



今月の interviewer
大月短期大学
(左) 田中志宜さん
(中) 網倉彩花さん
(右) 舟久保留実さん

森は命の源

“夢を叶える大月仕事人”の連載第10回目は、森林ヨガセラピーなど、森林と共生しながら活動されている「大月口ハス村」(駒橋地内)の佐々木裕生子さんに、大月短期大学生がインタビューしました。



佐々木 裕生子さん

～プロフィール～

「大月口ハス村」代表 駒橋在住
座右の銘：小さな出会いが人生を変える
大月のお気に入りの場所：駒橋厄王山(御前山)の頂上から眺める富士山

夢を聞かせてください

今までの私の使命は、人と大月の森を結ぶ役割だったんじゃないかなって思いますね。
この10年間、大月口ハス村を立ち上げてから、何の観光資源もないただの山に数千人の方が来てくださったことはすごい奇跡ですし、ありがたいことです。
そこである意味私の願いは叶ったのですが、これからは「森でヨガを実践する」とこと、もう一つは「森に住む」ということです。森林と共生できるような住宅で、持続可能な暮らしができればいいなと思います。



国道20号沿いにある体験宿泊施設「雲水舎」の外観

※マインドフルネスヨガ…身体だけでなく心の健康も一緒に鍛える、心身ともにリフレッシュできるヨガ



- 1. 「森」と「自然」に対する思いを口ハスの森でお聞きしました。
- 2. 薪ストーブの優しい暖かさと落ち着いた雰囲気の体験宿泊施設内でのインタビュー。
- 3.4. 取材はとても楽しく興味深いお話ばかりでした。

【私の使命は 人と森を 結ぶこと】

— 私たち若者にメッセージをお願いします —
日本には「ナガタ(ハス村)が楽しい」「ナガサキ(ハス村が幸せ)」という言葉があります。「あなたが楽しく、あなたが幸せであること、あなたがうれしく思う。」という意味なのですが、やはり自分が楽しくて人を幸せにできること、何でもいいからやってみると、人の役に立てることがあるんじゃないかなと思うんですね。
コロナ禍で外出ができない時代になってきたのですが、自分が前向きになれて楽しいことを探して、頑張ってもらいたいなと思います。

— お仕事の内容とこの仕事に就くきっかけを教えてください —
この大月で大月口ハス村と断食、マインドフルネスヨガ、座禅、トリートメントなどを行う体験宿泊施設とヨガスタジオを運営しています。
大月口ハス村は、地元の森林空間を使ったヨガなどのアクティビティや自然体験、環境学習ができる施設となっています。
実は、私は今元氣に見えるかも

— 大月市の魅力と課題を教えてください —
魅力は、市内の80%以上が森であるという点です。私たちの体をつくっている水は、山が循環の根源です。つまり、命の源が森にあります。生命をつかさどっている森が多くあるということです。課題は、素晴らしい森が多くあるのに触れ合う機会が少ない

— 私たち若者にメッセージをお願いします —
日本には「ナガタ(ハス村)が楽しい」「ナガサキ(ハス村が幸せ)」という言葉があります。「あなたが楽しく、あなたが幸せであること、あなたがうれしく思う。」という意味なのですが、やはり自分が楽しくて人を幸せにできること、何でもいいからやってみると、人の役に立てることがあるんじゃないかなと思うんですね。
コロナ禍で外出ができない時代になってきたのですが、自分が前向きになれて楽しいことを探して、頑張ってもらいたいなと思います。



森のすぐそばに民家や道などがあり、大月は自然ととても近い距離に人々の暮らしがあることが分かりました。

点です。本だけでは理解できないこともあるので、森の中で先人の知恵を学び経験することが必要だと思います。

佐々木さんの想い

佐々木さんの「森」「自然」に対する思いがすごく伝わってきて、現代人が忘れていた自然への感謝と自然が持つ力に気付かされました。

佐々木さんはとてもアクティブで常に目標を持っている印象でした。佐々木さんの言っていた「自分が前向きになれて楽しいこと」を探してみたいと思います。

