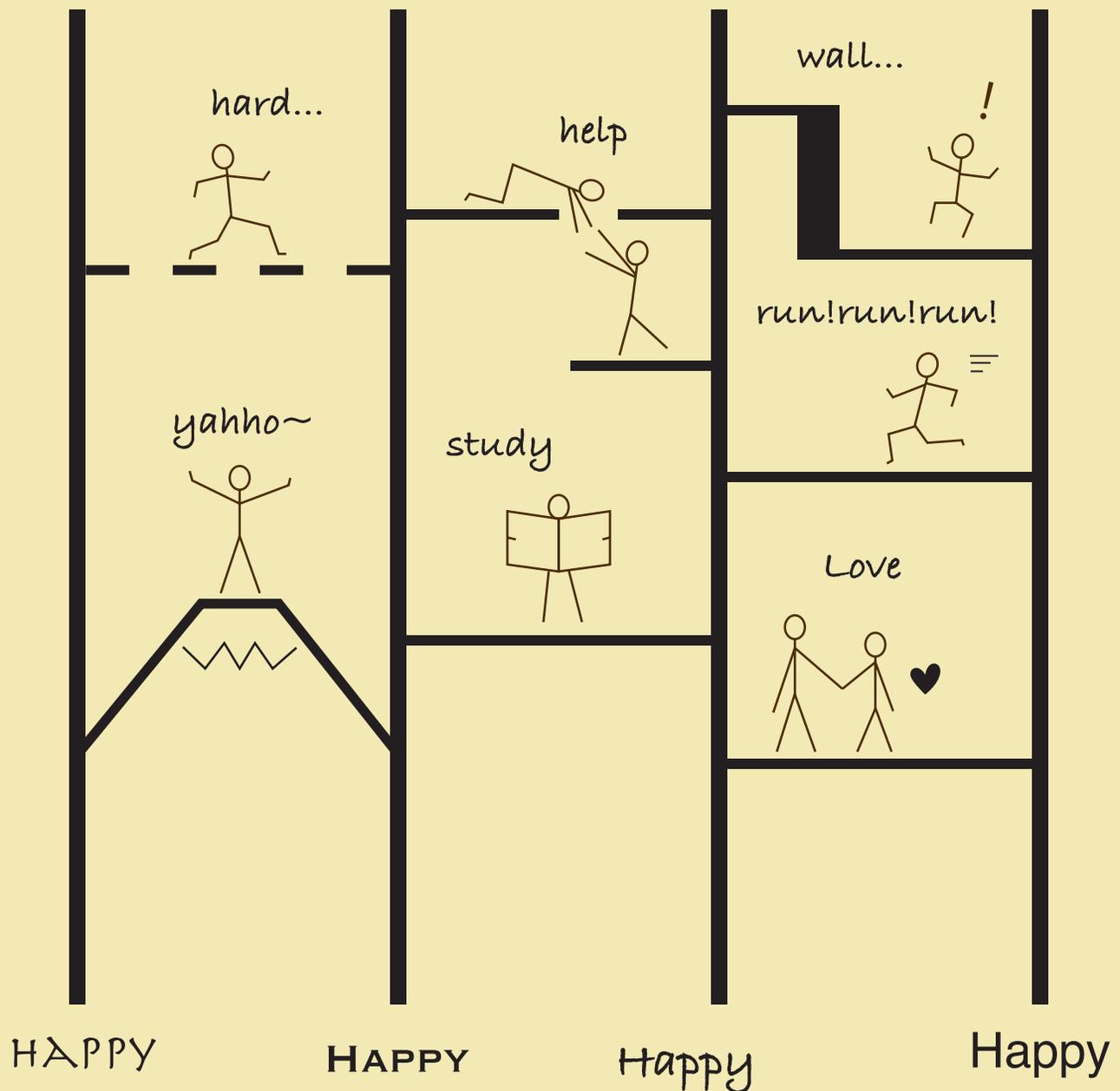


LB

choose yourself



LB

「生き方」について考えるフリーペーパー いよいよ創刊！

2014年9月、東京・新宿西口のとあるカフェ。

「生き方や働き方を学べるイベントがつくりたい」

こんなふわつとした投げかけに反応し、3人の仲間が集まってくれている。2人は大学生の女の子。福島県いわき市の人々を取り上げたフリーペーパーをつくっている。1人はフリーランスの男子。各地で対話の場を生むワークショップデザイン事務所を2年前に立ち上げた。そして、27歳の、ボク。2014年の初めに会社を辞め、フリーで広報や企画の仕事をしている。

丸いテーブルを囲み、コーヒーを飲みながら、4人で生き方や働き方について話すこと3時間。

「いろいろな生き方や働き方があったといいし、それぞれ楽しく暮らしているよ、ってことをイベントで伝えたい」「生き方（ライフ）をつまみ食いできる、ビュッフェみたいなイベントってことだね！」

この一言から生まれたのが、2014年11月に開催したイベント LIFE BUFFET'14（ライフビュッフェ）でした。

大学生から社会人まで、そして北海道から島根まで。ゲストだけではなく、参加者の生き方も、さ

まざま。参加者、ゲスト、スタッフ合わせた多くの人々が、2日間、生き方について考えました。

こんなひとときが、もつとたくさんの人に、いろいろな場で、生まれてくれたら。

フリーペーパー「LB」では、そんな想いをもとに、いろいろな生き方・暮らし方や働き方を紹介していきます。

記念すべき第1号となる今回は、「LIFE BUFFET'14の様子をお届けします。前半は、1日目のトークライブ「これが私の生きる道」特集。魅力あふれる6人の熱い講義を、凝縮してお伝えします。

そして後半は、2日目の全14コマの講義の中から、8講義を厳選。1コマ90分を約1000文字で表現するのは一苦労でしたが、ライターのみんなの力で、どれも読み応えのあるものに仕上がっています。

それでは、生き方を考えるフリーペーパー「LB」お腹いっぱいになるまで、どうぞご賞味あれ！

LB編集長 クサカリリヨウスケ
(NPO法人 iPledge 広報担当)

NPO法人 iPledge

フリーペーパー LB 発行 / LIFE BUFFET 主催

若者の街、東京・原宿にオフィスを構える若者応援 NPO。

野外音楽フェスティバルを中心とした全国のイベントをクリーンでピースな場にしていく環境対策活動「ごみゼロナビゲーション」では、これまでのべ 10,000 人以上がボランティアを体験。

前身団体であり、現在は姉妹団体となっている国際青年環境 NGO A SEED JAPAN から 2014 年 2 月に独立。その後は環境という枠を超え、多様な生き方や働き方が受け入れられる社会を目指した情報発信メディア「LIFE BUFFET(ライフビュッフェ)」や地域移住への一歩を後押しするツアープログラム「i.turn.(アイターン)」などの活動を通して、挑戦していく若者を応援し、その挑戦を必要とする人々とつないでいる。





「変わった人」から 「変える人」へ

企業で働きながら、オーダーメイド絵本作家としても活動している西山さん。幼い頃は妄想が好きな少女だったそうです。

「あの雲は○○の顔に見えるなあとか、トイシの落書きがこんな形に見えるなあとか考えるのが好きで、周りの友達によく話していました。」しかし、周りから少し変わった人として思われ、あるときから、いじめの対象に。

自分が話すことが周りの人に受け入れられないなら、話すことを辞めてしまおう。そんな風に感じてしまった西山さんは、失声症になってしまいました。しかし、言いたいことや社会に訴えたいことは“文字”として書き続けていました。

そんな西山さんの人生を変えたのは、受け入れてくれた多くの大人たちの存在。

「作文コンクールに何十個も作品を応募していったら、社会の大人たちがそれを受け入れてくれたんです。思ったことをちゃんと口にすれば、受け入れてくれる団体や人が、こんなにもいるんだとわかったんです。」

「人は、人生の中で感じる悲しみの量が一人一人決まっています、それを感じる時期はみな違うのかもしれないって思うんです。わたしはただ、その時期が人より早かっただけ。」

また、あるとき先輩のインド出張についていくことになり、そこで思わぬ出来事が起こります。「言語も通じない、何もかもわからない村に置いてきぼりにされてしまって！身振り手振りで、どうにか泊めてもらえるところを探し回りました。」

この体験を活かし、海外離れの若者向けにスタディーツアーを企画する団体を立ち上げることに。「海外へ行くと人は変わる。どうやって生きていくかを考える機会を持つことってとても大切だと思います。みなさん行く前と行った後の顔付きが違いますよね。」

素直にやりたいことを、全力でやる

「大学時代は、自分のやりたいこと、やってみたいと思うことを絶対やろうと思いつつ過ぎてしまいました。やりたいことをやりきって後悔なく卒業することができたって、心から言えますね。」

西山 千尋

会社員 / 絵本作家



day1

これが、私の、 生きる道

1日目は1人の講師による人生の歩みの10分トーク。そして後半は10分トークを聞いて気になった講師のもとで少人数相談会という形。10分トークはどの講師の方も駆け足早足で人生を語ってもらうことになってしまいました。身近で個性的な生き方をして活躍する講師の方々が迷う人たちに背中を見せてくれました。講師陣の珍しい生き方を見て、選択肢が増えるように、「こんな人生もあるんだ」と道が広がるように。やりたいことをやっている人たちの姿を見て、ためらう背中を押してあげられるように。留学、就職、転職、独立、結婚…次に進みたい。だけどその一歩が踏み出せないそんな方へ、様々な人生の歩みをつまみ食いしてもらいました。





地方の生き方をつくる

大学時代に伊豆市の活性化をテーマとしたビジネスコンテスト「イズコン」に出場し、優勝した経験を持っている塩見さん。これをきっかけに、伊豆市の発展のために活動する伊豆市公認サークル「size」を立ち上げました。

静岡県で3番目に大きい市である伊豆市でも、ここ数年は人口が減る一方。そのことに問題意識を感じた塩見さんは、もともと地域活性に興味はなかったものの、伊豆市の現状を知り、地方での生き方について考えるようになりました。

「人がいきいきと生きられる、地域の生き方があるんじゃないかと思ったんですね。地方は仕事がないと言われていますが、ないのであればつくれば良いと思って。“生き方をつくる”という企業理念を掲げて、会社をつくることになったんです。」

塩見さんは、たらいのり大会や尻相撲大会、枕投げ大会などユニークなイベントを次々に企画することで、伊豆市にたくさんの大学生を呼ぶことに成功しました。

好きなことをどうビジネスにするか

そんなあるとき、地域活性化には「する側」と「される側」という構図があることに気づきます。

イベントでは本質的な解決には至らないのではないかと疑問に思ったことから、地元密着企業をつくることを決意。伊豆市に移住し、民宿兼シェアハウスの運営や学生を呼び込むツアーを企画する「株式会社 toiz」を創設します。

今現在は toiz の社長を辞任。友達が始めた会社を手伝いながら、静かに、熱く、次のビジネスを模索しています。

「自分のやりたいこと、好きなことをどうやってビジネスにするか。もちろん、ビジネス以外で関わることもできると思うんですけど、どう仕事にするかを今後も考えていきたいです。」

塩見 拓己 株式会社 toiz 元代表取締役



思い描いた未来のために

工藤さんは、任意団体「HaTiDORi」で代表を務めながら、ダンスを通じて社会貢献の大切さを伝えるイベントを企画・運営しています。

ダンスがアイデンティティを確立していったと話す瑞穂さん。その一方で、苦しんでいる人の役に立ちたいという想いがあったことから、日本赤十字社に入社します。

4年前、東日本大震災が起きたとき、工藤さんがいた部署では、現地への救護活動に参加できませんでした。

「大きい組織にいて、結局動けずに役に立てない自分に対して、無力さを感じてしまいました。苦しい人のために入ったのに、直接助けることができない。ダンサーであることを活かして、誰かのためになれるんじゃないか？自分が思い描いた未来のためにできる仕事があった。そう思って、音楽やダンスで被災地を支援することにしました。」

あるとき、ダンス仲間と一緒に、仙台でチャリティイベントに挑戦します。そこで得た収益を支援物資に換え、避難所や仮設住宅に届ける活動を続けていきました。

あなただからお願いしたいと言われる仕事

イベントをやっている中で、苦しいことや真面目なことを訴えても振り向いてくれる人や聞いてくれる人が少ないことを感じていた工藤さんは「HaTiDORi」の活動をスタートします。コンセプトは「小さくてもわたしはわたしにできることを」。

「世界で一番小さくて色鮮やかなハチドリは、暗闇に星を作ったと言われていました。そんなハチドリのように、カラフルに華やかに世の中を照らす存在にしたいと、その名を名付けました。美味しいご飯を食べたりするのと同じように、みんなが当たり前前に社会について考えられたらいいなって思うんです。」

工藤 瑞穂 任意団体「HaTiDORi」代表



俺がやらずに誰がやる！

「株式会社 耕す」で働く有機農家でありながら、イベント MC「あつくん」としても活躍する、塚本さん。

大学時代アジアを訪れた際に発展途上国の悲惨な状況に大きな衝撃を受け、自分ができるところを探していく中で、国際青年環境 NGO A SEED JAPAN に出会い、活動に参加することになります。

「遠くの問題に取り組めなくても、できることをしようと活動に参加しました。ここでの活動から、自分が発信することや行動することの大切さを学んでいきましたね。」

社会人として働き出すも、ストレスから体調を崩してしまいます。そんなとき、日本の自給率の低さや食品偽装問題などの報道を目の当たりにし、食の問題について考えるようになりました。

「お金を使って海外から食べものを輸入している状態に、危機感を感じたんですね。農業が大切だって思いました。自分の体のこともあって、食べものについてちゃんと考えるようになったんです。」

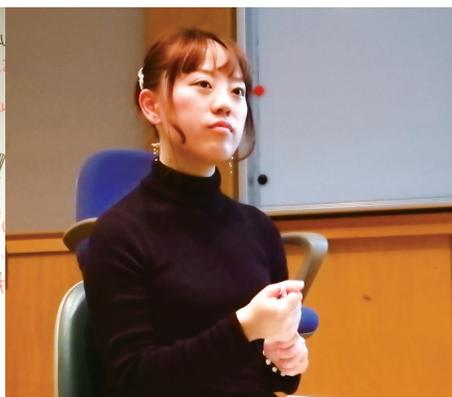
日本の農業技術を世界へ

「でも、農家さんの数は今とても少なくなっていて、このままだと10年20年後にはほとんどいなくなってしまう。俺がやらずに誰がやるんだ！そう思って農家になることにしました。」

塚本さんは今、農業をする傍ら、そこで感じたことをメッセージに乗せて MC として発信し続けています。

「夢は、日本の歴史の中で培われてきた農業技術を守っていきながら、貧困の人たちの問題にも取り組んでいくこと。日本の技術を持って、海外の貧困地域で現地の人たちが自給できる仕組みを作りたいです。」

塚本 篤史 株式会社 耕す 木更津農場営農部 フェス・イベント MC



あれもこれもは意外とできる

LIFE BUFFETの主催者である草刈さんは、「NPO iPledge」「株式会社マイファーム」そして「Neighbors Next U26」、3つの場所で働いています。自分が何をやりたいかわからなかった大学時代、環境NGOとの出会いで、活動の幅を広げていきました。

「たまたま気になって参加した説明会から縁をいただいて、活動に参加することになりました。活動している人たちが生き生きして見えて。自分にも何かできないかなって考えるようになったんですよ。」

大学院卒業後は住宅アドバイザーとして働き始めますが、こころの風邪を引いてしまい会社を休職することに。しかしこのとき、人生を変えるような出会いがありました。

「学生時代からの知り合いから夜中に電話がかかってきて、福井で仕事を手伝ってみないかって誘われて。それまで散々頭で考えすぎていたから、一旦流れに身をまかせてみようと思ったんです。」

「今の仕事を続けたときに、自分のこどもの将来にどんな良いことがあるのだろうか？その問いが会社を辞めるきっかけになりました。27歳でアルバイト掛け持ちということに不安もありましたが、後ろ姿を見せられる働き方を選ぶことにしました。」

学生時代の活動で農業、就活、地域活性に世界が広がり、社会人として住宅の世界へ。退職後もご縁が繋がってまた住宅の仕事に戻ってきている。つながりからさらに新しいつながりが生まれて、全てに意味があったと語ります。

「面白そうだな」という直感を信じて動いてみる

「あれもこれもできる、それを体現する存在になりたいと思っています。就活するときに、

“仕事は1つに絞らなければいけない”と思わなくてもいいと思うんです。自分が今やっていることを、考えすぎずに全部やってみる。いろんなところに仲間がいて支え合いながら働けるといいなって思います。」

草刈 良允
NPO 法人
iPledge 広報担当
株式会社マイファーム
事業推進ユニット

悪い予感は良い予感？

西出さんの人生を変えたきっかけは、大学生のときに会った高橋歩さんの「LOVE&FREE」という本でした。『放浪しちゃうば？』という言葉に刺激を受け、「自分も何かしたい！」という想いから、大学2年生が終わった春休みに、高橋さんが作った沖縄にあるゲストハウスに行きます。

「自分でチケットを取り、1人で飛行機に乗りました。東京生まれ埼玉育ちで、遠くへ行く経験がなかったから、本当に怖かったです。初めて自分の殻をやぶった瞬間でした。できないことが多くて悔しくて泣いてしまうこともあったんですけど、行って良かったなと思いました。」これを皮切りに、東京から富士山の頂上まで無一文で歩いて行くイベント「富士バカ」にも思い切って参加します。

そして大学卒業後、有料老人ホームに就職します。しかし半年経ったところで、会社を辞めてしまいます。

「会社の人に、履歴書に傷がつく、順調にきていたのにもったいないと言われ反対されました。親も啞然としていましたが、“これは私の人生の時間を使ってやることではない”と思って辞めることにしたんです。」

先がわからない方が面白い！

物事を決断するときに、“良い予感”を信じる人が多い中で、西出さんはむしろ“悪い予感”がすることに挑戦する方が、よりワクワクするそうです。

「良い予感のときは、良いことが起きるのは当たり前。経験のあることは、想定範囲内なので“いい予感”がしますよね。けど、“いい予感”がするものばかりやっていくのって、つまらないんじゃないかなって思うんです。未経験のことは想像がつかないので、悪い予感がしますよね。あえてそちらを選んでみるんです。どうなるかわからないことにワクワクしていたいし、逆に楽しい。しかも結果も意外と良くなるよ、っていうのは、私の経験上げっこうあることなので、それを皆さんに伝えたいです。」

西出 博美
NPO 法人
ばばとままになるまえに
代表

講師の人生が決断、行動、活躍、成果、と流れるように進んできたように思えたかもしれません。自分のやりたいことがわかっていく姿、実際にそれやって輝いていて、その生き方は華々しく、すごいものに見えたかもしれません。しかし語りきれなかった部分に、乗り越えてきた多くの葛藤、迷い、悩みがあります。一步一步、迷いながら進んできて、今の姿となっています。「すぐく」見える人とあなたはなにも変わらない同じ「人」なんだ。そう感じた1日でした。

day2 生き方をつまみぐい

2日目は15名の講師をお招きしました。講師それぞれに人生で大切にしている「9つのキーワード」を用意してもらい、それをもとに生き方を語ってもらう講義形式。講師と参加者が輪になって話すことでお互いがより身近に、個別に話すことが出来ました。真剣に聞き入り、活発に意見交換が行われ、参加者それぞれが自分の中に落とし込んでいました。講師の持つ、生き方、考え方の哲学に学びを得て、新しい道へ進むヒントになる時間となりました。

ふくもと あいみ

福本 愛美

ALICE HENDRY オーナー



高校卒業後、アルバイトしていた表参道のセレクトショップの店長になり、2009年に独立し、セレクトショップ「ALICE HENDRY (アリスヘンドリー)」をオープン。ロンドンの有名セレクトショップでの展開をきっかけにして、現在は世界各国で展開を広げている。

また高校在学中には、NGO A SEED JAPANの「ごみゼロナビゲーション」のコアスタッフとして活動し、現在はブランドの利益の一部をチャリティするシステムを導入している。

感性のまま生きるアパレルショップの女性オーナー、福本愛美さん。自身の手掛けるブランドは世界各国で展開を広げています。このような場にはあまり出ない福本さんに経営者としての姿、一人の女性としての姿を語ってもらいました。

お話を聞いていて、興味深かったのが「直感」の話。直感の示すままに動いて、これだ、というように行動しているうちになぜか気づいたら起業をしていて、デザイナーになっていたという話には皆さん目を丸くしていました。直感とは「根拠のない自信」のことだと福本さんは語ります。根拠はないけどすごく自信がある！そんな感覚に突き動かされて気づけば1歩を踏み出していた、という話は、「THE BUFFET」の講師陣の多くも同じように話していたそうです。

直感を「鍛える」

そんななぜか成功の階段を駆けあがらせてくれる「直感」。そんな直感の鍛え方として福本さんは「本質を知ること」を挙げます。幼いころから、必要な時以外はネットやテレビを見ないという福本さん。余計な情報にとらわれずいろいろな価値や本物に触れて自分のセンスを磨くことによって本質を知る眼は養われるといいます。例えば美術館に行くときに絵の予習など

せず、自分の感性のままいいと思うものを探す、するといいなと思つたものが結局名画と呼ばれるものだとかかわかるというように、本物を見るセンスを磨いているそうです。

美しく生きていく

ある男性から質問ができました。「福本さんの夢は何ですか?」質問に意表を突かれながらも「美しく生きていきたい」と答えた福本さん。それは自分のブランドがどう評価されようとも自分が誠実に生きていけばそれでいい、という考え。仕事で困難があっても成功したくてやっているわけではなくて人生を豊かにするためにやっているのだからと、大変なことも受け入れてしまうという姿勢。自分を幸せにし、自分の周りを幸せにし、幸せの循環を生み出したいと思う、と今まで語ってくれた言葉の端々に福本さんの「美しく生きる」という信念が見えました。

自立した女性としての美しさ、経営者としての強さ、人としての魅力、いろいろな面を見せていただけの9分となりました。

さくらい ゆきのり

桜井 肖典

gift*Inc. 代表
一般社団法人オープン・ガーデン代表
RELEASE; ファウンダー

1977年茨城県生まれ。2000年より様々なブランド開発及びデザインプロジェクトを企画・監修。ビジネスや地域をより創造的で持続可能なあり方とするために「感性と想像力をもって、希望の景色を描く」ことを胸に、オーガナイザーとして『Impact Hub Kyoto』や『RELEASE;』等、数々の事業開発に参画。



桜井肖典さんは、3つの団体の運営に関わりながら、「人と人の関わり方をデザインすること」を仕事にしています。それぞれの取り組みで大切にしていることについて伺いました。

デザインで人を繋げる「gift*Inc.」

1つ目は、コミュニティのデザインを手がける会社「gift*Inc.」。ここでは、淡路島の地域活性のために、ソーシャルデザインセンターと淡路と協働でつくられた「これらの島のくらしをつくる学校」というプロジェクトを運営しています。「同じアイデンティティを感じられるようなものをつくることを心がけています。」と語る桜井さんは、

浜辺で拾ってきたものを使い、みんなで校章をつくるワークショップや、島の新しい仕事を考えるワークショップなど企画。同じ目標や目的を持つことで、島の人たちの一体感が生まれる場所となっています。

集い、学び合い、新たな行動を起こす場所「Impact Hub Kyoto」

2つ目の「Impact Hub Kyoto」は、ロンドン発のコミュニティ機能を備えるワーキングスペースです。ここには、今の社会や世界をより良いものにした、と願う人たちが集まります。「今までの組織運営のやり方を疑いながら、1から新しい仕組みをつくることに挑戦しています。決まったルールをずっと疑うことは、結果非効率だけど、とても学びがあるんですね。ここでのことが、世界に向けて何かメッセージになり、今まで資本主義が追ってきたモデルに対して違うものが提示できたらいいなと思っています。」と桜井さん。ここではダイアログやワークショップを通し、中野民夫さんと共に「至福を追求する生き方」について考える場づくり等を行っています。

アントレプレナーを支援する団体「オープン・ガーデン」

そして3つ目は、「オープン・ガーデン」。アントレプレナーと呼ばれる、社会に向けて良い動きをして

いる人を支援するために始まりました。会計士や税理士、デザイナー、写真家など、常にいろいろな人が出入りします。必要なときに集まり、必要なことを決めるといった有機的な組織体系をとっているのも特徴的です。プロジェクトの1つ、京都市やパタゴニア等と協働ではじめた「RELEASE」では、100人以上の社会人と大学生が集い、疑問に感じる社会の仕組みについて議論し合いました。「貨幣では価値を計れないものをビジネスにしていく場所。そういうものこそ誰かがやらなければならないと思うんです。」

僕自身がメッセージとなる人でありたい

最後は、桜井さんから参加者へのメッセージが締めくくります。「僕は今の仕組みや価値観を当たり前として育っていますが、これらは前の時代の人たちがつくったもの。僕たちは、地球の裏側で何が起きているか、インターネットを通じて知ることが出来る初めての世代な訳です。だから、価値観や仕組みも新しくつくっていいんじゃないかって思うんです。未来の人たちが何か始めるときに動きやすくするような、指標となるものを残していきたいです。」

よしだ さかえ
吉田 佐香枝
キャリアカウンセラー



上智大学卒業後、2002年(株)リクルート入社。営業、マーケティング等の部署を経て、希望して人事に異動。リーダーとして社員育成プログラム立案、新卒・中途採用等を担当し、組織をヒトの側面から支える。並行してプライベートでも、キャリアデザイン支援団体の主宰、大学での就職活動セミナー・高校でのキャリア教育の実施等、公私一貫して「幸せなキャリア・生き方の選択」を支援してきた。

家族との時間を大切にしながら、より自分らしい仕事をしたと、2014年退職し、独立を決意。悩んだり迷ったりしている人の話を聞き、第一歩を踏み出せるように背中を押すことが私のライフワーク。「一人ひとりの幸せな選択を全力で応援したい!」と強く感じている。

就活に悩む大学生、今後のキャリアに悩む社会人。人生の先輩からヒントを得ようと大勢の方でいっぱいになったキャリアカウンセラー・吉田佐香枝さんの講義。明確な「やりたいこと」のために突き進んだ吉田さんの半生を語ってもらいました。

代 **ライフワークを作り上げた学生時代**

「迷ったり悩んだりしている人のお話を聞き背中を押してあげること」をライフワークとして掲げる吉田さん。なんでもやりたいことをやろう、そう決めて必死に受験勉強をし、入学した大学では、アルバイト、国内国外旅行、ボランティア、そして部活動と様々なことに取り組んだそうです。その上で、好き/嫌い、自分に合う/合わないものをクリアにし、その理由は一切何だったのかを考え抜いたといいます。その中でもっとも将来にヒントを与えてくれたのは、部活動。英語のスピーチをコンテストで発表し、順位を競っていた吉田さん。でも実は、自身の勝ち負け以上に夢中になったのは、後輩の育成でした。その経験から、目の前の人の悩みを解決し、その人の成長をサポートすることがやりたいことだと明確になったといいます。

やりたいことをどこでやるか

そして社会人になってからはまさに「やりたいこと」をやるためにバワフルに活動。会社では、人事部で社員育成に携わりたいと感じ、そこに異動するために仕事に全力で取り組んだといいます。さらに教員の資格を取ったり、学生の就活支援をしたりと、仕事以外の時間にも自分のやりたいこと、つまり人の悩みを解決し、その人が変わっていく手伝いをしてあげたいという思いを貫き通していました。

「やりたいこと」に対して仕事/仕事外、両面からアプローチをしていった吉田さんの意志の強さや行動力に、講義を聞いていた人々は終始惹きつけられていきました。

「やりたいことがない、何かわからない」そんな人にも

吉田さんの姿を見てもうまいなどとは思いつつ、自分にはあそこまでは出来ない、と思う人もいたかもしれません。しかし、自分の気持ちを明確にし、意志を持って行動して、ライフワークに近づいていった人の話を聞くことができたというところは皆さんの財産になったのではないのでしょうか。

なかじま こうしん

中島 光信

僧侶・ファシリテーター / 等覚院

1983年栃木県生まれ。大学での芸術学科を経て、大学院で仏教学（天台学）を専攻。

国際青年環境 NGO A SEED JAPAN での活動を通してワークショップ、ファシリテーションに触れ、そこに古来より寺・僧侶が担ってきた役割と共通するものを覚える。2007年に比叡山にて僧籍を取得。『仏教×ワークショップ』シリーズや、世界三大宗教を対比するワークショップ「WORKSHOP AID」等をさまざま主催。29歳の時インドを自転車旅行、2014年にもバックパックで旅し仏教四大聖地を巡拝。



「すでにあるもの」に沿っていく生き方

講義には、お寺を研究している大学院生や、実家の家業を継ぐことに興味を持つ学生などが集まりました。中島さんは、現在お坊さんをする傍ら、ファシリテーターとして各地でワークショップを開催しています。最初から家業を継ごうと思っていたわけではなく、学生時代の様々な出会いや価値観の変化を経て、今の働き方になっていったそうです。中島さんが持つ、仏教の考え方に基づいた人生観についてお話を伺いました。

小中学生の頃は、家がお寺であることから、からかいの対象となり、随分嫌な思いをしたと話す中島さん。そのこともあり、仏教や家を継ぐ考えはなかったそうです。大学は芸術学への興味のもと、キリスト教の学校へと進学しました。しかし、ASEED JAPANのボランティア活動で出会った人たちによって、それまで持っていた価値観をひっくり返されることとなります。

「お前ん家寺なの！面白いじゃん！」

それまで興味が持てるものではなかったお寺や仏教のことを、いいね！面白いね！と言う人たちが現れます。そのことをきっかけに、中島さんは改めて仏教を勉強することにしました。「ここで初めて

仏教の面白さを感じました。それまで自分が抱いていた考えと、仏教の教えがぴったり一致していることに気づいたんです。」そしてお坊さんになることを決意し、比叡山にて僧籍を取得。今では「仏教×ワークショップ」や、世界三大宗教を対比するワークショップ「WORKSHOP AID」など、さまざまなワークショップを主催しています。「周りの環境によって考えが変わること、自分の立ち位置が決まることがある。そう気づかされた。」

やりたいことへの答えは、自分の中にある

自分探しの旅というのは、自分の中にあるたぐさんの判断や、今まで吸収し貯蓄した情報を選び分けていく作業です。やりたいことがわからなくなったときには、外側に求めるよりも、すでに自分の中にあることに目を向けてみる方が良いと中島さんは語ります。

「自分に向いているものは何か、自分が落ち着けるものは何か、自分が楽しく安らかにできることは何か、それらの答えを自分の内側から見つけるといいと思います。」中島さんは進路に迷う参加者の人たちに、そうエールを送りました。

ふるせ まさや
古瀬 正也

古瀬ワークショップデザイン事務所 代表

1988年生まれ。埼玉県さいたま市在住。2008年、ワールド・カフェという話し合いの手法を体験し、対話に興味を持つ。2010年、全国47都道府県でワールド・カフェを開催し、約1200名が参加。2011年、駒沢大学グローバル・メディア・スタディーズ学部卒業。2013年、立教大学大学院21世紀社会デザイン研究科修了。社会デザイン学修士。現在は、フリーランスのワークショップデザイナー／ファシリテーターとして、全国各地で活動中。



フリーランスのワークショップデザイナー／ファシリテーターとして、全国各地で活動中の古瀬正也さん。大学入学前、高橋歩さんの存在を知り、大学中退し、その後BAR経営や世界一周などの彼の人生に影響され、今までの価値観や固定観念、人生観を壊されたと言います。

まずは自分が何に興味があるかを知ることが大切だと古瀬さんは言います。自分の興味がある分野を知ること、調べたり実行したりなどその先の行動に移すことへとつながるからです。

大学入学後は環境問題や社会問題に取り組む活動に多く参加しますが、このままでは社会全体で問題が解決へ向かわないのではないかとということに気がきます。

たくさん社会問題があり、何とかしたいと思う人も多くいるかもしれませんが。しかし、社会問題自体はなくならないし、そもそもなぜ社会問題は起こるのだろうという疑問が浮かび、古瀬さんはモヤモヤを感じていました。

ワールド・カフェとの出会い

そんな時に出会ったのがワールド・カフェという話し合いの手法です。異なった考え方が擦り合わされて自分の中に混ざり込む体験を通し、様々な価値観があるから問題が起こり、そしてその価値観

が擦り合わされることがないから、摩擦や問題が起こるのだということに気づいたのです。

異なった価値観を擦り合わせるという、対話の場が必要と感じた古瀬さんは大学4年の時、多くの人に自分と同じ体験をしてみらおうと日本全国でワールド・カフェを開きます。何百回もやっているうちに、自分がワールド・カフェの専門家として見られるようになったことで、お仕事へ繋がっていったと古瀬さんは言います。

「やりたいことが見つからない」そんな人に

やりたいことは探せば必ず見つかる、古瀬さんは最後にそう話してくれました。

「見つけたら、どんな小さいことでもそれに向かっていく。すると得る情報や、会う人が変わり景色が変わります。そして見えるものが変わると何かが変わる。もし、まだ見つかっていなかったら、誰かや何かに巻き込まれた方がいい。巻き込まれていくうちに自然と自分の中でやりたいことが見えてくる。」そのように古瀬さんは参加者にエールを送ってくれました。

おぐら けんたろう

小倉 健太郎

島根おこし事業体験者

島根県松江市出身。都内大学に在学中、海外遊学や環境啓蒙活動、被災地支援の現場を経験し、今回の命の有効活用の仕方を模索。卒業後、採用枠のなかった男前豆腐店に履歴書と企画書を持って飛び込む。半年間の試用期間を経て入社。1年後退社。現在、過疎最前線である、島根県の中山間地域にUターン。集落の魅力化プロジェクトに尽力。地域内に留まらず、大阪での活動も並行して実地。田舎と都会の二拠点の働き方を試みている。お蕎麦と温泉とエマ・ワトソンが好き。

working
in
島根



生きるではなくて、「暮らす」。

小倉健太郎さんは島根県松江市出身です。都内大学に在学中、海外留学や環境啓蒙活動、被災地支援の現場を経験します。1度は就職したものの、過疎化が進む島根県中山間地域を盛り上げるためにUターン就職を決意します。現在では、集落の魅力化プロジェクトとして特産品、玄米麵、の販売や「ゲストハウス」を運営。また、島根での活動に留まらず、都市圏での活動も同時に行なっています。そこで感じた、ていねいに暮らしを紡ぐことの大切さについてお話を伺いました。

チャンスはあとからついてくる

大きな市場の中での顔が見えない関係のやり取りに違和感を感じていました。あまりお金にならなくても、小さくても、丁寧な関係の中で仕事がしたい。そんな想いで島根に帰郷します。そのことから、島根に戻った当初は、お金に足りない仕事を選んでいたそうです。「働いていく中で、人との縁を介して仕事やチャンスを得るようになっていきました。このような繋がりで出会った人は、後に気にかけてくれたり、引き立ててくれたりする存在となっていたんです。」

そして、お金に関係なく、この人のために何かしたい、と思ってやることに、あとあとお金がつい

てくるようになってきたと小倉さんは話します。「自分が提供できる価値の量が、対価として支払われているのではないかと思うようになりました。お金を頂くことは、自分の時間を売ること。自分の能力を売ること。」地方で仕事づくりにチャレンジをする人のリアルなお金の話に、参加している皆さんも興味深々の様子でした。

暮らしの1つ1つが、人生をつくっていく

「二拠点生活は移動などの点で体力的に大変な部分があります。ですが、地方の中山間地域での生活はとても魅力的です。小さな集落での暮らしをするようになってから、食べるもの、関わる人、愛のある仕事、そのような1つ1つのことが、人生をつくっていくのだということに気づきました。生活ではなくて、生きるではなくて、「暮らす」ということを大切にしたいと思います。」

おの あい
小野 愛
とある会社員
(宮城県多賀城市在住)

宮城県多賀城市出身。
慶應義塾大学文学部卒。
東京での就職活動中に東日本大震災が発生。その1分後には地元・宮城で就職することを決意する。
その後、渋谷や田町の街頭で募金活動を実施。1ヶ月間で200万円を集める中で、“苦しみと共に手を差し伸べる心のあたたかさは、都会の人だろうと地方の人だろうと変わらない”ことを痛感。現在は地元を元気にしたいという想いを胸に、仙台の損害保険会社で日々働いている。



就職活動をしている最中に東日本大震災を経験された、小野さん。震災のときの詳しいお話や、震災をきっかけにどのようにして進路を決めたのかを中心にお話を伺いました。

宮城県多賀城市で生まれ、地元

の高校を卒業後、東京の大学へ進学。就職活動を始めた当初、東京で就職することが当たり前だと思っていた小野さん。2011年3月11日14時46分、企業セミナーの参加中に震災が起こり、その考えは一変します。

企業の人の誘導で建物の外に出たあと、近くの電気屋さんのショールームの前で、たかさんの人だかりができていました。「最前列でテレビを見ながら、言葉が出ず震えが止まらなかった」と小野さん。「宮城県だと聞いて絶望しました。でも絶望した次の瞬間には、冷静に考えている自分がいたんです。その場ですぐにカウンター就職を決意していました。」震災直後に地元に戻った小野さんは、家族とともに生活を送ります。しかし、当時は節約ムードが漂い、家の中でテレビを見る日々が続きました。

募金活動で気づけた、人の心のかさ

そんな暗い雰囲気を感じようと思いつつ、東北出身の人たちに声を掛けて、渋谷で募金活動を始めます。

「このままじゃ、頭がおかしくなってしまう。これじゃいけない、と思いました。最初まったく集まらないと思っていました。でも、どんどん募金が集まってきて、国内外あわせて、2週間で約200万円も集めることができました。」

んです。Twitterでも、熱心に学生さんたちが活動を拡散してくれて、応援してくれたのが本当に嬉しかったですね。」

「募金活動をしてから、東京に住んでいる震災の被害を受けていない人たちへのそれまでのイメージが、がらりと変わりました。改めて人の温かみに気づかされたんです。」小野さんは、この活動で被害を受けてしまった地元をどうにかしなければ、という思いが強まったこともあり、保険関係の会社に就職します。「地元で貢献できる仕事がしたい、と思って選びました。地元の会社を選ぶことで、地元を元気にしていきたいです。」

最後に、小野さんからメッセージ。「被災地の出身である私でさえ、震災当時のことが薄れてしまっている部分があったので、今回私とは違う視点で震災を見てきた人と話せたことは、とても貴重な経験でした。辛いことはたくさんあったけど、人の温かみや人の大切さを改めて実感し、家族の側にいたい、家族を大切にしたいという自分の思いに気づくきっかけになったことは本当に大きいです。もっとたくさんの人に自分の経験や思いを伝えていけたらと思っています。」

桑原憂貴

くわばら ゆうき

TSUMUGI inc. 代表取締役 CEO

84年群馬生まれ。「つくる暮らしで人生をもっと自由に、心地よく」を合言葉に岩手県陸前高田市で起業。

湘南との2地域居住をしながら、陸前高田の製材所や福祉作業所と連携したものづくりに挑戦。賃貸住宅を誰でも簡単にカスタマイズできる国産杉DIYキット「KUMIKIプロジェクト」や、ものづくりの遊び場「CABIN」を立ちあげる。手間を愛着に変えるデザインを通じ、人と人の豊かな関係を育むライフスタイルを提案。

working
in
岩手
・
神奈川



東北で震災が起きたことがきっかけで、視点が東北にシフトしたという桑原さん。当時勤めていた東京の会社が陸前高田の地元事業者と興した復興まちづくり会社で行った木材加工事業の調査を引き継ぐ形で独立し、2013年に



東北で震災が起きたことがきっかけで、視点が東北にシフトしたという桑原さん。当時勤めていた東京の会社が陸前高田の地元事業者と興した復興まちづくり会社で行った木材加工事業の調査を引き継ぐ形で独立し、2013年に

時間をデザインする

仕事を被災地に創出するには工夫と努力、そして費用が必要だと桑原さんは言います。「当初杉を利用しようと考えたときに設備投資が一番の課題でした。そんな時、京都のある社長から面白い話を聞いたんです。京都の坂は舞妓さんがすり足で登れる角度になっている、その坂自体、そして舞妓さんがゆるりと歩く姿がひとつの風景となっている、というものでし

KUMIKIプロジェクトはスタートしました。そのころ、行政が主体となりコミュニティセンターをつくる動きがありました。動きが遅くなかなか先が見えなかつたため、桑原さんが中心となって地元住民の方々の巻き込んでいき、なんと気仙杉を用いた地域の集会所を1棟、建設してしまつたそうです。その後、気仙杉をカットした家具が作れる木材キットを販売。「暮らしを手でつくる」提案を行っています。モノを通じて価値観やライフスタイルを提案するのがKUMIKIの理念。

「これまでに陸前高田と東京を往復した距離を計算してみたら、ちょうど地球1周分でした。もともとコンサルティングの会社をやつていたころは、今の働き方が出来るとは思っていませんでした。会社員当時、住む場所も服装も、収入に合わせて選んでいたように思っていました。今は自分の意志で選んできていなかっただけなのではないかと思えます。逆に、今のように自由に「選べる」ことを想像すら出来ていなかったですね。」

重要なのは「選択肢を知ること」だと話す桑原さん。様々な場所に散らばっている気つきを拾いあげ、自分や周りの仲間の、糧、にすることが選択肢を知ることにつながるのではないかと。そう感じさせられた90分間でした。

「旅」の話を想像するこのキーワード。しかし、話はまったく違う方向に。
地球一周
「旅」の話を想像するこのキーワード。しかし、話はまったく違う方向に。



ゲストの活動紹介



古瀬正也

古瀬ワークショップデザイン事務所
<http://furusu.ws>

参加者主体のワークショップの企画・運営、プログラムデザイン、ファシリテーターを行っている。テーマ・分野は問わず、対話の場づくりを通して、“対話のある社会”を目指している。2015年からは、長野県大町市の空き店舗を活用したプロジェクト「大町リノベーションプロジェクト」を立ち上げ、都市と地方のダブルプレイスな働き方や暮らし方を模索中。



小倉健太郎

佐世だんだん工房
<http://www.tegoshite-mura.com/>

大変のどかな中山間地域、島根県雲南市大東町西阿用地区で活動。小さくても丁寧な関係を心がけ、地域の無農薬米を利用した小麦粉アレルギーフリーの“玄米麺”を製造・販売、またゆっくりした時間を一緒に体感して頂くための“ゲストハウス”も運営している。普段の生活の中で見落としがちな瞬間を上手にすくい、出会いを次のご縁につなげていくことを大切にしている。



中島光信

「つつじ寺」こと等覚院（とうがくいん）
 (神奈川県川崎市)
<http://www.tougakuin.jp/>

寺の周域をそのままの姿で残し続けることにより、土地の昔の記憶とコンタクトすることが容易になり、来訪者は自身の過去・現在・未来と向き合いやすくなる。この代々受け継がれてきた不動の「場」の力を借りて、様々なまなびや・ワークショップが随時開催される。テーマは「病」「死」などといった人生の一大事から、「お盆」「節句」など日本古来からの歳事、また世界の宗教を比較検討するガイダンス風のものから、洞察を深める坐禅まで、その種類はさまざま。僧侶はこの広域の「場」の純度を保つ守人として、寺を護持している。



桑原憂貴

TSUMUGI inc. 代表取締役 CEO
<http://kumiki.in/>
<http://customroom.jp>

「つくる楽しみとつながる喜びをすべての人へ」をコンセプトに、東日本大震災以降、奇跡の一本松で知られる岩手県陸前高田市で、家具から家まで組み立てられる国産杉のDIYキット開発「KUMIKIプロジェクト」に取り組む。住民とともにつくりあげるコミュニティビルド型の集会所建設などを行った後、活動範囲を首都圏に拡大。2015年1月に早稲田に木工や家具づくりを学べる「ものづくりの遊び場CABIN」をオープンし、春からは家具づくりを学べる「DIYがっこう」を開講予定。また、暮らしをDIYしたい人のお部屋探し「CUSTOMROOM」もスタートさせている。



工藤瑞穂

任意団体「HaTiDORi」
<https://www.facebook.com/pages/HaTiDORi/311593958984001>

「小さくても、わたしはわたしにできることを」をコンセプトに、たくさんの方が社会の問題に対して自分に出来る行動を考え一歩踏み出すきっかけをつくるため、東京・仙台で活動中。音楽・ダンス・アート・フードと社会課題についての学びと対話の場を融合したチャリティーイベントを多数開催。地域の課題に楽しく取り組みながらコミュニティを形成していくため、お寺、神社、幼稚園など街にある資源を生かしながら様々なフェスティバルを地域住民とともにつくっている。



桜井肖典

gift*inc. 代表
般社団法人オープン・ガーデン代表
「RELEASE;」ファウンダー

これまでの経済活動から「持続可能な社会を実現するための経済活動」に移行していくことを目指し、一般社団法人オープン・ガーデンを設立。ビジネスがつくりだす価値を多面的に、そして企業活動を自然環境、地域社会、従業員等、さまざまな人々で成り立つ1つの「共同体」と捉え、その利益を最大化するビジネスの創出を支援している。また、このようなビジネスを応援する、新しい社会規範を醸成するために、創業から100年以上の歴史を誇る企業が世界で最も集まる京都の地で、産官学連携によるアクティブ・ラーニング・プロジェクト「RELEASE;」を主導、運営している。



塚本篤史

株式会社 耕す / 耕す木更津農場 営農部
<http://www.tagayasu.co.jp/>
フェス・イベント MC

食と農をテーマに、日本各地の生産者と都市で生活する人々をつなぐプロジェクト「Food Relation Network」の自主生産活動の拠点として2010年に設立。農産物の生産から流通、そして消費へのプロセスに正面から向き合い思い描く未来に向かって地に根を下ろした取り組みをしていこうという志のもと、千葉県木更津市の「耕す 木更津農場」で地元との協働のもと、安心して安全な食べ物を「生産」するという立場から命のつながりを感じることが出来る循環型農業に取り組んでいる。



草刈良允

NPO iPledge 広報担当
<http://ipledge.jp/>
株式会社マイファーム 事業推進ユニット
<http://myfarm.co.jp/>

フリーペーパー LB を発行している NPO 法人 iPledge で働きながら、“自産自消”をキーワードに耕作放棄地の再生に取り組み農業ベンチャー「株式会社マイファーム」や、未来世代のマンションを大学生が中心となりハード・ソフト両面から模索し提案する「Neighbors Next U26 Project」など、アルバイト、事業委託など、雇用形態をさまざまに変えながら複数の場所や人と仕事をしている。現在は、多様な働き方を楽しみ受け入れている人や会社を紹介・支援する自主活動「Are&Core(あれもこれも)」をスタートさせるために準備中。



塩見拓己

株式会社 toiz 元代表取締役

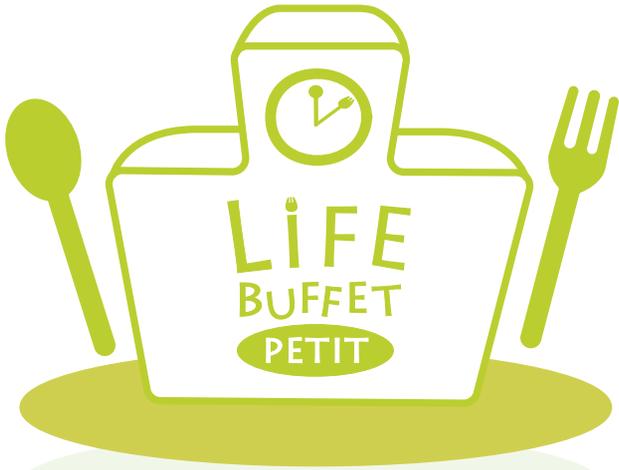
LIFEBUFFET 開始当時は株式会社 toiz で代表を務める(現在は辞任)。伊豆を拠点にするべく4人の大学生で共に東京から移住、起業。人が生き生きとできる社会を目指し、「活き方をつくる」を理念に掲げている。悲壮感なく楽しみながら地域を活性化するために様々な取り組みを実施。静岡県伊東市では全日本まくら投げ選手権を開催し、テレビや yahoo ニュースの top に載るなどメディアの注目も高い。(株)toiz は三島市に移転し、新潟県十日町などいろいろな自治体と新しい事業を創り上げている。



西出博美

NPO 法人ばばとままになるまえに代表
<http://papamama.cc/>
ばばままっぷ
<http://papamamap.cc/>

「ばばとままを夢見る世の中に。」をビジョンに2011年2月から活動中。2014年10月10日“とつきとおか”の日にNPO法人化。
・結婚・妊娠・出産・子育て前の若い男女向けのイベントや講座
・出産施設の見学ツアー
・出産施設で働く人を紹介するサイト「ばばままっぷ」という3つの事業を軸に、結婚や妊娠をする前から準備する風土をつくっている。



本号でたっぷり様子をお伝えした LIFE BUFFET。大学生から社会人まで、そして北海道から島根まで、ゲストだけではなく、参加者の生き方もさまざま。参加者、ゲスト、スタッフ。2日間、生き方について考えました。こんなひとときが、もっとたくさんの人に、いろいろな場で、生まれてくれたら。そんなスタッフの想いから、コンセプトと90分間のプログラムはそのままに、毎回1人ずつの講師をお呼びする「LIFE BUFFET PETIT」(ライフビュッフェプチ)が2015年4月、誕生しました！先日開催した第1回の様子は次号でお届けします。いろいろな人の生き方や働き方、そして自分らしく生きるためのスキルをご紹介しますので、ぜひみなさん、今後の情報をお楽しみに！

LIFE BUFFET PETIT vol.2 環境教育というしごと(仮)

日時 5月21日(木)
場所 iPledge 原宿オフィス
(JR「原宿駅」徒歩5分/地下鉄「明治神宮前駅」徒歩3分)
※詳細は決まり次第、公式サイトでご案内いたします。



◆◆Food Nations肉フェスTOKYO2015春◆◆
フェスシーズンいよいよ本番！NPO iPledge・ごみゼロナビゲーションでは、イベント環境対策ボランティアを募集しています。

4月24日(金)～4月29日(水)
5月1日(金)～5月6日(水)

※上記日程の中から1日～参加可能です。

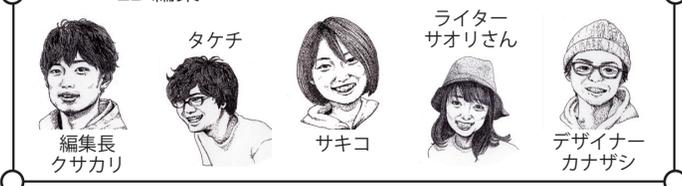
1日コース 10:00 集合 20:00 解散
半日コース 16:00 集合 22:30 解散
どちらかのコースで参加してください。

【活動内容】
ごみ資源の分別ナビゲート
ごみを捨ててきた来園者に対して分別の呼びかけ
【会場】
駒沢オリンピック公園 中央広場

今回で3回目の開催となる日本最大級のフードイベント。日本全国、世界各国の肉料理が一同に楽しめます。参加していただいた方には、もれなく会場内で使用可能な食券(700円分)をプレゼント！会場でみなさんとお会い出来るのを楽しみにしています！

お申込みは

LB 編集メンバー



川瀬 健二
エコメディアラボ代表
http://eco-media-lab.com

「メディアのCO2排出量を削減していくこと」「企業の環境・CSR活動を分かりやすく、効果的に伝えていくこと」を使命に、企業のコミュニケーション活動をサポート。
カワセ印刷(株)代表取締役社長。

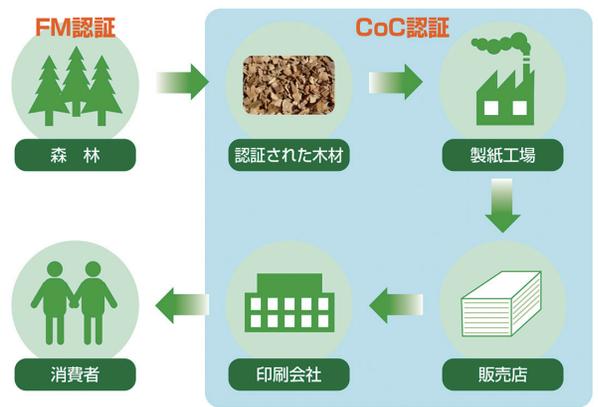
【第1回】紙について考えてみよう！ FSC 認証紙ってどんな紙？

このフリーペーパーのように、大切な情報を伝えたい時、私たちは紙に印刷をします。紙の主原料は、パルプという木材から抽出した繊維です。つまり新しい紙を作るためには、森林を伐採しなければいけません。エコな紙と聞いてすぐに思いつくのは、再生紙ではないでしょうか？リサイクルという観点で、再生紙は環境に優しい紙です。しかし古紙だけで紙を作り続けると繊維の強度が弱くなり、やがて紙が作れなくなります。そのため、森林から伐採してきた木材の新しい繊維が必要になります。一方で、日本の国土の約3分の1に相当する森林がこの地球から毎年消滅し続けているといわれています。私たちは紙を使い続けながら、この問題と向き合っていく必要があります。



「森を守りながら紙を作る」そんなことが可能でしょうか？森林減少の主な原因は、無計画な森林伐採や違法伐採です。これを抑制するために生まれたのが、FSC 森林認証制度です。この制度は森林を適切に管理し、環境に配慮しているかどうかを第三者機関が評価し、認証するシステムです。FSC 森林認証紙のマーク*が入った紙を使うことは、適切な森林管理を行う林業者を支援し、世界の森林保全に貢献することにつながります。紙の中にエコな素材や原料が入っているわけではなく、紙の色や風合いは他の一般的な紙と変わりません。印刷・加工し難いということもなく価格も変わらないため、どんな印刷物でも使いやすいことが特徴です。企業の環境報告書やCSRレポートだけでなく、雑誌やパンフレットなど、その用途は年々広がっています。

FSC森林認証制度のシステムについて



*FM 認証…森林の管理を対象として認証です。
CoC 認証…FM 認証された森林から伐採された木材が、加工から流通まで他の木材と混ざることなく、管理されているかを認証する制度です。