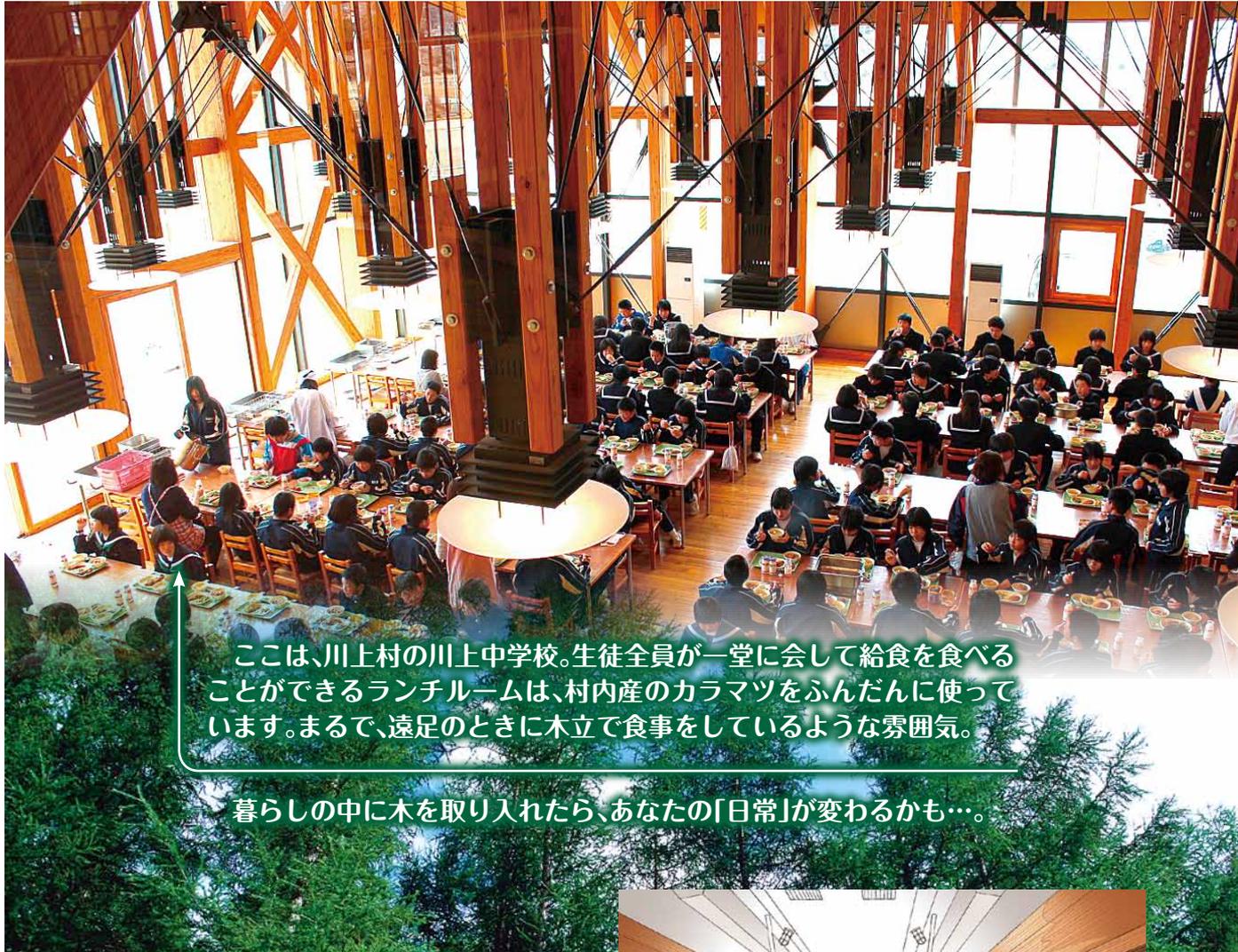


## 特集

# 木のぬくもりにつつまれて



ここは、川上村の川上中学校。生徒全員が一堂に会して給食を食べることができるランチルームは、村内産のカラマツをふだんに使っています。まるで、遠足のときに木立で食事をしているような雰囲気。

暮らしの中に木を取り入れたら、あなたの「日常」が変わるかも…。

## 内装に長野県産材を使用！ しなの鉄道の観光列車 「ろくもん」 デビュー！



©EJJI MITOOKA + DON DESIGN ASSOCIATES



▲1号車の車内デザイン。車内中央に子どもの遊び場(木球のプール)を設置予定

いよいよ7月11日に運行が開始されるしなの鉄道の観光列車「ろくもん」。週末や夏休みなどに運行し、軽井沢駅から長野駅までの楽しい旅を私たちに提供してくれる予定です。

内装には、1号車にカラマツ、2号車にスギ、3号車にヒノキと、長野県産材をふだんに使用。観光列車「ろくもん」に乗って、それぞれの木の香りやぬくもりを感じてください。



長野県観光PRキャラクター  
「アルクマ」からの

信州の木  
クイズ **その1**

長野県は、「森林セラピー」の基地・ロードの認定数が日本一！「森林セラピー」は、癒し効果が科学的に検証された「森林浴効果」のこと。そして、癒し効果の理由の一つが森の香りに含まれるある化学物質。人の心に安らぎをもたらすとされるその化学物質は何と言うでしょう。  
(答えは次のページ)

- ① ホルムアルデヒド
- ② フィトンチッド
- ③ メチルフェノール

特集

木のぬくもりにつつまれて

「夏は涼しく、冬は暖かく、とっても快適！」

「木の感触が気持ちいい」…。

信州の木の家で暮らす方々からは、  
そんな喜びの声が聞こえてきます。

そろそろマイホームをお考えの皆さん、

選択肢の一つに「信州の木の家」を加えてみてはいかがでしょうか。

画像提供：(株)フォレストコーポレーション  
工房信州の家

# 「木の家」で暮らす

## 「木造住宅」

## Q&A

「木家に住みたい！」だけど、耐久性、費用などについて不安や疑問に思っている皆さんも多いはず。「木の家」を建てる際に知っておいていただきたいことをQ&Aにまとめました。

**Q** 木の家は、地震や火事に弱いイメージがあるのですが、耐久性は大丈夫なんでしょうか。

**A** 木の家は、自然災害に弱いイメージがあるかもしれませんが、そんなことはありません。たとえば地震などのときには、古い木造住宅の数が圧倒的に多いので、木造住宅の被害が目立ちますが、適切に今の建築基準を守って建てられていれば、木造住宅も十分な耐震・耐風・防火性能を持っています。

さらに、長野県産材をご活用いただければ、何十年も信州で育った木ですから、長野県の土地や気温、湿度、天候になじんで、家が長持ちします。

**Q** できれば県産材を利用したいのですが、どんな基準で選べばいいですか。

**A** 県産材のご活用を考えていらっしゃるのならば、信州木材認証製品センター認定の「信州木材認証製品」をお選びいただくと安心です。

木の住宅の不具合の原因の一つは、乾燥が不十分な木材を使用していること。「信州木材認証製品」は、すべて含水率が20パーセント以下の乾燥材。品質、寸法についても厳しい基準をクリアしている信頼性の高い製品です。

URL: <http://www.logos.co.jp/kensanzai/index.html> (信州木業ネット)



このマークが目印！  
信頼の信州木材  
認証製品の証です。

**Q** 木造の住宅って、費用がかかりそう…。木の家を建てる上での助成制度ってありませんか。

**A** 木造住宅、特に県産材を活用した住宅は費用がかかると思われがちですが、実はそうでもないんです。住宅建設費に占める木材費の割合は10～15パーセントと意外に低く、県産材を使ってもそんなに高くなることはありません。また、以下に紹介するような助成制度を利用すれば、さらに費用を抑えることができます。

### 木造住宅の新・増築等をお考えの方に

#### 木材利用ポイント

木造住宅の新・増築、木質化工事、木製家具などの購入等を行った方に対して、地域の農林水産物などと交換できるポイントを国が給付する制度です。

■ 問い合わせ先  
木材利用ポイント事業コンソーシアム (全国事務局)  
電話：0570-666-799 ナビダイヤル (有料)  
URL: <http://mokuzaipoints.jp/index.html>

### 県産材で新築住宅をお考えの方に

#### ふるさと信州・環のすまい助成金

地域の木材を使用して県内にエコ住宅を新築または購入される方が対象の助成制度です。

【助成額】最大80万円

【募集件数】180件(先着順)

■ 問い合わせ先 県庁建築住宅課 電話：026-235-7339  
URL: <http://www.pref.nagano.lg.jp/kenchiku/kurashi/sumai/shien/ninte/index.html> (環のすまい)  
<http://www.pref.nagano.lg.jp/kenchiku/kurashi/sumai/shien/reform/index.html> (リフォーム)

### 県産材で住宅リフォームをお考えの方に

#### 信州型住宅リフォーム助成金

県内に居住する方、または県外から移住される方で、住宅をリフォームされる方のための助成制度です。

【助成額】最大30万円(移住者は最大50万円)



長野県観光PRキャラクター  
「アルクマ」からの

信州の木クイズ その①の回答

答えは…⑧ フィトンチッドには、癒しの効果があると言われています。

※ちなみに④はシックハウス症候群の原因の一つである化学物質。  
⑨は別名「クレゾール」と呼ばれ、消毒薬として用いられています。

# 「手仕事」で増す 木の味わい

特集

木のぬくもりにつつまれて

## 食卓に

経済産業大臣指定  
伝統的工芸品

### 南木曾ろくろ細工

天然の木目が描く美しい模様と素朴な味わいが魅力です。



■問い合わせ先  
南木曾ろくろ工芸協同組合  
電話 0264-58-2434

## キッチンやお風呂場に

### 桶などの木工芸品



木曾は、名産であるヒノキやサワラなどの木材を使用した「桶」や「樽」といった木工芸品の伝統が息づく地域。使うときの爽やかな木の香りは、私たちの生活に彩りを添えてくれます。

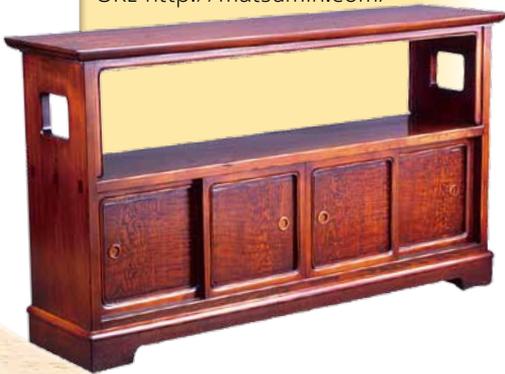
## 寝室やリビングに

### 松本家具

経済産業大臣指定  
伝統的工芸品

庶民が日常生活で使う家具として、江戸時代に城下町・松本で生まれました。一人の職人が完成まで手仕事によって組み立てていきます。

■問い合わせ先  
松本家具工芸協同組合  
電話 0263-36-1597  
URL <http://matsumin.com/>



## お子さんの成長に

### 木製のおもちゃ



信州では、多くの木工作家が工房を構え、活躍しています。彼らがつくる木製のおもちゃは、子どもたちに優しい木の感触を伝え、創造力を育ててくれます。

# インタビュー

木祖村

木工作家  
般若 芳行さん

Yoshiyuki Hannya



話を伺ったのは、般若芳行さん。石川県のご出身で、現在は、木祖村を拠点に木工作家として活躍しています。

般若さんは、地元・金沢の美術大学を卒業後、山形県の家具メーカーに就職。その後、「ものづくり」をしたいという強い思いから、木製家具などの製作の基本技術を学ぶため上松技術専門学校に入校しました。

「上松技専での1年間は、昨日の自分より今日の方が成長していると日々実感できる毎日でした。」と振り返る般若さん。

現在は、椅子や机などの家具はもちろん、お店の内装をすべて手掛けるなど、幅広く活躍されている般若さんに、「今までお客さんに言われてうれしかった言葉は？」と尋ねたところ、「般若さんのつくっている椅子には文化があるね」と言われたこと。」と答えてくださいました。般若さんのものづくりに対する思いや哲学が、お客さんに届いたと感じたそうです。

「たとえ技術がなくても、購入される方が、作品を見て、触れることで、作り手の思いが伝わる作品が本当に良い作品。また木工作家も、そうした作品をつくらなければいけないと思います。」と語ってくださいました。

ぜひみなさんも、作品を見て、触れることで、作り手の思いを感じてみてくださいね。



オリジナリティ ▶  
あふれる般若さんの作品は使いやすさもバツグン

## 松本市がクラフトで染まる1カ月

工芸の  
五月

松本市内で、約1ヶ月の間、博物館、美術館、ギャラリー等で、工芸に関するさまざまな企画を開催。  
【期間】4/29(火・祝)～5/31(土)

クラフト  
フェア  
まつもと

「工芸の五月」のメインイベント。個性あふれる作品が並びます。  
【期間】5/24(土) 11:00～17:00  
5/25(日) 9:00～17:00  
【場所】あがたの森公園(松本市)

■問い合わせ先 松本クラフト推進協会  
電話:0263-34-6557  
URL: <http://matsumoto-crafts.com/> (協会)  
<http://matsumoto-crafts-month.com/> (イベント)

5月に開催される  
県内各地のクラフト  
イベントをピック  
アップしました。

# クラフトフェアで、手仕事と出会う

## クラフトフェア飯田

今年で2回目となる全国のプロクラフト作家150組による野外クラフト展示会です。  
【期間】5/17(土)10:00～17:00 5/18(日)10:00～16:00  
【場所】かごこし子どもの森公園(飯田市)  
■問い合わせ先 URL: <http://iidafes.jimdo.com/>

## 須坂アートパーク森の中のクラフトフェア2014

さまざまな分野のアーティスト・職人が、自慢の手作り作品を持ち寄り、展示・販売します。さらに、自分だけの作品が作れるクラフト体験教室も開催。  
【期間】5/17(土)10:00～17:00 5/18(日) 9:00～16:00  
【場所】須坂アートパーク(須坂市)  
■問い合わせ先 森の中のクラフトフェア事務局(メセナホール内)  
電話:026-245-1800 URL: <http://www.culture-suzaka.or.jp/smcf/index.html>



長野県観光PRキャラクター  
「アルクマ」からの

信州の木  
クイズ その  
2

スギの柱は、一本いくらでしょう。 ※柱:四寸角(120×120×3,000mmの場合)  
(答えは次のページ)

Ⓐ 約4千円 Ⓑ 約4万円 Ⓒ 約40万円

# 信州の山を 彩る人々



[白馬村在住・信州登山案内人]

## 高木 律子さん

平成26年度は、「信州 山の日」制定の年。今回からスタートした新連載「信州の山を彩る人々」では、信州の山に関わるさまざまな皆さんが、信州の山の魅力について語ります。

第1回は、白馬村で信州登山案内人として活躍する高木律子さん。多いときで月に20日ほどは山に登っている高木さんに、山と関わったきっかけや、ガイドの魅力、山を楽しむためのアドバイスなどを伺いました。



### 信州登山案内人とは

長野県が実施する試験に合格し、「安全確保能力」「登山に関する知識」「信州の山の歴史文化に関する知識」「コミュニケーション能力」という4つの能力と知識を有する、全国でも珍しい、都道府県知事の登録を受けた山岳ガイド。ひと味違う信州の山の楽しみ方を教えてくれる、信州の山のスペシャリストです。

### 白馬の山々に魅せられて

私は千葉市出身で、実家も郊外の住宅街の中にあり、20代までは登山と無縁の生活を送っていました。大きな転機となったのが、27歳のとき。白馬村にアルバイトをしに来たことです。バスから降りた途端、私の目の前には、雄大な北アルプス。息をのむ北アルプスの美しさと、アルバイト先で出会った方々の優しさにも触れ、「ここで暮らしたい。」と思うようになりました。

翌年の冬もアルバイトで白馬を訪れて、徐々に生活の拠点を白馬村に移していきました。

### お客様の反応がうれしくて

白馬村に来る前に、求人情報でたまたま見つけて、尾瀬でハイキングガイドの仕事をしていた時期があるんです。それまでガイドという仕事はもちろん、山へ登ることもしたことのなかった私ですが、初めて任された仕事が大成功。お客さんが「今日は来て良かった。」「楽しいね。」と言って、とても喜んでくれたんです。そのときの体験が忘れられず、白馬村に来てからも、ガイドの仕事を目指しました。



インタビューの日も美しい姿を見せてくれた白馬三山(左から白馬鑓ヶ岳、杓子岳、白馬岳)

ガイドの一番の仕事は、お客さんの「安全管理」。お客さんが快適に登れているか、バテていないか、気に掛けながら登ります。お客さんの安全を確保するという意味で、危険な箇所での助言や、山登りのノウハウを知らない方に対してアドバイスなども行います。

一方で、お客さんが山に登ることで感動したり、楽しんだり、ときには苦しんだりするときに、私ができることはきっかけづくりだけ。例えば見晴らしの良いスポットの案内や、歩き方のアドバイスなどはできますが、山に登った感激はお客さんご自身のもの。ガイドのやり方というのは、人によってさまざま、たくさん正解があると思いますが、山登りの魅力を伝えるときには、ガイドはそれほど影響力がなくてもいいのではないかと私は思っています。

### 私が山に登る喜びをお客さんに還元したい

実は私、山が好きと実感できたのはつい最近なんです。きっかけは、ガイドとしてスキルアップをしようと受けてみた、日本山岳ガイド協会の資格変更試験に落ちたこと。「もっと山に登らなくちゃ、もっと山に登りたい。」と素直に思ったんです。「私は山が好きなんだな。」とそのとき初めて実感しました。これからは、私自身がもっと山に登って楽しむことで、登山の技術力をアップさせて、それをお客さんに還元したいと思っています。



インタビューは白馬村の「珈琲せんじゅ」にて。このオーナーご夫婦も北アルプスに魅せられて移住されてきたそうです

### 信州の山に登る方々へ

信州の山の魅力は、多様性にあると思います。3,000メートル級の雄大な山々はもちろん、低山でも登ってみると実は面白い山ばかり。蕎麦をはじめその土地ならではの食べ物や、日帰り温泉など、山登りだけでないプラスアルファの楽しみがあるのも良いですね。

初心者の方は特に登山靴選びが重要です。靴は体に一番密着するものなので、靴ずれ一つで、どんなに体力がある人でも山に登るのが嫌になっちゃいますよね。「登山は良い靴から」、これは私の持論です。登山の楽しみ方や注意点など、誰かに教えてもらわないと気付かないことがあると思うので、初めは私たちガイドはもちろん、経験者の方と一緒に登ることをお勧めしますよ。

信州の山に関する情報は「信州の山 ポータルサイト」でCheck!

▶ <http://www.pref.nagano.lg.jp/kikaku/yama/index.html>

## うたで巡る #1 信州の原風景

## 唱歌「ふるさと」

今年、曲の誕生から100年という節目を迎えた名曲。作詞者の高野辰之は、中野市の出身です。歌詞にある「うさぎ追いし かの山」の「かの山」は中野市にある熊坂山や大平山などの里山だと言われています。

【関連施設】高野辰之記念館 (中野市大字永江1809)  
URL: <http://www.city.nakano.nagano.jp/tatsuyuki/index.htm>

唱歌「ふるさと」も収録された「信州宝歌」は県内CD販売店などにて現在好評発売中。  
売上げの一部は、音楽教育など県内の子どもたちのために使われます。  
⇒試聴ページ(アト・ミュージックのページへリンク)

