

ちんじゅの木木通信



2023
秋号

Theme:
土とともにある暮らし

土と人と舞や音楽 森村 衣美

今年も実りの秋を迎えています。ちんじゅの森サロンほぐほぐを2019年に開設して以来、都市においても「土とともにある暮らし」を再確認する機会として、お米の一年を軸に年中行事や季節の手仕事などを、めぐる季節に合わせて行ってきました。私たちの命のもとである食べ物は、商品である以前に作物であり、土や水や太陽など自然の恵みを受けて、各地の作り手さんが大切に育てていることを体感してもらうことを主に考えてきました。田植えや稲刈りの時には、さまざまな方にご協力いただき、生活の中のお米の位置づけの変化など食糧としてのお米について、また、神事におけるお米の役割やご先祖様が山の神様・田んぼの神様をどのように考えてきたかといった文化としてのお米について、知るきっかけをつくってきました。

9月初旬に行った著者と語り合う『大地の五億年』の読書会では、「土」が私たちの命を養っていることを深く知る機会となりました。人が土壌の養分を獲得するための戦略が「農業」や「料理」です。日本列島は、4つのプレートにより3000m級の山脈を有し、また日本海や対馬海流の存在によって水に恵まれた森の楽園ですが、同時に土が酸性となる運命を背負っているそうです。そしてこの酸性という土壌を克服してよく育つ作物が、稲であったことを学びました。日本の神話に、神様から稲穂を授かり育てることになったというストーリーがありますが、物語と土壌の持つ性質が深く結びついていることを知ると、神話への興味もいっそう増します。

そして令和5年度前半の活動のしめくくりは、中秋の名月の管絃祭のための特別な舞台をお借りして、4年ぶりに開催した赤坂・日枝神社での「月の宴」でした。昨年度出合いのあった岩戸地区神楽保存会のみなさんを、高千穂より東京に

お迎えし、「高千穂の夜神楽」をピアノと歌とのコラボレーションでお届けしました。高千穂神楽は、太陽を仰ぎ、土とともに暮らしを紡いできた高千穂の方々が、長い時間をかけて今日まで育ててきた祈りの形です。秋の実りへの感謝と翌年の豊稔を祈願し、11月から2月にかけて夜を徹して舞われるご神事です。

高千穂神楽は本来、暮らしの中に息づいた、高千穂の地に根ざした文化ですが、現在は国の重要無形民俗文化財にも指定されています。伝統文化は、それをよいと思う人が多いほど、必要だと感じる人が多いほど大事にされて続いていくと考え、多くの方に知ってもらうきっかけを作りたいと思いました。神楽 × ピアノ × 歌。舞と響の融合が神話の世界へといざなう時間。ピアノと歌をまとった神楽は厳かで新鮮で、時おり吹き抜ける風が月夜の舞台に趣を添えてくれました。舞を舞い、音色を奏で、こうして神様に喜んでもらおうと遠いむかしから神楽が続いてきたことは、私たちが生きていく上で、歌や踊りや音楽が欠かせないことを伝えていると思います。

長い時間を蓄積してきた文化の持つ力強さの中には、自然と共生してきた先人の知恵があり、その知恵をこれからの暮らしに活かすことが持続可能な社会をつくっていくと考えますが、それには私たち一人ひとりが、人や自然、過去や未来とのつながりの中にこそ生きていることを感じるきっかけが必要だと思います。これからもつながりを確認するきっかけの活動を続けることを通して考え続け、時代が変わっても変わらず大切にしていきたいものを見定めていきたいと思えます。いつもご支援ご協力をいただいているみなさまには感謝申し上げますとともに、今後ともお力添えをいただければ幸いです。心よりお願い申し上げます。

令和5年度前半 活動報告

お米の一年

4/23 代かき

田植えにそなえて苗を植えやすくする代かき。田んぼの中の水は陽がよく当たり、表面積の小さな樽の水よりも、ぬくぬくしています。朝の肌寒さがだんだんやわらぐと、最初はためらい気味だった子ども、その感触が楽しくなり、今年はどろどろ大好き、泥ん子たちがいっぱいでした。



5/3 田植え

協力：辻川 牧子さん

畑で育った旬のイチゴやよく生った青梅もお供えしてご神事を執り行い、豊作とともにお田植えする人たちが手足に怪我することのないようにと、祝詞をあげていただいお田植作業。その後の塩にぎりタイムには、露味噌やお漬物、海苔の差し入れもあり、神様にお供えしていたお酒やイチゴのお下がりもいただきました。

辻川牧子さんの「お米小話」で印象的だったのは、白米をみんなが食べられるようになったのは1960年以降のことであり、人類はお腹いっぱい食べられないのが普通だったため、人間の身体は食べ過ぎに向いていないというお話でした。

9/17 抜穂祭と稲刈り

御神酒、お塩、お米の他にも、収穫したてのナス・ゴーヤ・オクラ、季節の果物、これから使う鎌をお供えして、今年の実りや作業する人たちの安全を祈り祝詞をあげていただきました。神主さんからは、私たちがお米を育てるようになったわけを伝えている神様の物語を聞かせていただいて、この後いよいよ稲刈りです。並んで順番に稲刈りを体験。暑い日が多かったせいか、お米の実りが早く、その実りを元気な雀様にもたくさん献上。

無事に稲刈りを終えて、おやつタイムの直会で、お下りの日本酒やフルーツのほか、塩むすびや梅シロップジュースを食して力をつけました。

5/5 柏餅づくり

共催：日本女子大学食育ボランティアグループ

日本女子大学、食物学科の学生さんが企画し、こどもの日・端午の節句に「暦を楽しむ和菓子作りー柏餅ー」を行いました。米粉の中でもうるち米が原料の上新粉を使用。蒸してモチモチにしてなめらかに練り上げ、餡子を包んで再び蒸します。柏の葉は、ちんじゅの森スタッフ八頭町の萌生さんがツヤツヤの葉を届けてくれました。

日本の年中行事の多くは、大切な食糧となった米作りと深い関係があります。そのお米から作る餅をみんなで食べることは、神様の力を身にうけることともに、人と人とのつながりも強くします。



6/25 梅干し作り

志子部の梅は交流ツール。当日朝、八頭町より到着した中山さんが、昨日まで梅の木で熟していたという黄色の梅の実を届けてくださり、「スモミみたい、プラムみたい、おいしい」の声。「梅の実も食べられる」「熟れると甘い」がわかったひと時。

日本女子大の学生さんが、かわいいイラスト入りのスライドで、保存食と塩の関係を「水分活性」をキーワードにわかりやすく説明してくれました。その後、もはや灼熱の太陽...といい得る陽を浴びて、今年の梅干しが仕上がりました。



7/2 畑の恵みを味わおう～ジャガイモの収穫・芋もち作り～

「野菜を自分で作れる大人になろう！」のはじめの一步の日となりました。「ジャガイモを育てて、収穫して、調理して食べる会を行いたい」という大学生の思い発の企画。3月19日に種イモを植えることから始まり、約100日で実るジャガイモをザクザク収穫することができました。そのものの味を楽しみたいと、レシピは北海道の郷土料理である「芋もち」に決定。プレーンとカレー風味の2種を焼いて、プレーンにはみたらしを添えました。ジャガイモが育った100日の変化をスライドで説明もあり、大学生が工夫を凝らしたジャガイモの会でした。



9/1 著者と語り合う読書会

『大地の五億年』 藤井一至 著

著者とリモートで繋ぎ読書会を開催。参加者から事前・当日にいただいた課題本に関する質問に著者からお答えいただきました。

46億年の地球の歴史のなかで、土が初めて生まれたのは生物が陸上に上がった約5億年前。陸上生物たちは自らの生きた印として有機物を土に蓄積しつつ、土に依存しながら多様化し地球上の隅々に拡大しました。そして我々人類もまた土に生かされてきた一方で、文明を発達させながら母なる大地を急激に変化させてきました。

読書会では、俯瞰した視点で大地の歴史とその偉大さ、さらに現状・危機について著者と共に理解を深めることができました。



読書会録画の一部を
YouTubeでご覧いただけます。

ちんじゅの森 Youtube チャンネルはこちら
<https://www.youtube.com/@npo2444>

親子の集い

4/29 靖国神社 こどもの日 親子の集い

日本の伝統的な玩具と楽器が紡ぎだす「技」と「音」！
けん玉 × 津軽三味線

出演：けん玉師/伊藤佑介さん、津軽三味線/ピエール小野さん

けん玉の「技」、津軽三味線の「音」、そして会場のみなさんの「手拍子」が一体となり作り出すパフォーマンスショー。躍動感あふれる和の融合をお楽しみいただきました。



7/9 靖国神社七夕まつり 親子の集い

木々の音色を奏でるコカリナ演奏会

出演：ミセスレインボー

コカリナの音色は『木の中を風が通り抜ける音』。マジックショータイムも楽しんで心地よい森の時間となりました。最後は会場のみなさんとコカリナ伴奏による「たなばたさま」で幕を閉じました。



5/14・6/3・7/8

園芸班活動

一時期は園芸用の土を購入していましたが、今では再生土作りが軌道に乗っています。春夏の庭の花々は、ユリやフウリンソウ、クレマチス、紫

陽花、その他いろいろ。昨年のゴーヤから採取した種の発芽率が低かったため、苗も用意してグリーンカーテンを育てました。

庭の季節の花々の手入れや季節の野菜作りをちんじゅの森の会員さんと行っています。ご興味のある方は、ぜひ一度ちんじゅの森サロンほぐほぐに、足をお運びください！



8/27・9/3・9/10 彫り物作り 月の宴準備

「月の宴～高千穂の夜神楽～」の舞台、神庭に飾る彫り物をつくりました。

彫り物にはさまざまな図柄があり、四季の円滑な循環によって農耕が成り立ち五穀の豊穰を祈る思想が反映されています。



9/30 お月見のおだんご作り

共催：日本女子大学食育ボランティアグループ（公衆栄養学研究室）

十六夜（いざよい）の月の日に、日本女子大学の学生さんに教わりながら、小学生や幼児のお子さん（親子）とお団子作りを行いました。白玉粉を豆腐とその水分で生地にしてまるめ、沸騰したお湯に入れてお団子にします。まるいお団子の予定でしたが、月見や夜空にちなんで「うさぎ」や「星」の団子もたくさんできました。お月見の行事とは何かクイズでは、①綺麗な満月をながめる②秋の農作物が無事に収穫できたことに感謝する③先祖へ感謝する、どれも大正解であることも教えてもらいました。





開催報告

月の宴 - 高千穂の夜神楽 -

去る2023年9月28日、赤坂日枝神社にて「月の宴-高千穂の夜神楽-」を開催しました。中秋の名月の特設舞台をお借りして毎年行ってきた舞台で、今年はコロナ禍を経て4年ぶりの開催となりました。当日はまだ蒸し暑さも残る一方で時折心地よい風が吹き、また十五夜前夜のお月様も姿を見せ、屋外で秋らしさを感じながら1時間余りの舞台をお楽しみいただきました。

今回の演目である神楽は、豊作を祈り収穫に感謝を捧げるために、古くから日本人が守り続けてきた祈りの形式のひとつです。宮崎県高千穂町の「高千穂の夜神楽」は一晩を徹して舞われる神楽で、国の重要無形文化財にも指定されています。今回ご協力いただいた岩戸地区神楽保存会や神楽の館の皆様とは、昨年7月にちんじゅの森サロンほぐほぐで行った「彫り物作り体験を通して知る夜神楽の世界」というイベントを開催以降のつながりで、より多くの人にその魅力を知って欲しいという私たちの思いから、高千穂の夜神楽を演目を選びました。

さらに今回はその高千穂の夜神楽とのコラボをKurasikaさんをお願いしました。Kurasikaは「くらしの唄」をテーマに都内で活動する、歌うたい・行川さをりさんと作曲家・

Asu（ああす）さんのユニットです。神楽という由緒ある伝統に、Kurasikaさんの優しいピアノと歌の音色が重なり、“大切な伝統を、形を今に合わせながら、守り活かしていく”という、NPOちんじゅの森が大切にしている考えを具現化するような舞台となりました。来場者の方からは「中秋の名月の月明かりが照らす赤坂日枝神社で素敵なおひとときを過ごすことができた」「時折吹く風が神様の声のように感じられた」「神楽のお囃子と、ピアノ・歌の調和が心に響いた」などの声もいただきました。

三十三番ある高千穂の夜神楽のうち、今回は「天岩戸神話」という神話に基づく四つの舞をお届けしました。この舞は、八百万の神々が苦難の中で知恵を出し合い、手を取り合って、世界に光を取り戻す場面を表現しています。

どんな困難も、力を合わせれば乗り越えられる。様々な困難が立ちあがる今の社会を生きる私たちに神様が送る、メッセージなのかもしれません。

最後に、足をお運びいただいた皆様、また彫り物づくりを始め準備等にご協力いただいた皆様にこの場を借りて心より深く感謝申し上げます。

「人の暮らし方で地球は変わる・・・」

あなたはどのように生きていきますか？」

第1章…森の民

第2章…私たちはどう変わってきたか

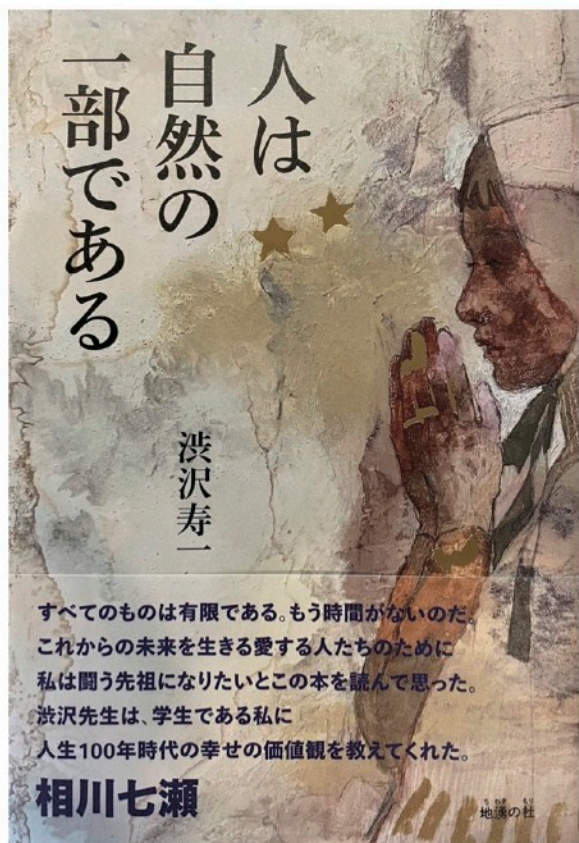
第3章…幸せとは

第4章…心をつなぐ仕組み

第5章…自然の一部として生きる

人は 自然の 一部である

渋沢寿一 著



出版：地湧の社 定価：1,800円＋税

ご購入は
こちらから

ONLINE
STORE ▶



地湧の社の本屋さん 🔍

ちんじゅの森サロンほぐほぐでもお買い求めいただけます。直接の購入をご希望の場合は、ぜひほぐほぐへお越しください。

NPO ちんじゅの森を設立から現在までご支援くださり、長らく理事もお務めくださった渋沢寿一さんによる新刊、『人は自然の一部である』のご案内です。

ご先祖様たちのひたむきな努力の上に成り立つ今の社会が、私たちにとって便利で快適でありつつも、地球にとってはこれ以上持続可能ではないというジレンマに悶々としていた。そんなときこの本を読み、私は「生きる美学」を忘れずに生きようと思った。今の私たちは自分たちの欲望を満たすことに夢中になるのではなく、これまで大切に受け継がれてきた自然や文化を守り次の世代につないでいく使命がある。そのことへの使命と、目の前にはいない世代への思いやりを持って生きることが私にとっての美学だ。

(小山葉奈)

今、感じている様々な違和感は、便利さを安価で手に入れているといった優越感がある一方で、生きる力を失っている弱体化から感じる喪失感なのかもしれないと思った。高度経済成長で得ているものだけに依存するのではなく、脈々と受け継がれてきた本物の日本人としての生き方を教えていただいた。これからの人生を、自分も自然の一部であると認識して、後世までもが豊かに暮らせる日本にするため、澁澤さんから学んだことを生かしていきたい。

(鳥取県 八頭町 山寄幸一)

2023 ▶ 2024 EVENT & WORKSHOP

令和5年度後半活動予定



- 10 / 29 SUN 干し柿作り
- 11 / 12 SUN 栗と里山とくらす ~ 愛媛県・内子町 ~
- 12 / 3 SUN 御嶽神社参拝と澤乃井酒蔵ツアー
- 12 / 17 SUN しめ縄作り
- 2 / 4 SUN 連続ワークショップ 和紙とくらす
- 2 / 18 SUN 乾物ことはじめ

※状況により開催を変更・見合わせる可能性もございます。

詳細はHPとSNS、およびメールにてお知らせします。
メール案内を希望の方は右記QRコードからご登録ください。



<https://ws.formzu.net/fgen/S3967412/>



フォロー&チェックもお願いします！



ちんじゅの森



webURL : chinju-no-mori.or.jp

【お問合せ】ちんじゅの森事務局



TEL ▶ 03-6877-0425



Mail ▶ hoguhogu@chinju-no-mori.or.jp

Pick UP

11/12
-SUN-

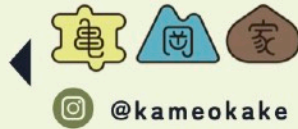
栗と里山とくらす ~ 愛媛県・内子町 ~



みんなうれしい収穫の季節がやってきました。

昨年に引き続き、亀岡家さんにお越しいただき、秋の味覚「栗」と里山の暮らしをご紹介します。

当日は亀岡家さんによる特製ランチプレートと、内子町へ移住したコーヒー焙煎家が淹れる美味しい珈琲をご用意します。季節を味わうランチをいただきながら、栗と里山の暮らしを体験してください。



愛媛県内子町で専業で栗農家を営みながら、里山の豊かな資源を活かした製品や料理を紹介するなど、さまざまな活動をされています。

2024
2月-7月

連続ワークショップ 和紙とくらす

講師：西村 優子さん / 紙の造形作家



2 / 4 SUN 和紙ってなにかからできる！？ - 和紙を作るワークショップ -

『ミツマタ』は紙の原料。和紙が植物からできること、一緒に体験してみましょう。

3 / 3 SUN 和紙をつかう。 - 和紙で包む・折形ワークショップ -

日本にある和紙で包んで贈り物をする文化「折形」。折形を知り、上巳の節句もお祝いしましょう。

5 / 19 SUN 和紙であそぶ。 - ちぎり絵ワークショップ -

日本には和紙を使ったいろいろな遊びがあります。折ったり、ちぎったりを楽しみましょう。

7 / 21 SUN 和紙のあとしまつ。 - 音羽の紙と紙から紙へワークショップ -

文京区音羽地域の紙のお話と、紙のすき返しにトライしてみましょう。

オプション
特別企画

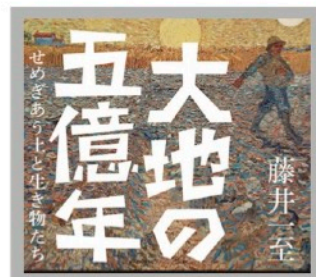
10月 ドキュメンタリー映画『明日をへぐる』上映会

ほぐほぐ文庫のすゝめ

おすすめするのは、藤井一至著『大地の五億年』です。46億年の地球の歴史のなかで、土が初めて生まれたのは生物が陸上上がった約5億年前。陸上生物たちは自らの生きた印として有機物を土に蓄積しつつ、土に依存しながら多様化し地球上の隅々に拡大しました。そして我々人類もまた土に生かされてきた一方で、文明を発達させながら母なる大地を急激に変化させてきました。

本書は、俯瞰した視点で大地の偉大さとその歴史と現状・危機についての理解を深めさせてくれます。また世界的に見て恵まれた日本の環境（水・大地など）の豊かさについて改めて考える機会となります。同じ中緯度帯は砂漠や乾燥地が多いにもかかわらず、日本は山があり緑豊かな森がある。日本列島が水に恵まれた森の楽園なのは、暖流と山の存在があってこそ。地下資源は多くなくとも、雨が多く土の栄養分が多い、生態学的には奇跡の島なのです。

ちんじゅの森では、都市において「土とともにある暮らし」を再確認すべく、日本の食と文化について実体験を通して考えることに取り組んできました。本書は私たち人類、そして人類のみならず動植物はみな、「土によって生かされている」ことを新たに認識する第一歩の一冊です。



「大地の五億年」
著者：藤井一至

【令和4年度 特定非営利活動法人ちんじゅの森通常総会のご報告】

令和5年6月18日に令和4年度特定非営利活動法人ちんじゅの森通常総会を行いました。

正会員数は77名（賛助会員は55名）のうち、56名（出席者13名、議決権行使19名、有効委任状による議決権行使24名）の出席を得て、総会定足数の5分の1を満たし、以下の審議事項について満場一致で承認されました。

- (1) 令和4年度事業報告・決算報告
- (2) 令和5年度事業計画・予算

ご協力を厚く御礼申し上げます。今後とも何卒よろしくお願いいたします。

ちんじゅの森 サポーター募集！

NPO法人ちんじゅの森の活動は会員の皆さまからの会費と寄付で運営しております。活動の趣旨に賛同してくださる方はぜひ会員になって、活動へのサポートをお願いいたします。会費は年間一口2,000円です。ご寄付に規定はございません。

【郵便振替】口座番号 00100-5-29217 特定非営利活動法人ちんじゅの森

【三菱UFJ銀行】恵比寿支店 普通 1318980 特定非営利活動法人ちんじゅの森

●はじめて会費や寄付にご協力くださる皆様へ

ちんじゅの森HP「ご支援のお願い」より、「会員申込フォーム」にてお手続きくださいますようお願いいたします。



会員申込フォームはこちらから
<https://www.chinju-no-mori.or.jp/shien>

☎ TEL ▶ 03-6877-0425（平日10:00~16:00） ✉ Mail ▶ hoguhogu@chinju-no-mori.or.jp

🏠 NPO ちんじゅの森 〒112-0015 東京都文京区目白台1-22-2（ちんじゅの森サロンほぐほぐ）

*NPOちんじゅの森は現在、文京区目白台にある東京大神宮菜園のある場所を拠点にお借りし、年中行事や季節の手仕事、トークイベントなどを通して、日本の暮らしの中で大切にされてきたものを再確認し、それらを未来につなぐ活動をしています。