

地デザ日誌

まちづくりのきっかけを自分たちで

やりたいことをかたちにして、あたらしい地域の支え合いのかたちを作る「地域デザインの学校」。今年2月に卒業した箕子受講生の企画チームの紹介も5つめ、今回で最後です。

『たんけんUDほくのまち』は、一人でも多くの人を外に出かけられるような、ユニバーサルデザイン(UD)のまちづくりを、自分たちで考え・実行するプロジェクトです。例えば歩道の段差や壊れた舗装など、普段は気に留めなかった所も、ベビーカーや車椅子で通ると不便に感じたり、時には危険性を感じることがあります。多目的トイレが少ない、行きたいお店に入れない…といった問題もあるかもしれません。『たんけんUDほくのまち』では、子育てママ・車椅子の方・高齢者の方・子どもたちなど、さまざまな立場の人



と一緒にまちあるきを行って、UDたんけん地図をつくりたいです。まちのいいところ・改善すべきところを可視化することで、まずは自分たちのまちづくりを自分たちで考え、アクションできるようになること。また、一人ひとりがユニバーサルデザインの考え方を自然にできるようになることを目指しています。

さて、次回からは、8月より新しく始まる第4期地デザの情報をお伝えしていく予定です。お楽しみに～!

櫻井香那 (ドネルモ/スタッフ)



冷泉荘不動産 REIZENJOU Real Estate

エンジョイレトロビル!



久しぶりにお見え！ ユニークすぎる賃貸

温暖化による異常気象なのか、今年は豪雨が続きますね。梅雨が明け太陽の光を目いっぱい浴びることができる日を今か今かとまっている今日この頃です。

さて、5月より新しく冷泉荘メンバーに加わったnano Architectsの信濃さん。実はこれまでに、全部で10室のリノベーションプロジェクトで一緒に過ごせていただ

ております。その中でもひととき目を引くのが山王マンションの『時代移植』と『時代蘇生』。それぞれデザインコンセプトが「通常何の価値もないとされているものに重要な意味をもたせる(『時代蘇生』,2008年)」「私たちは長い歴史の中で一定の時間を担う役割を受け持つ(『時代移植』,2012年)」というまさにビンテージビルの思想の2部屋なのです。アメリカ・N.Yで賞を受賞した部屋でもあり、いるだけでインスパイアされそう。

この2部屋は現在奇跡的に同時募集中。気になる方は要チェックですo^^o

◎山王マンション部屋一覧

<http://www.space-r.net/rent/sannou>

梶原あき (冷泉荘不動産スタッフ)



SUKOYAKA ~ OHANA たちっ ナプア発 13号

Grounding (グラウディング)



身体の軸、センタリングがずれていると立つこともままなりません。センタリングとはフィットネス用語でいえば、アライメント。正しい骨格の配列。それだけではありません。

耳介・肩峰・大転子 (耳の穴・肩・股関節)

この3つが横から見たら真っ直ぐ一直線上にあること。これがアライメントの基本。

もうひとつ、丹田も3つ 額の辺り・胸・臍の下 (どれも奥です)

これは、ヨガでは宇宙の中心と繋がる波動と言われます。宇宙は自分自身です。その自分自身を貫く場所は背骨。背骨はメルダンダ「宇宙を支えるもの」と言われます。穏やかで雄大で、安定している自分自身の心と身体をヨガで作るのなら、本当の意味を知るべきです。

「心と身体をつなぐ」

本当の意味を理解して、言葉にすべきです。骨盤はホルモンの影響で常に不安定です。女性は特に……。不安定な情緒を支え、肉体を支え安定に導くための知識を知ることでも、もっと機能的に体を使えるはず。

まずはGrounding。リラックスしたい人も、強化をしたい人も、まずは体力をつける事。優しい気持ちも強い気持ちも、人を気使う気持ちも、自分を癒す場合も、全て「その気」になる体力、強さが必要です。ラウレアもナプアもなりたいた自分になるためのお手伝いをするスタジオですよ。お試しください。

日本ヘッドセラピーマスター協会認定セラピスト ナプア代表 高橋ひとよ



サンダーレンズ Thunder Lens*

先日、ポエイチの企画イベントで冷泉荘に谷川俊太郎さんがいらっしゃいました。復元部屋で書き下ろしの詩を制作するという夢のような冷泉荘から一夜明けた都久志会館でのワンショットです。谷川俊太郎さんと渡辺玄英さんの対談のトップが、冷泉荘管理室のお話からはじまるという至福の喜びをほとばしらせるサンダーさんをシャッターに収めてみました。ライダーベルトを谷川さんが語られる、すごい瞬間に立ち会えて嬉しかったです。

撮影：雨宮康子

アトリエ穂音 日本画家の徒然杓



文月

こんにちは。早くも7月。梅雨もあけられていませんが、皆様ご無事でありますよう。

冷泉荘A棟3Fに2006年5月29日に初期メンバーとして入居しましてから、「アトリエ穂音」も11年目となりました。あつと言ったが、本来は引っ込み思案、人見知りの面倒くさがり、一人で行く方が気楽な性格で、この場所を通して色々な人達と接触し、一所懸命に対応して来て、そう見えないとされるまでになった事は救いです。でも本当は、1人で家の中や自然の中でぼーっと過ごす方が今でも楽ちんのように。

冷泉荘に入居し、維持していく事も含めて自分なりに頑張り鍛えられて来たわけですが、10周年記念イベントと、教室作品展では、穂音の場で縁の出来たミュージシャン方や旧知の友人達、日本画教室生徒さん方のご協力を得て無事に終え、皆さんへのお礼の気持ちでやったものの、思いがけず今まで一番嬉しかった日であったようにも思えました。感謝します。

あともう一つ、「福岡ポエイチ」詩・文学会主宰のイベントで、谷川俊太郎さんの冷泉荘でのレジデンスによる詩の制作があり、アトリエ穂音の部屋へも、日本画教室中来室頂きお会いし言葉を交わし、短い時間でしたが、とても嬉しい出来事です。

一目で心が少年のような方だと感じ、訳されたレオ・レオニの絵本や、クレアの絵と氏の詩による本は、特に大好きな本で、佐野陽子さん銅版画と谷川さんの詩による「女に」の詩集と、長く本棚にある存在の作家さんです、会えたこと、パワーを頂いたような気持ちがしました。

幼少の頃から、ピーナッツブックス「スヌーピー」の訳者としても存在を知っていたのですが昔の写真より、年を取られた今の方が、とても可愛らしかったです。「女に」の本をアトリエに持っていたのに、サイン頂く事をすっかり忘れ、それが残念でした。

アトリエ穂音/日本画家 比佐音音



酒民党员でもある、まちづくり屋さんにも聞か!

まち in 酒話

クラフトビールなお酒を

夏です、ビールの季節ですね。今回はクラフトビールのお話を。クラフトビールは小規模なビール醸造所で造られている個性豊かなビールです。ビールは上面発酵のエル、下面発酵のラガーに分けられます。エルは香りや味が強く出やすいビール、ラガーはすっきりとした味わいのビールとなります。蒸し暑い日本では、

すっきり飲みやすいラガーがほとんどです。エルはキンキンに冷やしてなくても美味しく飲めるのが特徴です。

クラフトビールで、お勧めはアイビーエール「IPA=India Paleale (インディア・ペールエール)」です。ホップ量を増やしたペールエールで、アルコール度数が高く、苦みとフルーティさが特徴です。18世紀末にイギリスからインドへ運ぶ時に、ホップを多くして、アルコール度数を高め、劣化を防いだ事が発祥です。

福岡でもクラフトビールが味わえるお店が増えてきました。博多駅の千ビールにもオープンしましたね。ゴクゴク飲むヨッキのビールも良いですが、味わって飲むビールも楽しんでください。