
古民家改修マニュアル

土壁ワークショップ

島地区農泊推進協議会

A photograph of a traditional Japanese interior. The room features a high ceiling with exposed wooden beams and a woven basket hanging from it. The floor is covered in tatami mats. Large windows with sliding doors (shoji) are visible, looking out onto a garden with trees. A small table with a plant and a fire pit are also visible in the background.

Let's Do It Yourself!

Re Work, Re Life, Re Yourself



古民家改修マニュアル

1 参加者を集める

- ・告知や人集めに関する注意点

2 ワークショップのスケジュール

- ・主催者・講師の自己紹介
- ・グラウンドルール
- ・アイスブレイク
- ・アイスブレイクの実践例

3 進め方

4 休息

5 道具を使ってみる

6 ランチタイム

7 主な使用工具、材料、注意事項

参加者を集める

町内および近隣の市町村の住民および移住者や関係人口者に、
直接の告知(メーリングリストやメルマガなども活用)をします。
自前の発信だけではなく、OTAや告知サイトなども活用すると良いでしょう。

OTA(Online Travel Agent)の例



告知サイトの例



関係人口とは

定期的にこの地に通っている人々で、移住した「定住人口」でもなく、観光に来た「交流人口」でもない、地域と多様に関わる人々を指す言葉です。

告知や人集めに関する注意点

- ・集落の中に開催場所がある場合、ご近所のご理解を得る中で適切な参加人数を超えないようにする。
(古民家農泊Reの場合は10名程度)
- ・目的を明確にする。
- ・どんな人に向けて行うものなのかを明確にする。
- ・共感されやすいタイトルや内容にする。
- ・参加者にメリットのある内容の提示をする。
- ・参加者が「〇〇を学んで〇〇が実現できる」「〇〇のノウハウを知って〇〇が手に入る」など参加後にどういった状態になれるかのイメージを具体的に示す。
- ・協力者を確保して情報を広げてもらう。
- ・コロナ禍では、SNSやブログなど多くの方が目にするメディアでの告知は控えめにする。

ワークショップのスケジュール

主催者・講師の自己紹介

アイスブレイク

作業開始

10 分

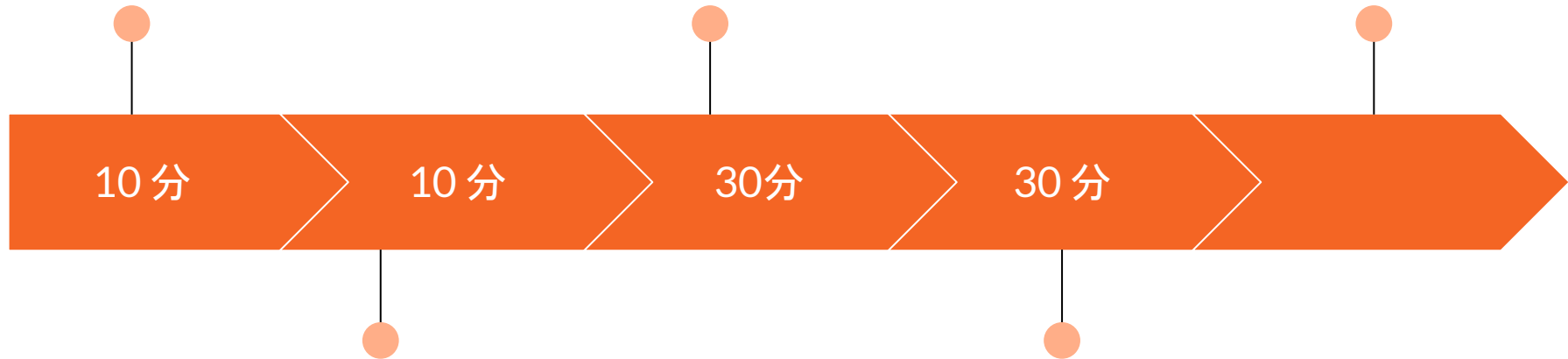
10 分

30分

30 分

グラドルールの説明

作業内容と注意事項の説明



主催者・講師の自己紹介

自身の経歴、ワークショップ計画の経緯、どのような気持ちで開催日を迎えたのかなどを伝えます。
参加者との信頼関係を築くために、まずは主催者・講師自身の自己開示が大切です。

グランドルール

グランドルールとは、ワークショップを円滑かつ効果的に進行するために必要なガイドラインです。
ワークショップの目的、開催の背景、プログラムの流れなどのルールを伝えます。

例えば、

「感じることや体験することが目的で、忘れても構わない」

「作業中であっても休みたいときは休む」

「班に分かれる作業では各自の興味のある作業に加わり、自由に班を変更できる」

などのルールを設定します。

アイスブレイク

アイスブレイクとは、初対面の人同士の緊張をやわらげ、関係性を構築する手法です。
アイスブレイクの手法を取り入れ参加者の自己紹介を行い、
コミュニケーションをとりやすい雰囲気を作ります。

注意点

- ・踏み込んだ自己開示を要求しない
- ・一人当たりの自己紹介が長くないよう時間管理を行う
- ・アイスブレイクの手法にとらわれず臨機応変に対応する
- ・話をさえぎらない
- ・プライバシーの保護、人種、宗教、性差、
その他のメンバーや会の性格、目的に合わせて行う



ヒント

- ・時間管理は参加者に任せ、自主性を引き出します。
- ・腕時計などで時間を計り、指定時間が経過したら合図をするようにするのも良いでしょう。

アイスブレイクの実践例

10分の制限時間を設け、
ワークショップ開催場所の家屋や敷地内から
参加者は気になる物を一つ持ってきます。
「雨に関連する物」などのテーマの設定も効果的です。
参加者は1分以内に自己紹介と持ってきた物の理由を
説明します。
自己紹介と説明の後、
持ってきた物を台やテーブルの上に自由に置きます。
あらかじめ木製の台や椅子などを用意し
置き場所の範囲を指定すると良いでしょう。
全員が置いた後は作品として鑑賞します。
バランスを整えたり配置場所を変更しても構いません。



進め方

ワークショップにはスケジュールがありますが、そのスケジュールの中で同時進行的にいくつかの作業が進んでゆくでしょう。例えば、採寸している人、木材を切っている人、床を釘で打っている人、休んで談笑している人、などなど。

最初は参加者に役割分担を振る必要がありますが、慣れてきたらどこでどんな作業をしてもいい、という雰囲気を作っていきます。その中で、主催者は少ない参加者ですからそれぞれがどんな作業を経験したかを見計って、後半に作業役割を振ってゆくと、偏りなく、しかし参加者の自主性で学べた感を得てもらえます。教える&教えられる、という関係では学びは小さくなってしまいます。やってみる、うまくいかない、聞いてみる、という自主性を引き出すよう心がけていきましょう。

休息

- ・会社の仕事ではありません。やらされていると思うと身に付けたいことも身につけません。
自主的に動いてこそ学べるものです。
休みもその人その人の体調やペースで休めることが大事です。
- ・午前と午後に一回ずつ(10～15分)、お昼休み1時間の休憩を必ず取りましょう。
- ・参加者各々が休みたいときに休んで OK、という説明を最初にお伝えしましょう。
- ・休憩時間はできるだけ参加者のみなさんに話題や質問を振り、会話をしましょう。
参加者が話し始めることで、場がゆっくり和んでいきますし、
参加者が持ってきたニーズを汲み取ることができます。
そのニーズを休憩後に取り入れたり翌日以降の作業に組み込むことによって、
満足度の高いワークショップに進化してゆきます。
決まりきったスケジュールを押し通そうとせず、
ライブ感を持ってワークショップや作業を楽しみましょう。

道具を使ってみる

初めての参加者が多い場合、まずは道具に慣れることが大切です。

電動工具は大怪我につながる可能性があります。

午前は、道具の扱い方に慣れるようウォーミングアップの作業に留めます。

ケガを防いだり材料を無駄にしないために端材などを利用して使い方を伝えましょう。

- ・採寸チーム(スケール・差し金・墨付け)
- ・切断チーム(ノコギリ・電鋸・卓上電鋸)
- ・組立チーム(トンカチ・インパクトドライバー)

の三つに分け、それぞれ作業に慣れたスタッフや講師が参加者に使い方を説明します。

ランチタイム

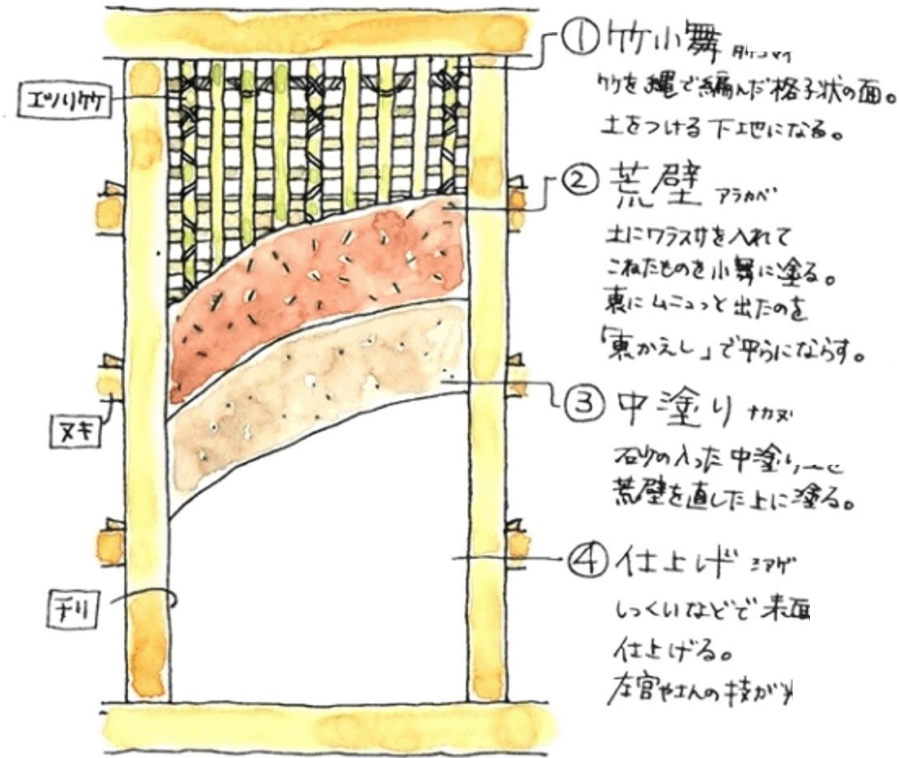
地元の食材を使ったお昼ご飯はいかがですか？
豪華な食事は必要ありません。

- ・羽釜と薪で炊く地元産のご飯
(薪は廃材を使えばベストです)
- ・昆布・椎茸・鰹節・切干野菜で出汁をとり、
地元の野菜と地元の手作り味噌で作るお味噌汁
- ・朝のうちに野菜を小さく刻んで塩もみしておいたお漬物
(お醤油やお酢を混ぜてもよし)

あとは、旬の食材で手間のかからない手作りおかずを
その場で作れば、参加者は必ず感激します。



土壁の構造と各部の名前



ヒント

土壁は先に塗り付けた面を「荒壁」、その裏側に塗った面を「裏返し」と呼ばれます。荒壁の表面が十分に乾き、表面がひび割れてから裏返しを行うと良いでしょう。工程を短縮する場合は、荒壁と裏返しを同時に行います。

土壁塗りの注意点

土壁は一度に厚く塗らず、
薄く塗り表面がひび割れるまで乾燥させてから再び塗る作業を行いましょう。
塗りの厚さは40mm～50mm程度の厚さになるまで塗り重ねます。

一回目の塗り完了後、乾燥させると土壁の表面にひび割れが生じます。
塗りが一回のみの土壁では、乾燥してひび割れた箇所から雨水がしみ込みます。
複数回塗ることで層ができ、ひび割れが生じても内側への影響が抑えられます。
最低でも2回以上塗り重ねることをおすすめいたします。

主な使用工具、材料、注意事項

◎使用工具

- ブルーシート
- 金槌
- バール大
- 防塵マスク
- ゴーグル
- 作業靴
- 箕
- ガラ袋
- 竹割り機
- 竹割用なた
- ノミ
- シュロ縄

◎インパクトドライバー

古民家の改修では電気が来ていない所での作業になることも考えられます。作業量、作業人数に応じて予備のバッテリーを準備しましょう。インパクトドライバーはトリガーを引く量に応じて締め付け速度が変わります。トリガーを引く量を調節するのがポイントです。最初は軽く握りゆっくり回転させ、徐々に速度を上げて打ち込みましょう。打ち込む際は垂直にインパクトドライバーを当てます。インパクトドライバーはビスなどに対し軽く押し当てるように保持します。ビスとの角度や押し当てる力が不十分だとネジ山(ネジの頭)の溝がつぶれる原因になります。回転するインパクトドライバーのビット(軸)に手が巻き込まれる危険性があるため、手袋は着用しません。

◎ビット

インパクトドライバーの先端に取り付け、ビスやコースレッドを打ち込みます。使用状況によって先端が摩耗したり、折れたりすることがあるので予備を用意しましょう。プラスビットは1番と2番を用意します。特に2番ビットは多用途に使用します。



◎丸ノコ

バッテリー式の場合は、インパクトドライバーと同様に事前に予備のバッテリーを準備しましょう。共通のバッテリーを使えるものを準備しておくと便利です。

丸ノコで一番気をつける事故が「キックバック」です。
刃が回転中に材料に引っかかったり、圧迫された時に強い反発力が生じ、その力で丸ノコ本体や材料が切断の進行方向とは逆に飛んてくることをキックバックと呼びます。
キックバックは大事故の原因になります。
丸ノコの延長線上に体や物が無いようにし、正しい使い方をすれば事故の確率は低くなります。
また、正しく切断を行えばキックバックはほとんど発生しません。
丸ノコ使用の際は保護メガネを着用しましょう。



本格作業開始

メインイベントの開始です。

工具などでの怪我や体調管理などには、
十分に気を使いましょう





土壁を壊そう

養生をしよう

大き目のブルーシート、養生テープ、
養生ロールなどを使って、
床の養生をします。

土壁の場合、
壊すときに砂やほこりなどが舞うため、
部屋を密閉して行いましょう。





壁を壊そう

金槌などで土壁を崩します。

柱の際は直角型のバールを使用すると崩しやすいでしょう。

崩すに従い竹小舞が現れます。

竹小舞は残しながら、土壁を崩す作業を進めます。





反対側も同様に崩します。

崩し終わったら
ブルーシートの上に落とした土壁を
箕などを使用して
ガラ袋に入れます。

古土は
上塗りが漆喰や繊維壁などの場合、
それらを除去しなければいけないので
手間がかかります。

再利用する場合は、
上塗りが施されていない土壁を
使用します。



竹小舞を撤去しよう

竹小舞は
わら縄やシュロ縄で
固定されています。

縄を切り竹小舞を撤去し、
掃除をします。

竹小舞も状態が良ければ撤去せず
再利用できます。

部分的に補修を行うことも可能です。





竹小舞の準備

竹を切ろう

直径5cm程の竹を切り出します。
枝を払い、
運びやすいように2mずつ切り分けます。

あらかじめ壁の寸法を計り、
必要な竹小舞の寸法にあわせ
竹を切り分けることもおすすめです。

枝の出っ張りが残っているようでしたら、
切り取りましょう。





竹を割ろう

竹割包丁を使用し
竹の上部から一節分を十字に割ります。



ヒント

・片刃と両刃の違い
片刃は切断の作業に適し、両刃は薪割や竹割に
などの割る作業に適して
います。
竹を割る作業は両刃がお
すすめです。



直径3cm程の竹を2本使用し、十字に切り込み
を入れた箇所差し込みます。
竹を押し出すと竹が割れます。





竹の節を落とそう

竹の節にある節板(せっぱん)を落とします。





竹小舞に適した幅に割ろう

竹小舞の幅が2cm程になるように割ります。

用意する竹材はできるだけ
均一の幅に揃えます。

割った竹の両端を削り尖らせます。





竹小舞を編む

巻き始めの箇所は
巻き結びなどで固定します。
表と裏側を交互に紐を通し固定します。
下側まで結び終わったら
巻き始めの箇所まで同様に巻きます。
縦の竹小舞を全て結びます。





土壁を準備しよう

土壁を砕こう

剥がした土壁は塊になっているため、袋に入れ棒などでたたき細かく砕きます。

細かくした土壁を
トロ船(左官船)に入れ、
スコップでかき混ぜながら
まとまるぐらいの硬さになるまで
水を少しずつ加えます。

少し硬めに仕上げるのがポイントです。





土壁を練ろう

両手ですくえる量を取り、
土壁を練ります。

練り方は、
陶芸で行われる菊練りという
技法を参考に行うと良いでしょう。

菊練りが難しい場合は、
足で踏みつけ、
折りたたんで
また踏みつける練り方も
おすすめです。





壁を塗ろう

土壁を塗ろう

こてなどの道具を使用して塗る方法や
手だけで塗る方法があります。

手で塗る場合は、
ボール大に取り分けた土壁を
竹小舞へ押し付け、
裏側にはみ出すように塗りつけます。

握りこぶしで表面をたたくように
ならしていくと良いでしょう。





裏側にはみ出した土は撫でつけて裏返し、
土を塗りやすくしておきます。

屋外側は周辺部を入念に塗りましょう。

荒壁、裏返しの塗りは
40mm～50mm程度の厚さにします。

土壁は先に塗り付けた面を「荒壁」、
その裏側に塗った面を「裏返し」と呼びます。
荒壁の表面が十分に乾き、
表面がひび割れてから裏返しを行うと良いです。

工程を短縮する場合は、
荒壁と裏返しを同時に行います。



漆喰で仕上げよう

漆喰仕上げにする場合は、
土壁を数日乾かしてから行いましょう。



漆喰を作ろう

漆喰は消石灰、砂、つなぎを混ぜて作ります。
消石灰10キロ・珪砂5キロと
適量のつなぎを加え、
水を入れながら練っていきます。
練り具合は耳たぶの柔らかさくらいです。

手動で寝るのは大変です。
電動ミキサーや電動攪拌機を使うと早いです。
それでも30分くらい練らないと
ダマが残ってしまいます。

消石灰は強アルカリの為、
目に入ったり手に触れると危険なため
ゴーグルや手袋などを着用しましょう。

漆喰はワークショップの前日までに
練っておくと良いです。

ヒント

・つなぎには、市販の
「こなつのまた」を使うと
良いでしょう。10キロの
消石灰に1袋使います。





漆喰を塗ってみよう

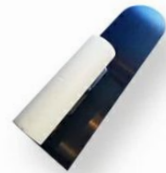
漆喰塗りの場所以外に漆喰がはみ出さないように
マスキングテープを貼ります。
床面にも漆喰が垂れるでしょうから敷物をしましょう。

漆喰はコテで塗って行きます。
その前にまず土壁に水を霧吹きします。

漆喰をゴムべらでコテ板に適量乗せて、
その漆喰をコテで掬って土壁に塗っていきます。

最初はなかなかうまく塗れないでしょう。
薄く塗れなかったり、ムラが多すぎたり、、、！

でも大丈夫です。経験するうちに上達していきます。
ここではコツは書きません。経験が何よりの教師です(^^)





注意

漆喰を塗っている間の
コテやコテ板などの道具は、ちょっとした休憩
時間でも固まって取れ
なくなるので、こまめに
洗いましょう。



漆喰の特長

漆喰は下の土壁と一体になって湿気を吸収し、耐熱温度が高いため防火対策にもなります。

そして何より健康にも良いとされていて、居心地のいい空間を演出してくれます。



漆喰材のオススメ品



消石灰や硅砂やつなぎで漆喰を作るのは大変です。
左写真の「村檜のしっくい」は、
水を混ぜるだけなのに上質な漆喰になります。
それでも時間をかけてよく寝ることが重要です。

※ 漆喰はワークショップの前日までに練っておくと良いです。

← [村檜石灰工業株式会社](#)の「村檜のしっくい」

片付け

片付けも大切です。

最初にスケジュールに
入れ込んでおかないと、
夜になって暗くなり、
外に置いている材料などを
片付けられなくなるからです。

遅くても陽が暮れる1時間前には
片付けを始めましょう。



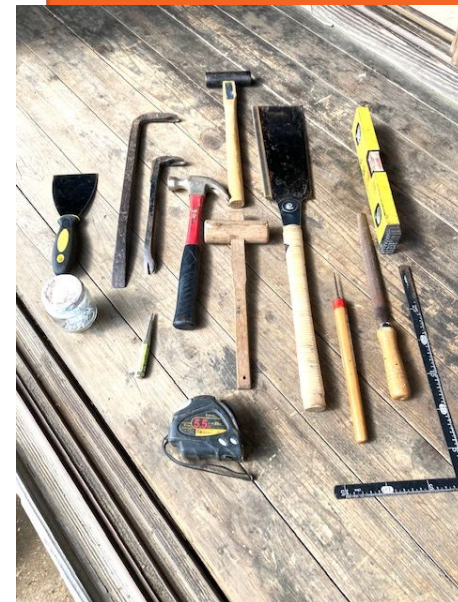


1. まず最初に、
釘や刃物がついている道具を片付けましょう。
暗くなると片付け作業が危なくなりますし、
片付け損ねると
翌日以降に怪我につながる場合があります。
駐車場を作業場にしていれば
車のパンクなどにもつながります。
2. 例えば
明日にも使うからという理由があっても、全て所定の
場所や所定の袋などに
道具類を片付けましょう。
面倒がって置きっぱなしにすると、
紛失物にも気が付きません。
サビや故障の原因にもなります。

3. メンテナンスをしましょう。

道具類は汚れを取る、
刃を研ぐ、油を挿すなど、
道具によつてのメンテナンスを
心がけましょう。

4. 掃き掃除をしましょう。
外での作業では
オガクズなどが散っています。
しっかり吐きとりましょう。





5. 外での汚れは
水で流す必要がある場合もあるかもしれません。
掃き掃除によって、
釘などが落ちていることにも気づくでしょう。
ご近所迷惑になることも防ぎます。
仕事は最後に綺麗にすることが大切です。

6. こうした後片付けや掃除をすることで、
翌日以降に気持ちよく、効率よく、無駄なく、
作業を再開できます。
片付けを怠らないようにしましょう。

クロージング

片付けが終わったら、
1日のエンディングです。

アイスブレイクと同じで、
いろんな題材を使って
クロージングのきっかけにしましょう。





今回のWSの中で、
何を得られたのか、何を感じたのか、
一人一人からアウトプットしてもらうことで、参加者も
主催者も満足度を得ながら、
今後へのフィードバックにつなげます。



まとめ

壁と言っても、
外壁と内壁があり、種類も土壁・板壁・漆喰壁・珪藻土壁・・・いろいろあります。

土壁を中心に上記の壁の材料は、コンクリートなどと違って呼吸します。

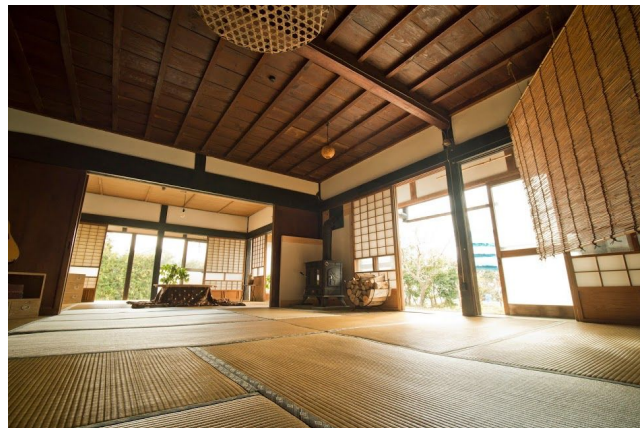
ということは、
壁は空間と空間を隔てる役割でありながら、
同時に空間と空間を繋いでもいるのです！

壁があることで区分け・区切りが生まれ、
そのそれぞれのスペースに意味合いやミッションが生まれます。
しかし、その意味合いやミッションは結局はつながり合うことでもある。

この世の中は、隔てるものがあるようで、隔ててはないのです。
おお、哲学！（笑）



古民家農泊 Re



島地区農泊推進協議会の取り組み

- ・空き家を手作り感のある農泊施設に蘇らせて地域の農や食の循環に寄与する。
- ・都市住民にとっては未知で「できない」ことを「できるようになる」ための、
農体験やDIY体験のプログラムを構築する。
- ・使用可能な空き家や古民家を発掘し、
ワークショップなどを通じて
新たな農泊事業のスタートアップにつなげる。
- ・農泊やワークショップを通じて、
二拠点居住・テレワーク・ワーケーション・デュアルライフなどの関係人口につなげ、
さらには移住増加に結びつける。
- ・コロナ禍における都市住民向けの魅力ある農泊コンテンツを開発する。