令和 7 年度

公益財団法人いのちの森文化財団 事業計画書

（令和 7 年 1 月 1 日～令和 7 年 12 月 31 日）

健康社会教育事業（講座・講演・フォーラムの開催）

令和 7 年度は「心の探求」「直観力養成講座」「養生塾」「ホメオパシー講座」を中心に開催する。ただし社会情勢を鑑みて延期または中止とすることも考慮し、執行は代表理事に移譲する。

また＜水輪の会＞との共催で 5 月の連休は「宇宙の叡智を地球と人類の目醒めのために シリーズ 10」をテーマにして 4 日間のフォーラムを開催。講師にホメオパシー協会会長・獣医師の森井啓二氏、ケイシー療法を推進されている光田秀氏、画家・作家のはせくらみゆき氏等をお招きして開催する。

1．高齢者の生きがい創造・青少年育成事業

令和 7 年度は基金を募りながら、高齢者の生きがい創造および青少年育成のためのシェアハウス施設の設立の準備（設計図作成・見積りなど）を進め、それに関する研究会を開催する。なお、7 年度は施設建設に向けて引き続き高齢者の生きがい創造基金を募る。

文化事業（ワークショップ）

生体エネルギーと心の仕組み、日本文化の源流を訪ねるワークショップ

1．芸術文化講座―登り窯づくり・陶芸教室

講師 安和守政先生、安和郁子先生 （陶芸家）

2．日本食文化講座の開催

(1) みそづくり・郷土料理体験講座

講師 塩澤研一（いのちの森文化財団代表理事）

近隣の公民館と協力し、みそづくり体験講座や自然農園体験講座を開催。

(2) 醤油づくり講座 岩崎良三氏の講座への参加を募り実施する 3 月、11 月に開催する。

(3) 野沢菜漬け作り体験講座・生産者の交流会など信州の伝統食文化の学ぶ

(4) 納豆づくり講座 軍足田んぼの藁で納豆づくりを実施する

3．はた織り体験講座

講師 未定

はた織り機を使用した手織りでの織物を織る体験講座（さおり織りの機織り機を2台取得済み）

はた織りの材料には雑草などを使い、草木染めをする。

4．竹あかり体験講座

竹を用いた竹細工に明かりをともす竹あかり体験 近隣の竹林より自分たちで竹を用意し、講師として竹あかりの演出家である川渕皓平氏をお呼びしてワークショップを開催。周辺の公民館とも連携をとり、地域の方々も自由に参加できる体制をとり、地域との交流も図る。7 月・9 月に各 15 名程度で開催。

5.草木染め布体験

里山文化体験として、近隣に咲く野草や花を使い、自分のオリジナルの染布でハチマキを作るワークショップとして開催。周辺の公民館と連携をとり、地域との交流を図る。6 月 15 名程度で開催。

6.おやき作り体験

伝統食文化として㈱水輪ナチュラルファームと共催

小麦粉（そば粉を入れる場合もある）を水や湯で溶いて作った皮に、野菜や山菜などの具材を包んで焼いた長野県を代表する郷土料理。上水内郡西山地域が発祥といわれ、小川村の縄文遺跡からは粉を練って焼いた跡が発見されている。もともとは長野県北部の郷土食だが、現在は長野県全体の郷土料理とされている。このおやきを水輪ナチュラルファームで採れた野沢菜を使用し 10 月に約 15 名でおやき作りを体験する。飯綱、芋井、軍足等、地域の方々をお呼びして、地域との交流会としても開催。

7. おしぼりうどんでお客様をおもてなし

伝統食文化として㈲グリーンオアシスと共催

埴科郡坂城町周辺の郷土料理。坂城町で収穫される「ねずみ大根」に代表されると呼ばれるからみ大根は、辛みが普通の大根の 2 倍以上ある。からみ大根をすりおろして絞った「おしぼり」と呼ばれるしぼり汁に味噌を溶かし、ネギやかつお節などの薬味を加え、ゆでたてのうどんをつけて食べるおしぼりうどん。かなり辛い大根だが、味噌を加えることで辛みが中和される。主にからみ大根が収穫される冬、11 月グリーンオアシスにお越し頂いたお客様におもてなしとして長野の伝統食であるおしぼりうどんを提供する。

青少年育成事業（環境保全と里山文化・日本文化の継承、意識教育講座）

1. いのちの森青少年育成公開講座 （各方面で活躍する講師による公開学習会を開催する。）

医療、音楽、建築、伝統文化、農業、経済、歴史、人間学、哲学、経営、茶道など様々な分野の学びを通して心の成長を図る講座。令和2年度に取得した音楽堂を活用する。

通年　喜多郎氏による和太鼓の指導並びに講演・講座・シンセサイザーによる作曲講座の開催

2.自然環境講座 2 回 （5 月・10 月）

飯綱高原山野草花壇づくり　講師　塩澤研一（いのちの森文化財団代表理事）

信州の美しい自然に触れ、信州の歴史と文化を学ぶ。環境問題を考える講座と実習・清掃活動も同時に行う。

花壇づくりと並行して野草酵素づくりセミナーを開催する。講師　塩澤研一

3.空手道体験

講師：塩澤研一（いのちの森文化財団代表理事・日本内観学会会員） 毎月 1 回開催

武士道の伝統に由来する日本で体系化された武技の修錬による心技一如の運動文化で、心技体を一体として鍛え、人格を磨き、道徳心を高め、礼節を尊重する態度を養う武道。人間形成の道であり、ただ単に戦う技術を学ぶ「技」だけではなく、「心」や「体」を鍛える一連の運動も含めて、「武道」の一つである空手を体験し、己の人格を磨く青少年育成講座を毎月 1 回開催する。

3.コケ玉グリーンアートセラピー　随時開催

講師　塩澤みどり （意識教育カウンセラー・ケアリスナー・いのちの森文化財団福代表理事）

信州に自生する実生の植物の採集と観察。

コケの観察と採集後、アートセラピーとしてのコケ玉教室を開催する。

4.リーダーシップセミナー　随時開催

講師　塩澤みどり　（意識教育カウンセラー・ケアリスナー・いのちの森文化財団副代表理事）

青少年育成講座の一環としてリーダーシップを養う教育カウンセラーによる実習を行う。

5.東日本大震災支援

東日本大震災支援のため指定寄付金を募り、福島第一原発の事故の被災地である福島県南相馬市の保育園などを中心に、飯綱高原の自然農法野菜を支援物資としてお届けする。現在 13 年送り続けている。

6. 青少年育成基金

近年うつ、ひきこもり、不登校の青少年が増加しているが、経済的事情により社会復帰や自立のための教育を受けることが困難な方が増えてきている。自立・社会復帰を果たしたいという希望のある方々には、できる限り自立できる段階までの教育を受けられるように基金を募集し、支援を行う。現状では、青少年育成公開講座や青少年育成・自立支援個別相談事業の費用への支出を行う。青少年育成事業の予算については、音楽堂の水道光熱費などの費用として 200 万円、青少年育成講座講師費、相談事業講師費の予算の合計は 20 万円とする。

7. 長野県環境保全研究所と連携して研修会を行う

本年度は、環境の保全および保健衛生の向上のために、試験検査、調査研究、情報の収集と普及啓発を行っている長野県環境保全研究所と連携をとり、研修として勉強会を図る。 9 月、10 月、11 月の3回に分けて研修会を行う。

自立支援・社会復帰支援事業

社会的に自立が出来ない青少年に対する支援活動。

1. 青少年育成・自立支援個別相談事業

相談者　：　塩澤みどり（いのちの森文化財団副代表理事・心理教育カウンセラー）他

アドバイザー医師　：　井上弘寿（いのちの森クリニック院長、精神科医師、信濃病院・本財団理事）

対象　：　不登校、ひきこもり、ニートなどで悩んでいる本人および家族。

相談者は長年、青少年育成に関わってきた経験に基づき、人間関係や日常生活のことなど可能な範囲で情報提供または助言を行い、相談内容に応じては、医療機関や支援機関や専門家を紹介することを通じて、自立支援・社会復帰支援を行っていく。

2. 心の病とやさしい心理学講座　 2 回　（4 月、10 月）

講師　井上弘寿　先生　（精神科医師・信濃病院・本財団理事）

塩澤みどり　（意識教育カウンセラー・ケアリスナー・いのちの森文化財団副代表理事）

精神科医と意識教育カウンセラーによる勉強会

3. 内観セミナー　随時

講師　塩澤研一（いのちの森文化財団代表理事・日本内観学会会員）

深く自分と他者との関係性を追求する内観療法を用いたワークショップ

4 泊 5 日から 7 泊 8 日までのコースを設定

4.カウンセリング　随時

講師　塩澤みどり（意識教育カウンセラー・ケアリスナー・いのちの森文化財団理事）

5.自然農園体験学習と援農ボランティアへの支援活動

（長野市社会福祉協議会主催のサマーチャレンジボランティアへの協力含む）

自然農法をとおしていのちの営みと繋がりを学ぶ実践講座 （7 月 20 日～8 月 25 日）

指導員　飛田航介、工藤能久、四方龍二、大島隆史

情報提供事業（精神医学・心理学を基軸に意識の変容を迫る啓蒙事業）

1.いのちの森通信の発行　　年2回　5,000 部　A3 版 4p

執筆　井上弘寿（精神科医・信濃病院）、森井啓二（ホメオパシー協会会長・獣医師）、塩澤研一（いのちの森文化財団代表理事） 他の執筆者による人間学、心・脳の働きと人間の行動、健康、人生観などを通して 「共生」への意識を高める啓蒙事業。

【備考】 講座内容の変更、講座日時の変更、または急な講座の開催・中止・延期などは代表理事及び副代表理事の判断に一任する。