

# 日本でいちばん 心にやさしい家

神山キヨシロー／著

一般社団法人

「自然流の会」／監修



# 電子書籍の操作について

- ・ 目次をクリックすると、該当ページまで移動します。  
また、移動先ページの見出しをクリックすると、目次に戻ります。
- ・ 「十字キー」やマウスのホイールを使用して読み進めます。
- ・ 「フルスクリーンモード」に設定すると、読みやすくなります。

「フルスクリーンモード」設定方法

メニューバー「表示」→「フルスクリーンモード」

Escキーで元の表示に戻ります。

※パソコン環境により、「フルスクリーンモード」が使用できない場合があります。



# 日本でいちばん 心にやさしい家

神山キヨシロー／著

一般社団法人

「自然流の会」／監修

本文イラスト 宮嶋きさと

日本でいちばん心にやさしい家 目次

第一章 驚きの住宅セミナー

大工がつくったコメ	12
いまの「木造住宅」の実情	22
自然流の会	28
サトウ家の床板	30
「森の家」プロジェクト	36
シックハウス症候群	40
家づくりは「基礎」からはじまる	49
一発打設	54
山形の家	61
この章でトシヤが見たもの・聞いたこと	68

## 第二章

### 無垢の木の素晴らしさ

誰と住む家？

72

土台の上に柱が立つ

79

つくる人の健康

89

良質の国産材を育てる

94

木材が身元の明らかな産地から直送されることが大事

104

自分で選んだ大黒柱

113

生きている家

120

この章でトシヤが見たもの・聞いたこと

128

### 第三章 「見えないところ」が大事

大工さんの工作教室 130

見えないところに手間をかける 138

棟上で家の構造ができる 147

自然流天然素材の断熱材 153

現代の家に求められるもの 163

大工の技が耐震性を高める 168

住宅内の安全環境 175

家の中の温度差は危険 182

この章でトシヤが見たもの・聞いたこと 193

第四章

生き方を見つめ直す器

医住同源

196

子育てをする場所

205

大工は良いものほど慎重に扱う

211

健康にいい畳とは

219

家は人生の器

228

この章でトシヤが見たもの・聞いたこと

239

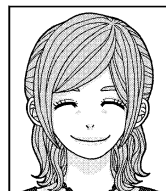
おわりに——「自然流じねんりゅうの会」のまとめ

240

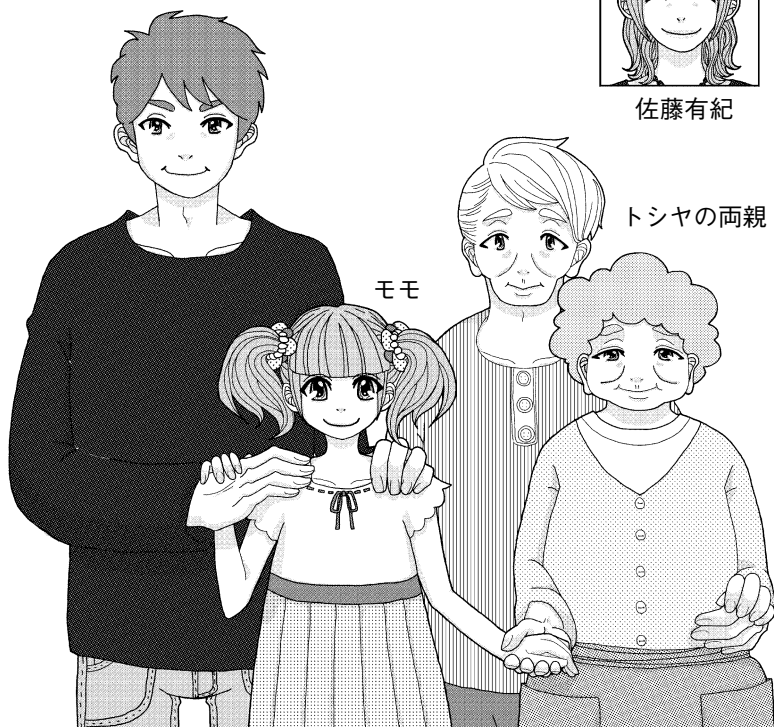
## 主人公トシヤの家族

- ・ 佐藤敏也（トシヤ）……主人公。横浜市郊外のアパートに娘の百花と二人暮らし。妻を亡くしたあと、シングルファーザーとして娘を育てている会社員。
- ・ 佐藤百花（モモ）……敏也と有紀の娘。小学2年生。
- ・ 佐藤有紀……敏也の亡き妻。4年前に他界した。
- ・ トシヤの両親……敏也の住むアパートからバスで20分ほど離れた新興住宅地に住む。

トシヤ



佐藤有紀



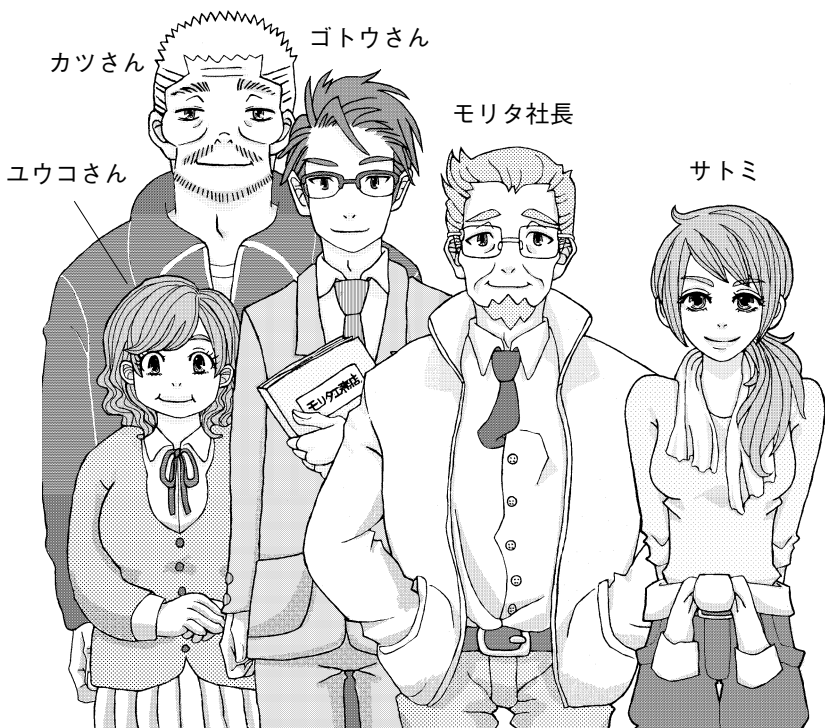
モモ

トシヤの両親

社団法人「自然流の会」の人々

◇モリタ工務店

- ・香田里美（サトミ）……もう一人の主人公。モリタ工務店の女性大工。山形県出身。
- ・モリタ社長……たたき上げの職人。大工から始めて40年前にモリタ工務店を創業。20年前から自然素材による家づくりに徹してきた。
- ・ゴトウさん……モリタ工務店の大工だったが、いまは営業部門。
- ・カツさん……モリタ工務店のベテラン大工。
- ・ユウコさん……モリタ工務店の事務社員。



社団法人「自然流の会」の人々

- ◇タナカ木材……和歌山県で優良木材を自社山林で育てて加工製材しつづける木材業者。
- ◇ナカザト設計事務所（社長・ナカザトさん）……モリタ工務店の手掛ける住宅の設計事務を担当する設計事務所。自然素材を活かした家づくりを設計面から支える。
- ◇クサカベ商会（社長・クサカベさん）……天然断熱素材セルローズファイバーの施工販売専門業者。
- ◇ノハラ畳店（社長・ノハラさん）……国産無農薬畳の製造販売を手掛ける畳専門業者。



第一章 驚きの住宅セミナー

## 大工がつくったコメ

「どうでしたか、さっきのご飯？」

マイクロバスの隣のシートに腰を下ろしたモリタ工務店の女性社員が、一息ついて言った。ついでしたがたまで振る舞われていたお昼ご飯の話だ。そういえば、彼女が俺におかわりを勧めてくれたんだっけ。最初のスタッフ紹介のとき、「コウダサトミです」と言っていたのを覚えている。

「あ、どうも。すごくうまかったです」

狭いシートで隣り合わせ。首をねじってうら若い女性の顔をまじまじと見るのがためらわれて、視野の左半分にモリタ工務店の作業着姿を捉えながら俺は答えた。

モリタ工務店——住宅専門の小さな建築屋さんだ。いや、「小さな」と言っても、家を建てる建築屋さんが、ふつうどのくらいの規模のものなのか、これまで「家を建てる」なんて考えたこともなかった俺はじつのところ知らない。けど、ここがテレビでコマーシャルをやっているなんとかハウスマイみたいな大手の住宅メーカーじゃないことくらいはわか

る。横浜市郊外の宅地に店を構える工務店、町の大工さんのお店だ。

その工務店が開く住宅セミナーがある。これから家を建てるならどんな家にしようか、どの工務店に頼もうか、予算はどれくらい覚悟したものでしょうか。買ってみてダメならまた買い換えようなんてヤワな買い物じゃないから、家を建てようと考えた人の頭の中は、きっと家にまつわる「どれ」や「どの」「どんな」でいっぱいだ。

そんな人々を相手に、工務店側がこれから家を建てるのに役立つような情報を提供しながら、こんな家づくりもあるよという、その工務店なりの提案をしてくれる場なのだろう。その勉強の場に、「サトウ・トシヤ様」なんて名札をつけて、俺は空っぽの頭のまま放り込まれている。

十日ほど前、親父から数枚の紙を見せられた。ネットで見つけたという、ホームページのプリントアウトだ。〈モリタ工務店〉という店の名前の横に、大きく〈自然流 健康の家〉と書かれてある。「しぜん流」じゃなくて「じねん流」。本物の自然素材の家、化学建材を一切使わない家を建てることにこだわりと誇りを持っている工務店らしいことは、なんにも知らない俺にも読み取れた。国産の材木をふんだんに使い、大工さんの腕と素材の良さを最大限に活かしてつくる家、ということらしい。

でも、食べ物じゃないんだから、自然素材って言ってもなあ。国産の木にこだわるわけ

も、よくわからなかった。なにせ、俺がいま住んでいるのは軽量鉄骨のアパートなんだから。

そのモリタ工務店が、住宅セミナーを定期的に開いている。

「参加者に対する営業行為はナシ。ふつうの住宅メーカーの住宅展示会のたぐいとは、だいぶ雰囲気が違うらしいぞ」

親父はそう説明してから、その数枚のプリントアウトを俺に突きつけてきたのだ。

ナニ？

「だから、トシヤ、お前行けや」

俺が何か言い返すより先に、親父は続けた。

「行ってるあいだ、モモちゃんの面倒はワレワレで見てるから」

自分たちで行けばいいじゃんと言いつつ、遠出は腰によくない、一日がかりの集まりは病後の身にはこたえろと言いつつ、とうとう根負けした俺は、その「住宅セミナー」というものに生まれて初めて参加するハメになった。

じつは、親父とお袋が二人で暮らす実家で「再築」バナシが持ち上がっている。そのいきさつはまたあとの話として、とにかく俺は年寄り二人に「家づくり」のための勉強役を押し付けられたってワケ。この日、両親は孫娘の百花<sup>ももか</sup>相手の気楽な土曜日を決め込み、代

わりに俺は朝寝坊も許されずに娘を実家に送り届けた足でモリタ工務店に駆けつけた。

学生時代、俺は親元を離れて下宿だった。やがて就職して、結婚し、娘の百花が生まれてからもアパート暮らし。そんな俺にとって「家を建てる」なんて、もつとも縁遠く思える話のひとつだ。有紀とのあいだでも、百花が中学に入るころにマンションを買おうかという話はちらっと出かかったけれど、自分たちで土地を買って家を建てようなんて話題は出たことがなかった。

おまけにその有紀が、不意打ちのように逝ってしまった。四年前の話だ。それからというものの、仕事をこなしながら父一人娘一人の生活を切り盛りするのに必死だった俺の頭に、先々の家だのマンションだのという構想が浮かぶわけもなかった。

その俺が、今日は朝から大工さん主催の勉強会に出席している。午前中、この工務店を構えて四十年になるという社長さんの話を聞いた。お昼をはさんで、これからモリタ工務店が建てた家や建築中の「現場」っていうのをマイクロバスで見まわる。いよいよもつて、俺にとっては未知の領域だ。

隣に座ったサトミさんに「うまかった」と答えたのは、明るい笑顔でおかわりをよそつてくれた人へのリップサービスじゃなくて本当の話だ。おかずの味付けがまた良くて、そ

れにつられて茶碗のご飯はあつという間にお腹の中に吸い込まれた。

ふだん仕事から大急ぎで戻り、飯をつくって娘に食べさせるのを日課にしている身だ。有紀が亡くなって以来、スーパーでパックに入ったお惣菜を買わずに自分でつくるのが俺のプライド。だから、食べ物味はわかるつもり。こんなにご飯がすすむのは、つまりうまいからだとしか言いようがない。何よりご飯の味が違う。たちまち空っぽになった茶碗に気づいて、すかさずおかわりを勧めてくれたのが彼女、サトミさんだった。

それはそうと、少し不思議な気もした。だって、住宅専門の工務店が開いた家づくりセミナーの会場だよ。場所は、工務店の一階にしつらえられた学校の教室ほどの部屋だ。会議用の長机と椅子が二十ほど並べられ、正面にはスライド映写用のスクリーン。そこでの話が終わってお昼になると、さつきまで受け付けやら資料の配布やらをしていた事務職員に大工さんたちが交じって、ほくほく湯気が出ているご飯茶碗やおかずを運んではセミナー会場の長机に配って歩きはじめるんだ。そのアットホームな空気というか手づくり感にちよつとびっくりした。

「どうでしたか？」と聞かれたのは、そんな風にして出てきたご飯のことだった。

おいしかったという俺の感想を聞いて、サトミさんはうれしそうに言った。

「あのおコメ、私たちが育てたんですよ。私たちが育てて、自分たちで刈り取ったんで

す」

「それって、稲刈りしたってこと？」

びっくりして尋ねると、サトミさんはうなずいた。面食らった俺は、今度は首をサトミさんの方に向けてもう一度尋ねた。

『「私たち」って……』

「ウチの社員みんな、モリタ工務店の全社員です」

家づくりの会社が社員総出でコメづくり。混乱気味の俺を見て、サトミさんはちよつと得意そうに笑顔で言った。

「モリタ工務店のみんなでつくったおコメだから、『モリタ米』です。日本の中でもここでしか食べられません。非売品ですけど」

そう言って、サトミさんは続けた。

「岐阜県の高山市郊外にウチでやってる田んぼがあるんですよ。そこに社員みんなで行って、田植えから草刈りから稲刈りから、ゼーんぶ自分たちでやるんです。地元の農家の方に教わったり手伝ってもらったりしながらですけど、完全無農薬の有機栽培でつくりました」

稲刈り後は、刈り取った稲の天日干しまで総出で。「コメづくりにも家づくりにも、こ



「だわりが大事ですから」と、サトミさんは楽しそうに言った。

無農薬・有機栽培。モモがお腹にできてから、子どもの健康を気にかけて有紀がこだわっていた。子どもが生まれてからも、母乳にできるだけ化学物質が混じらないようにと、産直のものを食べ続けていた。

無農薬・有機栽培の農業はふつうの農業に比べて手間暇のかかる大仕事だ。ふつうの農業にしたって、春の田起こしから秋の刈取りまで、半年以上続く息の長い仕事だ。おまけに無農薬・有機栽培となると土づくりや草刈りの手間がハンパじゃないという。それを工務店の社員たちが総出で？

「それ、会社のレクリエーションか何か？」

「親睦の面もありますけど、ただのレクリエーションとも違うんですよね。だって、入社の際にちゃんと社長に聞かれましたから」

「何を？」

「『ウチは農作業もするけど、あんた大丈夫？』って。アハハ、ちょっとびっくりしました」

びっくりするのはこっちだ。ここ、どういう工務店なんだろう。

「そりゃびっくりだよ。事務職になるつもりで来た会社で『農作業できるか？』なんて

聞かれたら」

共感を込めて言ったつもりだったんだけど、サトミさんからは予想外の答えが返ってきた。

「あ、私、事務方じゃないんですよ」

ん？

「私、『大工』なんです。香田里美です、よろしくお願いいたします！」

ダイク。切り出された小気味よい言葉が耳に響いた。それがひとときわかっこよく響いたのは、若い女性の口から切り出されたからかもしれない。媚のない、まっすぐな響きだった。

大工さんがつくったコメ。

そして、隣に座る女性は大工さん。

二重の驚きを感じていると、マイクロバスのドアが閉まった。

「はい、みなさん、全員おそろいですね」

車内マイクを片手にバス内の人数確認をしているのは、朝からセミナーの司会を担当するゴトウさんだ。いまは営業担当だけれど、二年前までは現場に出ていたというから本来は大工さん。そのゴトウさんが手を挙げて合図をすると、バスは軽く身震いして動き始め

た。

「……というわけなので、すみませんが、現場に入るときには、いま履いている靴はビニール袋に入れて持ち歩いてください」

大工改め営業のゴトウさんは現場見学会の注意事項を早口でしゃべってから、「さて」と言いながら、いきなり俺たちの方を見て言った。

「サトミさん、いまのモリタ米の話、せっかくなんでみなさんに説明をお願いします」

何せ狭いマイクロバス。前から三列目、俺とサトミさんの座席のすぐ横がドアだから、ドアに張り付いているゴトウさんにはさつきからの会話が筒抜けだったようだ。

「私が、ですか？」

ちよつと恥ずかしそうに言ったサトミさんだったが、最前列の席から合いの手が入った。

「お前が話すのがいいんだよ」この工務店のモリタ社長の声だ。「なんたって、お前がちばんあの田んぼに通ってるんだからさ」

サトミさんが横で小さくうなずきながら、聞こえないぐらいの声でヨシツと気合いを入れるのがわかった。彼女は差し出された車内マイクを手に取ると、立ち上がって車中のセミナー参加者に向かって話し始めた。

「モリタ工務店は『自然流の家』づくりを掲げています。先ほど社長のモリタも言っておりましたように、住む方の体と心の健康を第一に考えて自然素材で建てます。その素材の中でもいちばん大事なものは、当然ですが『木』ですよね……」

サトミさんがこう言うのを聞いて、お昼前にモリタ社長が話していたことを思い出した。

## いまの「木造住宅」の実情

午前中のセミナーは「建材と住む人の健康」という題がついていた。会場内には子どもを連れた夫婦が三組、それに父だけ、母だけという参加者が数人ずついるほか、作業着姿の建築関係者らしい人もいる。客として、業者として、それぞれ家づくりについて勉強中なんだろう。

そんな中、会場内で一人スリッパじゃなく、足袋に草履履きのおじさんがスタスタ歩き回っているのが目に入った。なじみの受講者らしい顔見知りを見つけてはあいさつしている。開演早々にその草履姿のおじさんが前に立って話し始めたところで、この工務店のモリタ社長なんだとわかった。

簡単なあいさつのあと、モリタ社長がスライドで映し出したのは、どの家庭でも当たり前になっているフロアリングの床板だった。

「みなさんが『木』だと思われてるこういう床、ありますね。これ、確かにもとは木なんですけど、私ら職人に言わせれば本物の木とは呼べないものなんです」

モリタ社長は、もともとたたき上げの大工さんだ。十代のころから大工修業を始めて、二十代の終わりに独立して自分の店を構えた。その後四十年あまりにわたって、大工さんたちを抱えながら地元密着型の工務店を経営している。

そのベテラン職人がスライドで映し出したフロアリングは、木目のきれいな板が床に貼り込まれているように見える。でも、ひっぺがして断面を見れば、あらら、これがなんと合板。安い輸入木材の薄板を接着剤で貼り合わせる。きれいな木の板に見えるが、そう見えるのは表面だけで、じつは大量生産の工業製品なんだという。

「フロアリングだけじゃなくて」と、モリタ社長は一般の木造住宅のさまざまな箇所をスライドで映した。

木でできているように見えるドア、天井板や押入れの内壁の板。さらに柱や梁までもが、近ごろでは何本もの木を束ねて接着したものを材料にしている。大手のハウスメーカーがつくる家の多くは、こうして貼り合わせた集成材といわれるものを多用しているら

しい。

外国の森から切り出された木。それを工場で貼り合わせ、決まった形にカットしてできた部品。こうした部品を、プラモデルのように組み立ててできた家が、いまの「木造住宅」の主流になっちゃったみたいなのだ。

こういう材料がたくさん入ってきて、プラモデルみたいな家づくりが盛んになったのは、モリタ社長が言うには「高度経済成長期」。俺の実家が建った少し前あたりからか。国産の木より安いし、工業製品だから形も一定。手早く組み立てるだけで、家の形になる。部品の組み立てだから、作業は「この道何年」なんていう大工さんじゃなくてもできちゃうのだろう。いつの間にか、住む人も建てる人もこういう家に慣らされてしまったらしい。

でも、それがなんなのだろう？ 軽量鉄骨住まい十数年の俺にはオッケーな気もした。そう思っていたら、モリタ社長はこうして大量生産された家の抱える大きな問題について話し始めた。

そのひとつが、集成材や合板などに大量に使われる接着剤や防腐剤、防虫剤、防カビ剤などの化学物質、つまりクスリだ。合板や集成材を多用すればするほど、家の中には化学物質があふれかえる。それがじわじわとキハツして気体になって、室内に漂う。それを中

の人間はもろに浴びたり吸ったりして、ストレス源となりイライラする。いつの間にか「シックハウス症候群」というのになってしまい、肉体的にも精神的にもダメージを受ける。

俺もその名前だけなら知っていた。十数年前、大きな社会問題になった。問題になってから対策が取られたらしいけど、モリタ社長によると法律に抜け穴があって、いまでも化学物質の使用がすべて禁じられているわけではないらしい。

家に住むのは、健康で丈夫な大人ばかりではない。赤ちゃんが床や柱、壁をなめることだってあるし、もともといろんな病気を抱えた弱い人だっている。こういう人にとってみれば、いろんな化学物質が使われている家というのは、とてもじゃないが安心できる場所じゃない、とモリタ社長は話していた。

もうひとつ深刻なのは、いまの家の寿命の短さ。自然素材の家は百年以上持つが、人工建材だと三十〜四十年しか持たないという。それは、使われる合板が木のもとの性質を失ったことからくる問題らしい。

原木から切り出して乾燥させた材木を「無垢の木」と言うそう。塗ったり貼ったりしていない、まっさらの材木。この無垢の木には、自分でひとりですぐに湿気を吸ったり吐いたりする性質がある。部屋や床下の湿気が高くなってくると、無垢の木はそれを吸いこんで

くれる。逆に乾燥した季節になると、自分の中の湿気を吐き出してくれる。そういう木の性質のおかげで、家全体が一定の湿度に保たれるそうだ。

こういう性質を持っているから、無垢の木自身も蒸れることがない。ということは、きちんと無垢の木を使って家を建てれば、腐りにくく、とても長持ちする。鉄筋コンクリートの建物なんかより、ずっと。モリタ社長がスライドで見せていたけど、法隆寺って千年以上も前に建てられた建物だけど、たしかにコンクリートじゃなくて木だよな。

ところが、せっかくの木も接着剤でかためられちゃうと、湿気を吸ったり吐いたりしにくくなるらしい。なんとなくわかる気がする。口や鼻をラップでふさがれちゃうようなものだもの。で、木は蒸れてカビが生えたり腐ったりする。それを少しでも先延ばししようとして防虫剤や防腐剤、防カビ剤をふんだんに使って、それが健康を損ねる……さっきのシックハウス症候群の原因になるという。悪循環ということだな、きつと。

他にも無垢の木にはすぐれた機能があつて、例えば高い保温効果がある。家にやすらぎを求める人にとって、大事な機能であるだろう。

こういう説明をしたあとで、モリタ社長は言った。

「化学建材を多用している家がダメになつたら、板も柱も再利用できない。それどころか、化学薬品を多用しているから土に返すこともできない。粗大ゴミでしかないんです。

環境破壊に対する目が厳しい時代ですから、解体費用だつてもものすごくかかる。健康の不安材料になる寿命の短い家を建て、おまけにその解体には莫大な費用がかかるつて、これはどう考えてもおかしいでしょ」

なるほど。いじわるな見方をすれば、その方が好都合だというメーカーもあるだろう。家が腐れば、建て替えるしかない。建て替えてくれれば、メーカーは儲かる。家電や自動車やパソコンなんかも、次々にモデルチェンジされたりすぐ壊れたりして、そのたびに買い換えるハメになるよね。つい最近パソコンを買い換えるハメになった俺は、そんなことまで連想してしまった。

モリタ社長も若いころ、そんな家づくりに手をそめた時期もあったという。

「だからこそ、いまの家づくりが業者都合でゆがめられているつていうのがイヤでも見えちゃうんです」

例えば、最近是人々の本物志向が強まったのに合わせ、見えるところには無垢の木を使うケースも増えた。ところが、壁に隠れる板や柱は接着剤で貼り合わせた材木。それが「天然素材の家」「寿命の長い住宅」として宣伝されてたりするから始末が悪い。

# 途中省略

続きは製品版にてお読みください。

著者プロフィール

著／**神山 キヨシロー** (かみやま きよしろう)

フリーランスのライター。神奈川県横浜市在住。

別のペンネームで、ルポルタージュや教育分野の著書多数。

監修／<sup>じねんりゅう</sup>一般社団法人「**自然流の会**」

S (生命)、H (平和)、S (自然) の「SHS」を守るという理念を掲げ、本物の自然素材の家をつくろうという工務店と、その志に賛同するさまざまな業者や企業によって形成された。親子三代が住める「百年品質」の家づくりを目指している。

<http://jinenryu.net/>

## 日本でいちばん心にやさしい家

---

2012年10月15日 電子版発行

著者 神山 キヨシロー

発行者 瓜谷 綱延

発行所 株式会社 文芸社

〒160-0022 東京都新宿区新宿1-10-1

電話 03-5369-3060 (編集)

03-5369-2299 (販売)

<http://www.boon-gate.com>

© jinenryu corporation aggregate 2012 Coded in Japan

ISBN978-4-286-11819-2

●本作品の全部または一部を複製、編集、修正、変更、頒布、貸与、公衆送信、翻案、配布する等の著作権及び著作者人格権侵害となる行為、および有償・無償に関わらず、本データを第三者に譲渡することは禁止いたします。