

～飛騨丹生川 里山の暮らし体験会 ご案内～

この度、自然体験施設「太陽の家」を宿泊所として、里山の暮らし体験会を企画いたしました。下記、当日の詳細についてご案内致します。  
ご参加ご希望の方は、下記までお申込みください。

\*\*\*\*\*

チェックIN 7月29日(土) 13:00

チェックOUT 31日(日) 15:00

\*上記時間帯を前後される場合には、ご一報ください。

\*連泊をご希望される場合も、ご相談ください。

期間中、下記の催しを予定しております。参加ご希望の方はお申込み下さい。  
初日、太陽の家近くにある、慈雲寺にて季節の法要が営まれます。ご希望の方は、山中にあるお寺での行事にぜひご参加いただき功德をいただけたらと思います。当日は会長が講和をさせていただきます。または散策などお出かけや、太陽の家でゆっくり過ごされても。  
ご自由にお過ごしください。

一日目 29日(土)

- ① よもぎ蒸し体験 13:00～( ) 14:00～( ) 15:00～( ) 各1名様ずつ
- ② リンパケア 13:10～( ) 14:10～( ) 15:10～( ) 各1名様ずつ
- ③ 慈雲寺法要：ご参加 13:30～15:30 ( )
- ④ 旗鉾村内散策 ( )

16時半から、入浴タイム (ユニットバス、桧露天風呂有り。順番にご利用ください。)  
近くの温泉に行かれる方は、早めに出発なさると良いかとおもいます。  
一番近くの温泉は車で10分くらい。  
その他、少し車で走りますが、食事ができる温泉場もあります。  
当日ご案内いたします。

18時から、食事会 飛騨牛カレー

～歓談と自由時間～ お子様たち向けに、映画上映できるかも～☆

二日目 30日(日)

- ① 早朝、曾手集落へ向けて朝散歩 6時出発
- ② 7時半から朝食 (発芽発酵玄米、味噌汁等 ご用意いたします。)
- ③ 旗鉾/丹生川村内めぐり 10:00~16:00  
旗鉾・丹生川村の名所をご案内しながら散策します。

\*または終日、自由行動

16時半から、入浴タイム (ユニットバス、桧露天風呂有り。順番にご利用ください。)

近くの温泉に行かれる方は、早めに出発なさると良いかとおもいます。

一番近くの温泉は車で10分くらい。

その他、少し車で走りますが、食事ができる温泉場もあります。

当日ご案内いたします。

17時から、BBQ準備をいたします。(館内囲炉裏にて。)

アルコールも少し準備いたします。持ち込み歓迎~☆

出来ましたら準備お手伝いいただけると幸いです。

食後、太陽の家にて村内の歴史など地元の方との交流会

三日目 31日(月)

10時 近くにお住いの尾前さん宅ご訪問・里山暮らし体験談

7時半から朝食 (発芽発酵玄米、味噌汁等 ご用意いたします。)

昼食ご希望の方はお弁当をご用意いたします。

ご希望の方はお申込み下さい。1000円/個

15時チェックアウト

\*\*\*\*\*

## リンパケア／よもぎ蒸しについて 各 3000 円

### 1) さとう式リンパケアについて

耳（顎関節）から口腔から身体全体を緩めリンパを流れやすくすることで循環機能を高めます。肩こり・頭痛などの様々な症状を改善するだけでなく、小顔・リフトアップなど、すぐれた美容効果もある、次世代型健康・美容法です。

詳しくは <http://www.lymphcare.org/index.html>

### 2) よもぎ蒸しについて

黄土よもぎ蒸しとは 粘膜や経皮吸収による内臓や身体を温めることで ①基礎体温上昇 ②基礎代謝量増加 ③免疫力アップ ④自然治癒力 ⑤予防医学 などにつながります。特に人間のエネルギーを作る源である会陰というツボ（女性は膣の入り口、男性は肛門と男性性器の間）を温めることで身体のエネルギーが充満になります。

### <注意事項>

現地は国道沿いではありますが、標高1000mの山間部になります。  
夜間は気温が下がりますので、長そで等ご用意ください。

入浴は、館内にエッジバスと桧露天風呂とがありますので、ご利用いただけます。  
石鹸、タオル、バスタオル等はお持ちください。  
トイレ（汲み取りですが、水洗）洗面台もあります。

### ～近くの温泉～

「すくなの湯」こちらは 18 時閉店です。

（ナトリウム炭酸水素塩温泉）

<http://www.norikoku.com/joyful/sukuna/>

太陽の家から、10分くらい。

「平湯温泉 ひらゆの森」こちらは 21 時閉店（受付 20 時半）です。

（カルシウム・ナトリウム・マグネシウム・炭酸水素塩・塩化物泉

<http://www.hirayunomori.co.jp/>

太陽の家から 20 分くらい。

「荒城温泉恵比寿の湯」こちらは 21 時閉店です。

(二酸化炭素 1158ppm・ナトリウム・カルシウム・炭素水素塩温泉)

<http://www.ebisunoyu.jp/>

太陽の家から 20~30 分くらい。

<尾前ひな子さんと一緒に森散策&ご自宅ご訪問>

関連記事↓

山あいにある岩井谷地域の沢上地区にお住まいの尾前ひな子さんをお訪ねしました。



ひな子さんは高山市内生まれでご主人と結婚後も高山市内にお住まいでしたが、東京オリンピックの年(昭和 39 年)にご夫婦と子供 3 人で岩井谷に引っ越し、一人でお住まいだったご主人のお父様と同居されました。当時は何軒もある集落でしたが、今やここで生活しているのは一軒だけになり、お一人で猫と暮らしていらっしゃいます。

本来は、何か不便なことがあればお手伝いをさせていただければと伺ったのですが、「楽しんでやっているし、私がすることがなくなるから」と固く辞退されました。代わりに、ひな子さんが普段歩いていらっしゃる山の中の道をご案内いただくことになりました。



ひな子さんが一緒になければとても辿れないような斜面を登っていきます。

以前、この辺りは畑が続き、家もあり、見通しがよかったそうですが、拡大造林の時代に植林され、話をきかなければ、昔からずっと森だったように見えます。



森の中に突然現れた地域のお墓です。数百年前から人がこの地に住み続けていた何よりの証です。この一帯だけは植林されませんでした、木の根が入り込んで、崩れかけている墓石がありました。いまでは、ひな子さん以外にはお参りに来る人もいないそうです。



途中、地域の氏神様である乗鞍神社にお参りしました。

立派なお社が建っています。以前は集落のお祭りが行われたそうです。

今では、お参りする人影はありません。



指定保存樹のイチイの大木が何本もありました。内部は空洞になっています。

神社の周りも昔は畑でしたが、今では一部の石積みを除き、ほとんど面影がありません。

ちなみに、この地域に植林されているスギは、「曾手スギ」という挿し木クローン品種が

多く、通直で雪害に強そうな樹形で、葉の色が少し青みがかった見た目も美しい杉です。

地域独自でクローン品種を植林している例は本州では大変珍しいと思います。



ひな子さんのお宅にお邪魔しお話を伺いました。

以前は牛を飼い、米や野菜も作っていたらっしゃったそうです。今は、畑はやめ、栗や山から移植してきたフキ、アサツキなどを家の周りに植えています。

ご実家の高山市山田町で田んぼの土を使って瓦を焼いていたお話、ご主人が木材の仕事をされていた頃に橿で原木を出し高山で製材したお話、以前は今より山の木が少なく開けていて、今はニューヨークで理容師をされているお嬢様が渡米当日に、山岳遭難者が下山してきたので救助ヘリコプターを誘導したお話など、興味深いお話を伺いました。





周囲に人家もなく夜は明かりもない（電気は通っている）中で、どのように過ごされているのか、街中で育った者には中々想像できません。しかし、不便なことなど気に掛けずに楽しそうにお話し下さるところがとても魅力的で、ひな子さんを訪ねて来られる方も多いのもよくわかります。ずっとお元気でいらっしゃることを心より願っております。