、そして背景には日本のものづくりの原点がある。これは面白い!と思ったものの、誰も発信する方法を知らなかった。それなら伝え方を考えるところからやってみよう、と思いました」こうして、大高さんは遠州綿紬をプロデュースするめくもり工房を始めた。

### 遠州織物

江戸時代から有数の綿花の産地であった遠州地域で織られている織物。明治以降、自動織機の発明や染色技術の進化、また東京・大阪の中央に位置するという立地条件から、地場産業として発展した。





1915年頃に製作された自動織機が店内に展示されている。スズキ株式会社の起源となる鈴木式織機製作所のもの。

## かさね 襲の色目から発想した日本の縞プロジェクト

大高さんの祖父が織物問屋を創業したのは1966年。その頃、浜松市内には1,500軒あまりの機屋があったという。あらゆる機屋から生地が届き、山積みになってトラックで全国に運ばれていく光景を子どもの時に見ていた大高さん。父が2代目を継いだ頃は、浜松市の繊維業界全体が少しずつ衰退傾向にあった。そんな中、家業に足を踏み入れた彼の目に留まったのは、遠州綿紬の縞模様だった。そこから興味が湧いて調べてみると、地元・浜松の近代産業の歴史や文化が詰まっていることに気づく。

「丁寧に物語を伝えていくことは、観光で訪れた人だけでなく、地元の人々にも、“知る喜び”を贈ることになるのではないか」

さらにこの縞模様に“十二単<sup>かさね</sup>の襲の色目”の魅力を見出した。襲の色目とは、十二単の衣の重なりに季節を表す色を組み合わせたもの。十二単の襟元を想像してみると、確かにそこは縞模様になっている。日本古来の縞模様の感性こそ、遠州綿紬にも共通する魅力である、と定義し、自らをストライププロデューサーと名乗って、ブランディングをスタートさせた。



糸を染色し、縞模様になるように糸を並べて整え、自動織機で織り上げていく。1つの機械で1日に約2反(約25メートル)ができる。

ぬくもり工房にある生地の見本帳。数えきれないほどの柄が保存されている。



## 暮らしを彩る商品で遠州綿紬を発信

遠州綿紬の縞模様には1,000種類ほどの組み合わせがあるといわれている。その中でも縞に名前が付いているのは300~400種。大高さんは、自身が心を奪われて家業のブランディングを手がけるきっかけとなった縞模様をいくつかセレクトし、「日本の縞」とブランドネームを付けた。さらに、「富士」「大地」「うららか」など、現代の感覚に馴染みやすい新しいネーミングを縞模様ごとに冠することで、親近感を表現したのである。どちらかというと深い色合いが多かった遠州綿紬に、凛としたしなやかさや可愛らしさをプラスして、全体に色のトーンを上げた。

こうして新たな息吹がふきこまれ、ぬくもり工房のさまざまな商品となり、世の中へと出ていったのである。常時150種以上の縞模様の生地が用意され、そこから着物・洋服・生活用品などのプロダクトが生まれている。どの商品にも、遠州綿紬が持つやわらかな風合いや日本に昔からあった襲の色目の季節感が漂っている。そこに太陽が燦々とそそぎ、爽やかな海風が流れているように感じるのは、やはりおだやかな浜松の気候を映しとっているからだろうか。



「遠州綿紬を媒介にした産業観光を目指したい」と大高さん。



濃紺から青、そして白へのグラデーション柄は、日本・静岡を象徴する富士山をイメージした「富士」という柄。白は山頂の雪化粧を表す。ぬくもり工房では、モチーフから独自の柄を生み出すこともおこなっている。



明るく清々しい色合いのストライプは、ハンカチやバッグ、スリッパなどの雑貨としても人気。



ぬくもり工房

遠州綿紬の反物やオリジナル企画商品、洋服に生活用品など、あらゆる商品が並ぶ本店。太陽の日差しが店内に差し込んでいるので、綿生地の表情がよく見え、浜松らしいあたたかな空気感に満ちあふれている。  
<https://nukumorikoubou.com/>

「交流 Style」ホームページでは、「ぬくもり工房」の取り組みをラジオDJのクリス・グレンさんが取材した長編記事を公開中。





# 手づくりバッグに秘められた 人生再発見ストーリー

■ がま口バッグ / G3sewing (三重県四日市市)

大きな赤い椿柄が目を引くがま口バッグ。どこか懐かしい雰囲気を漂わせたバッグは、80代でミシンを始めた元電気工事士・齊藤勝さんの作品だ。「新しいことを始めるのに遅すぎることはない」と語るその元気な姿に、全国のファンが勇気づけられている。



## G3sewing がま口バッグ

幅広い世代から人気を集める赤椿柄のがま口バッグは、1点ずつ手作業で仕上げるこだわりのアイテム。内側はキルティング仕様。表裏に2つずつポケットがあり、重さも500gと軽くて使いやすい。

## 職人魂を込めたバッグが SNSで爆発的な人気に

80代でミシンを始め、持ち前の職人魂を発揮してつくり上げた“がま口バッグ”が、大人気商品に——。そんな奇跡のストーリーが話題を集めている。物語の舞台は三重県四日市市の「G3sewing」。人気商品を手がけるのは元電気工事士の齊藤勝さんだ。

勝さんが裁縫を始めたのは2019年秋のこと。三女・畑中千里さんが壊れたミシンの修理をお願いしたのがきっかけだ。「ミシンを修理することで、職人としての魂が蘇り、元気を取り戻してくれるのではないか」。そう考えていた千里さんの目論見は、意外な形で実を結ぶことになった。

当時、寝たきりに近い状態だった勝さんはベッドから起き上がり、あっという間に修理を終えると動作確認を始めた。ミシンを使うのは初めてだったが、次第に裁縫自体にのめり込んでいった。聖書カバー、ポーチ、財布…と、次々に裁縫に挑戦する勝さん。ついにはがま口バッグを完成させるまでになった。

勝さんを傍らで見守ってきた千里さんは、「裁縫を続けるための材料費の足しになれば」と作品の販売を試みたものの、なかなか思うように売れない。そこで千里さんの長男・元希さんに相談し、がま口バッグを手を持つ勝さんの写真をTwitter(現X)に投稿した。すると驚くほどの反響を集め、全国から注文が舞い込み、最長1年半待ちの大人気商品となったのである。

たくさんの人の後押しを受けて大きく花開いたG3sewingでは、2021年末からタイの養護施設に売上の一部を寄付する活動を開始。がま口バッグ1個につき150円分を家族が通う教会を通じて送金している。そして2024年1月からは「養護施設の方々の雇用につながれば」との思いからタイの工場生産した革がま口財布の販売をスタートした。「外部に製作を委託するのは初めての試み。多くの方に私たちの思いが伝わると嬉しいです」と千里さんは話す。今後は三重県の伝統的工芸品「伊勢型紙」の反物とコラボレーションした商品なども手がける予定で、G3sewingが生み出す幸せの輪はさらに広がっていきそうだ。



- |   |   |   |
|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 |
| 4 |   |   |
1. ミシンの前で作業に没頭する勝さん。G3sewingの名前の由来は“おじいさん”がつくっているから。 2. 工房に吊り下げられたがま口バッグ。赤椿柄以外にも、白黒柄や青海波猫などが人気を集める。 3. タイで生産が始まった革がま口財布。 4. 「このブランドを大切に守ってきたい」と話すG3sewingのみなさん(左から2番目が千里さん、一番右が元希さん)。



### G3sewing

三重県四日市市でがま口バッグ、トートバッグなどを製造するソーイングチーム。「人生で、今が一番幸せ」と語る勝さんの姿が自分のやりたいことをかなえる高齢者のモデルケースとして多くの人の共感を呼んでいる。

<https://g3sewing.com/>

「交流 Style」ホームページでは、齊藤勝さんをはじめG3sewingのみなさんのロングインタビューを公開中。





食  
Food

## 命が命をつなぐ サステナブルな 食環境を

● 熟成肉／焼肉 旬やさい ファンボギ (岐阜県岐阜市)

雪深い山里で雪室<sup>ゆきむろ</sup>をつくり、肉を吊るして保存する方法がある。かつて豪雪地帯でよく見られた食材の保存方法だが、冷蔵・冷凍技術が進んだ現代でも、手間と時間をかけ、肉の雪中保存(スノウエイジング)に挑む活動がおこなわれている。この活動の主宰・高橋<sup>のぶゆき</sup>樗至さんに話を伺った。

## 食肉の保存の歴史と 雪の関係

電気が使われる前の時代のこと。人々は食品をどう保存していたのだろうか。電気で動く冷蔵庫や冷凍庫がなければ、食品の保存場所の温度をコントロールすることはできない。そのため、常温でも食品を常備できる方法として、乾燥、塩蔵、発酵などの工夫を凝らしていた。その他、酢や砂糖、油や酒に漬け込む方法や寒い地域では屋外で食材を一旦凍らせ、凍った部分の水分が抜けてから乾燥させる方法が伝統的な保存食のつくり方として知られている。

雪深い地域では、雪室<sup>ゆきむろ</sup>と呼ばれるかまくらをつくり、そこに野菜や肉を貯蔵していた。天然の冷気は安定した温度帯のまま食品を冷やす。冷やされた野菜は自らが凍ってしまわないように甘み成分を増やし、味わいも深まる。冬になると「寒<sup>かん</sup>」の名前が冠されている野菜を店頭で見かけることがあるが、

これは雪の下で育ったか、小寒(1月5日頃)から立春(2月4日頃)までの寒の季節だけ栽培されるなどの意味を持っており、おいしさを示す枕詞となっている。

野菜、魚、肉、あらゆる食材が雪室の保存の対象となるが、中でも肉は長期保存が可能で、さらに人間にとって大切なタンパク源のため重宝されてきた。

雪国の人々にとって、雪は道を閉ざしてしまう厄介な一面がある一方で、秋の実りを春まで貯蔵するために必要な天然資源でもあるのだ。そしてそんな雪<sup>すごう</sup>国の風習に倣い、岐阜県郡上市や飛騨地方の数河高原で、食肉を雪室に吊るして熟成させる活動がおこなわれている。



雪の中にスチールラックを置き、食肉を吊るし、外側をビニールで覆って雪室に。



雪室をつくるには、雪を積んで固めるところから始まる。その作業も可能な限り自分たちで挑む。



繁殖から牛を育てるプロジェクトを開始した。



## 肉の熟成

熟成には4種類の方法がある。

- 風があるところでむき出しの肉を熟成させるドライエイジング
- 風がないところでむき出しの肉を熟成させるドライエイジング
- 真空パックをした状態で肉に呼吸をさせずに寝かせるウエットエイジング
- 雪室で熟成させるスノウエイジング

スノウエイジング以外は、季節に関係なく、湿度と温度を設定した熟成庫で管理できるため、肉の部位や素材によって、うまく組み合わせて使うことができる。



雪山を削って雪室の形に整え、牛肉を一分ごとクレーンで運ぶ様子。豪雪地帯といわれる岐阜県飛騨地方でも、雪が積もらず、雪室をつくることができない年があったという。スノウエイジングへの挑戦は、地球温暖化に警鐘を鳴らし続けることでもある。



ファンボギの熟成庫で貯蔵されている熟成肉。



肉を焼く時は金属製ではなく竹製のトングを使う。金属を肉にあてることで化学反応が起こる可能性を極力避けるためである。

## 熟成肉による「サステナブル」を目指して

肉を雪室で保存すると、微生物と酵素の働きにより、繊維が壊れてやわらかくなり、さらにタンパク質が分解されてアミノ酸に変化することで旨みが強くなる。これが「熟成」だ。まだ熟成肉のおいしさや科学的変化については解明されていないことが多い。高橋さんは、雪中貯蔵だけでなく、管理のできる熟成庫でのさまざまな熟成方法にもチャレンジしている。飛騨清見にある岐阜県畜産研究所飛騨牛研究部と連携し、熟成方法の違いによる旨味成分の比較など、あらゆるデータを蓄積して、可能な限りのエビデンスを保存している。こうした努力によって味わいを深めた熟成肉を求め、高橋さんのお店には全国からファンが通い詰めるという。

しかし、おいしさを引き出すだけでは熟成肉に挑戦する意味はない。まずは、自然の中に生かされていることを自覚すること。そして熟成肉を管理・生産し、計画的な食肉流通を仕掛け、サステナブルな食環境を生み出すことが着地点だ。場合によっては屠殺数を減らすことも可能になるかもしれない。ただ過去の雪中貯蔵を真似るだけではなく、今の時代だからこそできること、そして未来へとつながる方法を模索しながら、高橋さんは今冬も飛騨の雪山へと入る。



店舗では肉と同じように野菜も大切に扱い、肉と野菜をバランスよく提供。野菜農家さんとの交流は定期的に(写真上の左が高橋さん)。



### 焼肉 旬やさい ファンボギ

JR岐阜駅から徒歩数分。400店以上の飲食店がひしめくエリアの一角にある焼肉店。熟成師・高橋さんが熟成させた上質な肉を求めて、東京や大阪からわざわざ訪れる人がいるほどの人気店だ。  
<https://fanbogi.com/>

## 食べることは命と向き合うこと

かつて日本人が摂取していた動物性タンパク源は、魚がほとんどだった。ところが戦後になると、家庭の食事の洋食化とともに食肉の需要が一気に増え、現在では魚よりも肉を多く食べているといわれている。食肉マーケットが広がった分、大量流通・大量消費となるのは当然の流れだった。さらに食肉を冷凍する技術が広がり、流通量はさらに増える。

「大量消費で飽食することよりも、昔から地域に伝えられた保存方法で、食肉となる動物たちの命に感謝をしながら、大切に丁寧に食べつないでいくことが、これからの未来の豊かな食環境をつくるのではないのでしょうか」

そう語るの、焼肉店を経営しながら食肉の雪中貯蔵に取り組む高橋<sup>のぶゆき</sup>禎至さん。高橋さんは、肉の流通をきちんと勉強しようと精肉店で修業してい

た時に、豚を屠殺する風景を初めて見学した。「職人が豚の頸動脈の位置を正確に捉えて切り、大量の返り血を浴びながら素早く豚をさばっていく様子を目の当たりにしました。その帰り道、車の中でぶるぶる震えてしまい、涙が止まりませんでした。私たち人間の命は、経済動物<sup>\*</sup>である牛や豚や鶏から命をいただいて成り立っていること。そこに携わる職人たちの高い技術と仕事があって、食肉は流通されていることを、改めて理解しました」

人間を取り巻く自然環境と動物たちへの感謝、そして職人への敬意をこめ、高橋さんは、かつて雪国でおこなわれていた肉の雪中貯蔵と熟成というテーマを自分に課すようになる。熟成肉は、肉の環境を正確に管理でき、肉の流通の無駄をなくし、計画的な出荷を可能にする。そして、それは命を大切にすることにもつながるからである。

\*経済動物/人間の食糧として飼育される動物のこと。産業動物ともいう。



# “規格外”から“稀少品”へ トマトの価値を変えた主婦の愛

■ 明宝トマトケチャップ／株式会社 明宝レディース（岐阜県郡上市）

市場に出荷できるサイズに合っていない、ただそれだけの理由で、毎日たくさんのトマトが廃棄されてゆく。それを解決しようとしたのが、「明宝レディース」の始まりだった。トマトの価値を変えたともいえるケチャップ物語をご紹介します。



## 明宝トマトケチャップ

岐阜県内産トマト果汁100%で添加物なしのケチャップ。完熟ならではの深みのある味わいで、“特別なケチャップ”として贈答品などで人気を博している。



## 主婦のアイデアが生んだ SDGsの先駆的な取り組み

1975年ごろの岐阜県郡上市明宝村（現・郡上市）は農業が盛んな土地柄で、家族総出で農業に勤しむ家庭が多かった。当時の農家は米の減反に苦しんでおり、働き手である主婦たちが集まれば、そんな悩み事が話題となるのが常。「女性の力でこの苦境をなんとか乗り切ることはいかなるだろうか」と、みんなで知恵を出し合い考えた結果、トマト栽培は明宝村の気候風土に向いているのではないかと話がまとまり、主婦の仲良しグループでトマト栽培にチャレンジすることに。これが現在の明宝レディース誕生のきっかけだ。

トマトの生産は順調に伸びたが、今度は生産過剰となってしまう、余り物が出るようになってしまった。そしてここでも彼女たちはアイデアを出し合う。おいしさは変わらないのだから、規格外トマトを使って加工品をつくれればいいじゃない！現代でいうSDGsの先駆けのような発想である。そうして6年もの試行錯誤を重ね、納得できるケチャップを完成させたのが1989年。今では看板商品となっている「明宝トマトケチャップ」が誕生した。

彼女たちはいつしか明宝ケチャップのつくり手として有名になり、1992年には、第三セクターの会社として旗揚げをする。主婦の井戸端会議から始まったプロジェクトがひとつの会社として世の中にデビューしたのである。

現在、明宝レディースの4代目社長を務める清水奈美江さんは「家庭の食卓を預かる主婦だからこそ、安心して家族に食べさせられるものをつくりたいとシンプルに考えていました。みんな、お互いによく知った仲だったから、団結力もあったのだと思います」と当時のことを話してくれた。お互いに、主婦として家族の健康を考えながら家事をこなし、明宝レディースの仕事にも懸命に取り組んできた仲間たちだ。

もう規格外なんて言わせない！自分が育てたトマトは、小さくても大きくても可愛くて仕方がないだろう。その感覚は、子どもを育てる視点となんら変わらないのかもしれない。



春から秋の間、明宝レディースには大小さまざまな大きさのトマトが毎日届く。そのトマトは、一つずつ丁寧につぶされてケチャップ生産の工程に。



## 株式会社 明宝レディース

近隣主婦たちの集まりからスタート。郷土の食材の商品化などの活動を経て、1992年、第三セクターとして法人化。「明宝トマトケチャップ」をはじめとするトマト商品の販売や食堂の運営などをおこなっている。  
<https://meiho-ladies.co.jp/>

料理家のワタナベマキさん（左から3番目）が明宝レディースの生産風景を見学。社長の清水さん（右から3番目）をはじめ、スタッフみなさんとお話を伺いました！





# 住 Shelter

## 住まいも暮らしも わたしたちらしく

ライター・エッセイスト <sup>くわばら</sup> 楽原さやかさん（長野県松本市）

築40年以上の日本家屋に暮らす、楽原さやかさん  
とご家族。仕事や子育てをしながら、家そのもの  
もDIYして育てる。そんな毎日を通して自分たち  
だけの「住まいのかたち」をつくるさやかさん、そして  
夫のオリバーさんに、暮らしをつくる面白さ、楽しさ  
について話を伺った。



### 心地よさを求めて めぐり合った松本のまち

楽原さやかさんが北欧に関心を持ち始めたのは  
大学生の頃。教授の助言から北欧のデザインに惹  
かれ始め、卒業後はイケア・ジャパンに就職し店舗  
のオープニングスタッフとして働き始めた。直属の  
上司をはじめスウェーデン人スタッフも多く働いて  
いたこともあり、仕事を通して彼らの人柄や考え方に  
刺激を受け、さやかさんはどんどん北欧の魅力に惹  
きつけられていったという。オリバーさんとはイケア  
で出会い、結婚。2016年6月から1年半ほど、ノル  
ウェー北部のトロムソで暮らした。ノルウェーで暮  
らし続ける選択肢がまったくなかったわけではない  
が、「長く暮らす」ことを考えたときに、ふたりが選

んだのは日本だった。

帰国後、ふたりは旅をしながら暮らしを始める場  
所を探すことに。日本各地をめぐり、最終的にたど  
り着いたのが松本だった。松本は、さやかさんが  
地元を離れて初めて一人暮らしを経験したまちでも  
あった。「ある程度長く暮らすことを考えたら、自  
然と“ここが良いな”と思えたんです」とさやか  
さん。オリバーさんも「松本はお城もあって、日本の  
文化がとっても身近。山も近くてノルウェーを思わ  
せる風景が広がっているのも良いなと思いました」  
と、2人の感性がピッタリと当てはまったのが、松  
本のまちだった。



ダイニングから続く眺望抜群のテラスも手づくり。



### 楽原さやか

ライター・エッセイスト。岐阜県出身。信州大学卒業後、  
イケア・ジャパンに就職。その後ウェブメディア&ショップ  
「北欧・暮らしの道具店」に勤務する。2016年、夫と  
ともにノルウェー北部のトロムソに移住。約1年半の滞在を  
経て帰国。現在は長野県松本市に暮らす。  
Instagram @kuwabarasayaka



畳敷きでのんびりくつろげるリビング。薪ストーブは  
床の間だった場所に設置。設置した業者も「床の間  
に置くのは初めての経験」だったという。



もともと残されていた意匠をそのままに。



キッチンには、四季折々の景色を切り取る大きな窓が。



見晴らしがよくて明るいダイニング。最初にDIYに取りかかったのがこの部屋。

## 部屋のどこもかしこもストーリーにあふれている

松本での暮らしがスタートし、ほどなくして第1子が誕生。家を持つことへの熱意も高まっていった。ただ、条件に見合う物件にはなかなかめぐり合えず「もう諦めるしかないのかな」と思い始めた矢先にぴったりの物件情報が見つかった。しかし物件はすぐに住める状態とは言えず、加えてさやかさんは第2子を妊娠中というタイミング。

「夫は簡単なDIYしか経験がなく、私はまったくの素人。正直、本当に子どもが生まれるまでに、住める状態になるの?と思いました」

一方で「ひどい状態だったからこそ『これ以上悪くなることはない』とも思えて」とオリバーさん。失敗しても後からやり直せばいいから、まずは最低限住める状態にしようと考えたそう。

北欧では中古物件を購入して自分たちでリフォームするのが一般的で、「家は自分そのもの」と捉える人も珍しくない。オリバーさんにとって自宅のリフォームに挑戦できることは願ってもないことだった。ダイニングの壁を塗り替え、床をフローリングに張り終えた際には、うれしさの余り大の字で寝転がったそうだ。

手をかければ、そのぶん思い入れも強くなるもの。部屋ごとに何にこだわったのかなどのエピソードが残っている。

例えばリビングは「ふたりとも、日本も北欧も好きだから」と元からあった座敷飾りや建具を生かしつつ、北欧デザインのテキスタイルをアクセントにあしらい、床の間だった場所には薪ストーブを設置した。畳スペースに置かれた大きなちゃぶ台はさやかさんがフリマアプリで購入したもの。20年ほど使われていた中古品で購入時は傷も多かったが、表面を削って整えたら美しい木目があらわれたという。

もともとキッチンには引き違いの磨りガラスが入っていたが、ある時、さやかさんが口にした「料理中に外の景色を眺めたいなあ」という言葉を受け、大きな窓に取り替えた。工務店の職人の力を借りて、なんとか設置。「枠もゆがんでいるしちょっと無理なんじゃないかなあ…とお茶を濁していたのですが、まったく折れてくれなくて(笑)」とオリバーさん。視界がぐっと開けて明るく開放的なキッチンに生まれ変わった。



縁側には1人掛けのソファ。庭の景色を眺めながら過ごせる。



子ども部屋は明るい壁紙に。

## 今をたのしむ！ 軽やかな住まいづくり

住まいづくりをスタートして3年余り。経験を重ねることで自信が付き、できることも増えていった。オリバーさんは電気工事士の資格も取得。配線や配管なども、ある程度自分で対処できるまでになった。軒先のウッドデッキや駐車スペースの裏手のサウナも、オリバーさんの手づくりだ。

まだまだ現在進行形で手を加えているそうで、ふたりは「家づくりは趣味みたいなもの。仕事や家事をしても、家づくりのことを考えています」と笑顔を見せる。家のこととなると延々と話し合ってしまうこともしばしば。「好みが近かったとしても、何を大事にするかなどの価値観は人それぞれですが

らね」とさやかさん。話し合いを通して、考えていることの違いを認識したり、新たな発見にたどり着いたり。時には意見をぶつけながら、ふたりは一貫して「今を楽しむ」ことを大事にしてきた。

さやかさんは「5年後、10年後どうなっているかは、私たちにもわかりません」と朗らかに話す。子どもたちが成長すれば、それぞれがアイデアを出してくるかもしれないし、一緒にDIYするようになるかもしれない。もしかしたら別の場所に移っているかもしれない。決めきらないからこそ生まれる軽やかさこそが、ふたりでつくり上げてきた住まいのかたちの魅力なのかもしれない。



ウッドデッキもオリバーさんのお手製。



敷地内には自作のサウナも。

「交流 Style」ホームページでは、  
乗原さやかさん執筆の記事を公開中。



## ブロカント×植物で 美しい暮らしを

■ ブロカント / 4equatrieme (岐阜県多治見市)

自宅で過ごす時間を大切にする習慣のできた昨今、“心地よい暮らし”への意識が高まる中で注目されている「ブロカント」。お気に入りの古道具を見つけたら、花や植物と合わせてみよう。住まいや部屋がより愛おしい空間に変わるはず。



### ブロカント

「古道具」「古道具市」を意味するフランス語。フランスの蚤の市など古道具市で売っているような古くて美しい道具を指す。暮らしに密接したものが中心で、「美しいガラクタ」と称されることも。

## ブロカントに花を飾り 暮らしに潤いをプラス

ブロカントの多くは、古道具や古い家具、古い食器類など、日常的に使われながら受け継がれてきたものだ。長い時間をかけて愛用されてきた中でできた擦れやキズが特有の美しさを醸し出し、既製品にはない存在感を放っている。

日常使いできるものならそのまま使ってもいい。また、自分が「好き」だと感じたものを手に取り、「どう使おうかな」と想像を膨らませてみるのも楽しみのひとつ。口が欠けて使えなくなってしまったグラスを花瓶として利用したり、動かなくなった時計を置物としてインテリアにしたり…。個性豊かなブロカントに新しい“役割”を与え、住まいに溶け込ませていくのだ。

ブロカントを取り入れる簡単な方法がある。それは、花を飾ること。ブロカントにはさまざまな器がある。ガラスのコップや瓶、洋食器、アイアンの器、ホーローの器、鋳物の食器などを“花器”として使ってみるのだ。フランスの家庭では日常的に花を飾る習慣が根付いていて、花がとても身近にある。そんな生活を想像しながら、お気に入りの古道具に合う花を合わせてみてはどうだろうか。

色鮮やかに咲いている花を趣のあるブロカントに入れると、どこか味わい深さが増す。花が枯れて朽ちてゆくまでの変化も、器と合わせることで愛おしいものになるだろう。庭に咲いている花や可愛らしい雑草を飾るのも素敵だ。水を入れたグラスに花を一輪挿しておくだけで、食卓がぱっと華やぐ。パケツやジョウロ、ホーローの器などを花器として使うなら、野草をイメージさせるグリーンをコーディネート。束にして、口の広い器に大胆にバサッと入れ、玄関などに置いてみれば、雰囲気ガラリと変わるのだ。また、ドライフラワーは水が必要なく、花器にとらわれず自由に飾ることができるのでブロカントとの相性もよい。

ブロカントに身近な花や植物を組み合わせる。何気ない日常に目を向け、丁寧に暮らしを紡ぐことで、おうち時間がさらに豊かになるだろう。



- |   |   |   |
|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 |
| 4 |   |   |
1. たっぶりのグリーンをジョウロに。おしゃれでありつつ、元気と潤いを感じる。 2. 器の口に対して2割から3割くらいを目安に、斜めに倒すように入れておしゃれ。 3. 口の広いグラスは、無造作に花を浮かべるだけでもかわいらしくなる。 4. 花首が取れてしまったドライフラワーの花だけを集めてガラス瓶に。



### カトリエム 4equatrieme

岐阜県多治見市にある、ブロカントを中心とした雑貨の販売と教室をおこなう「カトリエム・メゾン」。同市内に系列の花屋「フルール・カトリエム」も。オーナーを務める横田泰朗さんは、ブロカントや古着を愛し、暮らしにも取り入れている。  
<https://4equatrieme.com/>



## 交流 Style Information

例えばこんな暮らしに役立つ記事が…!

### 新しい趣味に、靴磨きのススメ 「革靴に愛を込めて」

せっかく購入したお気に入りの一足を長持ちさせるには、“靴磨き”が欠かせない! 自宅でできる磨き方指南やメンテナンス、保管方法などを靴磨きの専門家にお聞きしました。

記事はこちらから  
Check!



## 「交流 Style」ホームページ

「交流 Style」ホームページには、「衣」「食」「住」にまつわる記事やライフスタイルをより良くしてくれる情報が他にも。新たな記事が随時更新されています!

専門家が  
バッチリ指南!

### 意外に手軽、食の魔法!? 「初心者でも簡単にできる燻製」

専門的な知識と道具が必要というイメージがある「燻製」ですが、意外と手軽に初心者でもつくれるんです。ちょっとした工夫で、特別な食事を楽しむことができますよ!

記事はこちらから  
Check!



暮らしに役立つ情報から  
読み応えのある記事まで!

交流 Style  
ホームページ



[koryu.chuden.co.jp/](http://koryu.chuden.co.jp/)



### 「交流 Style」公式Instagram @koryu\_chuden



Instagram

手軽に情報をキャッチ!

ホームページと連動し、記事の内容をギュッと凝縮してお届けしています。暮らしに役立つ情報や中部地域の魅力が満載。

プレゼント情報を  
check!

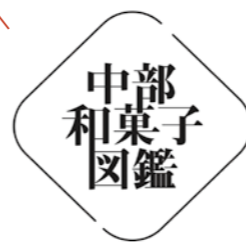
📦 随時、取材にまつわる品物の  
📦 プレゼント企画をおこなっています。



## 「交流 Style」のSNS

「交流 Style」公式InstagramとX(旧ツイッター)、「中部和菓子図鑑」公式Instagramより情報発信中! 素敵な写真とともに記事の更新のお知らせや取材時の様子などをお届けしています。

鮮やかな  
イラストにも注目!



### 「中部和菓子図鑑」 公式Instagram @chubu\_wagashi\_zukan



Instagram

中部地域注目の  
和菓子をご紹介!

「交流 Style」の人気コーナー「中部和菓子図鑑」の特設アカウント。季節や用途にあわせた、さまざまな和菓子を集めました。



更新情報をお届け!



「交流 Style」  
公式 X  
@koryu\_chuden

