

# 自分軸が反映された生活拠点における空間構成と住まい方の特性

メタデータ	言語: Japanese 出版者: 大阪市立大学大学院工学研究科都市系専攻 公開日: 2022-04-19 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: 三浦, 瑞季 メールアドレス: 所属: 大阪市立大学
URL	<a href="https://ocu-omu.repo.nii.ac.jp/records/2011518">https://ocu-omu.repo.nii.ac.jp/records/2011518</a>

## 自分軸が反映された生活拠点における空間構成と住まい方の特性

### CHARACTERISTICS OF SPATIAL COMPOSITION AND WAY OF LIVING IN LIVING BASES REFLECTING MY OWN AXIS

建築計画・建築構法分野 三浦 瑞季

Architectural Planning&Building system Mizuki MIURA

一般的な住宅形態の枠を超え、住まいや暮らしに対して強い意志を持ち、自身の手によって生活拠点を作り上げている人々がいる。本研究では強い意志をもつことを自分軸を持つと表現し、自分軸により生活拠点を作っている住まいを対象に、作られ方や暮らしの実態を明らかにすることで、一般住宅との相対化を図ることを目的とする。住まいを作る段階から完成後における日常生活まで、様々な工夫をこらすことで、自分自身で自分軸に適応させた住まいや暮らしを作り上げている。

There are people who go beyond the general housing form, have a strong will for housing and life, and have built up a living base by their own hands. In this research, we express that having a strong will is my own axis, and aim to make it relativized with general housing by clarifying the actual state of creation and living for dwellings who are creating living bases based on their own axis. By devising various devices from the stage of creating a house to daily life after completion, he creates a house and life that adapts to his own axis.

## 1 はじめに

### 1.1 背景・目的

現代の住宅は、決められた型に沿って設計され、自身のニーズに合わせて、住宅そのものを変化させることは難しい。また、自身の所有物でありながらも、業者や社会インフラに頼りきっていることが一般的であることから、その住いの内情やそこにおける暮らしはブラックボックス化している。これらの状況に対して、注文住宅などが提案され、ブラックボックス化していることに対して、住まいの透明化という概念も浸透しつつある。しかし、これらは固定間仕切りの排除や透過性の高い材料の使用など、見かけ上の透明化であり、本質的な部分はブラックボックスのままとなっている。

一方で、今日では、様々なことにおいて価値観が多様化しており、同様に住まいの在り方や暮らし方に対しても強い意志を持っている人々が一定数存在する。彼らは、上記に述べた一般的とされる住宅形態や固定概念の枠を超え、自らの意志に従って一味違った住まいや暮らしを自身の手によって作り上げている。

本研究では、住まいや暮らし方に強い意志をもつことを「自分軸を持つ」と表現し、自分軸により生活拠点を作ることを実践している住まいを対象に、その作られ方や暮らしの実態を明らかにすることで、一般住宅との相対化を図ることを目的とする。

従来の研究では、一般の人が作った住まいに着眼し、一個人の強い意志がどのように住まいなどに表れているかについて言及しているものは少ない。本研究は、個々の意志がどのように住まい、暮らしづくりにおいて具現化しているかを追求している点に新規性がある。

### 1.2 用語の定義

自分軸：古くから、アドラー心理学の分野において「課題の分離」と言われる、「自分軸」「他人軸」の元となる考え方が提唱されている。本論では、周りの価値観や流行、世間一般の情報を基準にせず、自分視点や価値観で決めることを自分軸と定義する。

### 1.3 調査概要

ネット、書籍、YouTube等から、自分軸をもって自身で暮らしを作りながら生活している事例を選定し、その中から最低限、住まいの完成形態に直接使用される一次材料や、それらの直接的な施工方法である一次施工を認識している事例を対象とした。対象となった事例に対して①アンケート調査②ヒアリング調査、③実測調査を行い、居住者が公開したブログ、YouTubeも交えながら、セルフビルド型とセルフリノベーション型に分けて分析を行った。表1に調査対象一覧を示す。

## 2 きっかけと自分軸

### 2.1 きっかけ

自分軸による暮らしを始めたきっかけや動機は、こ

れまでにおける生活環境や経験の影響を受けている。また、仕事上の経験や人々との交流を通して、暮らしに関する疑問や社会問題に対する危機感を抱いている人も見られる。表2にきっかけ・動機一覧を示す。

## 2.2 自分軸

きっかけ・動機を根底に、住まいや暮らし方に対して様々な視点で自分軸を有している。本研究では、日々の働き方、暮らし方に強く意志を持った「生活視点」、暮らしにかかるコストや、住宅ローンに対する考えを持っている「経済視点」、消費社会や環境問題といった社会問題に強く関心を抱いている「社会問題視点」、純粋に好みや自分で暮らしを作りたいという意志による「趣味嗜好視点」の4つの視点に分類した。各視点に対する意志の強弱を示したものを図1に示す。それぞれの意志の強弱のプロットから3つのグループに分けられた。【SB2】【SB3】が生活・経済視点型、【SR1】

【SR2】が社会問題視点型、【SB1】が趣味嗜好視点型である。

## 3 作られ方と空間構成

### 3.1 材料と選定理由

表3に材料一覧を示す。生活・経済視点型では、「機能性」「経済性」「施工性」を重視し決められている(表4[1][2][3][4])。共通して木材、単管パイプ、廃材が多く使われている。木材は、強度、施工性に優れながらも安価であることから選定されている。また、デザイン性は非常に劣るものの、腐食しにくく微調整が利き、後の作り替えも容易であるという点から単管パイプも多く使われている。このように、生活・経済視点型では見栄えよりも初期コストやランニングコストに配慮

表2 きっかけ・動機一覧

事例	きっかけ
SB1	幼少頃の経験から将来の野望として構想。日々の生活に不満はなかったが、働き方や住宅ローンに対する疑問をほんの少し抱く。そんな中会社帰りに小屋暮らしの本を読んで、定年まで待てなくなり一年免起。
SB2	前職を退職した際、人間関係や働き方、生活コストに対して考える。その時に小屋暮らしのブログをみつけ、この暮らし方は自分にあると思いはじめる。
SB3	働き方や普段の時間の使い方について考えていたところ、ネットでこの暮らし方を知る。様々なリスクを考え一度は興味は退いたものの、求職で時間ができたことから始める。
SR1	仕事を通して、自分で暮らしを作っている人々を取材。東日本大震災の際に、強く環境問題や消費社会に危機感を抱く。
SR2	アジア学院での生活などを体験したことから、消費社会や消費者という立場に対して独自の考えを持つ。消費者という立場をやめるべくいすみ市に移住。一度は一般住宅で生活するものの納得がいかず新たな形を探し、行きつく。

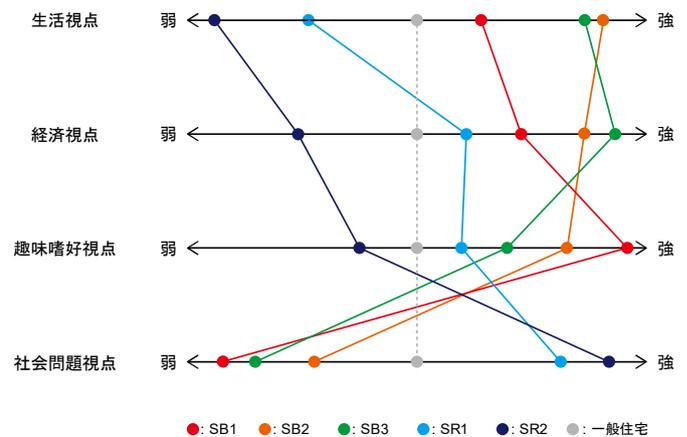


図1 各視点に対する意志の強弱

表1 調査対象一覧

分類	趣味嗜好視点型						生活・経済視点型						社会問題型											
	SB1						SB2			SB3			SR1						SR2					
事例名	SB1						SB2			SB3			SR1						SR2					
場所	埼玉県秩父郡						千葉県山武郡			群馬県吾妻郡			長野県諏訪郡						千葉県いすみ市					
基本情報	居住者	夫	妻	長男	義父	ヤギ	猫	夫	妻	犬	独身男性	鶏	夫	妻	長女	長男	次男	犬	猫	夫	妻	長女	次女	
	年齢	30代	30代	10代未済	-	-	-	30代	40代	-	30代	-	-	40代	40代	10代	10代未済	10代未済	-	-	40代	40代	10代	10代
	職業	会社員	自営業	未就学	-	-	-	YouTuber	YouTuber	-	無色	-	-	会社員	フリ社長	学生	未就学	未就学	-	-	NPO法人代表	会社員	学生	学生
	建物数	4(調査対象)						2			1			1						3(調査対象)				
	居住年	4年						7年			1年			7年						4年				
	立地	武甲山の登山道(山中)						地方の住宅地(海近)			集落のはずれ・山の麓			近隣物件の住宅地						近隣物件の住宅地				
	主材料	木材 単管パイプ プラダン ポリカ波板 塗料 壁紙						木材 単管パイプ ポリカ波板 ネット ガリバリウム波板 廃材			木材 ポリカ波板 廃材 梱包材 カーペット			廃材						廃材 木材				
	施工法	セルフビルド(既存構造物の基礎 2×4工法)						セルフビルド(東石の基礎 2×4工法)			セルフビルド(東石の基礎 2×4工法)			セルフリノベーション(傾き修繕 材料変更 収納作り)						セルフリノベーション(傾き修繕 床張り替え 断熱性能向上 デッキ 塗装)				
	空間構成	屋外活用 高さ方向に活用						屋外をメイン活用 高さ方向に活用			屋外活用 高さ方向に活用			元々増築済み+壁を除去し広く見せる						無駄なドアをなくして広くする				
	インフラ設備	業者契約:ガス 電気 ネット 川:水						業者契約:電気 ネット 井戸:水			業者契約:ガス 電気 ネット 水			業者契約:ガス 電気 ネット 水						業者契約:ガス 電気 ネット 水				
住み替え 作り替え	要因:趣味嗜好、利便性、家族構成の変化						要因:居住スペース拡大、利便性、効率化、 家族構成の変化			要因:居住スペース拡大、利便性、			要因:賃貸契約終了						要因:居住スペース拡大 子供の成長					
収入源	会社勤め 自営業(カフェ)						YouTube ブログ アルバイト			ブログ(少々)			会社勤め						会社勤め					
食糧/調理	購入 畑 狩猟 / カセットコンロ キャンプ用コンロ						購入 畑 採取 もらう / カセットコンロ 薪ストーブ			購入 もらう / IH			もらう 畑 購入 / コンロ						購入 畑 もらう / コンロ					
入浴	一般的なお風呂 露天風呂						公共シャワー→お手製シャワー→シャワールーム			シャワールーム ポータブルバス			一般的なお風呂						一般的なお風呂					
排せ	水洗トイレ						コンポストトイレ			お手製水洗トイレ→コンポストトイレ			水洗トイレ						水洗トイレ					
洗濯	洗濯機						手洗い→二層式洗濯機			洗濯機			洗濯機						洗濯機					
余暇時間	子供と遊ぶ ヤギのお世話 物作り 構想 ログハウス作り						ネット 配信 修繕 何か作る 畑			ネット 山林開拓 サバゲキャンプ場 作り			近隣と交流 何か作る 構想						畑 コンポスト DIY					
天候・季節 による 変化	雨の際は洗濯はデッキに干さない 冬期はデッキを使わない						雨の時は屋内で過ごせるよう準備 冬期は2つ目の小屋に夜間移動			温暖な地域に2つ目の小屋を建て 冬期は移るご構想中			-						デッキでよく仕事をするが、 できなくなる					
インフラ 量	-80%						-80%			-20%			-40%						-60%					
物量	+60%						+100%			-20%から徐々に増加			+20%						-60%から徐々に増加					
入手・使 い方の工 夫	-						廃棄予定をもらう・ひろ う1つを多用途で使用 手作業への転換			1つを多用途で使用			物をシェアする 家電の手放し						吟味して購入する 家電の手放し シェアする					
時間の使 い方	子育て、物作りで忙しいが充実感 を感じている						仕事時間が減り余暇時間が増加			時間があらずでゆっくり しすぎている			家事の負担量が増加→不満は感じていない						狭いためこまめに片付けが必要となり、 掃除の時間がなくなった					
対人関係	近所はない 登山者、 市長、地域おこし隊と関わり 一住まいに興味を持ち連絡が来る						近隣は少しだけ 小屋仲間ができる ファンがくる			近隣と少しだけ			密な関係 野菜交換 よく交流する						密な関係 災害時のお風呂貸し出し 軽トラ/工具の貸し借り BBQ 消防団入団					

された選定がされている。また、地域の違いによる活用方法の違いも見られた。クリア色のポリカーボネート波板は、【SB2】【SB3】の両者において庇に活用されているが、その活用方法が異なる。寒冷な地域に位置する【SB3】では、日差しを取り入れることで暖かくしている。一方で、温暖な地域に位置する【SB2】では、日差しが強く暑くなるため、農業用遮光ネットを併用することで、直射日光を遮断している。このように直面した問題に対して工夫を凝らすことで出費を抑えながら臨機応変に対応している。社会問題視点型では、「デザイン性」「機能性」により、使用材料が決められている(表 4[5][6])。【SR1】【SR2】の両者において、廃材がメインで活用されており廃材の独自の風合いを楽しむことに加え、使えるものは使い無駄な資源の消費を防ぐという意志が反映されている。趣味嗜好型は、「デザイン性」「経済性」「施工性」のバランスにより材料が選定されている。コスト削減や資源の消費に強い意識を抱いておらず、純粋に自身の理想形態に近づけるための材料を選定し、最終的にコストや施工のし易さにより選択されている。(表 4[7][8])

### 3.2 技術習得と施工方法

これまでに発信されているブログ、YouTube や情報マガジンを参考に技術を習得し施工している。また直接プロの指導を受け、習得しているケースも見受けられる。(表 5[9][10][11][12])

表 3 材料一覧

材料	特徴	事例
木材	セルフビルドでは柱、梁など躯体をはじめ多岐に渡って活用。セルフプリノベーションにおいては、一部構造材としての活用やウッドデッキへの活用が見られるが、基本的に意匠材として活用。	全て
単管パイプ	屋外空間の屋根部分への活用。一部基礎における活用も見られる。	SB1.SB2.SB3
ビニールシート	雨漏りの補修材としての活用。屋外における風よけとしての活用。施工時の保護材としての活用。	SB1.SB2.SR2.SB3
ガリバリウム波板	障、屋根、目隠しに活用	SB1.SB2
雨水タンク	コンポストとして活用。一部ゴミ箱としての活用も見られる。	全て
フロアシート	床材にすることで、デザイン性を向上させる。	SB1
断熱材	断熱材として活用。木と木の間に隙間ができないように入れ込む。	SB1.SB2.SR2.SR1
ホース	川や井戸から水をひき、敷地内に循環するために活用。シャワーとして活用。水平をはかるためにバケツ、チューブと共に活用。	SB1.SB2.SB3
梱包材	室内において、簡易的な断熱材として活用。	SB3
塗料	木材に塗布し、デザイン性の向上のために活用。	全て
コンクリート	基礎として活用	SB1.SB2.SB3
ビニールカーテン	屋外空間において、風を防ぐために活用。透明の場合は、風を防ぎながらも、太陽光を取り入れる。	SB1.SB2.SB3
竹	元々、敷地に生えていた竹を伐採し、乾燥させて活用。堀や目隠しとして活用。	SB2
廃材	もらいものや、余りものを活用。セルフビルド型では、構造材と意匠材の両者で活用。セルフプリノベーション型では、主に意匠材として活用。	全て
ポリカ波板	屋外空間の屋根材として活用。いずれにおいてもクリア色を活用。	SB1.SB2.SB3
ブラダン	採光用の窓として活用。	SB1.SR2
つっぱり棒	カーテンをつけるために活用。隙間につけることで収納としても活用。	SR1.SB2.SB3

表 4 ヒアリング内容(材料の選定理由について)

<p>&lt;生活・経済視点型&gt;</p> <p>[1]コスト。安いのを選んでましたね。安さにつられて失敗したこともあります。【SB2】</p> <p>[2]やっぱりホームセンター当時は安かったですからね。【SB3】</p> <p>[3]やっぱり規格が全部揃っていると、あの早いんですよ。【SB3】</p> <p>[4]湾曲加減とかサイズとかそういう性能的に選びましたね。【SB3】</p>
<p>&lt;社会問題視点型&gt;</p> <p>[5]なんかいいなと思って。デザインもですけど、まだ使えるものを使うっていうのもですね。【SR1】</p> <p>[6]古い材料の方が味があつたりとか。すごい素敵に仕上がるので、何かそれまでの文脈が引き継がれるというか。【SR2】</p>
<p>&lt;趣味嗜好視点型&gt;</p> <p>[7]自分たちでつくる家だから全部自分で決められるじゃないですか。なので、もうあの結構壁紙とか凄いカラフルな壁紙にして、外観もちょっと他にはないような感じに。【SB1】</p> <p>[8]普通に安いし、規格そろってるから早いですよ【SB1】</p>

### 3.2.1 セルフビルド型

#### 基礎

生活・経済視点型では、東石による基礎となっており、ホームセンターにおいて安価で入手している。

【SB2】は、2×4 用ブロックのみを設置し、その上に直接土台を組まれている。後に行政指導が入り、周囲をコンクリートで固めた[13]。【SB3】は【SB2】のブログを参考にしており、強度に不安を感じたことから強度を高めるため羽子板付き東石をコンクリートで固め、サンドイッチ工法により土台を組んでいた[14]。趣味嗜好型の【SB1】は、敷地内にあったイワナの生簀を基礎として活用している。施工後に生簀に水をはり、雰囲気演出している[15]。

#### 躯体

生活・経済視点型、趣味嗜好型の両者において 2×4 工法が用いられていた。これは、在来工法と比べ施工難易度が低いためである[16]。また、材料も規格化されていることや入手し易いことが採用されている要因である。同じ 2×4 工法でも、2つの施工方法が見られた。

【SB1】【SB3】では、2×4 材の柱の中心に 1820×910mm の合板 2 枚の境目がくる方法をとっていた。一方で、【SB2】においては、1820×910mm の合板の端に 2×4 材の端を合わせる方法で行っていた。前者が一般的であるが、材の中心をとることが困難という観点から後者の施工法が採用されている[17]。図 2 に 2×4 工法の違いを示す。

### 3.2.2 セルフプリノベーション型

表 5 ヒアリング内容(施工について)

<p>&lt;技術習得&gt;</p> <p>[9]インターネットのDIY記事を見ながら構想というか、参考にしましたね。【SB2】</p> <p>[10]ドゥーパの物置小屋の作り方を参考にしたりとか、あとは小屋暮らしの方のあの作り方参考にしたりとかして【SB3】</p> <p>[11]夫が建築職なので教えてもらったり、あとはぶっつけですね。夫が薪ストーブの煙突用に壁に穴を適当に開けて、それを見て、あ、これでいいんだって思いました【SR1】</p> <p>[12]ワークショップを開いて、来てくれたたくさんの方と一緒にプロに教えてもらいましたね。【SR2】</p>
<p>&lt;基礎施工法&gt;</p> <p>[13]なんか最初普通のブロックだったんですけど、ブログの読者に弱って言われて、2×4用のブロックに変えて、でも後で指摘されて、コンクリートで固めました。【SB2】</p> <p>[14]色々参考にしたんですよ、吉田さんのも見だし。で色々調べて丈夫そうな方法にしました。やっぱり大事じゃないですか、基礎とか躯体って。【SB3】</p> <p>[15]生簀が良い感じだったんでね、そのまま使いましたね。</p>
<p>&lt;躯体施工法&gt;</p> <p>[16]簡単なので2×4ですね。【SB3】</p> <p>[17]2×4ですね。ただ知り合いの大工に教えてもらったんですけど、柱の中心に合板の境目くるのが普通らしいですね。【SB2】</p>
<p>&lt;セルフプリノベーション&gt;</p> <p>[18]やっぱり増築してるとはいえ狭かったので、邪魔な壁とか天井の板は取りましたね。あとは暗かったので、透明?にしたりとか【SR1】</p>

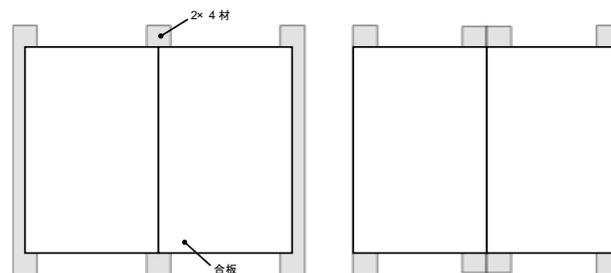


図 2 2×4 工法の違い

社会問題視点型では、自身のできることから社会問題の改善に寄与していくというスタンスが色濃く、1から住まいを建てるのではなく、まず第1段階としてトレーラーハウスを原型としたリノベーションによる住まいづくりがされている。傾き修繕、壁や天井の撤去といった施工内容が見られた[18]。

### 3.3 インフラ設備

生活・経済視点型では、機能性と経済性により、インフラ設備の整備方法が選ばれている。【SB2】では、電気とネットのみを業者契約し、残りは自身で整備している。水においては、地下から水が湧くことを確認した上で、自身で井戸を掘り電動ポンプを用いて住まいに供給している。【SB3】では、自身で整備する方法と業者契約した場合を比較検討し、長い目で見ると業者契約の方がコストがかからず、供給も安定していることから、全て業者契約により確保している[19]。社会問題視点型では、エネルギーや資源の消費をいかに減らすかということを考えているものの、全て業者契約により整備されている。トレーラーハウスというコンパクトな住宅に住まうことで、強制的に必要なエネルギー量が減少するため、現在は生活を送りながら自身の消費エネルギー量を把握し、さらに消費量を減らす策を模索しながら過ごしている。【SR1】では、ソーラーパネルによる発電を一度行っていた。しかし、ソーラーパネルが破損した場合、埋め立てゴミになることを知り、本末転倒であるという思いから使用をやめた[20]。趣味嗜好型では、水以外業者契約により整備をしている。敷地が山中であり、目の前に川があることから水は自身で整備をしている。住まいのサイズが小さいことで結果的にエネルギー消費量が減少し、社会問題に寄与しているものの、元々は社会問題に対して強い意志を抱いていない。そのため、インフラ設備については、自身が必要とする設備、契約プランを吟味し、契約している。

### 3.4 空間構成

生活・経済視点型では、比較的入手し易い安価な材料を多用し、自身の施工技量に合わせ完全に1から住まいを作りあげている。そのため、不統一な見た目となり、居住面積も小さくなっている。その中で1つの空間を様々な用途で使用し、立体方向への領域展開や屋外空間を活用することで、居住空間を広くしている。趣味嗜好型では、自身の施工技量に加え生簀を基礎に用いたことから、おのずと居住面積が小さくなっている。しかし、内装デザインや外観デザインにはこだわ

表6 ヒアリング内容(インフラ設備について)

[19]自分でやるよりも、結局はあのなんだインフラ設備整えてもらったほうが安く済むんですよ。【SB3】  
 [20]ソーラーパネルとかしてますよ。一部は発電できますね。ただソーラーパネルもあの何て言うんだろう？埋め立て所に行くしかないっていうか、分解もできないっていうかたんでもないゴミなんですよ。何かいいかっていうのは迷っているところです。まあ、今は出来る限り電気を使わないっていう方向ですね。【SR1】

りが見られた。一方で社会問題視点型では、空間構成に自分軸が反映された特徴的な要素は見られなかった。しかし、壁やドアの撤去や、隙間を収納に変化させるといった、住まいを快適化する工夫は見られた。

【SB1】の空間構成を図3、【SB3】の空間構成を図4に示す。

### 3.5 住み替え・作り替え

生活・経済視点型では、最低限の生活拠点の状態から暮らし始めるため、自分のニーズに合わせて住み替え作り替えを行っている。材料にはもらいものや廃材、自身のいらなくなったものを活用するなど、無駄なコストをかけずに行っている(図4)。また、住まいの現状とかかるコストを比較し試行錯誤しながら、住み替え作り替えに加え使用材料の交換なども行っている。趣味嗜好型では、自身のニーズや家族構成の変化に加え、趣味による作り替え住み替えがなされている。

【SB1】の夫は、生まれた子供と一緒に広いお風呂に入りたいという思いから、露天風呂を作った。また、サウナが趣味であることから、サウナ小屋も現在施工中である(図3)。社会問題視点型では、ウッドデッキの増

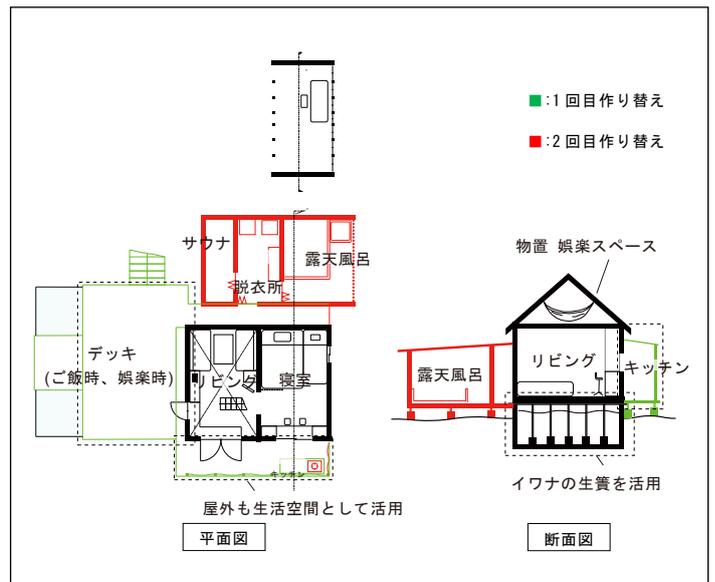


図3 SB1(趣味嗜好視点型) 空間構成と作り替え

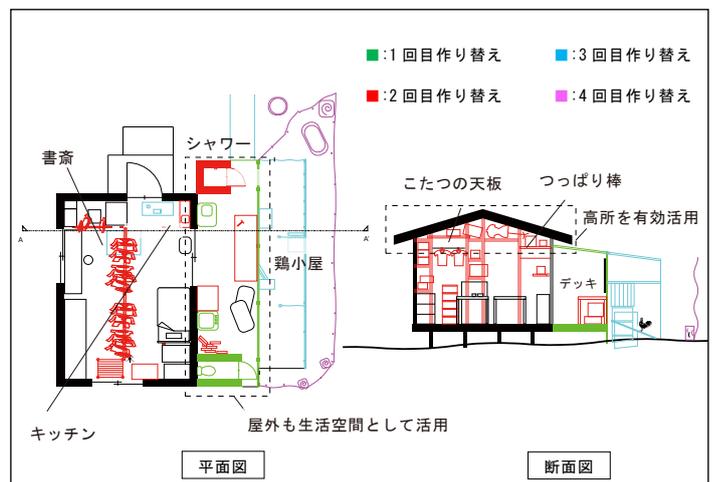


図4 SB3(生活・経済視点型) 空間構成と作り替え

設に加え、居住スペース拡大を目的とした、既存小屋の移築、子供の成長や住まいの賃貸契約終了に伴う住み替え(現在施工中)が見られた。新たに作った建物では、完全オフグリッドにし【SR2】、躯体のみを残し、自ら住まいづくりを行うと共に、一部のインフラ設備を自身で整備している。【SR1】

## 4 住まい方

### 4.1 収入源と働き方

日々の働き方に強い意志を持つ生活・経済視点型では、ブログや YouTube により僅かに収入を得ている。住まい・暮らしにかかるコストが大幅に減ることから、必要な収入額も少なくなり、働く時間が大幅に減少している[21]。社会問題視点型では、以前から就く職のまま、リモートワークやフリーランスなど働き方を変化させている。また【SR2】では、バンブーロールを扱う会社を起業し、職から社会問題へアプローチしている[22]。趣味嗜好型は、現在は週4日勤務が可能な職へ転職をしているが、住まい始めた当初は、趣味である狩猟の職に就いていた。このように趣味嗜好に基づいた職選びがなされている[23]。

### 4.2 日常生活

#### 食糧確保と調理

「購入」「自給自足」「採取」「もらう」の4つで確保される。生活・経済視点型ではコストと作業効率を比較し、バランスを見ながら確保の方法を選んでいる。

【SB2】では、気候に恵まれ作物が育ちやすいこと、海が近いなど自然環境が良いことから、畑による自給自足と採取が多くなっている[24]。社会問題視点型では、もらう、畑による自給自足が多い。【SB2】【SB3】の両者とも、相互扶助の関係を築くことが社会問題解決の

表7 ヒアリング内容(収入源と日常生活について)

<p>&lt;収入源&gt; [21]一応やってますね。YouTubeも一応広告収入も発生しているから、まあ収入源とすれば収入源なんですけど、そんなに本当に、お小遣い稼ぎ程度っていう、まあ入ってくればまあいいかなぐらいの感じ。まあそんなだから。【SB3】 [22]竹害と呼ばれるほど、あの地域では課題になっていて、あの資源なのでじゃんじゃん使っていいってわけではないけれども、何か暮らしについて考えるきっかけを提供できるんじゃないかって思って、バンブーロールを始めたんですよ【SR1】 [23]今は狩猟する会社というよりは、あのダムの子供検作業員とか、そういう業務になっています。狩猟の会社はもう退職してるんですね。子供との時間をとりたいので週4日勤務ですね。【SB1】</p> <p>&lt;食糧確保と調理&gt; [24]僕が元々畑とか作った場所を彼女がいるいるやってくれてますね。この前なんかまた植えたばかりでしょう？今育てるのはナスとオクラと。あと唐辛子とあとニラとか、それぐらい。あときゅうり、それぐらいですね。【SB2】 [25]野菜はだいたい頂き物とかなんかあったりするの。ほんとしょっちゅうもらいますね。買う事の方が少ないんじゃないかな。【SR1】 [26]たまに農でとって食べるぐらいで。【SB1】</p> <p>&lt;入浴&gt; [27]近くの体育館に無料のシャワーがあるのを見つけて。その後は家でシャワーを浴びられるようにしようと思って、自分で作ったんですよ。今は知り合いの大工にもらったのでシャワールームですね。【SB2】 [28]夫婦だけだったら新風呂にしたいですけどね。やっぱり時間かかるじゃないですか。だから今は難しいですね。【SR1】 [29]子供と一緒に入りたいと思って。義父と一緒に露天風呂つくりましたね。【SB1】</p> <p>&lt;排泄&gt; [30]コンポストトイレですね。一番最初はタンクみたいなのいってコンポストに移しましたね。コンポストの仕組みも自分で作って、精米所にある米糠ってただでもらえるので、それでしました。【SB2】</p> <p>&lt;洗濯&gt; [31]洗濯も手洗いで洗ってたんで。前の日に要は明日は晴れるなって言うのを確認して。朝日が出る前に起きて。で洗濯して。で。日が出ると同時に干すみたいな感じの。【SB2】</p>
---

鍵の一部となると考えており、日頃から近隣と良好かつ密な関係を築いている。そのため、野菜交換なども行うことが多くなっている[25]。趣味嗜好型では、ビニールハウスや、趣味の狩猟による確保もされている[26]。調理方法は、カセットコンロが一般的であるが、屋外にキッチン機能がある【SB1】【SB2】は薪ストーブやキャンプ用コンロで調理をしている。

#### 入浴

生活・経済視点型では、入浴頻度から整った入浴環境は求めておらず、シャワールームやポータブルバスを活用している。【SB2】は元々公共の無料シャワーやお手製のシャワーを活用していたが、シャワールームを貰ったことから、現在の形へ変化した[27]。社会問題視点型では、時間効率やプライバシーの配慮により一般的なお風呂となっている[28]。趣味嗜好型では、一般的なお風呂と趣味で作った露天風呂の2つを併用している[29]。(図5)

#### 排泄

生活・経済視点型ではコンポストトイレが使われている。施工費用も安く、使用中も堆肥として有効活用できる点から使われている[30]。社会問題視点型では、元々水洗トイレがついていたことから、そのまま使っている。しかし、生ごみを活用したコンポストは行っており、堆肥を自身の畑に活用している。趣味嗜好型では立地を理由に登山者向けの無料開放型の水洗トイレを作り、それを常時活用していた。生ごみによるコンポストは行っており、ビニールハウスで堆肥を活用している。(図5)

#### 洗濯

衣類の洗濯は、すべて洗濯機で行われている。生活・経済視点型の【SB2】では住まい始めた当初、洗濯機の購入コストや日々の電気代から、洗濯板を用いて洗濯をしていた。しかし、この方法は天候に左右され非常に効率が悪く、脱水が甘く異臭が発生しやすい。このことから、洗濯機による洗濯へと変化した[31]。

### 4.3 余暇時間

生活・経済視点型では働く時間が少なく、余暇時間が多い。そのため趣味のネットや畑仕事、敷地内の開拓など様々なことを行っている[32]。社会問題視点型では、畑仕事や住まいを良くするための物作りを行っている。趣味嗜好型ではヤギの世話を楽しんだり、念願のログハウスの建築を楽しんでいる。いずれにおいても、作る、考えるという回答が多くあった。体力、時間といった観点から疲れを感じることはあるものの、自分で住まいや暮らしを作っているということを実感し満足感を感じている[33]。

### 4.4 天候による日常の変化

屋外を居住空間として常時活用している生活・経済

視点型では天候による日常の変化が見られた。【SB2】では悪天候の際は、小屋内で調理ができるように屋外にある食材やカセットコンロを予め準備する [34]。

#### 4.5 季節による日常の変化

生活・経済視点型では、比較的安価な材料を用いて1から住まいを作りあげていることから断熱性能が低い。そのため【SB2】では二重屋根構造の小屋を建て冬期はそこで夜間を過ごしている[35]。

### 5. 自分軸で住まう前後における変化

#### 5.1 インフラ使用量

最大で80%少なくなっている。物理的に住まいの大きさが小さいこと、自身のできる範囲で自給自足をしているため大幅な減少が見られる[36][37]。

#### 5.2 物

##### 5.2.1 物量

生活・経済視点型では、断捨離の意識は低く、特に自身で作る割合が多いことから必要工具の増加や工具の大型化の影響を受けている[38]。社会問題視点型では、物量を減らすものの工具の増加に加え子供の成長に伴う教材の複雑化により全体として増加している。趣味

嗜好型でも同様の傾向が見られ、さらに除雪車なども必要であることから、大幅に物量が増加している。

#### 5.2.2 入手方法や使い方の工夫

生活・経済視点型では、中古品や廃棄予定のものをもろう、捨てるケースが多くある。また、1つの物を複数の用途で活用するといったことが見られた[39]。

【SB2】では、インパクトをコーヒーのミルとしても活用している。社会問題視点型では、シェアする、1つの物で多くを代用するといった工夫が見られた。また、家電の手放しが多く、【SR1】では、冷蔵庫や電子レンジなど一般家電がない。購入方法や調理方法を工夫し、負担を抱えることで物やエネルギーの消費を抑えている。趣味嗜好型では、特質的な工夫は見られなかった。

#### 5.3 時間の使い方

暮らし方や家族構成の変化に伴う余白時間の増減が見られた。生活・経済視点型では自由な時間が増加し、やりたいことに時間を当てている[40]。社会問題視点型では家電の手放しが多く、家事の負担量が増加したことから余暇時間は減っている。しかし、ここに不満を抱いている人はおらず、自身で暮らしを作っていることに充実感を感じている[41]。趣味嗜好型でも同様に物作りや構想時間が増えたことから常に忙しくありながらも楽しさや満足感により不満は感じていない。

#### 5.4 対人関係

生活・経済視点型では、近隣とあいさつ程度が多いが、野菜交換や、習得した技術を駆使し修理の手伝いをするなど関係を築いている[42]。社会問題視点型では、相互扶助の関係を築くため、消防団への入団など積極的に行動している。その結果、現在では物のシェアやBBQなど密な関係が築かれている。趣味嗜好型では、周りに住居がないため近隣と付き合いはない。しかし、カフェを通して登山客や地域住民とも関わりをもっている[43]。いずれにおいても、住まいや暮らし自体がシンボルとなり、他者との繋がりを生んでいる。

### 6. 結論

作られ方では自身の考えを基に材料や施工法の選定がされ、一般住宅ではブラックボックスとなっている細部までも意志が反映されていた。前述した住まいの透明化について、本来の住まいの透明性はこのような細部まで居住者の意志が反映され、何がどのような意図で使われているかが明らかになっていることである。住まい方では、当たり前とされている日常生活の在り方を自身で再考し、手作業や機器のグレードを変化させることで、自分軸や理想にあわせた暮らしが作られている。このように、住まいを作る段階から完成後における日常生活まで、様々な工夫をこらすことで、自分自身で自分軸に適応させた住まいや暮らしを作り上げている。



図5 自分軸の視点の違いによる設備の違い(お風呂 トイレ)

表8 ヒアリング内容(余暇時間 日常の変化について)

<p>&lt;余暇時間&gt;          [32]会社勤めをしなくなって、やっぱり自由な時間が増えたよね。【SB2】          [33]白いキャンパスに絵の具で絵を画いているような感じで、かなり変わりましたね。常に何かしら作っていて忙しいけどえ、すごよね、充実してるよね?【SB1】</p> <p>&lt;天気・気候による日常の変化&gt;          [34]横殴りの雨の時とかは小屋内に引きこもるので準備しますね。炊事道具とか。【SB2】          [35]さすがに冬の夜は寒いからこっち(2つ目の小屋)で夜過ごしたり、寝ますね。【SB2】</p>
---

表9 ヒアリング内容(住まう前後ついて)

<p>&lt;インフラ使用量&gt;          [36]家が小さいから自然と少なくなりますよね。【SB1】【SB2】【SB3】【SR1】【SR2】          [37]自分たちでできることはやっているの、少なくなりますね。【SB1】</p> <p>&lt;物量の変化・入手と使い方の工夫&gt;          [38]やっぱり工具が増えますね。【SB1】【SB2】【SB3】【SR1】【SR2】          [39]1つのもので他のものに使ったりとかしますね【SB2】【SB3】</p> <p>&lt;時間の使い方&gt;          [40]やっぱり時間があるのでだらだらしちゃいますね。好きなことはできてます。【SB3】          [41]家事の時間増えましたね、家電がないので。だけど自分の手元に責任があるというか、自分で作っているという感じがすごく満足しています。【SR1】</p> <p>&lt;対人関係&gt;          [42]普段はそんなないけど、野菜もらったりとか。あとは修理とかしましたね。【SB2】          [43]地域おこし協力隊とか増えるじゃないですか。はい。すごくあのカフェに来てくれたりなんかやりたいたか、あのコラボしたいっていう要望はありますね。あと、なんか私たちが若いあの年齢でこういう暮らしをして面白くなって、あの結構メディアとかにも取り上げられているのが、あの街としてはなんか宣伝になってるみたいで。【SB1】</p>
--