

人生も  
サステナブルも  
「私仕様」で

Shima Eco

2023年度

Vol.

22

# 丁寧な暮らし しまエコ

COOL  
CHOICE

いま、紹介したい作品

金継ぎのうつわ

島根の漆職人 長屋桃子（出雲市）



特集

丁寧な暮らし。

人生もサステナブルも「私仕様」で

私が選びたいもの／いまHOTなnews／今日からできること／一緒にゼロ・ウェイスト／  
オロチさんとしろくまさんの「窓」の断熱のすすめ

# 人生もサステナブルも「私仕様」で

秋が来ないのでは。と思うほどの残暑や、まるで熱帯雨林のスコールのような雨。「記録的な猛暑」は聞きすぎて通常のことになってしまったし、雨が降るとすぐ浸水したり、土砂崩れなど大きな災害が頻繁に起こるようになりました。

遠い先のことだと思っていた「地球温暖化」の影響を如実に受けるいま、世界が目指す「2050年ゼロカーボン(二酸化炭素の排出を実質ゼロにする)」はもう待ったなしの状態。そんな状況にあることは知っていて、何かしたいと思ってはいても毎日の暮らしは相変わらず、勉強に、仕事に、家事に、育児に…やることに追われ、気が付けばあっという間に1年が終わるといふ人も多いと思います。

価値観が多様化してライフスタイルも様々なように、持続可能な未来へのアクションも、自分に合うものを選び、暮らしの中に取り込むものとなりました。「私はこれが好き!」というものを選ぶことで、暮らしの質を高めながら、これ以上気候変動の影響を受けない、安全でより良い未来をつくり、次世代に手渡すことができます。

I CHOOSE □□  
私が選ぶたいもの



竹と麻の  
クリーニング  
ブラシ

プラスチックではない  
自然素材のもの



フェアトレードのチョコレートや  
コーヒー豆

原産地の  
生活を守り  
児童労働を防ぐ  
フェアトレード



ステンレスの  
ガラス

洗ってくり返し



放牧の牛

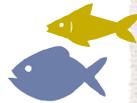
平飼いの鶏

「買い物は投票」。限りある  
そしてより良い未来をつくる  
あなたはこれから、どんな

えい こう まる  
株式会社 **永幸丸**  
永見さん



とれた魚は全て活かす。  
食卓に新しい海の幸を



「関わる人を幸せにすること」を社訓とする株式会社永幸丸。松江市島根町で定置網漁、岩ガキの養殖、一棟貸しの民宿の運営、海のアクティビティ体験などの事業を展開しながら、新鮮な魚介類を全国に販売しています。なかでも、水揚げしてもさまざまな理由で市場に出回らない「未利用魚」の販売は、代表の永見輝晃さんが大切にしている事業の一つ。「とれた魚は、どんな種類であっても大切な海の命。余すところなく食べることが魚たちを活かすことに」と、ネット通販や市内スーパーの鮮魚コーナーで売り出しています。あなたも「未利用魚」を使った料理に



チャレンジ! Fishボックス



挑戦してみませんか? まだ出会ったことのない島根の魚が、日々の料理の幅を広げます。

※未利用魚…知名度が低い、サイズが不揃い、とれる量が少ないなどの理由で利用されない魚。

株式会社永幸丸 松江市島根町野井678-4 Tel:080・6379・9324

@iwagaki\_eikoumaru

COOL CHOICE

いまHOTなnews

## これからは「デコ」の時代!?

脱炭素につながる新しい豊かな暮らしを創る国民運動が始まりました。その名も「デコ活」。脱炭素という意味の「Decarbonization」(デカーボナイズーション)と、環境にいいエコ「Eco」を合わせたDeCO(デコ)に「活動」「生活」の「活」を組み合わせた愛称です。無理や我慢をするのではなく、暮らしを豊かにしながらみんなで脱炭素を目指す運動に注目です。

詳しくはこちら!

デコ活  
くらしの中のエコろがけ



今日からできること

### “推し”の生産者を見つける

島根には未来を見据え、熱い志やこだわりを持って、ものづくりをする生産者さんやお店、企業があります。身近なところから探して応援してみてください。



ストローや  
の容器



使えるもの

動物たちの自由と  
健康を尊重



たまご

お金は、長く使えて、環境や人、動物たち、  
くものものに遣いたいですよね。

ものに囲まれて過ごしたいですか？



天然洗剤

水に  
流してからも  
安心なもの

オーガニック  
歯磨き粉

海の生きものに  
やさしい日焼け止め

地域の  
伝統工芸品

ギフトにも



地域の自然と職人の  
技術をつなぐ伝統工芸品

## Cafe and Gallery **鐘や** 八嶋さん



地域の子どもたちを応援する  
「Cafe and Gallery 鐘や」



飯南町で100年近く町の人々から愛されてきた老舗旅館「塩屋」。2022年に「カフェ&ギャラリー鐘や」として再生しました。地元の減農薬で育った新鮮な野菜を使うカフェで、週3回、夕方に「中高生食堂」を開き、子どもたちへ低価格で温かい食事を提供しています。「目指すのは『中高生たちの食事や語り、気持ちのリセットの場になること』『地域の財産である伝統的建造物を守ること』『本物の芸術に触れてもらうこと』と、代表の八嶋敏江さん。アーティストの息子さん夫婦のチョイスで、店内の内装や食器、アート作品など、幅広いジャンルの芸術にも触れます。



看板に描かれているのは未来に希望の鐘を鳴らす子ども。地域に文化の灯をともし、子どもたちを応援するカフェで、四季折々に心豊かな時間を過ごしませんか？



Cafe and Gallery 鐘や 飯石郡飯南町野萱805 Tel:0854・76・2438  
mail:kaneyacafeandgallery@gmail.com kaneya.cg.iinan

## 量り売り **Salema** 今崎さん



好きなものを好きなだけ。  
量り売りが叶える  
暮らしの幸せ



江津市の古民家に店を構える自然食品店「希樹」の一角に常設されている「量り売りサレマ」。ナッツ、ドライフルーツ、香辛料を中心に、アラメや昆布などの海産物、豆、米粉など60~70種の食品がガラス瓶に入って木製の棚に並びます。「量り売りは求める量だけ購入でき、食べ残しを防いでフードロス削減になります。仕入れの際は有機栽培やフェアトレードなどの食材を意識しています。買うことで地域の生産者さんや途上国の生活を応援することもできるんですよ」と、店主の今崎希さん。好きなものを好きなだけ自分で量って、持参の袋や瓶に詰めれば家に帰った途端ごみになる包装材もありません。「市販のカレールーにスパイスを足してみる」「今夜のホットミルクはシナモンスティックで」…など、量り売りが叶える暮らしの幸せがここにはあります。



量り売りが叶える暮らしの幸せがここにはあります。



量り売り Salema(サレマ) 江津市都野津町2069 @hakariuri\_salema

## 一緒に / ゼロ・ ウェイスト

「ゼロ・ウェイスト」とは、無駄や浪費、ごみを無くすという意味。分別・リサイクルなども大事ですが、そもそもごみを生み出さないようにするという考え方です。

- すぐごみになるものは受け取らない
- 長く使えるものを選ぶ
- 必要な量だけを買う
- くり返し使えるもの、シェアできるものを選ぶ
- 捨てる時を考えて、リサイクルできるものを選ぶ
- コンポストで土に還したり、肥料にする などなど



日本は多くのごみを燃やして処理しています。外国から高いお金(税金)で買った石油を使い、CO<sub>2</sub>をたくさん出しながら燃やすのは、もう止めたいたいですよね。一緒にゼロ・ウェイストを目指しましょう。

参考:環境省 ごみをなくす「ゼロ・ウェイスト」

オロチさんと  
しろくまさんの

## 「窓」の断熱のすすめ



はぁ～悩むわぁ…悩む～



えー、オロチさん大丈夫ですか？何をそんなに悩んでいるんです？



わしの家、エアコンつけちゃっても夏は暑いし、冬はぶち寒いんよ。特に冬はエアコンと一緒にストーブもつけて、寝るときは電気毛布も使っちゃるのに、足元をスースー冷たい風が通っていくに。どうかならんかなあ…って思って。



なるほどー！日本の家あるあるですよ。夏の風通しを優先したつくりで、特に冬は寒い家が多いんです。なかでも、ポイントは「窓」。この図を見ると、たくさんの熱が窓から部屋に入った、外に逃げていく様子が分かります。



ほんとだ！そういえばわしの家も窓が大きいわ。



薄い1枚ガラスの窓や、外気を伝えやすい「アルミ」のサッシだと外気の影響を受けやすいです。二重・三重になった複層ガラスや「樹脂サッシ」だと断熱のレベルが上がっておすすめです。



ふんふんなるほど！これはメモだわ。部屋を借りる時とか、家を建てる時は窓の周りをチェックじゃね。いますぐにできる対策はあるかいな？



夏は太陽の光をカットするサンシェードをつけたり、冬は床まで届く長いカーテンで、冷気を窓際でブロックするのもおすすめですよ。



それならわしにもできるわ！さっそく次の休みに窓の周り見てみて、断熱DIYに挑戦じゃ！今年こそ快適にすごすぞえ～。

出典)冷暖房時の開口部からの熱流出割合/全国地球温暖化防止活動推進センターウェブサイト(<https://www.jccca.org/>)より

## いま、紹介したい作品

### 漆(うるし)の魅力と「金継ぎ」のうつわ

「漆(うるし)」って、知っていますか？日本や中国、アジア地域の山に生える木の一種で、木の皮や幹に傷をつけて樹液を取り、塗料として使います。木の器や箱、盆などの表面を強くしたり傷を防いだりする特徴があり、日本では縄文時代の遺跡から漆を塗った器が発見されています。現在、福島県の会津漆器、福井県の越前漆器、石川県の山中塗・輪島塗など1府16県に産地があり、島根県では明治時代、松江に八雲塗が誕生しています。

松江市に生まれ、金沢の美術大学で漆工芸を学び、現在は出雲市の工房で漆職人として活動する長屋桃子さんは、「湿度の高い日本海側や東北に産地が集中しているのは、漆に空気中の湿気を取り込んで固まる性質があるからです。島根の気候は漆工芸に適しています」と、語ります。



「いつか漆に携わる全国の職人を島根に呼び、島根から広め盛り上げたい」と、長屋さん。

ていねいな暮らしと  
心の豊かさをつなぐ「金継ぎ」



修繕した器

漆は防水、防虫、防腐効果に加えて強い接着性があり、壊れた陶器のかけらをつなぎ合わせて修復する「金継ぎ」にも使われています。大切にしていたカップや茶碗、皿などを割った経験はありませんか？かけらをつなぎ合わせ漆で接着すれば、再び命が吹き込まれ、継ぎ目も味わいとなって戻ってきます。「金繕い」と言い、今、若い人の中では静かなブームになっているんですよ。持ち物を多くというより、お気に入りの物を繕いながら大切に使う楽しさを教えてくれます」と、長屋さん。漆が、ていねいな暮らしと心の豊かさをつなぎます。モダンなデザインの椀や携帯電話のケースなど、伝統の技を受け継ぎながら漆の新しい可能性を探求する長屋さん。「島根から漆の魅力を全国に発信し多くの人に知ってもらいたい」と、未来を見つめます。

<表紙の1枚> 金継ぎの茶碗

天然の接着剤である漆を使い、壊れた陶器をよみがえらせる「金継ぎ」の技術。器に新しい景色が生まれる金継ぎは「金繕い」とも呼ばれ、モノを大切に使ってきた日本の美しい文化が表れています。



島根の漆職人 長屋桃子

@momoko\_nagaya

オンラインストア  
<https://urushiwsn.base.ec>