

はだしで 野生を とりもどせ！

Rewilding human body

Vol.1

私が「はだしの人」に
なった理由。



はだしの生活



マイノリティー

微生物
野生動物
昆虫

環境再生型農業
自然農



人間の
共生

老若男女

エネルギーの自給



地球との
共生

環境と共生する
住まい・暮らし



共生と
再生

野生身溢れる身体
はだし
システム

八ヶ岳から
駿河湾へ



人間の
再生

人づくり

水と空気
の流れ



大地の
再生

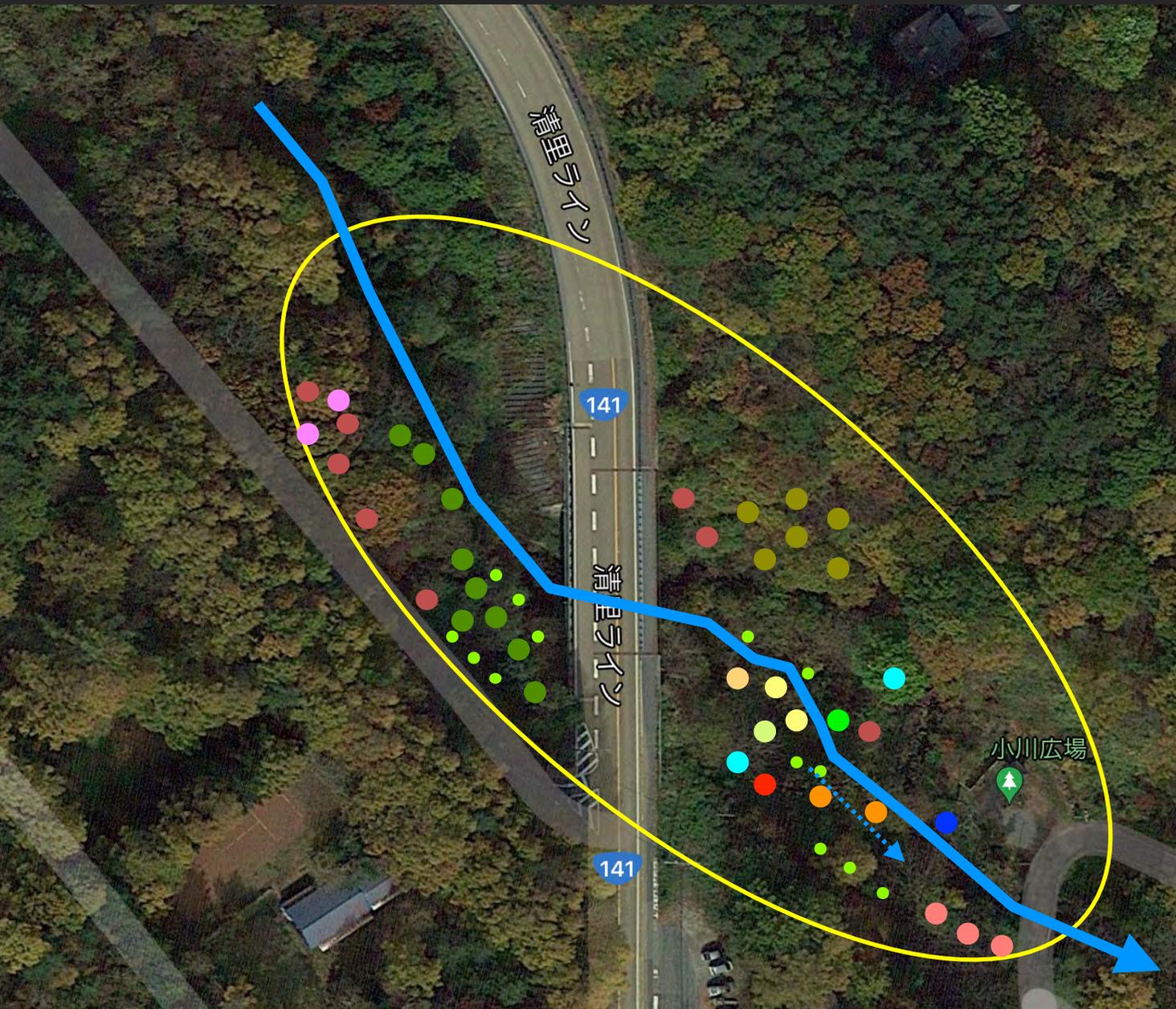
はだしの森

手仕事

はだしの森づくり



現地の状況

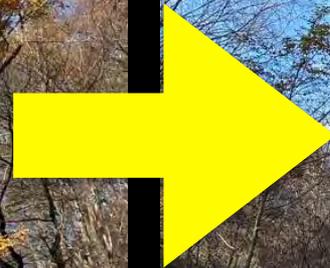


- アカマツ
- ミズキ
- ミズナラ
- リョウブ
- イタヤカエデ
- サワグルミ
- アブラチャン
- サンショウ
- ヤマウコギ
- ダンコウバイ
- クリ
- ヤマザクラ
- ヒノキ
- カラマツ

森づくり



森づくり



Food Forest

7つのレイヤー

1.上層の樹木 (リンゴ、クルミ)

2.下層の樹木 (柿、ネムノキ)

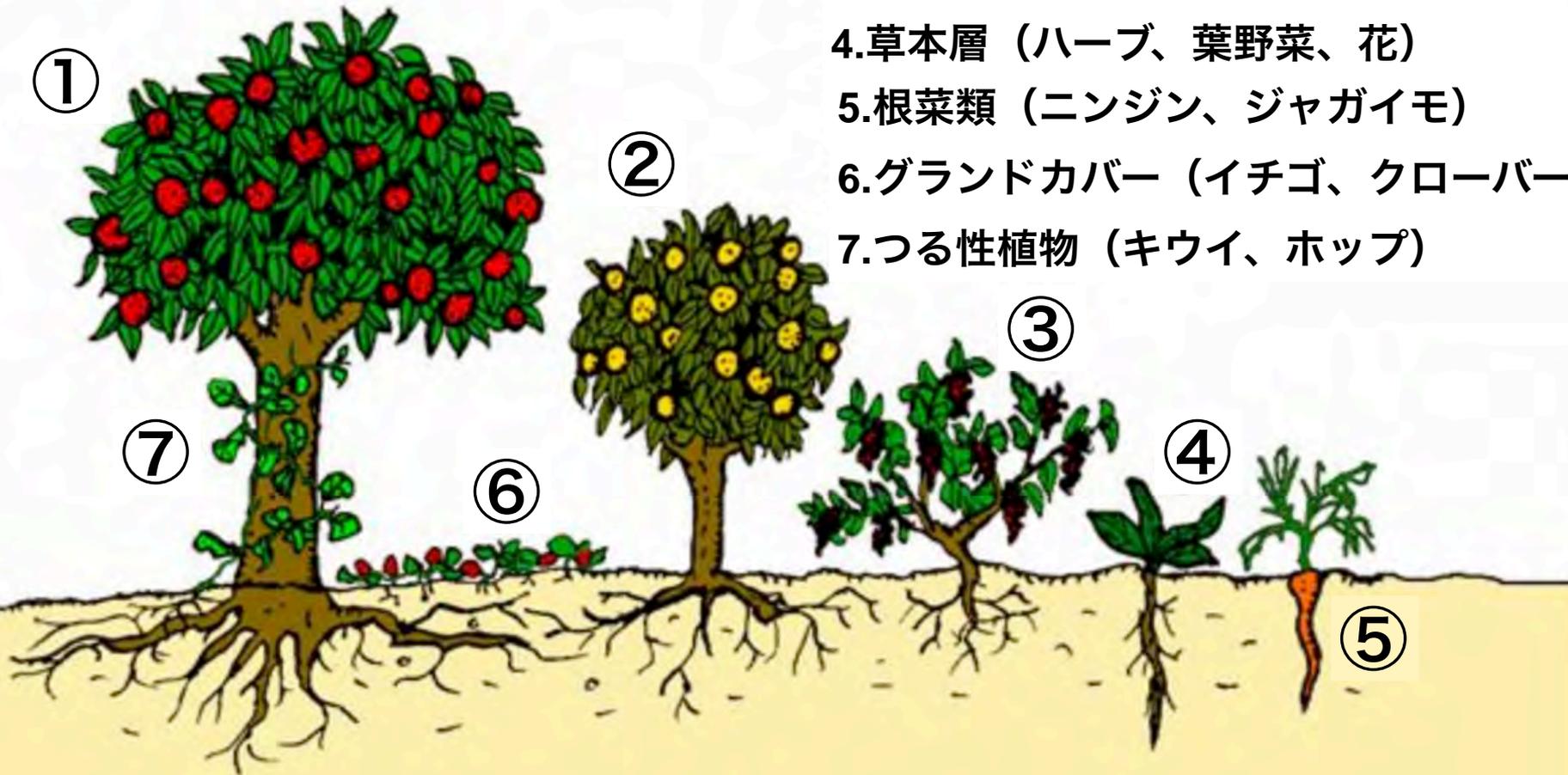
3.低木層 (マメ科、ベリー)

4.草本層 (ハーブ、葉野菜、花)

5.根菜類 (ニンジン、ジャガイモ)

6.グランドカバー (イチゴ、クローバー)

7.つる性植物 (キウイ、ホップ)



自然と人間



暮らし

選択

衣

食

住

動き

カラダ

服づくり

歩

走

ココロ

食糧生産

手仕事

履物

エネルギー自給

家庭菜園

脱プラスチック

米づくり

地域社会

ヒューマンスケール

関係人口

まなざし

価値観

文化

足るを知る

じねん

山

森

川

海

マザーツリー

里山

生態系

多様性

原生林

風土

Food forest

土中環境

近自然工法

近自然森づくり

はだし

ふれる

大地の再生

呼吸

微生物

炭

土と内臓

ウンコロジー

五感

野生

畏怖の念

