

◆ 公共建築の再活用

米田 巧

昨年、私は現代アートギャラリー(Gallery Out of PLACE TOKIO※1)の改修工事の設計の機会を得ました。

そのギャラリーが入居する建物は、東京の千代田区にある平成17年3月に廃校になった旧練成中学校をアートセンター(3331 Arts Chiyoda※2)にリニューアルしたものです。それ程お金をかけたものではないのですが、とても魅力的な建物に生まれ変わっており、市民やアート関係者などに生活の一部にあるかのようにうまく街に溶け込んでいる様子が、とても印象的でした。



今回設計したギャラリー(GOoP:TOKIO) 内部

建物は地下1階、地上3階建ての鉄筋コンクリート造で、館内にはアートギャラリー、オフィス、カフェ、体育館などが入居し、屋上にはオーガニック菜園があるなど、展覧会だけでなくワークショップや講演会といった文化的な活動の拠点として利用されています。

最近ではsoftbankの開発したpepper(感情認識ロボット)の開発を体験できるスペースもでき、この建物に出入りするクリエイターやデベロッパーがpepperを用いたアプリケーションや作品の制作に利用できるようになっています。

このように、古い建物でも現代アートと触れる場所や最先端の技術と触れ合うスペースを設けることで、新しい建物以上に魅力的なものに成り得ることを再認識することができました。

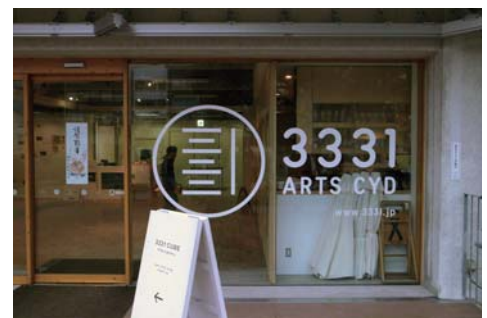
ところで、現在(平成22年10月1日国勢調査)の千代田区の昼間の人口が819,247人に対し夜間の人口が47,115人と大きな落差があり、千代田区の人口のピークが昭和31年の121,891人からは約4割弱となっており、廃校になったことも頷けるのかもしれません。

大都市である東京では、昼間の人口が今でも増え続けていますが夜間の人口はピーク時に比べると激減しています。日本の人口減は都市でも田舎でもますます加速していくことが予測されます。

人口減により建物のあまり現象の問題も予測でき、住宅以外のものでも、既存建物として根本的な問題がないものは有名建築でなくても有効な利活用がもっと増えれば、日本の建築文化も厚みを増すのではないのでしょうか？

※1 GOoP.TOKIO(<http://www.outofplace.jp/>)

※2 3331 Arts Chiyoda(<http://www.3331.jp/>)



3331 Arts Chiyoda のエントランス



3331 Arts Chiyoda の外観



1階コミュニティスペース



廊下の様子

◆ マクロビオティックという暮らし

三林 紀子

“自然素材の住宅の設計”から“マクロビオティック”へと、仕事の分野を移行させて数年が経ちました。マクロビオティックとはマクロ「大いなる」ビオ「命の」ティック「術」、つまり「より大きな視野に立って自然界の命の循環の中で暮らす」方法のことです。ハリウッドスターのマドンナやトム・クルーズが実践している食生活としてご存じの方も多いかもかもしれません。例えば良くベジタリアンと混同されるのですが、マクロビオティックではお肉やお魚といった動物性の食材も頂きます。ただし生物的に見て人間に適した量を超えない範囲で、です。

動物には牛のように臼歯のみを持つ草食動物もあれば、ライオンのように犬歯のみを持つ肉食動物もあり、その意味で人間は穀食動物と言えます。人間の歯は臼歯20本、門歯8本、犬歯4本の割合となっているので、私達の臼歯に適した穀物を5とし、野菜2、お肉1の割合で食事をすれば自然に健康を保てるという訳です。

最近はおトピーや花粉症などのアレルギーの方が沢山いらっしゃいますが、自然の摂理に沿った食べ方をすれば改善される方も多いようです。体が本来持っている免疫力を高めるということですね。実は食物で考え方まで変わってしまう方も多く、私達は“食べた物のお化け”と言えるかもしれません。

食事以外には、お手当て法として病気や怪我の手当てに身近な植物を用います。例えば子供が熱を出したらキャベツを頭に被せたり、豆腐と小麦粉で湿布を作っておでこに貼るといった具合です。この場合はこれらの植物が熱を吸収する性質を利用しています。解熱剤より安全で根本的な治療ではないでしょうか。マクロビオティックと聞くと料理のイメージが先行しがちですが、実は自然界の法則を生活に生かす方法であり、東洋哲学にも通ずる奥の深い話なのです。

私がマクロの料理教室やお弁当配達、カフェでの調理と、公私共にマクロビオティック三昧の生活になったきっかけは、ネパールに住宅建設に行ったことにありました。自分の手で家を建ててみたいとボランティアに参加したことで、セルフビルド・セルフケア・自然農・パーマカルチャー・マクロビオティックといった新世界が私の中で一気に広がっていきました。消費型の生活から、出来る範囲での自給型の生活への移行でした。今春からは幼稚園での玄米和食の給食調理も始まり、これからの日本を担う若き命を元氣いっぱいにしてワクワクしています。皆さんもマクロビオティックのある暮らし、始めてみませんか？

三林紀子

正食協会指導員
料理教室
「ビオカフェのの」主宰
(連絡先)
mibayashi
@hotmail.com



アースバックハウス
(土嚢で作ったホビットハウス)



卵・乳製品を使わない
茄子のキッシュ



赤目で自ら育てた小麦を製粉します

◆ 編集後記

建物や食べ物は人が考え、人の手で作られていることを伝えています。これまでにない読むとお腹がすく記事が登場しました。

ギャラリーや食べ物人の気持ちをケアするための環境であったり、健康を支えるために大切な役割があることがわかります。

アート・デザインや自然は、我々の暮らしを豊かにするためにバランスよく存在することが大切です。人の暮らす環境は、人の手で支えられていて、一人一人が社会との関わりを考える上で参考にしたい活動だと思います。(井戸田 精一)

◆ 編集メンバー

井戸田 精一 SDIイダセイイチアトリエ
米田 巧 TAKUMI建築設計室
辻 祐司 辻 建築設計室
何左 昌範 ささりな計画工房
橋爪 恒平 atelier nest-アトリエネスト
松村 泰徳 松村泰徳建築事務所
森本 晃尚 SDIイダセイイチアトリエ

編集・発行 [アーキテクトキャラバン]

大阪事務局/
SDIイダセイイチアトリエ
東大阪市吉田本町3丁目5-12-1004
TEL: 072-951-4668

奈良事務局/松村泰徳建築事務所
奈良県葛城市北花内261-5
松村ビル2F-WEST
TEL: 0745-69-5938

URL: <https://www.facebook.com/groups/25614507753600/>
Copy right 2010-2015 Architect Caravan All rights reserved

「アーキテクトキャラバン」は、建築に携わる有志が集まり、その活動内容や住まいに関する情報などを、広く皆様へお届けできる場として、年4回季刊誌形式にて発行しております。新築・リフォームに限らず住い全般のご相談等御座いましたら、ご遠慮なく記事事務局までご連絡頂きます様宜しくお願い致します。