

和 日 鯨 心

NAMAZU BIYORI

職人と作る木のリノベーション。



食卓から暮らしを考える を始めました！



地域全体を家と考えれば、カフェは食卓。食卓は、暮らしを楽しむきっかけが溢れていると思います。毎日がどれだけ大変で忙しくても、食卓に集えばお腹が満たされ、発見があり、明日への活力が湧いてくる。そんなカフェを目指して私たちは、食卓から暮らしを真剣に考えています。

参加者募集

ワークショップ 日本の食文化再発見 クリスマスの和菓子を作ろう

四季を彩る日本の伝統的なお菓子、和菓子。そんな和菓子をクリスマスの贈り物に作ってみませんか？

講師は「和菓子工房糸ito」を主催する和菓子作家、糸数沙恵さん。

当日は和菓子の基本・魅力のレクチャーを聞いた後和菓子の形成に挑戦します。今年のクリスマスは和菓子の魅力にはまってみませんか？



講師

糸数 沙恵
(いとかず さえ)

ごはんとお茶と和菓子の小さなお店を開くため、自分の修業として、小さな「和菓子工房糸ito」を作りました。手づくりでほっこりする和菓子の魅力を伝えられたら、と思いながら、日々お菓子を作っています。



参加費	3000円 (材料・ラッピング費用込み・飲み物つき)
時間	10:00-12:00
場所	なんてんcafe
お申し込み方法	お電話またはメールにて なんてんcafe大石真理子まで。 03-5986-1087 info@nantencafe.com

Information

- ・毎週水曜日は定休日となります。
 - カフェ営業ではなくイベント実施などを行う予定です。
 - ・12月から冬の暖かメニューが始まります。
 - ・忘年会や新年会、完全予約制で承ります。
- FacebookやHPをご覧ください。
- Facebook→www.facebook.com/nantencafe
- イベント情報や日々の出来事を更新しています
- HP→nantencafe.com

「オニオングラタンスープ」



食卓コラム 日本の行事と行事食

おわりとはじまりの食卓

おわりの食卓

二十四節季のひとつ冬至^{※1}。一年で最も日が短く太陽の恵みを得る事が難しいこの日、柚湯に入ったり、南瓜を食べることで厄払いと無病息災を願いました。柚湯は鎮痛作用や殺菌効果があり、血行も良くするため、風邪予防に有効といわれています。



冬至の献立は小豆と南瓜を煮た「いとこ煮」が定番。小豆は体にある毒素を外に出す効果があり、薬の無い時代には小豆を食べて病を治したといわれています。冬至が終わればよいよ年越しの準備。大晦日にはやはり「年越しそば」で一年を締めくくりたいですね。年越しそばを食べるようになったのは江戸時代から。そばの形状にかけて「細く長く運氣と寿命が延びるように」という願いがあるようです。

はじまりの食卓

年が明けた元旦の朝には、純白の柳箸を用意します。柳は神様の宿る霊木とされ、生命力が強く、春一番に芽吹く「芽出たい(めでたい)木」とされています。両端が細くなっているのは一方を神様が使い、他方を人が使って神様と同じ食事(お供え物)をいただくことで、神様の力を取り入れるとされているから。これを「神人共食」と呼びます。おせち料理は神様といただく一年の始まりの縁起物です。ちなみに、おせちとは「御節供(おせちく)」の略で、季節の変わり目に当たる「節日」に神様にお供えしたもののこと。昔は五節供にも作られていたハレの日の料理です。料理を重箱に詰める時は、四隅を空けずに詰め込まないと福の神が逃げると言われています。重箱はめでたさを重ねる意味があるそうです。



七日の朝には「七草粥」を頂きます。七草粥は、冬から春にかけて芽吹く七種類^{※2}の新芽を白粥に炊きこんだ物。無病息災と長寿を願うと共に、お正月で疲れた胃を調えるという役割もあります。

十一日は鏡開き。鏡餅は神様へのお供え物、木づちや金づちで割ります。包丁などの刃物で切るのは「縁が切れる」につながるので避けられます。



このように、十二月から一月にかけては、年の終わりと始まりという、とても大切な行事があります。こういった一年の節目には、是非家族そろって過ごしてほしいと思います。

※1 今年の冬至は12月22日です。

※2 セリ、なずな、ごぎょう、はこべ、ほとけのざ、すずな、すずしろのこと。春の七草と呼ばれます。

黒柳佳子

なんてんcafe料理長。レシピ開発や、スタッフへの料理指導も行っている。日本の食文化に精通しており、和食をベースにしたオリジナルレシピはなんてんcafeのお客様にも人気。私生活では家庭を守る三児の母。「昔は大家族での同居、祖母から母へ、またその娘へとその家庭での食卓が受け継がれてきましたが、今ではほとんどが核家族。日本の行事を知りたくても教えてくれる人、場所がありません。なんてんcafeではそんな日本の行事食をみなさんと一緒に楽しく学んでいきたいと思っています。」

特集

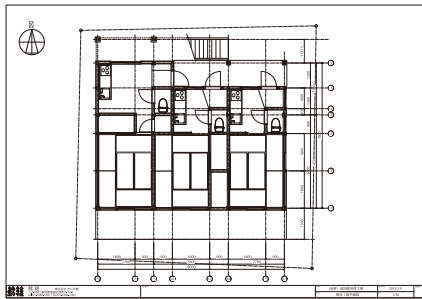
職人と作る 木のリノベーション。

「とにかく、家作りは楽しかった!」そう話してくださったのは、鯰組で木のリノベーションを行った前田さんご夫妻。
今回はそんな前田さんに体験談をお伺いしました。

これまでの建物の様子

豊島区千川で生まれ育った前田さんは、2004年からご実家でもある住宅兼賃貸アパートを、3人兄弟で受け継ぐことになりました。鉄骨造3階建のその家は構造上の問題は無いものの、外壁や内装はかなり老朽化していました。

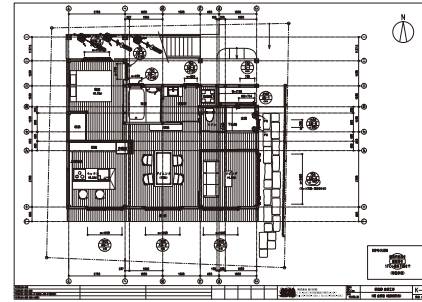
「1971年に新築した実家の1階は単身者向けのアパートでした。築40年を過ぎて部屋が狭くて暗い印象の1階は、近づきたい場所でしたね。その上、2階3階のベランダに大きなクラック(ヒビ)を見つけてしまって…きっとこのままにしていたら建物が朽ち果てて住めなくなる。何とかしなければと常々思っていました。」



前田邸既存図面 (befor)

鯰組との出会い

2012年11月のある日、前田さんは奥様と共に要町にある「なんてんcafe」*を訪れます。鯰組のことは、『鯰日和』を見て知ったといいます。その後、鯰組が主催するイベントなどに積極的に参加したり、鯰組が改築した店舗を見歩いたり、木の家作りへの考えを深めていきました。12月に行われた鯰組主催のセミナー「一代で終わらせない家づくり」での岸本(鯰組代表)の話は、大きなヒントになったといいます。



前田邸改修図面 (after)

「セミナーに参加してわかったことは、日本の家は老朽化したからではなく、間取りが暮らしに合わなくなるから壊されるということ。日本の伝統的な家は、建具によって間取りが変えられる性質を持っているのだということを知りました。私の実家もそのような考え方でリノベーションすれば、これからも長く住むことができるのかなあ、と思い至りました。」
そうして2013年初旬から、前田邸リノベーション計画がスタートしました。

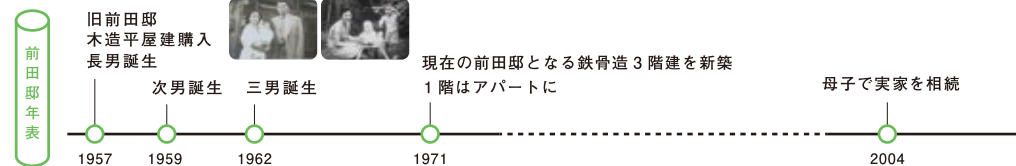
※ 鯰組は古民家をリノベーションした建物の2階を事務所として使用し、1階をなんてんcafeとして使用しています。

リフォームとリノベーションの違い

最近では建物を直すことを“リノベーション”と呼びますが、“リフォーム”との違いは何なのでしょう。
リフォームは、老朽化した建物を建築当時の状態に戻すことをいいます。リノベーションは、元の状態に戻すのではなく、用途や機能を新たに持たせて改修することをいいます。同じように使われる言葉ですが、意味は少し違うのです。



建具は壁に収納することが出来る。この扉付きの建具収納は奥様の親戚の家を参考にしてオーダーしたとのこと。



木で変わるリノベーション

1階は、壁と押し入れを取り去って広いワンフロアの空間にすることにしました。明るく、広い、住む人が気持ちの良い木の家に。「ゆくゆくは自分たちの老後の棲家にしよう!」と考えたことが、細部まで徹底的にこだわる家作りにつながりました。

「ポイントは、部屋を区切る建具です。間取りが暮らしに合わなくなることがないように、建具で間取りを自由に変えることができる家にしようと考えました。無垢の木を使うこと、壁を珪藻土で塗ることはすべて鯨組さんのご提案です。また、キッチンに取り付けたL字型のカウンターと食器棚は、なんてんcafeで食事をしているときに思いつき、鯨組さんの大工仕事で作っていただきました。このように家作りに携わっている期間はとても楽しく、打ち合わせではなく“朝活”と呼ぶようにしていました。」

家作りの“朝活”スケジュール

朝活は主に土曜日の朝に行われました。

10:30 鯨組で朝活

設計中は鯨組事務所で打ち合わせし、工事中は現場を見学。

11:30 なんてんcafeで昼食

なんてんcafeに一番乗りしているので、人気の定食を食べ損ねることが無いんです。これはラッキーでしたね!



子で実家を相続

2008

2階3階ベランダにクラック(ヒビ)発見

2011/6月

なんてんcafe訪問
鯨組と出会う

2012/11月



工事開始

設計開始

2013/1月

工事完了

6月 9月

よみがえった縁側の思い出

2013年9月、暗くて狭い印象だった1階のアパート部分は、広くて明るい木の家に生まれ変わりました。もちろん全て思い通りに出来たわけではなく、予算の都合上削らなくてはならないものもありました。しかし、シンプルにしていくことで、かえって住み良くなったこともあります、と前田さんはいます。

「例えば、この縁側です。元々は庭全面のウッドデッキをイメージしていたのですが、予算の関係もあり縁側に変えました。出来上がった縁側に座ってみたときに、そういえば小さいころ縁側に座ったような…と記憶がよみがえりました。昔の旧宅の写真をみると確かに縁側がある。新しい縁側で思いがけず子供のころの思い出に気づきました。私の兄弟たちも、良くなった!この家なら住みたい!と言ってくれます。親父の建てた家を作り直し、生き返らせることができた。これで親父を超えることができたかな?なんて考えています。」



トイレとお風呂。フラットで広々とした動線は、老後のことを考えて。



対面式のキッチン。キッチンをし字で囲うようにオニグルミの木のカウンターがついている。
「カウンターを挟んでお互いの顔が見え、会話が弾みます。」

前田邸3回目の人生

前田さんたち兄弟を育みながら、1階は単身者向けアパートとして色々な人の暮らしを支えた家は、今回のリノベーションで3回目の人生を歩き始めました。1階の木の家はしばらくの間、定期借家として貸し出す予定なのだそうです。

「マンションとは一味違った、木の家が好きなご夫婦に住んでもらいたいですね。キッチンカウンターと面した石庭の縁側が、くつろぎの空間になると思います。」

淡い肌色の無垢の木肌がこっくりと色づくまで、この家に長生きしてもらえますように。

文:鯨組

建築費用

約1800万円 税込

(設計現場管理費込み・工事期間中の駐車場代含)

参加者募集

【土曜の朝活】家づくり茶会

「一代で終わらせない家」について

「家は一生で一番大きな買い物。なのに、家について考える機会はあまりにも少ない。」というわけでどんな方でも気軽に参加ができ、家についてちょっぴり詳しくなれる、お茶会形式の気軽なセミナーを開催することになりました。日本の住宅の寿命は約30年ということ、ご存知でしたか？なぜそんなに短い期間で壊されてしまうのでしょうか。土曜の朝にお茶やコーヒー楽しみながら、日本の住宅のこれから、暮らしのこれからについて考えてみませんか？どなた様もお気軽にご参加ください。



場所：なんてんcafe

日時：2014年1月25日土曜日10:00-11:30

参加費：500円(ドリンク・お茶菓子つき)

完全予約制ですので、事前のご予約をお願いいたします。
いずれも鯨組大石真理子までお問い合わせいたします。
(ページ下記「お問い合わせ」参照)

鯨組和の設置に
ご協力いただける
お店を募集して
おります

鯨組和は「ものづくりから暮らしを考える」という考えのもと発行しているフリーペーパーです。鯨組では、「設計から大工まで」をスローガンに、建て主の暮らしに合った持続可能な家づくりを。なんてんcafeでは「食卓から暮らしを考える」をスローガンに、食生活を豊かにする家庭料理の提供や、イベントの実施などを行っています。考え方にご賛同いただき、設置にご協力いただけるお店の方は、ぜひ広報担当大石真理子までご連絡ください。※連絡先は、下記「お問い合わせ」をご覧ください。

鯨組について知りたい!という方はこちらをご覧ください

HP



www.yoshikawano-namazu.com

WEB マガジン

HP内「鯨の小窓」ページでは、鯨組の日々の出来事やコラムなどを発信しています。

www.yoshikawano-namazu.com/komado



ショールームカフェ



なんてんcafe

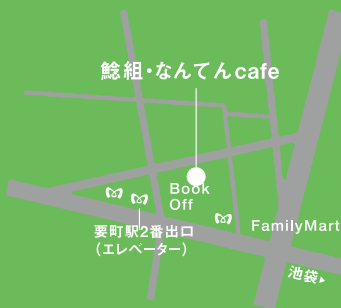
鯨組の事務所の1Fのカフェです。オープン 11:30-22:00(不定休)

カフェとして営業をしておりますので住宅のセールスなどは一切ございません。お茶をしながらゆっくりとお過ごしください。

お問い合わせ

新築・リフォームの相談や、
資料請求など

TEL : 03-5986-1081 FAX : 03-5986-1082
メール : office@yoshikawano-namazu.com
アクセス : 〒171-0043 豊島区要町 1-10-7



定期購読を希望の方は、
広報担当大石真理子までお問い合わせください。

鯨組 vol11 (隔月刊) 発行人：鯨組 岸本耕

編集：大石真理子 デザイン：渡辺明日香 写真：三嶋 義秀