# はじめに

日本は多くの民を都市に集め急速に経済成長を遂げてきた。しかし、核家族や自殺、児童虐待や孤独死を生み出し、さらには中山間地域を過疎化させ集落を崩壊させてきた。そしてこれらの悪夢は、今や市民生活への底知れない脅威になっている。それだけではない。経済社会は、自然に育まれる暮らしを、また、支えあいながら生きる暮らしを、さらには地域が次代を育て上げる心を、そして徹底循環型の生活を崩壊させてきた。われわれは、これから如何に暮らしを築き、次代を育んでいくのであろうか？

里山里海のすばらしさは、景観や自然環境、動植物だけではない。そこで営まれた主食の米づくりは、家族とともにみなが結束して手間を交わす共同の〝ちから〟をうみだした。この営みは互いの絆を醸成し、水や土、太陽の〝ちから〟をはじめ、自然に感謝する〝こころ〟を育て上げた。里山里海には、生きていくための知恵と作法、自然とのつきあい方や折りあいのつけ方、互いの絆を増幅させる〝こころ〟などなど、変わることのない暮らしの〝おおもと〟が息づき、次世代を育む〝ちから〟があった。ときには相手と衝突することもあった。しかし、集落の民は互いに折りあいをつけ、ともに暮らす作法を模索した。そうしなければ、自然の〝ちから〟に向きあう暮らしが成り立つことはなかった。みなは豊作と安全を願い、田や山の神に祈りを捧げた。田畑は食を養い、山は煮炊きや家屋の源であったからだ。山に棲む野鳥やイノシシ、ウサギ……など動物たちへの米や野菜のお裾分けは、肉や毛皮を頂くた

めの一つの作法であった。

今はどうであろうか？　スーパーやコンビニエンスストアなどで金と食とを交換する暮らし、燃料を電気やガスに依存する暮らし、食料の六〇％、木材の七〇％を輸入に頼る暮らし、このような暮らしが永遠に続くことはない。本書は、今の日本が、なぜかつての里山里海の暮らしに学ぶ必要があるのか、この本質を解き明かす。

生きていくためには、水や**食糧**（食料）、木材等々の里山の恵みが不可欠である。里山里海では可処分所得が少ない代わり、衣食住を支える礎が存在した。第一章ではまず集落に暮らす人々が生活資源を末永く保続するため、どのように土地を使い分け、平等に分かつためにどのような掟を築き上げてきたのかを例示する。ついで高度経済成長を経た現代、里山里海における**食糧**や木材の生産基盤、それに暮らしがどのような状態にあるのか。経済社会が市井にどのような悲劇を生み出してきたのか。里山里海の置かれた今の現実を解く。

ついで第二～五章では、全国における聞き書き記録や写真などをもとに、昭和三〇年代までの暮らしの姿を今に伝える。特に第二章では、かつて三～四世代がともに暮らした家族をはじめ、皆が支えあう集落が、どのような役割を担ってきたのか。そこには生まれる前から逝ったあとまで、苦難を乗り越え、ともに協力して生きていく底力が育まれていたことを検証する。次代を育み持続可能な暮らしを蘇らせるため、家族と集落の役割を解き明かし、現代的な視点から取り戻すべき課題を例示する。

昭和三〇年代までの里山里海には、ほぼすべてを自給できる暮らしがあった。都会の分まで育む〝ちから〟があった。今一度、この〝ちから〟を見直してほしい。わずか一〇〇㎡といえども、里山の土と天水や湧水さえあれば、水田は毎年二〇kgを超える米を作ることができる。第三章では**食糧**（食料）の

自給と物質循環の仕組み、難を乗り越えるための救荒食など、第四章では保続利用されてきた山菜や薬草などの半栽培、魚介や野生鳥獣の半飼育のありさまと技法を述べる。山は水や木材、燃料等々を育んできた。第五章では燃料や水をはじめ暮らしの必需品に対する自給と再生の方法を取り上げる。

そして最後に、今もわが国には自然に学び、そのちからを最大限に活かして暮らす里人らがいる。過疎と集落崩壊を跳ね除け、奥深い山里を蘇らせる人々がいる。第六章では、各地の事例を取り上げ、里山に暮らす人々の作法と努力に迫り、持続可能な暮らしのあり方を考察する。また、近年の行政や助成金による地域振興や支援のあり方を見つめる。

なお、取材と写真の提供にご協力を頂きましたみなさまにこころから深く御礼申し上げます。ありがとうございました。

平成二八年一月

著者　しるす

# おわりに

日本列島に生きる里人たちは、縄文時代以降、原住民や渡来人を含め、**食糧**（食料）を確保し子孫を継承してきた。そこでは暮らしに息づく人々の絆、地域を愛する人々の心性こそが、現世（げんせ）の命と子孫をつなぐおおもとであった。この暮らしが次代を育て、歴史、風景、風土を作り、多様な動植物を育んできた(59)。

薪炭林から柴や落葉（おちば）を集めるシワだらけの古老の手と足。このちからがカタクリを殖（ふ）やし、その花蜜を餌にするギフチョウを、また田んぼに溢（あふ）れたトノサマガエルやドジョウ、トキやコウノトリを守ってきた。この手足に伝えられた意思が、**食糧**（食料）や燃料を作り家族の暮らしと集落を守ってきた。これら古老（ころう）たちの手足と体は日々に自然に学び、空気も水も食料も燃料等々も、生活に要するものすべてを循環させ、芥（あくた）も汚水（おすい）も出さず自給する暮らしを築き上げた。

里人らは、集落のまわりに災害や鳥獣から命や農作物を守る土地利用を作り出し、無駄なくそのちからを活かす知恵を身に付けてきた。個々の暮らしを、一人で支えることはできない。災害復旧、稲作、水路、溜池、子育て、弔（とむら）い……。そこに人々は、**共同体**として生きる仕組みと作法を作り出し、知恵と技を洗練させた。先達たちの手と足、体と心が、生きるための知恵や技、知識、集落の絆を次代に伝えた。この暮らしの営みが動植物とつきあう心得を生み出し生物多様性を守ってきた。

里山里海の生態系や動植物、水、土など自然環境を構成する要素には無用な物は何もない。一定範囲の土地で自給の暮らしを持続させるためには、収奪を繰り返すと行き詰まる。環境の容量をわきまえた自給と高望みしない収入が暮らしを支え、この一連の営みが地域の生態系と生物の多様性を育んだ。

里山や里地からの採取が限度を越えると、災害や凶作で生命と生活が犠牲になった。その戒めに山神や田の神様を祀り、礼拝と供物を続けた。また、被害の痛手を後世に伝えるために記念碑を設えるところもあった（写7-1）。沿岸では恵比寿神社を建立し、豊漁と海難防止を願った（写7-2）。そして人々は次代に対し、いのちの大切さ、つきあいの心得、子供や年寄りを大切にする心性を植え付けた。食べ物やエネルギー、水や空気等々……すべてを大切にする気持ち、自然の容量を察する技量を伝えた。

自然とともに暮らした**共同体**の永い歴史が、地域特有の自然と人間との関係を作り出した。それはかけがえのない自然との共生の絆であった。このつながりが全国津々浦々に広がり、里山里海の景観を支えてきた。持続可能な環境社会、集落と人々の輪、そして絆を再生させるためには、里山里海が育んできた相互扶助と共同による暮らし、豊かな生態系を基盤とする自然環境に学ぶ必要がある。いのち、生態系、水、空気、食料、燃料、伝統文化のおおもとは、里山里海における**共同体**の営みにある。地域が存続してこそ多様な動植物と生態系を継承できる。

**共同体**が壊されようとしたとき、それを守ろうとする人々が現れる。今では過疎を跳ね返し、子供らを育て集落を存続させようと頑張る地域が増えている。**共同体**のなかには捨ててはならない絆と作法があること。ともに暮らすなかまを守らなければならないこと。ときにこの心性が蘇る。「里山」という文字は、田、土、山からなる。この里山は、われわれの暮らしと次代に必要なすべてを作り、再生するちからを持っている。それは物質だけではない。生まれる前から逝ったあとまで、家族と集落のみなが

**写７－１　自然への戒めを後世に伝える水害記念碑**

（福井県旧遠敷郡上中町［三方上中郡若狭町］河内、1950年代、山本吉次氏・若狭町歴史文化館提供）

**写７－２　海難防止や豊漁を願って作られた恵比寿宮**

（福岡県柳川市沖端町、1985年、野田種子氏提供）

こころをあわせ互いの絆を育む土台である。地球上において持続可能な暮らしを再構築していくためには、このことを次代に伝えていく義務がある。今でも日本の里山里海は、われわれが少し知恵を絞り、暮らしを携え、移り住む意思があれば、みなをこころから歓迎してくれる。都会に比べ所得は少ない。しかし、そこでは幾多の自然の恵みがわれわれを支えてくれる。