

かずさの 森から学ぼう

冬編

かずさの



テーマ別内容

自然観察・感覚

～自然さえあれば生きてゆける暮らしの術～

生きるために基本の技術を体験し、命のつながりにふれる一週間の旅によるこそ。
かずさの森は、長年、大事に目をかけられてきた、力強い命があふれる、たくさんの生き物がよろこび
共存している森です。そんな森のめぐみを頂き、火おこしから、水の浄化、住まいのつくり方、食べ
ものの確保まで、生きる原点と一緒に体験しませんか？手作りのログハウスに泊まり、露天風呂やジ
ビエ料理を味わいます。

日程 12月7日(月)から13日(日) 6泊7日

前半・後半のみの部分参加(3泊4日)も可能(1泊からの参加希望は、相談ください)

参加費 6泊7日コース 7万円(学生割引5万6千円)
3泊4日コース 3万5千円(学生割引2万8千円)

内容

1日目:

午後1時集合

森を歩く／野外トイレ作り

2日目:

刃物の研ぎ方／竹コップ作り／川と森にわなを仕掛ける／竹筒ご飯

3日目:

火起こし／もちつき

4日目:

動物の解体、くんせいづくり

5日目:

農耕、薬草の種まきと処方／しし鍋とかつぽん酒

6日目:

森にある素材アロマサウナ作り

7日目:

サウナでリラックス／石の蒸し焼きで煙を味わう

8日目:

石臼で製粉→かまどでピザを焼く

9日目:

木を切る

10日目:

家具・木作り

11時解散

どういう態度や目線で自然と付き合っていく事が必要なのかを、命の営みの中に身を置くことで、感じとり考える機会を持ちます。アメリカ先住民に伝わる、森を静かに歩き、自分より大きな意識と一体化して、森に溶け込むことや、生命とのコミュニケーションの方法を学びます。

住 森にある素材で作れるシンプルな住居を実際にみんなで作ります。今回は野外トイレの掘つ建て小屋と、縄文風の丸い住居をスチームサウナとして住の基礎型を学びます。実際にこのこぎりで木を伐採し、人間の生活のために擗げられる木の命の重さと森の反応を感じてみます。

水 水の循環を実際に目にし、きれいな水の大切さを考えます。自然素材での浄化装置作りを学びます。

火 火起こしの道具とかまどを作ります。薪割りをし、料理と露天風呂の火をたき、直接、火とのつながりやありがたみを体感します。

食 植物や木との対話を通して、自分の体が今必要としている食べ物、または薬草が何なのか学びます。実際に薬草を処方にして、植物とのつながりを深めます。農耕体験では、薬草の種まきをします。他には山菜・きのこ採集に、長いも掘をして、森の恵みを頂きます。森の負担にならず、逆に森を元気にするような、直感を尊重した植物や素材の採集の仕方を考えてみます。

動物 動物を食べることが本当に必要なのか、心に問いかながら、学びのために深い尊敬の気持ちを持つて、命の儀性をお願いし、わなを川と森に仕掛けます。どんな動物が私たちにどんな学びを提供してくれるでしょうか。その後、尊敬と感謝の解体を行い、保存食の燻製作りを体験します。

道具と生活 刀物の研ぎ方から、粘土での家作り、石を使っての蒸し焼き調理法とステームサウナなど、森の中で完結する生活を楽しみましょう。

心 森で暮らしてみて自分で周りの人の精神状態がどう変わるでしょうか。私たち人間が奪い続けてきた地球の健康のために何か出来るでしょうか。自分が感じている感情が森の声なのかもしません。自分の心が必要としているものはなんだろう？

※天候で多少内容変更あります
※心のケア・内なる瞑想のひとときもあります