LIFE in SHINSHU 07

心穏やかに、気長に、丁寧に

Builder：井坪工務店　Place：飯田市　Family：1人

70歳を迎えて仕事がひと段落したのを機に、伊那谷へ帰ってきたHさん。普段は自適な一人暮らしを、心穏やかに、気長に、丁寧に送りながら、趣味のアウトドアを満喫することの他に、Hさんにはやりたいことがもうひとつありました。それはずっと離れて過ごしてきた郷里への恩返しです。



A

B
C

D | E

A_天竜川右岸の高台にあるH邸のウッドデッキは特等席。コーヒーを飲みながら南アルプスを眺め、今度はどの山に登ろうか思いを巡らす。　B_ストーブに使う薪はウッドデッキにストックしている。薪が雨で濡れず、ストーブのある土間からのアクセスもいい。　C_登山やキャンプが趣味のHさんは、テントなどを収納する納戸もデッキに設けた。フィールドに出るときも、帰ってからの片づけにも便利。　D_山好きには山道具好きも多い。そして、愛着のある道具を使い続けることにもこだわる。　E_刈り払い機など庭仕事、畑仕事に使う道具は、その道に詳しいご近所さんにアドバイスをもらって購入する店を決めている。

52年ぶりのふるさとで
自分のための時間をのびのび過ごす家

ウッドデッキに腰掛けると、木々の青葉と薪棚をすり抜けてきた南風が頬をなでます。天竜川とその両岸にできた街並みを見晴らす高台で目線を上げたとき、伊那山脈の向こうに見えるのは、南アルプスの北岳、間ノ岳、仙丈ヶ岳でしょう。深煎りの豆を手挽きして淹れ、無造作にチタンカップに注いだコーヒーを口に含んだとき、鼻へ抜けていく爽やかな苦味に思わず頷いているのは、この家に暮らすHさんです。

70歳を機に医療現場の第一線から退いたHさんは、52年ぶりにふるさとのこのまちに帰ってきました。医師になって以来ずっと忙しかった日々から離れ、自然の中で自分のための時間をのびのび過ごそうと、この場所にこの家を建てたのは、2026年3月のこと。たまに家族もやってきますが、今は一人で自適な毎日を送っています。















F
G
H

I

F_家で飲むコーヒーは手挽きミルで豆を挽く。ゴリゴリと豆が砕けていく感触と、その度に増す豆の香りがたまらない。 G_ドリップはネルフィルターで。雑味をカットしながら旨味と油分をほどよく通し、まろやかな味わいになるという。 H_コーヒーカップは山でも使うチタンカップを愛用。熱伝導率が低いので、屋外でもコーヒーが冷めにくい。 I_通り土間が、奥に見える玄関と薪ストーブのある土間リビングをつなぐ。構造材をはじめ、床や天井にもスギ材を使うことで、清々しい空間に仕上がった。



山で愉しむコーヒーと、家でたしなむコーヒーと

長らくの県外勤務からひさしぶりにふるさとへ戻ることを決めたとき、やりたいことはいくつもありました。

まずは趣味の山登りやキャンプ。「引っ越すとき、だいぶ人に譲ってしまった」そうですが、ウッドデッキの片隅にある納戸には、使い込んで体に馴染んだシューズやバックパック、いくたびも山の夜を明かしたテントなど愛用の山用品が出番を待っています。

「こっちに来て、まだ風越山にしか行けていなくて。南アルプスも中央アルプスもあるし、他にもあちこち行ってみたいけど、熊が心配でね」

山へ行く楽しみのひとつが山頂やキャンプ地で味わうコーヒーです。「むしろコーヒーを飲むために山に行くのかもしれない」と話すように、どの山行にも、小分け真空パックのレギュラーコーヒーとドリッパーは必ず持っていくのだとか。

もちろん、この家でもコーヒーを楽しみます。手挽きミルを回すと耳をくすぐる豆が砕ける軽やかな音、細口ケトルから細いラインを描いてコーヒーの粉に注がれる湯、ネルドリッパーから立ち上がるアロマ、山で使うのと同じチタンマグやシェラカップの取っ手に伝わる温もり、そして体も心も解きほぐしていく味わい——。

家で五感でたしなむコーヒーも、山コーヒーに劣らず格別です。

庭の草刈りや薪割りに精を出した後に、長編の時代小説がひと区切りついたときに。そして、南アルプスの山並みを眺めるHさんの手には、今日もコーヒーのカップが握られています。

木を生かした山小屋風の家に紅一点の玄関ドア

自然のなかでのびのびと自分のための時間を使うために、この家づくりを任せたのは、ふるさとの知人の紹介で知った井坪工務店でした。「木を生かした小さな平屋で、土間とウッドデッキと薪ストーブがある、山小屋のような家」というのは、いかにも登山やキャンプ好きのHさんらしいリクエストです。

構造材にも屋内外の仕上げ材にもスギをふんだんに使いました。玄関から薪ストーブのあるリビングまでを土間にしたので、外への出入りが容易。ダイニングキッチンの奥に書斎と、玄関を入って左手に畳の部屋を備えたシンプルな間取りです。

実にアウトドア派の心を躍らせる造りで、使い慣れた山道具の手入れをしながら、次の山旅に思いを馳せずにいられません。しかも、「古民家っぽくなりすぎないように」と、玄関ドアを赤色にしたのが、まさに紅一点。心憎い、Hさんらしい遊び心です。







J | K | L

J_土間リビングには、南アルプスを望む東と、ウッドデッキのある南に開口があって、たっぷりと日が差す。斜面に立つので隣家などからの視線も気にならない。
K_普段は一人暮らしだから、キッチンはコンパクトかつシンプルに。
L_小さな平屋で、内外の行き来が多いと、土間が有用だ。外で作業するにもすぐに出られるし、家の中に用事があればさっと戻ることもできる。

ずっと離れて過ごしてきた郷里に恩返しができたら

この家を建てる何年か前、Hさんのお母さんがまだご存命だったとき、この高台のさらに上にある公園を訪れたことがありました。そのとき、お母さんは遠くに見える山を指さし、「あれが熊伏山、もともと私らの家のあったふるさとの山だよ」と教えてくれました。

その山深い集落で、Hさんも中学を卒業するまで暮らしました。だから、この土地に出会ったとき、「母が導いてくれたような気がした」と言います。

52年ぶりに長野県に戻ったHさんには、アウトドアライフを満喫することの他に、もうひとつ願いがありました。

「地域貢献なんて言うと大げさですが、郷里に恩返しができたら、とずっと思っていまして」

外科医としてのキャリアにはピリオドを打ったものの、地域の病院に請われて、現在週に4日ほど内科医として勤務しています。「他にもどんな形で地元のお役に立てるか、これから考えていきたい」と話します。

ご近所さんとはすぐに打ち解けました。「草刈り機をどこで買えばいいか聞いたら、農協なら購入後のメンテもいいと教えてくれました。デッキの物干しにぶら下げた玉ねぎもご近所からのいただきものです。私も畑づくりを始めたら、いろいろ教えてもらうつもりです」

「ここに暮らし始めてから、一日を穏やかな気持ちで過ごせるようになったし、気長になったのか、家事も庭仕事も一つひとつ丁寧にするようになりました」。そう語るHさんの視線の先には、南アルプスとともに、あの熊伏山が広がっていました。







M
N
O

P | Q
R

M_お礼状や葉書など親しい人への手紙は必ず万年筆で手書きする。若い頃からの習慣だ。アナログな道具を丁寧に使う暮らしで、気持ちは穏やかになる。　N_椅子は気取らずキャンプ用の折り畳みチェアを使う。軽くてかさばらず、座り心地も悪くない。　O_時代小説をはじめ今までに読んだ本、これから読もうとしている本が並ぶ。仕事にひと区切りついて、やりたいことがいろいろある。読書に浸るのもそのひとつ。　P_「大きな車だと大変ですが」と紹介された土地は眺めが気に入った。少年時代を過ごした集落を象徴する山も、ここから見える。　Q_家づくりの際リクエストしたのは、「木を生かした山小屋風の住まい」。赤色の玄関ドアがアクセントになっている。　R_自分のための時間をのびのび過ごすなら、この家のロケーションは何ものにも代えがたいだろう。









OWNER　Hさん

POINT 1　信州に暮らしてよかったこと

52年ぶりにふるさと伊那谷に帰ってこられた。登山やキャンプのフィールドは近いし、自分を育んでくれたふるさとに少しずつでも恩返しをしていける。

POINT 2　家づくりでよかったこと

とりあえず一人暮らしなので大きな家はいらなかった。山小屋のような木を生かした住まいだが、機能的でおしゃれ心も忘れない家になった。

POINT 3　先輩としてのアドバイス

コミュニティあっての移住だと思います。ここでの暮らしが長いご近所さんに、畑づくりや草刈りのことなど、分からないことは何でも聞きます。

有限会社 井坪工務店
飯田市上郷黒田 693
0265-22-5262（代）
https://itsubo.co.jp