

やさしい自然派住宅の  
つくりかた

# そざい Sozai Note のーと

vol. 17

『そざいのーと』バックナンバーは  
ホームページをご覧くださいませ

『www.saijo-d.com』

## アレルギーでも大丈夫！

## やさしいお菓子と住まい

### 自然とつながるおやつ

道南、七飯町東大沼の牧場の一角に小さな工房をかまえ、アレルギー対応のお菓子づくりを専門に手掛ける「自然とつながるおやつ aimer（エメ）」代表の大藤杏紗さん。

生まれてきた長男にたくさんアレルギーがあり、乳、卵、小麦、ナッツなどの多くの食材に反応。

樹液のメイプルシロップ、自ら無農薬無肥料で育てた米など、出来るだけ北海道内で作られたオーガニックな素材を使用。アレルギー源になり得る「特定原材料7品目」のほか、白砂糖、保存料、合成着色料、マーガリンやショートニングは使わずに、身近な素材と季節の食材をふんだんに使ったお菓子を製造しています。

やかなボーロ、無農薬玄米やアレルギー発症率が低いとされる古代種小麦「スペルト小麦」をいったグラノーラ、米粉ベースの蒸しケーキなど、ていねいな素材と工程で、お母さんが子供に向けるまなざしのようにやさしく、わくわくと感動もお届けできるような美味しいおやつをお届けしています。

「aimer」はフランス語で「愛する」

市販の食品はほぼ食べられなかったことをきっかけに、何でも原料から手作りする食生活へと変わった。

この体験から、アレルギーをはじめヴィーガンやグルテンフリーなど、さまざまな食の制限の有無にかかわらず、誰でも一緒に食べられるおやつを届けたいと考え、「aimer」を立ち上げました。

原材料は100%植物性。七飯産のリンゴや大沼で採れたカエデ



エメのHP (<https://aimer.bio>) で通信販売。  
道の駅「なないろ・ななえ」などで一部商品を販売。

### 自然を感じて暮らす住まい

僕たちが、人の健康と環境のことを大切に考えた住宅建築を始めたのは25年も前のことになりました。

きっかけは、僕の子供たちがアレルギー体質だったため。食べ物と同じように、住まいが原因で体調に影響のない、安全な住まいを作りたいと思ったことです。木や土や紙などの天然素材の良さを活かした自然派の住まいづくりだけを専門にした、北海道では唯一無二のアーキテクトビルダー（自社で設計と施工をおこなう建築会社）となりました。

大人が一日に呼吸する空気ของ 重さは、20キロにもなります。化学物質の影響で室内の空気が汚れ、それが原因で体調を崩すことも考えられます。もし、原因不明の体調不良に見舞われた時に、住まいが原因ではないと思えたならば、悩みが一つ解消されます。本質を追求すると、合成建材や接着剤に頼らない無添加無垢の家づく

りを目指すことになります。

最近の住宅では、壁・天井のビニールクロスのみならず、フローリングや家具・建具類の果てまでがビニールシートで覆われた空間となってしまうました。残念ことに、本来の日本家屋のような、素材のやさしさは感じられません。アレルギーや過敏体質の人でも、そうで無い人たちでも、同じように健康に暮らせるために、心と体がよろこぶ天然の素材を選ぶことで、自然を感じて暮らす気持ちの良い住まいになると思います。

たとえば壁紙を選ぶ。太陽の光をやさしくうけて、室内の空気を吸ったり吐いたり呼吸する・・・和紙や布織物の壁紙や漆喰壁などが気持ち良い。

たとえば床材を選ぶ。無垢の木のフローリングは、空気を含んで柔らかく暖かな質感の針葉樹と、ぎっしり詰まって丈夫で長持ち広葉樹。天然塗料で仕上げると、どちらも床でゴロゴロし

たくなるほど気持ちが良い。傷や経年変化は思い出となり、修復も可能。

たとえば断熱材を選ぶ。第3の皮膚である住まいの被膜と言える断熱材。自分が断熱材を直接身につけてみた時に気持ち良いか否か・・・感覚的に決めてみよう。木や紙や羊毛などの繊維はきつと気持ちが良いはず。

ひとつひとつの素材を厳選して、手間暇かけて手づくりする。やさしくて美味しいおやつがあるように、住まいづくりにも自然を感じ気持ちよく暮らす法則があると思います。

ビオプラス西條デザインの事務所には、住まいの自然素材が誰でも見られるように展示されています。お気軽にお越しください。



手仕事をいかした自然素材の住まい

## 文・西條 正幸 自然派空間デザイナー

北海道伊達市出身。

自然と人にやさしい建築デザインを専門とし、建築デザイン事務所ビオプラス西條デザインを主宰。オーガニックな暮らしをライフワークに、仲間との有機農園やマーケットの運営、講演会やワークショップなども企画、開催している。



[www.saijo-d.com](http://www.saijo-d.com)