

新しい働き方

# 暮らしフルネス

KURASHI fulness

## ごあいさつ

カグヤという会社は、2002年に創業した会社です。子どもが憧れる人たちと憧れるような未来を創造し1000年後に振り返ったときにあの会社があってよかったと子どもたちに感謝されるようにと願い、『竹取物語』のかぐや姫の物語のように1000年語り継がれたいとその社名を「カグヤ」と命名しました。

起業してからこれまで私たちは首尾一貫して「保育」という人類そのものを見守る仕組みを探求し続け、その理念や方法を具体的な「場」（環境）を通して行ってきました。現在では、場づくりのコンサルティングを通して多くの保育現場や職場、まちづくりなどでカグヤの実践とそのメソッドに取り組む仲間が増えています。

今回、コロナウイルスの問題が発生するずっと以前から私たちはこのままでは人類や文明は持続しないということを実感し、どうすれば子どもたちに安心した未来を残し譲れるかと模索している中で私たち一人ひとりがみんなで力を合わせて「徳」が循環する暮らしを行うことを発見し取り組んできました。

そこから、その徳に報いるための暮らしを行うことで人生が充実しながら働くことができるといった「暮らしフルネス」という仕組みを提唱いたしました。

これは現代に流行っているような働き方を換えることで働き方改革をするのではなく、本来の「暮らし方そのもの改革する」ことで働き方をも換えてしまうというものです。

私たちの会社は現在は、保育という枠が大きくなり「場道」という事業を行いブロックチェーンエンジニアの育成や古民家甦生、徳積財団の設立、カフェの運営やセミナーの開催など多岐に及びますがその目的はすべて「子どもたちが憧れる未来」の創造であり、そのためにご縁に導かれた事業を丹誠を籠めて取り組んでいます。

カグヤがつくる「場」を通して、徳福が一致した徳治社会を日本から世界へ発信していきたいと思えます。

## 暮らしフルネスとは

暮らしフルネスとは、カグヤの造語で「暮らし+フルネス」です。

この「暮らし」の定義は、日本人として先人たちが長い時間をかけて取り組んできた生き方を子孫の私たちも大切に守り実践していくこと。そして「フルネス」は、足るを知り、今やプロセスを大切に味わいご縁を充実させて生きていくこと。この2つの組み合わせでできた言葉です。

働き方改革では働きの中に暮らしを入れていこうとしますが、私たちは暮らしの中にこそ本来の働き方があると定義しています。そしてその暮らしは「場」を通して醸成されていくものであると信じています。

伝統的日本の家屋には、自然と共に生きる仕組み、旬を取り入れて健康を維持する仕組み、物を単なるモノにせずいのちあるコトとしての存在にする仕組み、存在そのものを互いに活かしあい支え合う仕組みなどが実践できるような「場」があります。

私たちが用意した、「場」は日本人の文化や思想、そして民族伝承や先人の智慧が仕組みとして取り込まれています。その「場」で暮らしを体験することで、メンタルヘルスはもちろんのこと、心の幸福感やいのちのハタラキの活性化、共生し共感することの喜びなども実感できるようになっています。

禅語に「無一物中無尽蔵」という言葉があります。私たちの暮らしフルネスはこの境地を場で体得でき、真のハタラキ方改革を実現します。

## ブロックチェーンストリート構想とは

IT革命がはじまるころ、福岡県飯塚市はアジアのシリコンバレーを目指してITに特化した取り組みを次々に行っていました。今ではIT特区としてシリコンバレーのサンニール市とも姉妹都市提携をし学生の交流など活発に行われています。また、九州工業大学や近畿大学の工学部などもあり若い人たちが夢をもって世界に羽ばたく「場」になってきています。

そのアジアのシリコンバレーを目指して取り組み、大きな貢献を果たしてくれたハウインターナショナルの創業者である故高橋剛氏が2018年、志半ばにしてインドで斃れました。その夢が潰れないよう同志たちと取り組むことになったのが「ブロックチェーンストリート構想」です。

これは旧長崎街道の古民家群を甦生させ、江戸時代のような職住一体型の公共性の高いまちづくりを実現し、それをブロックチェーン技術とエンジニアで活性化するという取り組みです。

故高橋剛氏は、ハウインターナショナルの創業者ですが創業してから亡くなるまで「飯塚テクナイト」といってエンジニアたちが心豊かに働くための場をボランティアで提供してきました。「暮らしfulness」を通して心豊かにエンジニアたちが暮らせるよう共に見守ってくれていると信じています。

## チェーントープ、ハウインターナショナル、カグヤのコラボレーションの目的について

チェーントープとハウインターナショナルは、ブロックチェーンの技術をさらに発展させるためそのエンジニアのポテンシャルを発揮できる場をととしてカグヤが実践する場の道場「BA」を使います。

これは創業メンバーの一人、故高橋剛氏の志を受け継ぐもので日本人の真心をもったエンジニアリングを大切にしたいという願いを実現するものです。

伝統的な古民家での日本の先人たちと同じ暮らし方を通して、一人ひとりの徳を磨いて人格を高め、その才能を発揮できるような世界で活躍する日本代表のエンジニアを育成します。

## 暮らしフルネスの場-1

# 聴福庵 (ききふくあん)

伝統的な日本人の暮らしを受け継ぎ、日本人としてのアイデンティティを育成する場です。先人の智慧の結集した道具たちや、民族伝承の智慧を集積した暮らしを行います。

時の流れが異なるこの聴福庵での暮らしは、懐かしい日本人の心を甦生します。一日過ごせば、一日の幸福感を、三日過ごせば三日の幸福感を味わえます。忙しい現代人の心を休ませ整える場として、懐かしい暮らしを実現しています。



## 暮らしフルネスの場-1

### 聴福庵での暮らしフルネス

#### 竈ご飯



「はじめチョロチョロ、中パッパ」「赤子泣いてもふたとるな」。かまど炊きご飯を炊くときに言われるこの言葉を聞いたことはあるでしょうか？聞いたことがある方でも、実際にかまどご飯を食べたことはあるでしょうか？『聴福庵』には、福岡自然農園の発酵した土を500キロを使い、左官職人さんが作って下さった竈があります。この竈で炊いたご飯は、お米本来が持つ甘さが引き出され、おかずがなくても何杯もお代わりしたくなる美味しさです。冒頭の歌は、江戸時代から言い伝えられて、現代においてもその智慧が『聴福庵』で活かされています。

#### 鯉節



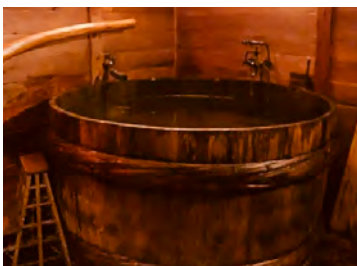
「シャー、シャーシャー」リズムカルに鯉節が削られる音。かつて、どの家庭からも聞こえる暮らしの音がありました。削りたての鯉節は、ふんわりしており、口の中に入れると鯉の香りが広がります。『聴福庵』では、今でもその暮らしの音が鳴り響いています。鯉節削り器は定期的にメンテナンスが必要です。この手間暇も暮らしの音を奏でるためには、大切なプロセスです。

#### 磨く



「磨く」と「拭く」。一見似ているようで、掃除をするとこの違いを実感します。『聴福庵』にいと日々の掃除は欠かせません。雑巾を持ち、柱や机の上をなぞるようでは『聴福庵』を支える大黒柱の木目は表れません。力を入れて一所懸命柱と対話するように向き合っていると自然と柱が反応し少しずつ木目が表れてきます。掃除をすることで部屋の中がきれいになるのはもちろんのこと、自分自身に向き合え、本当に磨かれるのは自分自身であることに気付かされます。

#### お風呂



『聴福庵』には、井戸水を使ったお風呂があります。大人5人程が浸かれるお風呂は、約50年前、漬物屋での奈良漬けの大樽として活用されていた樽を譲り受け、加工し使わせて頂いています。屋根の瓦は、瓦職人に教わって葺き、風呂小屋は法隆寺の建て方に沿った伝統的な工法で建っています。ひとたびお風呂に浸れば、お風呂を上がった後も朝まで身体がポカポカしたまま眠ることが出来ます。様々な職人さんの智慧や伝統的な工法、そして、人間の体に合う水を使ったお風呂は、名湯をも上回るような極楽の湯です。



## 暮らしフルネスの場-1

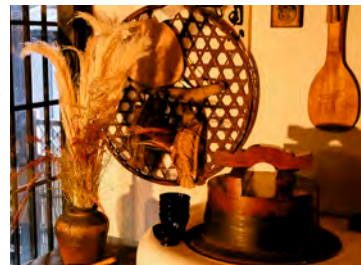
### 聴福庵での暮らしフルネス



いのちのぬくもりを感じる暮らし  
炭火、火鉢、井戸水、花、発酵、光、陰翳



時間や季節の流れを感じる暮らし  
室礼、風鈴、簾、盆栽、苔、布団



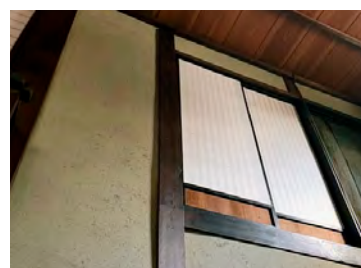
経年変化やプロセスを感じる暮らし  
むかしの道具たち、土壁、柱、筆筒



古きよき懐かしい日々を感じる暮らし  
はさがけ、保存食、自然の音、陰翳



自然や旬を大切に感じる暮らし  
行事、伝統食、掛け軸、箱庭の景観春夏秋冬



先人の教を身近に感じる暮らし  
和包丁、瓦、土壁、和紙、建具、襖



伝統文化の智慧を伝承していく暮らし  
研ぎ、障子はり、火興し、行事、餅つき、茶



自然の恩恵を肌で感じる暮らし  
保存食、天候の変化、庭の恵み、床下冷蔵庫



伝統食を味わう暮らし  
かつおぶし、塩麴、発酵食、炭火料理



ゆったりと心穏やかになる暮らし  
炭火、お茶、時間帯の変化、団扇、炭炬燵、囲炉裏



先祖や神様を尊敬したくなる暮らし  
お守り、仏像、しめ縄、お札、祈祷



場力を感じる暮らし  
おくどさん、井戸、風呂、トイレ、玄関に神様を祀る

## 暮らしフルネスの場-2

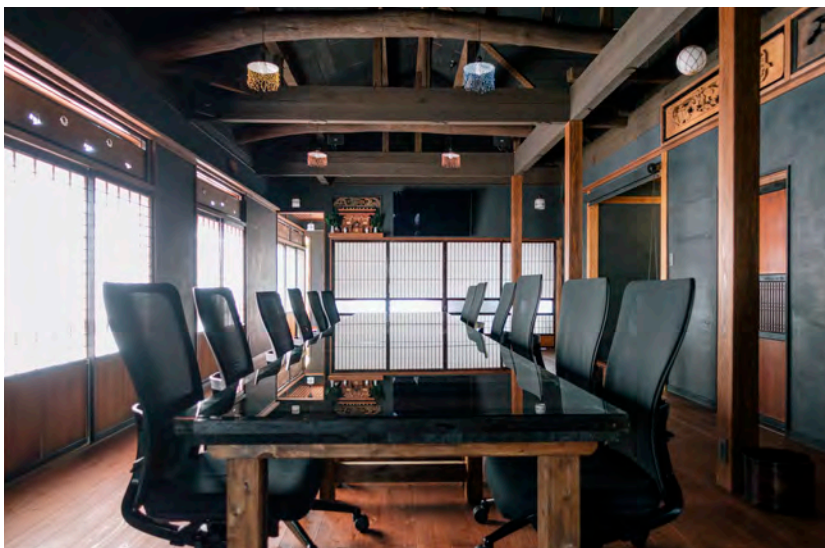
### BA (ビーエー / Blockchain Awakening)

伝統と革新の善いところ取りをした場が、このBA（ブロックチェーンアウェイクニング）です。

場であることと同時に、ブロックチェーンの目覚めの道場を意味しています。ブロックチェーンエンジニアの聖地として、伝統的な日本人の暮らしはそのままに、新しい文化や思想を和して尊重し合う場として暮らしを行います。

ブロックチェーン技術は分散型といわれますが、私たちはそれをもう一歩発展させて「自然循環型」と定義しています。この自然循環型の仕組みは、仏教の仏具「羅網」を参考にしています。一つが全体であり、全体が一つということです。その結び目をブロックチェーンは現わしています。

ここでの暮らしは、徳が循環するような美しい暮らしを味わえます。一日過ごせば、一日の美しさを、そして三日過ごせば三日の美しさを。真善美が整ったこの場は、エンジニアたちの聖地になり多くの心ある日本人を育てます。





## 暮らしフルネスの場-2

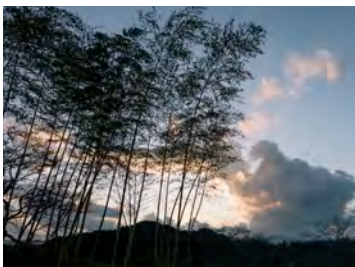
### BAでの暮らしフルネス

#### サウナ



日本人は古くから、水で体を清めて穢れを落とし、湯気を浴びて怪我や病気を治してきました。それらの智慧を活用したサウナを作りました。水はPH9.0を超える地下水をくみ上げ、水素水フィルターを通しています。サウナ室は70年使われてきた巨大な漬物樽を活かし、茶室のようにしました。炭火で4時間熱する岩石は、全国のパワースポットから集めました。そしてサウナ横で育てている日本古来からの薬草（和ハーブ）を使います。岩石に水をかけることで、蒸気が樽内に充満し、心地よい「温浴」を味わえます。「蒸し風呂」→「水風呂」→「外気浴」を繰り返すことで、交感神経と副交感神経を整え、自律神経のバランスが自然と整い、マインドフルネスな状態に近づきます。暮らしの中にサウナがあること、それは自らをいつも豊かに働かせるための「整い部屋」がある喜びです。

#### 自然と古民家と ITの融合体験



季節ごとの鳥のさえずりや竹林に囲まれた高台にある敷地は、オフィス街や大通りとは無縁の豊かな居場所です。眼下には大きな池が見え、散歩も釣りも、休憩も好きなように行えます。春には桜が満開です。古民家ながら、ITやオフィスに必要なデスクとチェアや、大型スクリーンやモニターも整えられた環境の中で、時にはテラスで微風を感じ、自然の音に囲まれながら働き、時には和室の居心地の良さの中で働いたり、目的に合わせて働く場所を選べます。美しい花の一輪挿しや、炭火で沸かした鉄瓶の湯気など、美しく居心地の良い空間を自ら作り出せる喜びも感じられます。また、テラスの向かい側にある畑で土をいじり、自らで野菜などを育てながら働くこともできます。日本人は古来から、自然の力を借り、自然と共に自らの力を引き出していました。そんな自然のパートナーの力を借りて働く豊かさがここBAにはあります。

## 暮らしフルネスの場-2

### BAでの暮らしフルネス



風光明媚で自然の景観を味わう暮らし  
鳥羽公園、関の山の朝陽、池の夕陽、月や星



大自然のエネルギーを活かした暮らし  
風、太陽、地下水、畑が身近、夏は涼しく冬は暖かい



自然と触れあうスローな暮らし  
目の前に畑、土いじり、メダカビオトープ



子どもや家族と共に豊かに働ける暮らし  
公園、縁側、庭、駐車場、体育館、キャンプ



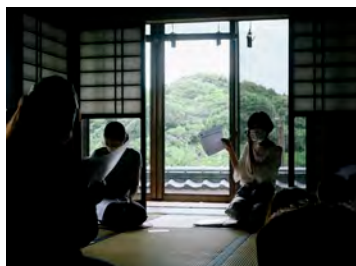
マインドフルネスを楽しむ暮らし  
瞑想、睡眠、散歩、体操、運動



心身共に整うサードプレイスの暮らし  
自分の居場所、居心地のよい空間、故郷



自律神経を整える暮らし  
サウナ、風呂、水素水、整った場、電ご飯、炭火



居心地の善い仲間との暮らし  
一円対話、共食、趣味の共有



人とのつながりやご縁を味わう場  
オープンに集まる、イベントテクナイト、カグヤメンバー

## これからの展開

# 「留め置かまし大和魂」

とどめおかましやまとたましひ

私たちは、これからも子どもたちの未来にとってなくてはならない日本人の心を保育し、「場」(ブロック)を通して(チェーン)してこの地から全国へと道(ストリート)を発展させていきます。

日本人の根がしっかりとこの大地に張れるような懐かしい暮らしを甦生させ、徳の養分をぐんぐん吸い上げて生気漲るように私たちの「暮らしフルネス」の実践を通して弘めていきます。

子どもたちがいつまでも日本人の大和魂を持ち続けられるように見守り続けていくつもりです。同志たちの皆様、時代の転換期に私たちが取り組んでいる姿から何かを感じてもらい、それぞれの場所で私たちのように「草莽崛起」してください。

同志と私たちは大和魂で深く結ばれています、日本人の先祖たちが憧れた世界は、子どもの憧れた世界です。このクニを世界一徳福のあるクニにしていましょ。



株式会社 カグヤ Tel.03-5909-7155 Fax.03-5909-7199  
〒160-0023 東京都新宿区西新宿3-2-11 新宿三井ビルディング2号館10階  
Web <http://www.caguya.co.jp> E-mail [info@caguya.co.jp](mailto:info@caguya.co.jp)  
担当/野見山・眞田