

TAKE FREE

BLUE + GREEN JOURNAL

Okutama Town Official Magazine
奥多摩町公式タブロイド

植物のある暮らし。
Okutama Botanical Life

#18
ISSUE Eighteen

OKUTAMA BOTANICAL LIFE

植物のある暮らし

雨あがりには苔がつやめき、季節ごとに草花が顔を出す。
 町域の約九割が森林に覆われる奥多摩町では、
 人々が昔から土に親しみ、花や木とともに暮らしてきた。
 育てること、飾ること、ただ傍にあること——。
 山の呼吸をまとい、家の中にも緑が息づく。
 いつだって植物とともにある、そんな豊かな日々をたどって。

BREATHE DEEPLY, AMONG THE TREES

森が日常にあるという贅沢

— 香りの道「登計トレイル」を歩く —



落ち葉コレクション開始!
何種類ある?



コウヤボウキの香り、
秋の風によって



耳をすませば、
風が季節を語りだす



稜線をなぞって、
風のスケッチを描く



ルーベの中に、
小さな苔の森発見!



雨あがり、
キノコたちの
パレード!



葉や木肌をなでて、
森の手ざわり比べ



森のロッジで
ティータイム



ルーベ越しの苔の世界、
まるで小宇宙!



ウッドデッキに
寝転んで深呼吸

JR奥多摩駅から歩いて20分ほど。川沿いの道を抜けて山に入ると、足元にウッドチップが敷かれた小径が現れる。日本で初めて森林セラピー専用ロードとして整備された「香りの道・登計(とけ)トレイル」だ。全長約1.3km。木漏れ日が注ぐ広葉樹の森を抜けると、やがて直線的な針葉樹の森へと道が変わる。途中にはベンチや山小屋風の休憩棟、ヨガもできるウッドデッキがあり、森を「歩く」だけでなく「とどまる」ことも楽しめる。

この日、案内役を務めるのはおくたま地域振興財団の白田武司さん。奥多摩在住のアーティスト・伊藤弘二さんと妻の瑠理さんが、その道を

ともに歩く。

白田さんが足を止め、ふたりに語りかける。「人間は七百万年ものあいだ森で暮らしてきた生き物なんです。だから、森に入ると体が“元のリズム”を思い出す。癒すというより、人が本来持つ機能が働く感覚なんです」

促されるまま、三人で深呼吸。ヒノキの香り、落ち葉の匂い、風の音、足音。感覚を開くたびに、森の中で自分の輪郭がゆるんでいく。

「五感が全部動き出す感じ」と瑠理さん。とくに触覚が敏感になるという。彼女は手袋を外し、幹や苔の感触を確かめるように歩く。「同じ線でも、触るとぜんぜん違う。冷たい、やわらか

い、湿ってる——その違いが面白いですね」

弘二さんは、歩みを止めてスケッチブックを取り出す。ペン先を動かしながら、木々の枝ぶりや光の差し込み方を確かめるように描く。「同じ木でも、光の角度や時間でまったく違う表情になるんですよ。だから、形を描くというより、光を追っている感じがですね」

線を引くたびに、風の向きや葉の音が紙の上に溶け込んでいく。

登計トレイルは、初心者でも歩きやすい穏やかな道のりだが、立ち止まるたびに世界が変わる。白田さんがルーベを差し出すと、葉の表面に細かな毛と気孔がびっしりと並んでいるのが

見える。「見慣れた葉の中にも、こんな宇宙があるんですよ」と瑠理さんが息をのんだ。

道の終盤、斜面から張り出した広いウッドデッキに出る。風が抜け、光が揺れる。白田さんが静かに言う。

「ここですばらく目を閉じてみてください。風の音も、水のせせらぎも、全部が“森の声”なんです」

やがて静寂のあと、弘二さんがぼつりと言った。

「奥多摩に住んでいると、こういう森が“特別な場所”じゃなくて、すぐそばにある。日常の中に森がある——それが、いちばん贅沢なんだと思います」

NO PLANTS, NO LIFE

植物のある暮らし

① 平垣綾さん instagram @korima198



蜂と菜園と人が紡ぐ、 小さな循環

青梅街道をひたすら奥多摩方面へ。古里駅を過ぎてほどなく、右手に小さな斜面に広がる可愛らしい菜園が見えてくる。その上に立つのは、秘密基地のような平屋の家。約10年前、都心からこの地に移り住んだ平垣綾さんが、家族とともに紡ぐ“農ある暮らし”の風景だ。

菜園には、アスパラがすっと伸びる横でニラの白い花が揺れ、ウドや黒豆、さつまいも、ハーブが隣り合う。季節ごとに入れ替わる草木が競うことなく共に根を張り、枇杷や柿、オリーブの木々がそれを見守るように実をつける。虫や鳥、風までもが一つの生態系として息づく、まさに小さな菜園だ。

欧州での暮らしを経て、帰国後に子どもが生まれたことで、綾さんの暮らしは大きく変わった。イングリッシュガーデンを夢見ていた時代もあったが、「安心して食べられるものを自分でつくりたい」——そんな思いから、いまや多様なのが行き交うナチュラルガーデンのような菜園が完成している。

「農薬や化成肥料は使わず、落ち葉や穀殻、蜂の巣のかすですてつくったぼかし肥だけ。畑の半分は“ぼうぼうゾーン”にして、虫や花の居場所を残してます。雑草であれなく全部抜かないようにしてるんです」

かつて除草剤が撒かれていた土地を、何年もかけて手で耕し直した。ソルゴーや豆科の植物を植えて土を休ませ、少しずつ命を戻していったという。「土がふかふかになって、ミミズが戻ってきたときがうれしかった。畑って“つくる”というより“育てる”感じなんですよね」

そんな菜園に欠かせないのが、4年前から飼い始めたミツバチたちの存在。年々、順調に分蜂が進み、二ホンミツバチ3群、セイヨウミツバチ1群が菜園の受粉を助け、はちみつの恵みを与えてくれるようになった。養蜂から出る巣のかすは、ぼかし肥に混ぜて半年ほど寝かせ、また畑へと戻す。

「蜂がいるから花が咲いて、花があるから虫、鳥が来る。そうやってぐるぐる回るのが、見てて飽きないんです」

2年前から古里駅の隣で、無人販売所「こりま」をスタート。菜園やご近所で作られた野菜や苗を安価で販売している。住人にも観光客にも大好評の取り組みだ。また最近では、地域の関わりしるをさらに増やす構想もある。「ひとりでやるんじゃなくて、みんなで畑をシェアしていけたら。関わる人が増えた方が、いのちの循環も豊かになる気がするんです」

そう語る平垣さんのまなざしは、いつも畑の奥を見つめている。「自然って、ちゃんと回るようにできてるんですよ。私が何かをしているというより、むしろ助けてもらってる感じ。日々、自然から教えてもらっています」

山の庭に息づく四季を 手のひらでも愉しむ

東京・練馬区在住の高瀬任子さんが、奥多摩にアトリエを構え、二拠点生活をするようになって15年。奥多摩の山々を望む庭は、四季折々の発見に満ちている。「ここは苔がよく育つんです。ハイゴケがしだいに増えて、庭全体に緑の絨毯が広がっていくのが楽しくて」。奥多摩の湿潤な気候に合う植物を見極めながら、山野草や苔を少しずつ育ててきた。

春には、可憐なキランソウやフデリンドウが土の間から顔を出す。初夏には白花のイヌタバやミジソバがそっと咲き、夏の盛りにはヤブ

ランやドクダミが白い穂を立てる。秋には紅葉の足もとでリンドウが澄んだ青を灯し、シュウメイギクが風に揺れ、さらにヤマラッキョウの紅葉、ワレモコウのこげ茶、ノコンギクの淡紫が点々と彩りを添えていく。

冬枯れの頃には常緑のギボウシやミセバヤが静かに庭を支え、その隙間を縫うように苔の仲間たちが優しく地面を包む。

「この土地に合う植物は、背伸びしない強さがある。自然のバランスに任せると、思いがけない場所から芽を出したり、こぼれ種で増えていったり。そういう“偶然の景色”が一番美しいんです」

庭づくりの基本は「無理をしないこと」「植物には“その子の好きな場所”がある。陽が

当たりすぎても、湿りすぎても嫌う種類も多い。だから、北向きや半日陰など、まずは場所選びから」

苔を育てるときは、朝や夕方の涼しい時間に霧吹きで潤し、石のまわりに張って保湿を促す。「苔は風通しのよさが命。水だけでなく、風の通り道をつくってあげると元気になるます」。

山野草の庭をつくるなら、最初は小さなスペースから始めるのがコツだという。石を一つ置き、苔を張り、気に入った草を数株添えるだけでも十分。「自然に見せるには、植えずぎなこと。抜くことも大事なんです」

そんな庭から生まれ、高瀬さんが愛してやまないのが、手のひらサイズの“山の風景”——〈手

のひら盆栽〉だ。「盆栽ほど形を整えすぎず、虫食いの葉や曲がった枝もそのまま受け入れたい。自然を切り取るように、小さな世界の中に“奥多摩の山”を閉じ込めるのが楽しいんです」

作り方も、まさに器の中に小さな山の庭をつくるような感覚だ。最初に鉢と軽石を選び、次に主役となる植物を決める。奥多摩の庭で育った苗を載せたら、苔や草花で脇役を添える。根が張る範囲が限られているため、植えられた苗はゆっくりと育ち、10年ものミニ紅葉もあるという。

自然の呼吸に耳を澄まし、草木とともに時を重ねる。その穏やかな営みが、奥多摩の山々とともに、今日も静かに息づいている。

NO PLANTS, NO LIFE

植物のある暮らし

② 高瀬任子さん



高瀬さんは、苔を使った草盆栽“てのひら山野草”を創作する苔アーティスト。15年前に奥多摩にアトリエ「黄色い家・リマーニ」を構え、現在二拠点生活中。苔テラリウムの教室、植物に関連する本をそろえる「まちライブラリー」によるオープンアトリエも随時開催。



自家製はちみつは、イベントなどでも販売



菜園を見守るオリーブ(左)と枇杷(右)の木



ミツバチの世話は、主に夫・貴行さんの担当だ



挿し木で増やしたブルーベリーの苗。こりマで販売



山野草に囲まれ庭の手入れを楽しむ



白花ホトトギスが秋の庭を彩る



イネ科植物の根に寄生する妖艶なナンバンギセル



苔むす足元に小さな森の息づかい



山の風に挑む、 奥多摩産メロン

山の木々が色づきはじめる頃、奥多摩町・海沢に暮らす佐藤義雄さんは、来シーズンに向けてハウスの骨組みを整え始めていた。

もともとは庭先で鉢植えの果樹を育てていたという佐藤さん。ぶどうやりんごを数鉢ずつ手がけていくうちに、土の力をもっと感じたいと思うようになった。やがて自宅裏の敷地を借りられることになり、そこから少しずつ畑を広げていったという。山の傾斜を生かした畑では、季節の野菜のほか、巨峰やシャインマ

カット、ワイン用ぶどう、りんご、梨、栗など、さまざまな果樹を育てている。とりわけ情熱を注いでいるのが、ハウス栽培のメロンだ。「奥多摩でメロンなんて珍しいでしょ(笑)。このあたりでメロンをハウスで育てるのは、たぶんうちくらい。でも、誰もやらないから面白いんです。できないと思われていることをやってみたいし、美味しいって喜んで食べてもらえるのが嬉しい」

気温差の大きい山の環境は糖度を上げるには理想的な一方、ハウス内の細やかな温度管理が必須のため、栽培は一筋縄ではいかな

い。初夏から夏にかけては、朝からメロンにつきっきり。微妙な気温変化でもハウス内が高温になってしまうため、こまめに換気をして温度を下げる。まるで小さな子どものように目が離せない、と佐藤さんは笑う。「ほんの少しの気温や湿度の違いで、玉の張り方が変わるんです。毎日、温度計とにらめっこ。難しいけど、それが面白いところなんです。風通しもいいし、奥多摩は水も本当にきれい。甘くなる条件がそろってるんです」

季節ごとの豊かな実りは、吉野街道沿いにある無人販売所に並ぶ。メロンをはじめ、奥多摩では貴重な果樹が大人気の一品だ。飼っ

ている烏骨鶏の卵もファンが多く、「美味しかった」の一言が佐藤さんのやりがいにつながっている。

畑の獣害対策のために飼いだめた二匹の甲斐犬“うな”と“かい”(先日はアライグマの撃退にも貢献!)を連れて畑を歩きながら、佐藤さんはこやかに話す。「なかなか全部までは手が回らないけれど、来年はもっといい実をつけたいですね。自然って、いつも違う顔を見せてくれるから飽きないんです」

その眼差しの先には、まだ見ぬ夏の実りが、確かに息づいている。



集落と山々を見渡すならかな斜面で果樹を栽培



うなとかいを連れて畑をパトロール



無人販売所に納品する時は、愛犬たちと一緒に



たわわに実ったリンゴ。犬たちも大好物だという

個性派グリーンとの 喜苦ある暮らし

2015年、浅草から奥多摩へ移り住んだ宇都宮浩さんの家には、50株を超える観葉植物が暮らしている。

チランジアとも呼ばれるエアプランツを中心に、サボテン、食虫植物、ディッキアなど——「形の面白いものばかり」。食べるわけでも、実用になるわけでもない。ただ、眺めて楽しい植物たちだ。

「もともと植物に詳しくなかったわけでも、自然観察が得意だったわけでもない」と言う宇都宮さん。

だが、小学生の頃、母が買ってきた一株のエアプランツ(テクトラム)の記憶が、ずっと心の

奥に残っていた。土も鉢もいらず、空気中の水分を吸って生きる不思議な植物。奥多摩に越すとき、その記憶がふとよみがえり、「あの奇妙な植物たちを本気で育ててみたい」と思い立ったという。

集まった植物の多くは、南米や中南米、南アフリカなど——奥多摩とは真逆の環境を原産とするものばかり。

「寒さにも湿気にも弱い。奥多摩は彼らにとってサバイバルです」

〈キセログラフィカ〉、〈カプトメデュセエ〉、〈セリアーナ〉、そしてディッキアの仲間……それぞれ性格がまるで違う。直射日光で焼けるもの、高温を嫌うもの、湿気を好むもの。光・風・水のバラ

ンスが少しでも崩れると、たちまち枯れてしまう。「本やネットに書いてある“週2〜3回の霧吹き”なんて全然参考にならない。やってみないとわからないんです」

気温や湿度に合わせて水やりのタイミングを変え、吊るし方や置き場所を少しずつ調整。そうして数年かけて、株ごとの“機嫌の取り方”を体で覚えていった。

「エアプランツは成長が遅い。だから、焦らず見守る時間こそが醍醐味です」

最大の喜びは、子株ができた瞬間。ある日突然、親株の根元から小さな突起が顔を出す。急いで株分けせず、しばらくは親のそばで見守る。いまでは多くの株が次々と子株をつけるように

なったが、気難しい〈セリアーナ〉が七年目にしよやく子株をつけたときは、心の底から喜びをかみしめた。

「50株の世話は、正直しんどいです。どんなに眠くても水やりをさぼれない。でも、もう“ない暮らし”は考えられない」

かつて自然観察が苦手だった自分が、いまは葉のわずかな変化に一喜一憂している。

「妻からは“どうせ育てるなら食べられる植物を”(笑)、エアプランツを通して、ようやく野菜やきのこにも興味が出てきました。教えてくれたのは、自然観察の面白さと、自然と折り合うしぶとさかもしれません」



ARRANGING THE WILD

野を活ける



季節の移ろいを ひと束に集めて

奥多摩のお隣、青梅・柚木の自宅裏の山を歩きながら、宮野のぞみさんは軽やかに草花を摘んでいく。フラワーアーティストとして長年、ウェディングや会場装花を手がけてきた彼女が、いま惹かれているのは、こうした“野にあるまま”の植物の姿だ。

「お花屋さんの花ももちろん素敵だけれど、野の草花は生き様が感じられるんです。自然の大きな変化や喜び、そんななかでも懸命にいのちをつないでいる。その姿に魅力を感じます」

一年中、山野草を摘んでは家の各所に飾る。投げ入れで心がけるのは「今をきりとること」。「同じ“夏”でも、6月末と9月では景色もまるで違う。一つの花も、咲き始めと咲き終わりでは

まったく姿が違います。その変化をそのまま写しとる感覚。自然はそのままで完璧だから、それを花器にも移させてもらうイメージです」

花屋では、花の鮮度を重視するため枯れはタブー。しかし「枯れゆく姿もまた自然」。陽を受けて色褪せ、朽ちゆく葉にも美を見出す。ボロギク、イノモトソウ、ネコジャラシ、アメリカセンダングサ、ヤマゴボウ……可憐な在来種も、“厄介者”とされる外来種や雑草も分け隔てない。どんな草花も、その手にかかると、季節の瞬を映す、世界に一つだけの花束になる。そのまなざしは、裏山〈宮ノ森〉にも向けられている。2年前に植林を伐採し、いまは自然の呼吸に合わせた森づくりを仲間（奥多摩・青梅など地域の人たちにくわえ、遠方から訪れる人も）とともに進めている。「ヤマゴボウが一面に生えた時は嫌だなと思ってたけど、実は土を耕すパイオニア植物。人間に

とっても厄介者でも、意味があつてそこに生えてきている。そう思うと、愛おしくて。自然って本当によくできていると実感します」

「花器は、大地。器に呼ばれる草がある」というのぞみさん。摘んだ草に合わせて器を選ぶ日もあれば、「今日はこの子だな」と器の声に耳を澄ます日もある。「投げ入れは心の鏡。元気な日は明るい花がなじむけれど、気持ちが沈む日は花のまぶしさがつらい。そんな時は、小さな花が美しく見える。無理に明るくしないでいい。その時の自分を受け入れるきっかけにもなるんです」

活け終えた後、のぞみさんが必ず行うのが水打ちだ。大地から離れた命にそっと一筋の水を垂らし、「ありがとう」と手を合わせる。折るように、敬うように。小さな所作に、植物への敬意と、季節への静かなまなざしが満ちていた。



PROFILE
宮野のぞみさん

青梅在住のフラワーアーティスト。「花あそび花寿庵」主宰。家業は植木屋・薪販売「梅寿園」。2023年春より自宅裏山「宮ノ森」で、人工林を本来の森へ再生する活動に尽力。毎週金曜日に作業する仲間を募集中。2026年から月1回、「花」の日も始動。活動の様子は、Instagram (@urayama.mori.saisei) にて。

小さな手がつなぐ、 季節の記憶

吉野街道沿いに佇むお店「そば・うどん丹三郎」。江戸時代に建てられた茅葺屋根の店の庭には、季節ごとにさまざまな草花が咲く。週末の賑わいの中、その庭で小さな指先を動かしているのが、店主・黒住耕太さんと優香さんの娘、菜央ちゃん（6歳）だ。お店の仕事に忙しい両親のそばで、自然と夢中になった遊びが“押し花”だった。

庭で摘んだスマシ、シダの仲間、ドクダミ、コスモス、シュウメイギク、カエデ……。

菜央ちゃんは季節の草花を厚い本にはさみ、日をおいてそっとページを開く。花びらの色や形がそのまま残る瞬間が、いちばんのお楽しみだ。

できあがった押し花は、白い紙の上に並べて絵を描くように遊んだり、パウチしてしおりに仕立てたり。お店の一角に「ご自由どうぞ」と置かれたしおりは、いつのまにか訪れる人たちの小さな楽しみになっている。

押し花づくりのきっかけについて、耕太さんはこう話す。

「お店を切り盛りしているので、日曜日などのお休みの日は、店で過ごすこともある。でも、なにか自然のなかで遊ぶきっかけがないかなと思って。店のまわりにいろんな花があって、それを見ながら育っているから、なにか形にできないかと考えたのが押し花でした」

丹三郎の庭は、季節の移ろいを感じられる場所だ。コスモスなどの草花が自ら種を落とし、翌年また咲く。そんな草花を、季節ごとに摘んで店の花器に活けている。

「庭の草を飾ると、お店の空気がやわらぐんです。派手な花じゃなくても、野の花って魅力がある」と優香さん。

「摘んだ花をそのままにしておくのももったいなくて、押しに残しておく、またきれいに見えるんですよ。枯れちゃうのがかわいそうで、どうにかして形にしたい。押し花を見ながら、“ちゃんと咲いてたんだなあ”って思います」

庭で摘んだ草花が、押し花となり、しおりや絵に姿を変え、訪れる人の手の中へ渡っていく。忙しい日々の合間に、菜央ちゃんが花を摘み、押し、そっとしおりに仕立てる時間。

家族とこの土地が育む小さな営みが、季節を手のひらにとどめるやさしい風景をつくっている。

『そば・うどん丹三郎』の
看板娘・黒住菜央です♪

押し花が
できるまで



ハサミを片手にお庭を散策。気に入った草花を見つけたら、チョキンとひと摘み。



図鑑などの大型本を開き、ティッシュペーパーを一枚。摘み取った草花をそっと並べ、静かにページを閉じる。



およそ二週間ほどで押し花の完成。ときどき本を開くと、忘れていた花が現れて、ちょっとした宝探しのよう。



パウチにしてリボンを添えたしおりに。お客さんに喜んでもらえることが、菜央ちゃんのやりがいに繋がっている。

菜央ちゃんの”おし活“



Little Hands, Little Flowers



SCULPTING IN GREEN WATER

彫刻とわさび

流れる水が彫刻する、わさびという命のかたち

山から湧く水が絶えず流れる谷に、わさびの葉が木漏れ日を受けて光っている。澄んだ水の中で、石を敷き、葉を撫でながら作業するのは、彫刻家でわさび生産者の窪田美樹さんだ。腰を落とし、水の勢いを確かめる手つきは、制作現場で素材に向き合う職人のそれに似ている。

奥多摩を訪れたのは、コロナ禍の頃。イベントがすべて中止になり、活動が止まった。閉ざされた時間の中で、「自然の中で何かをつくりたい」という思いが強くなっていったという。「わさび田を見たとき、水の中で生きている植物ってこんなに美しいんだと思いました。光や流れの変化で表情がどんどん変わっていく。その姿に惹かれました」

最初は、台風被害を受けたわさび田の復興に携わることからスタート。その後何度も足を運ぶうちに、奥多摩での暮らしが心に根を下ろした。いまは奥多摩に定住し、わさびとともに四季をめぐる日々。自然と息を合わせるように身体を動かす時間にも、深い充足感を覚えている。「石を並べたり、水を通したりする作業は、思いのほか体を使う。ダイナミックな動きも多く、自分の性格に合っていました。彫刻に似ていると思いました」

わさびという植物の独特な生態にも、強く心をつかまれたという。「わさびは土の上でも育つ、比較的強いアブラナ科の植物です。けれども根を大きくするには、水を流し続ける必要があります。理由は、わさび自らが出す殺菌成分を洗い流すため。そうすることで、根が大きくなる要因の一つになると聞いています。自然の力と人の技とのあいだで保たれる、わさび作りのこうした側面に、面白さを

感じています」

ダイナミックな作業がある一方で、管理は驚くほど繊細だ。水の流れ、光の角度、石の置き方——ほんの少しの違いで、わさびの育ち方が変わる。変化し続ける田を整えてゆく作業の積み重ねが、彼女にとっての「ものづくり」そのものになっていった。

「まず水が田に流れているかを確認します。流れていなければ、水口を直しに行きます。自分が施した工夫など、自然によって容赦なく崩され、変えられてゆく。その中で前進することは、かつて感じることもなかった作業の醍醐味です」

令和6年、奥多摩町の農林山物品評会山葵の部で、東京都知事賞を受賞。形の揃い具合が評価された。「一緒に作業しているパートナーと獲った賞ですが、わさび田には長い時間を経てたくさんの人の手が入っています。ですので、あの田に関わった全員で獲った賞でもあります。嬉しかったですね」

収穫したわさびを販売するとき、窪田さんはその場で筆ペンを取り、一株一株に説明書をかくことがある。わさびの特徴や食べ方、保存の仕方が書かれ、そこにわさびのスケッチが添えられる。「観察のためのスケッチでしたが、販売でやってみようと思ったものです。化粧を施し人手に渡す販売は、昔風にいうところのお嬢に出すような感じでしょうか。もっとも、二度と会えないという点では少し違うかもしれませんが。生産者の大先輩に「わさびとお話ししてください」と仰る方がいます。そういう意味でこの説明書は、わさびとの最後の会話になっていると思います」

清らかな水音の中で、窪田さんの作業は今日も続く。彫刻家としての経験と、農の手仕事で静かに重なり合う場所。それが、彼女の今の“アトリエ”だ。



GIVEN BY THE PLANTS

山染紡の草木染め

— 季節の色をすくう —

奥多摩町の氷川小学校そばに工房を持つ〈山染紡〉は、羊毛の手紡ぎと草木染めを続ける女性たちのグループだ。30年以上にわたり、季節の草木と向き合いながら、静かに染めの作業を重ねている。使うのは、桜の枝やヨモギ、マリーゴールド、フキ、栗、アカソ、スギなど、身近にある植物たち。

「同じ草でも、摘む時期や乾かし方でまったく違う色になるんです」と、代表の小峰和子さん。春は淡く、夏は力強く、秋は深みを帯びる——その微妙な色のゆらぎこそが、草木染めの魅力。科学的な計算よりも、手と勘と経験、そして季節の移ろいが頼りだという。さらに、染め上がった糸や布は、時間とともにゆっくりと色を変えていく。

「最初は明るくても、日が経つうちに落ち着いて深みが出る。経年で色が育っていくのを見るのも、草木染めの楽しみのひとつです」

糸紡ぎをきっかけに集まった仲間たちから始まった〈山染紡〉。最初は羊毛を紡ぎ、編み、やがて「自分たちの手で色もつけたい」と、草木染めを学びはじめた。いまでは染めから紡ぎ、編みまで、すべての工程を手の中で完結させている。研究熱心なメンバーは、自宅でも身の回りの植物を試し、日々新しい発見を重ねてきたという。

「特に印象深かったのは春のハルジオン。白い花から、こんな澄んだ黄色が出るなんて最初はびっくりしました。同じ草でも、媒染方法や季節でまったく表情が変わるんです。それが楽しいですね」

そして、〈山染紡〉の染めの中心にあるのが“藍”だ。作業場の庭で育てた藍は、夏には生葉で、冬には乾燥葉で染め液をつくる。花が咲く少し前の葉が最も色を出し、乾かしておけば冬でも染められる。毎年、自分たちの手で種を採り、翌春にはまた畑へとまく。「去年の色が、次の年へつながっていくのがうれしい」と、作業を共にするメンバー達はその喜びも分かち合う。

藍を育て、摘み、染め、また種をまく——。命の循環とともに受け継がれるその青は、深く静かに息づく山の記憶のよう。愛情深い手仕事を通して、季節の色がそっと作品に染みこんでいく。



PROFILE

山染紡（さんせんぼう）

編み物教室を前身に、30年以上前に設立。羊の毛から糸を紡ぎ、草木染めを行う。現在のメンバーは、8名。山染紡の糸糸や作品は、町内のイベントや奥多摩駅2階「ポートおくたま」でも購入可能。入会希望や問い合わせは、0428-83-2478（代表・小峰）まで。

巨樹を追いかけて

A QUIET GIANT
TREE QUEST

かつて一般公開していた平岡さんの自室アトリエにて。登山が趣味だった洋子さんにとっても、巨樹を巡る大冒険は心躍る日々だったと振り返る。

妻と歩いた画家
平岡忠夫の道

奥多摩の最奥・日原。深い森と切り立つ岩山に抱かれたこの地に、巨樹を描き続けた画家・平岡忠夫さん(96歳)は長く暮らしてきた。約一年前から近隣の施設で過ごしているが、窓の外に森が見えると穏やかな表情を浮かべるとい

う。「やっぱり木を見ると落ち着くみたいなんです。13年前に認知症になってからは絵を描かなくなりましたが、心の中では、まだ木を見ているんだと思います」と、妻の洋子さんは話す。

平岡さんが巨樹を描き始めたのは、山梨県にある精進湖で一本の大杉に出会ったのがきっかけだった。「世の中にこんな木があるのか」と心を打たれ、絵筆一本で各地を巡るようになった。洋子さんはその旅の相棒だった。「行く前に私がパソコンで場所を調べて、地図を印刷して持って行くんです。長距離を運転して、熊よけに爆竹も背負って、獣道を歩いて。やっと見つけても“姿がよくない”とか言って描かないの。もう、こっちは腹が立って(笑)」

二人は険しい山道を何時間も歩き、やっと巨樹を見つけた時の夫の顔を、洋子さんは今も覚えていいる。「“あった!”って言った時の顔がね、本当にうれしそうで。まるで子どもみたいでした。夫はね、“木が呼んでるような気がする”ってよく

言っていましたね」

木に出会ってから描き終えるまでの時間も、決して容易ではなかった。乾燥させたウドの茎を削って筆代わりにし、和紙は特注のミツワ紙。さらに絵を描くときの水は、現地の湧き水や沢の水を使うのが平岡さんのこだわりだった。「その木が生きている場所の水で描きたいって言うんです。同じ絵の具でも、違う水だと色が変わるって。水を用意するのは私の役割でしたが、山の奥ではそう簡単に水場が見つからないことだってある。実はこっそり、ペットボトルの水を忍ばせて持っていったこともありましたね」

無事に描き終えた後も、洋子さんにはひと仕事が残っていた。山の中で描いて、湿気で紙が乾かないから、車の中で暖房をつけて乾かすんです。そうやって一枚ずつ描いていました」

巨樹に惹かれて日原で暮らした平岡さんは、奥多摩の大木たちも絵に収めた。自生の木とし

て東京都内に現存する最大のヒノキ「倉沢のヒノキ」を落雷から守るため、自ら先頭に立ち、避雷針の資金を集めたこともある。

巨樹を描くことでその魅力を伝え、自然や環境を守る——それが平岡さんの目的だった。一度も作品を売らず、絵はすべて人々に見てもらうために描かれたという。3000枚を目標に、ライフワークとして筆を取り続けた。平岡さんが立ち上げに携わった日原の「森林館」では、今も巨樹の絵が展示され、生き生きと描かれた木々が静かに息づいている。

「苦労してようやく出会った木を見上げると、私も毎回すごく感動しちゃって。“頑張ってるね”“また来るね”って思わず言っていましたね。でも、私のほうが寿命が短いから、きっともう会えないのにね」

そう語る洋子さんの隣には、いまでも色褪せない平岡さんの作品がところ狭しと並ぶ。そして窓の外には、悠久の時に息づく日原の自然が、静謐のなかに広がっていた。

THE Garden Wars

それでも、種をまく。

— 片倉先生と獣たちの知恵くらべ —

奥多摩の山あいでも30年。双葉会診療所の医師・片倉和彦さんは、診療のかたわら

4〜5か所の畑を耕してきた。最初は家の裏の空き地を開墾し、トマトや

ジャガイモづくりからスタート。無農薬で、手に触れる作物の感触を楽しみながら続けてきたが

10年ほど前からはサルやイノシシの被害が深刻化。畑は“ドクターvs野生”の知恵比べの

場となった。「いつかギャフンと言わせてやる」と強がりながら、片倉先生は今日も畑に立つ。



鬼の形相で、いざ対峙

「サルは人の顔を見てます。だから追い払う時は“鬼の形相”で!」。「ヘラヘラしているとナメられるんですよ」と、普段は穏やかな先生も、この時ばかりは眉を吊り上げて仁王立ち。イメージは、「アニメ日本昔話に出てくるいじわるなおじいさん」。怒り顔で近づけばサルは一応逃げるが、遠くの本陰からじっとこちらを観察。「きっと“また来るぞ”と思ってる顔ですよ。ああ、憎たらしい!」。そう憤慨する片倉先生の顔は、やっぱりちょっと怖くない。先生は“効果抜群”と言うが、実はサルのほうが先生を研究しているだけという説も濃厚だ。



獣害アイテム全制覇!?

「効きそうなものは、ぜんぶ試しましたよ」。オオカミの尿、ヒトデの粉、カブサイシン入りのスプレー——結果、効果は「気休め」程度。「ヒトデの粉なんて、臭いし吸い込んでこっちは具合悪くなります(笑)」。極めつけは、「クマスプレー事件」。収穫を心待ちにしていた奥さんが、「サルが来る前に撒いとけばいい!」と、畑じゅうに4,500円のクマスプレーを全噴射。「高かったのに!でも全然効かない」。最終的にたどり着いた結論は「電気柵がいちばん」。「電圧をケチると負けます。隙を作らない…ようにしているつもりなんですけど、大雑把な性格だから通り抜けられちゃうことも多々です」。



もじゃもじゃトマト大作戦

診療所前の畑では、前年、サルに食べられ、カボチャが全滅。そこで思いついたのが“もじゃもじゃトマト作戦”だ。前年の乾燥トマトをそのまままき、わき芽を取らずに葉が伸び放題の放任栽培。ソルムラサキや空心菜も混じる“緑の迷路”で、もじゃもじゃの葉に覆われた実はサルの目に入らない。「しかも長持ち!中玉トマトが霜が降りるまで実りました」。肥料は化学肥料をほんの少し、あとは落ち葉堆肥と発酵液「源流きりり」。“ほったらかしで結果を出す”のが、先生流の実験農法だ。



根菜と果樹、地道な共存戦略

「サルは引っっこ抜くのが好き。でも重いのは嫌みたい」。観察を重ねた先生が選んだのは、ダイコン、サトイモなど“掘りにくい作物”。「サトイモは雨が少なくないと盆栽サイズ。でもサルは来ません」。ジャガイモは被害を受けつつも、「育てるのが楽で数で勝負」と割り切る。運作も気にせず、前年の種イモを再利用するのが片倉流。一方、果樹は格好の標的。「サクランボは熟す前に全滅、ネクタリンは切りすぎて実らない」。それでも「木の下に立つと、やっぱりうれしいんですよ」。被害にめげず、今日も庭へ畑へ。獣たちとの仁義なき戦いは、まだまだ続く。



PROFILE

片倉和彦さん

医師。奥多摩町在住。約30年前に移住し、現在は双葉会診療所勤務。診療の傍ら、町内で無農薬栽培を続ける。自然観察とユーマアで獣害と向き合う“実験農夫ドクター”。

SECOND LIFE FOR EVERY BLOOM

花の余韻を愉しむ

花のいのちを、最後まで美しく――

古里駅から徒歩1分の場所に、2024年11月にオープンした「奥多摩花店」は、町内で唯一の生花店だ。華やかな花々とともに店内を彩るのは、枯れてもお美しいドライフラワーたち。「ロスフラワーを減らす取り組みの一環として、ドライフラワーにしています。きれいに咲いているうちに乾かせば、美しい色や形をそのまま残すことができる。捨てずに生かしてあげられるのが、いちばんうれしいんです」と、店主のひとり・森さん。

ドライにした花は、店内の装飾として飾のほか、オリジナルブーケやレジンを使ったアクセサリー、小物にも姿を変える。イベントなどでの販売も好評だという。「ご家庭でもぜひ挑戦してもらいたいですね。コツは“早めに”“乾かしきること”。萎れかけてからでは色も形も戻りません。きれいに咲いているうちに風通しのよい場所へ吊るして、しっかり乾かす。エアコンの風を利用するのもおすすめです。少しでも水分が残るとカビてしまうので、最後のひとしずくまで丁寧に飛ばしてあげてください。自然にまかせるようでいて、意外と手がかかる。でも、そのぶん愛着もわきます」

植物の種類によっても向き不向きがあり、カスミソウやスターチスなど茎の細い花は扱いやすい。チューリップやトルコキキョウなど水分の多い花は変形しやすく、難易度が上がるそうだ。「おすすめはバラ。乾くと小さく縮むんですが、その凝縮した姿がむしろ愛らしいんです」

次に花を買ったときは、萎れる前にぜひひと手間を。鮮やかな一輪が、時間の中で別の美しさを教えてくれるはずだ。

奥多摩花店

070-9293-0987

※受注販売は電話で受付。仕入れ状況によっては対応できない場合もあるため、事前に問い合わせを。
instagram @okutamahanaten

Ordinary Windows, Special Views



東京のマチュピチュ 写真提供：増田登茂枝さん／日原在住

日原の自宅からは、稲村岩がまるで庭石のように見えます。朝起きて天気と温度計を確認し、稲村岩の写真を撮ってSNSに投稿するのが日課です。雨の日は霧が立ちこめて幻想的に、晴れた日は夕焼けに染まります。そんな風景を「東京のマチュピチュ」と呼びながら、日原の四季を楽しんでいます。日原出身の私ですが（夫も）、いくつになっても飽きない、特別な風景がここにはあります。



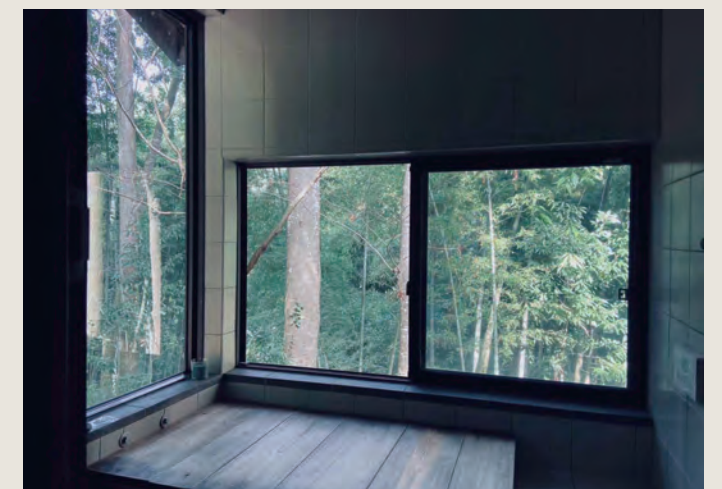
奥多摩湖の四季を感じながら 写真提供：島崎祥子さん／小河内在住

結婚を機にこの地に住み始めてもうすぐ8年になります。最初にこの家に来たときはテラスから望む景色の良さに心惹かれました。いつしかこの風景も見慣れてしまったけれど、子育てに奮闘する日々なかで、新緑、紅葉、雪景色など、自然が紡ぐ四季の風景にふと癒やされる瞬間があります。



記憶に残る、春の風景 写真提供：林さんご夫妻&こうたろうくん／小丹波在住

古里にある熊野神社下の参道沿いに住んでいます。我が家からは、小丹波ののどかな里山風景と山々を一望することができ、四季折々の風景に心が安らぎます。特に楽しみなのが、春。遠くに望む、新緑に萌える山々。そして、一面黄色に染まる菜の花畑。道路工事の計画があり、一面の菜の花畑の風景も変わるかもしれませんが、いつまでも心に残る風景です。



竹林を望む、癒やしのお風呂 写真提供：鈴木里華さん／海沢在住

家の裏に竹林と木々が広がる我が家。毎日、窓を豪快に開けて「グリーンシャワー」を浴びています。竹林を眺めるのに最適なのが、浴室。朝風呂はキラキラの竹林を、夜のお風呂は鹿の鳴き声を聞きながら、お風呂の時間を楽しんでいます。自然を近くに感じると、身体も元気になる気がするから、入浴時間がサイコーの癒やしです。

— Welcome to —

OKUTAMA TOWN

もり 東京の森林へ移住定住のススメ

東京都内での生活と自然豊かな環境を両立する奥多摩町では、移住・定住者を迎えるために、さまざまな支援を行なっている。住宅支援や子育て支援制度も充実しており、ファミリー世帯にも暮らしやすい町だ。

移住・定住応援補助金

奥多摩町では、次代を担う若者等の定住を応援するため、定住を目的として住宅の購入・リフォーム等をした方に対して、10万円以上の事業費の1/2以内、最大200万円の補助金を交付します。また、次の条件に当てはまる場合は、町内で使える各々10万円ずつの商品券を上乗せして支給します。

- 1) 奥多摩町内に所在する事業所等に事業を依頼した場合
- 2) 壁、床等に地場木材（多摩産材）を10㎡以上使用した場合
- ◎年齢条件 以下の方を対象にしています。
- 45歳以下の夫婦
- 18歳以下の子どもを持つ世帯
- 35歳以下の方

子育て支援

子育てのしやすい町をめざし、子育て支援事業を行っています。入園・入学・進学等の支援や、中学制服代、高校生通学定期代など、子育てを頑張っている方への負担を軽減するための助成があります。

お問い合わせ：奥多摩町定住応援総合窓口 Tel.0428 83 2310 <http://www.town.okutama.tokyo.jp>

住宅資金借入の利子補給

奥多摩町に定住を目的とした住宅の購入・リフォーム等をされた方に、金融機関などからの資金借入に対する利子補給を行っています。条件は、400万円以上の融資を受け、償還期間が10年以上であること。町内金融機関を利用する場合は、最大年額33万円まで補給します。給付期間は36カ月。

- ◎年齢条件 以下の方を対象にしています。
- 45歳以下の夫婦
- 18歳以下の子どもを持つ世帯
- 35歳以下の方

その他

①安く家が借りられる町営若者住宅 ②空家バンク制度 ③町が整備した分譲地、一定の条件で住宅がもらえる事業など、ほかにも定住および子育てにまつわるさまざまな支援を行っています。

Edit & Text & Photo: Yukiko Soda [miguel] Miguel Utsunomiya [miguel] Art direction: Atsushi Kodani Design: Yasuko Kitaguchi Illustration: Toshiyuki Hirano
発行:東京都奥多摩町 <https://www.town.okutama.tokyo.jp> 編集&制作:株式会社ミゲル 〒198-0101 東京都西多摩郡奥多摩町大丹波640 miguel@dg8.so-net.ne.jp <http://www.miguel-web.info>
2025年11月発行 本誌は奥多摩町内の各観光施設、協力店などで配布しています。店頭などで無料配布にご協力いただける施設を募集中です。ぜひお問い合わせください。
COVER STORY / 清流の青と森の緑。そんなイメージが強い奥多摩町。でも、目を凝らすと色とりどりの草花があふれている。日常にもっと色を、植物を。

