



織
っ
て、
紡
い
で。

気候変動や資源の消耗が

深刻化する今、

糸を紡ぎ、布を織り、

自然と共にある暮らしを支えてきた

手仕事が見直されています。

移ろう流行ではなく、

糸を紡ぐように受け継がれてきた

暮らしの知恵。

自然と共に息づく営みを見つめ直し、

未来へ受け渡していくための

ヒントを探ります。



一着の服から見える世界 サステナブルファッションの実践

鎌田 安里紗 (かまた ありさ)

一般社団法人 unisteps 共同代表理事



2009 年より、衣服の生産から廃棄の過程で、自然環境や社会への影響に目を向けることを促す企画を幅広く展開。2020 年に一般社団法人 unisteps を共同設立。慶應義塾大学大学院政策・メディア研究科後期博士課程修了。博士（政策・メディア）。



機織り工場の様子



一着の服ができるまで

ここに一着のTシャツの写真があります。これは、数年前に企画したエキシビションで展示したものです。裾を超える長さのタグに記されているのは、このTシャツができるまでに経る工程、そしてその仕事に携わった人の名前です。実際にこのTシャツを生産されている企業さんにご協力いただき、できる限り細かな工程を洗い出し、可能な限り実名で記載しました。



生産過程を可視化したTシャツの展示
(クレジット：ALEX ABIAN)

通常、わたしたちがお店で購入する服には、品質表示タグが縫い付けられています。（一般的には服の内側の左下に付いているので、ぜひ今着ていらっしやる服のタグを見てみてください。）ここに書かれている情報は、販売元の企業名、洗濯に関する注意書き、使用されている素材、そして「Made in ○○」あるいは「○○産」といった生産地です。この生産地名には、その服の最終工程が行われた国が記載されます。つまり、インドで栽培した綿花を中国で紡績し、生地を織り、染色した後に、日本で縫製した場合は、「日本産」となるわけです。わたしたちが身につけている服の多くは、原料から服の形になるまでに2、3ヶ国を旅していることが一般的ですが、品質表示からその情報を知ることとはできません。そのことを可視化するために実施したのがこのTシャツの展示でした。



見えない背景にある課題

このように、普段は見ることでできない生産背景の中に、様々な問題が潜んでいることがあります。例えば、綿花を栽培する際に多くの化学肥料や農薬を使用し、土壌や生産者の健康を害してしまう場合があること。石油由来の合成繊維を染色する際に流出するマイクロファイバーがマイクロプラスチックとして生態系に影響を与える可能性があること。化学肥料・農薬の生産時や、染色のために水を高温に沸かす時にはエネルギーが必要となり、膨大な温室効果ガスを排出してしまうこと。縫製す

る労働者の方が適切な賃金を受け取ることができなかったり、安全な環境で働いていない場合があること。

わたしたち生活者がこの情報にアクセスできないだけでなく、グローバルなサプライチェーンが高度に組み上げられた今、服を製造・販売する企業も自社の製品の全ての生産工程を把握するには大変な労力がかかります。服を作る上での、自然環境や労働環境へのネガティブな影響を最小化し、持続可能な産業にしていくためにも、こうした情報の透明性を確保することが求められており、国内外で取り組みが進められています。



紡績の様子

服のたね



種から服へ

わたしが共同代表を務める一般社団法人 unisteps（ユニステップス）では、こうした繊維・ファッション産業に係る課題について、企業・行政・デザイナー・生活者など多様なセクターの皆様と連携して、改善に向けたアクションに繋がっていくための事業を行っています。また、個人的なプロジェクトとして「服のたね」という企画を毎年実施しています。申し込んでくれた方にコットンの種を送りし、自宅のベランダやお庭で育ててもらい、収穫できた綿を集めて紡績工場さんへお渡しし糸を紡いでもらい（育



服のたねの収穫

てた綿だけでは足りないため、輸入されたオーガニックコットンとブレンドします)、その後生地工場さんで生地に、そこからみんなでデザインを考え服をつくる、という参加型の企画です。種まきから、服として手元に届くまでの期間は約1年半。服が出来上がるまでの時間軸を身をもって体感することになります。小さな種から自分がまとう服になる。頭では分かっているけど、わたし自身、毎年その事実に驚いてしまいます。

人と服の より良い関係性を探して

もともと人はどのように服を生み出し、まとってきたのかを学ぶことを通して、人と服はこれからどのように関わっていくと良いのかを考えたい。そのような思いから、ここ数年は、よりプリミティブなものづくりを体験させてもらうために各地へ足を運んでいます。

この夏は、静岡県の大井川流域に5日間滞在し、葛布づくりを学ばせてい

ただきました。葛とススキを刈り取り、葛を火にかけたあと、ススキの室で寝かせることで、菌の力を借りて表皮をやわらかくします。その葛を川へ運び、水の流れの力を借りて洗ってゆくと、繊維を取り出すことができます。川の流れの中でキラキラと輝く葛は本当にきれいで、夢中になって作業しました。その後、取り出した繊維を乾かして、丁寧に割いてゆき、それらを1本1本結んでいくことで、長い糸をつくります。最終日、いよいよその糸を用いて布を織ります。ここまでのプロセスを思い返すと糸があまりに大切に、織るときにはつい息を止

めてしまうほどの緊張感。植物だったのに、そこに生えていたのに、布になった、という事実は、頭では分かっていたことなのに、それを実際に体験することは、これから触れるすべての布を見る目を変えてしまうような衝撃でした。

生産背景が見えないことで、起きている問題に気付けないことも残念ですが、自然の恵みに人の手が加わって、うつくしい服ができるそのプロセスに立ち会えないことが何よりもつたない。服づくりの過程にある課題と喜びの両方に目を向けるきっかけを、これからもつくりていきたいと思っています。

上：葛を川で洗い繊維を取り出す
下：葛糸を織って布に





葛布に息づく900年の知恵 文化と自然が織りなす共生

日本三大古布のひとつ、掛川葛布が、
未来を紡ぐサステナブルファッションの実践



小崎 隆志（おざき たかし）
小崎葛布工芸株式会社

1954年生まれ。掛川市出身。葛布問屋「小崎葛布工芸（株）」に生まれる。900年続く掛川の伝統工芸品「葛布」を絶やしてはいけないという使命感のもと、日々、時代に沿った「葛布」の未来を模索中。



「葛（くず）」と聞き思い浮かべることは、なんでしょう。葛餅、葛切り、葛湯など食べる葛、または葛根湯などの薬草が思い浮かぶことでしょう。葛は古くからわたしたちの身近に息づいていました。葛は秋の七草としても知られ、8〜9月頃に紅紫色の花が咲きます。また、生命力がとても強く、ひと夏で十メートルほど成長して木やフェンスに絡みつき、景観を覆い尽くす様子から近年では「グリーンモンスター」と呼ばれることもあります。

今回、私たちが知っていただきたいのは「葛布（くずぶ、かつぶ）」です。山野・荒地に自生する「葛」という植物の繊維を織り上げた布です。



葛布が織り上がるまで

葛布作りには、たくさんの工程があります。

【葛蔓採集】

6月〜8月にかけて葛の蔓を採集します。真っ直ぐで節間が長く、女性の小指ほどの太さの蔓を選ぶことが、良い葛芋（葛の糸）を作る秘訣です。

【煮付け】

葉を取り除き茎だけにし、輪状にまとめ、煮立った釜の中に入れます。

【水漬け】

川などの流水に晒します。

【床入れ】

すすきなどの青草を敷いた床（室）に葛束を入れ、上から青草と藁を被せ、2日間寝かせ発酵させます。



【丸洗い・芯抜き】

葛を床から出し、発酵して柔らかくなった表皮を、川で洗い流し、芯を抜き出します。とても繊細な作業で、1本1本丁寧にを行います。

【芋晒し】

米の研ぎ汁に浸します。余分な油が落ち、より光沢がでます。仕上げ洗いをします。

【乾燥】

天日干しで乾燥させ、ようやく葛芋（くずおく葛）から採った繊維の完成です。



葛芋

【葛つぐり】

葛芋を細く割き1本につなぎ合わせ糸状にしたものを簀に8の字に巻き付けます。



つぐり

【機織り】

縦糸を綿糸や絹糸、緯糸を葛つぐりで機織りして、ようやく葛布の完成です。



機織り

葛布の魅力

こうして出来上がった葛布には、次のような特徴・魅力があります。

✦ 天然の光沢

麻のような張りとうねのような光沢は、「葛布」の特徴です。葛の繊維が持つ柔らかさ、滑らかな光沢や、見る角度で色が違って見えるのは、不思議な魅力です。

✦ 色味の変化

時間の経過とともに変化する色味、無染色で織った薄肌色の葛布は、飴色に変化します。時間とともに艶も増します。より味わい深いものとなり、飽きることがありません。

✦ 防虫・殺菌効果

葛が防虫殺菌作用を持っています。

✦ 優れた耐久性

水にも強く、耐久年数が長く、丈夫なため、平安・鎌倉時代の蹴鞠時の鞠袴や、江戸時代の羽織や道中合羽に重宝されていました。

葛布の歴史

現在まで受け継がれている葛布は長い歴史をもっています。掛川に葛布の製法が生まれたのは、その昔、掛川西方の山中にある庵に住んでいた行者が、滝水に打たれ、晒されている葛の蔓を見て繊維として使用できると考え、信徒の老婆に葛の繊維を採る方法を教え与えたと伝えられています。

平安時代頃には掛川葛布が歴史の舞台に登場しており、特に江戸時代には、東海道の懸川宿とともに栄え、参勤交代のお土産や献上品、公家の直垂、武



蹴鞠はじめ

毎年1月4日に京都下鴨神社にて行われる伝統行事。袴が葛布でできております。

士の陣羽織、袴、乗馬袴地、道中合羽などに用いられていました。明治時代になると、生活様式の変化や武士の階級の転落により、衣料としての葛布の需要が低下しますが、和室の襖地、すだれやカーテン、「カケガワ・グラス・クロス」の名で知られた壁紙として海外輸出が始まり、最高級品として喜ばれました。

戦後になると、コストの安い韓国産が出回り、リーマンショックでも打撃を受けました。現在は、国内の襖地や壁紙、日傘や草履やバッグなど、和装でも洋装でも使われる製品が、愛用されています。



日傘
葛繊維を前面に使った日傘。周りから見た際は葛の光沢をより感じられる一品です。

葛布の歴史を 繋いでいくために

日本の伝統工芸品の生産額は、1984年がピークです。バブル崩壊後の経済の不安定や低コストの海外製品の流出、生活スタイルの変化により、徐々に減少してきました。しかし近年では、日本の文化を見直す動きがあり、伝統工芸品の未来にも光が見えています。現代の生活に取り入れやすい商品の展開は、今まで伝統工芸品に敷居の高さを感じ、使ったことのない若者たちを新規消費者に引き入れることに繋がります。

また、2日間で葛収穫から織りまで体験するワークショップを行ったり、県内外の大学生からアイデアを募って新商品の開発をしたりして、伝統＋現代のコラボレーションで次の世代にも関心を持つてもらえるような商品づくりを進めています。

現代は、タイムパフォーマンスやコストパフォーマンスなど、「効」が求められる

る社会です。古から伝わる自然と共に生きる、無駄を出さない手仕事こそが、ある意味効率的で、資源を大切にし、環境への負荷を減らし、次世代への豊かさをつなぐサステナブルな暮らしにつながると信じています。

一つひとつの工程に心を配り、素材の声を聴きながら丁寧に仕上げる手仕事には、使う人の暮らしに温もりをもたらす、長く寄り添う価値を生み出しています。私どもは、伝統を継承しながらも新たな時代へと踏み出してまいります。素材や技法への敬意を忘れずに、心込めたものづくりを続けてまいります。



体験教室
芋作成からつくり、機織まで
テーブルセンターを手作り

教育としての染織 自然・自己・言葉との対話



志村 昌司 (しむら しょうじ)
アトリエシムラ代表

1972年、京都市生まれ。絨織の人間国宝・志村ふくみの芸術精神を継承する、染織ブランド・アトリエシムラ代表。京都大学法学研究科博士課程修了。新作品「沖宮」(石牟礼道子原作)プロデュース。著書に『草木の聲』(京都新聞出版センター)、『夢もまた青し』(河出書房新社)など。

植物の生命の色をいただく、 祈りの染織

アトリエシムラは、染織家・志村ふくみの芸術精神を継承する染織ブランドです。私たちのものづくりの根幹にあるのは、「植物の生命の色をいただく」という姿勢です。京都・嵯峨野の工房では、春は梅や桜、夏は蓬や葛、秋は刈安や団栗、冬は紫根や茜と、四季折々



桜の枝を炊き出して色をいただく

の植物で染めをしています。自然の恵みへの感謝と畏敬の念を持ち、植物の声に耳を澄ませながら、その内に秘められた色を引き出していく。この過程は、まさに自然との対話だと思っています。

草木染めは、本来「祈りの染め」とでも言うべき神聖な行為でした。それは、古代の人々が植物の一木一草にも「御霊(みたま)」、すなわち神秘的な霊力が宿っていると感じていたからです。「染め」とは、単に色を染めるだけでなく、植物の生命に感謝を捧げ、その「御霊」を糸に遷す行為でした。そして、それを織り、身にまとうことで、自然の御

霊と一体化し、災厄から身を守ることができると信じられていたのです。

この精神は、連綿と現代に受け継がれています。例えば、伊勢神宮では春と秋に神御衣祭が執り行われ、天照大御神に、「和妙(にぎたえ)」と呼ばれる絹の反物と、「荒妙(あらたえ)」と呼ばれる麻の反物が奉納されています。私たちが大切にしている「植物の生命の色をいただく」という謙虚な姿勢は、まさにこの古代から続く「祈りの染め」の精神の継承に他なりません。

藍の声を聴く

私たちが最も大切にしているのが「藍染め」です。私たちは、古来から伝わる「灰汁発酵建て」を行っています。これは自然の力だけで藍を建てる方法であり、太陰暦に則って新月から仕込みを始めます。薬(すくも)や灰汁などを藍甕(あいがめ)に入れ、満月に向けて日々攪拌し、温度を測って適温を保ち、

藍の「顔」を見ながら、甘い物（麯、酒）、辛い物（石灰）を適宜与えていきます。藍は生き物であり、人間の都合でコントロールはできません。そこには、自然の摂理に寄り添う姿勢が求められます。

満月近くになると、藍甕の中央には大きな藍の華が咲きます。いわば成人したようなもので、そうなると私たちは初染めをします。藍染めでは、白い絹糸を藍甕の中でゆっくり泳がせてから、糸を引き揚げます。糸が空気に触れた瞬間、一気にエメラルドグリーンになり、たちまち藍色に変化していきます。植物から直接緑色は染まらないのですが、藍は一瞬私たちに幻の緑色を垣間見せてくれます。これはまさに色の不思議です。



上：藍染め。一瞬の緑色から刻一刻、藍の色へと変化していく
下：藍甕。藍の声に耳を傾け、毎日手をかけて育てる

手仕事の危機

植物から生命の色をいただき、手機で織るというこの営みは、単に美しい織物を生み出す以上の、深い精神的な意味を持っています。しかしながら、こうした自然と人間との精神的な結びつきは、近代化の過程で希薄化していきました。中世までの職人たちは、労働そのものに「喜び」を見出していました。資本主義下で効率性と利益が優先された結果、手仕事は機械に置き換わり、労働の対価は「喜び」から賃金へと変わりました。

この事態に対し、19世紀イギリスでアーツ・アンド・クラフツ運動を主導したウィリアム・モリス（1834-1896）は、「芸術とは働くとき人間が感じる喜びの表現である」という言葉を残しています。彼は、労働者が喜びを感じられない近代社会の不健全性を指摘し、手仕事の復興を訴えました。日本においても、柳宗悦（1889-1961）を中心に民藝運動が起こり、無名の職人の手仕



枇杷染め。空気に触れることで糸に色が馴染む

事に宿る、信仰に根ざした美の価値が見直されました。

そして現在、機械化はさらに高度化し、AI時代が到来しています。人間は手仕事だけでなく、知的労働さえもAIに代替されようとしています。こうした時代において人間の役割とは何か、私たちは真剣に問い直す時期にきています。染織という人間の根源的な営みは、この問いに対する大きな示唆を与えてくれます。



染織を通じた学び

こうした時代背景と問題意識を踏まえ、私は染織を通じた学びには大きく三つの柱があると考えます。

第一の柱は、「自然との対話」です。草木染めにおいて、植物が本来持つている色を引き出そうとするならば、私たちは謙虚に自然の声に耳を傾けなければなりません。これは、近代化によって失われた自然と人間の精神的交流を回復するための第一歩となります。

第二の柱は、「自己との対話」です。織りにおいて、私たちは自分自身の内面にある「心象風景」を表現すること大切にしています。機に向かう時間は、自身の心と深く向き合う時間です。織ることは、自己との対話の積み重ねであり、内省のプロセスです。

第三の柱は、「言葉との対話」、すなわち染織が育んできた豊かな文化や思想を学ぶことです。染織の歴史には先人たちの深い叡智が蓄積されています。これらの思想に触れることで、私たち

は自らの営みを、より広く、より深い歴史的・文化的な文脈の中に位置付けることができます。

現代において、染織は非常に厳しい状況に直面しています。しかし、教育的な観点から染織を捉え直したとき、その意義はますます重要性を増します。染織を、これからの時代を生きるための教育として生かしていく。この発想の転換こそ、今、求められているのではないのでしょうか。染織からの学びは、混迷する時代の確かな羅針盤になると確信しています。



自身の心と深く向き合い、心象風景を織り込む

大自然の中で育まれる 子どもの意志の力

幼児期に育みたい
意志の力は手仕事から



北原 薫子 (きたはら のぶこ)

NPO 法人人智学共同体ひびきの村
代表理事

北海道伊達市の小高い丘の上、ひびきの村の中にある、シュタイナー幼児教育施設【マルベリーの森のおうち】クラス担任。保育士。「人間の誕生と成長を喜び合うコミュニティをつくる」が人生の目的。大人と子どもが共に育ち合う場づくりを模索中。

自然とともに生きる 暮らしの中で

私は神奈川県横浜市から北海道伊達市へ移住し、今年で十一年目を迎えます。都会の便利な生活を離れ、東京ドーム十個分ほどの広大な自然に囲まれた「ひびきの村」で暮らし、働く日々が続いています。最初は、慣れ親しんだ街の喧騒や利便性が恋しく、不便さに戸惑うことも多くありました。しかし、次第

にこの土地ならではの四季の移ろいや、日々の小さな恵み、人との深いつながりに気づくようになりました。

朝、窓を開けると澄んだ空気と鳥のさえずりが広がり、建物の横をエゾシカが駆け抜け、耳を立ててこちらを見つめる野うさぎの姿に出会うこともあります。その瞬間、人間もまた自然の一部であり、動物や植物と共に生きていることを実感します。ここ「ひびきの村」には、子どもも大人も学び合い、動物も植物も共に生きる場があります。自然の中で過ごすことで、日々の暮らしや人との関わりへの感謝の気持ちが深まっています。

「意志の力」を育む環境

幼児教育者として、私がこの地を選んだのは、幼児期の子どもの「意志の力」を育てるのにふさわしい環境だと感じたからです。都会では得られない、自然の中での体験や、季節ごとの変化を肌で感じる事ができるこの場所は、子どもたちの感性や意志を育むのに最適だ

と思っています。

子どもが「やりたい!」という思いをもとに、自らの手で繰り返し行動することで、意志は育まれます。意志の力とは、思ったことを実行できる力のこと。その積み重ねがやがて習慣となり、自分への信頼を生みます。自然は常に変化し、風や光、土や草の匂いが子ども



斜面に沿ってゴロゴロ転がる



シュタイナーの哲学をもとにした
農法に取り組む



砂場で遊ぶ子どもたちの側で、
糸つむぎをする筆者

もの感覚を刺激します。その中で子どもたちは、自ら考え、試し、工夫しながら、心と体の両方を伸ばしていくのです。時には失敗し、時には新しい発見をしながら、子どもたちは自分自身の力を信じて成長していきます。



「手」で学び、「手」で生きる

意志の育ちに欠かせないのが「手」です。人が立つことで自由になった両手は、「自分と他者のために働く手」でもあります。朝、子どもたちは登園するとまず、大人が働く姿を目にします。部屋を拭き掃除する手、おやつを作る手、壊れたおもちゃを直す手、羊毛を洗い、糸を紡ぐ手。暮らしに根ざした働きの姿に触れるうちに、子どもたちは自然に「やってみたい」という思いを抱きます。やりたいからやる、やりたくなければやらない。その自由な姿勢こそが、幼児期の学びの本質です。大人が雑巾を縫う横で端切れ布を縫い、糸を紡ぐ姿を見て織物を始める——そんな模倣

の中に、意志の芽が育っていきます。手を使う経験は、脳や心の発達にも深く関わります。細やかな指の動きは集中力や思考力を育み、発達心理学でも、手と目を協調させる活動が認知の基礎をつくるとされています。知性は指先に宿る——私はその言葉を、日々の保育の中で実感しています。

ひびきの村の理念は、「創造的な活動を通して 真の人間理解を深め、一人一人がそれぞれの在り方で 生き生きと輝ける社会づくり」とし、ルドルフ・シュタイナーの哲学を学び実践しています。村の中にある子どもたちの活動はシュタイナー教育が柱です。0～21歳までが教育期間と捉え、3つに分けて考えていきます。第一・7年期（0～7歳）は体を育てる時期、第二・7年期（7～14歳）は感情を育てる時期、第三・7年期（14～21歳）は思考を育てる時期として意識的にアプローチしていきます。健やかな体と感情、思考ができるようになって初めて、大人として自分らしく立つことができると思います。すべての期



室内遊び中に、縫い物を始めた子どもたち

間において手仕事は重要ですが、第一・7年期では「世界は善である」という考えのもと、すべて模倣を通して学びます。第二・7年期では「世界は美しい」という考えのもと、人も世界も畏敬の念を持って美しさに感動しつつ学び、第三・7年期では「真実を知る」ということで、細やかな分野まで専門的に学んでいきます。

幼児たちは、意味と責任の伴った大人の暮らしに根付いた手仕事の傍で、模倣を通して、おやつ作り・給食作り・織りもの・指編み・洗濯板で布や紐を洗う・積み木のやすりがけ・縫い物・掃除・ワックスがけ・窓拭き・お皿洗い・

おもちゃの片付け等の日々の活動全般のほか、季節の祝祭の準備としてりんごを磨いたり、蝋燭を作ったり、布にアイロンをかけたり、七夕の飾りを作ったりします。

年長児の三学期には、学校で学ぶ準備として、約二ヶ月をかけて赤ちゃん人形を作ります。やりたい時もやりたくない時も毎日少しずつ制作していきます。羊毛を洗い、ごみ取りをしてカーダーをかけ、布にアイロンをかけ、髪を縫い付け、おくるみに刺繍を施す。すべての工程を自分の手で行い、完成したとき、子どもたちは「つくる喜び」と「自分でできた」という誇りに満ちた表情を見せます。その経験は、「みんな違ってみんないい」という他者へのまなざしを育てるのです。自分の手で何かを作り上げる体験は、子どもたちにとって大きな自信となり、仲間との違いを認め合う心も育まれます。

やがて学校では、「模倣」でもなく、作り方の説明でもなく、教師が物語を語り、イメージを通して促していきます。

子どもの発達段階に応じて、大人のあり方も変容していくことがシユタイナー教育の大きな特徴です。

私は、幼い子どもたちがリズムある繰り返しの行為と環境を通して、自分も他者も大切にできる人に育ってほしいと願っています。そのために保育者である自分もまた、手仕事の意味を問い続け、結果よりも「つくる過程」と「そこに宿る喜び」に心を向けて生きていきたいと思います。自然の中で手を動かし、共に暮らすという営みの中にこそ、教育の原点があるのです。これからも、子どもたちと共に学び合い、成長し続ける場を大切にしていきたいと考えています。



子どもたちが織ったものが暮らしに使われる