

# 新しい暮らし方を考えるフォーラム 事例共有 #2

～人・自然・地域が  
持続可能な暮らしを求めて～

暮らシフト研究所  
代表 藤田 知丈















# 【 計 画 】



# 暮らシフト研究所 (個人事業主)

食事改善  
カウンセリング  
**MAGATANIA**  
(飲食)

配相便  
(小売・配送)

健康

自然環境

**RETREAPING  
VILLAGE**  
(宿泊・体験)

I am earth  
実行委員会

ビオトープ  
自然農

びわ湖の  
もりびと  
(自伐型林業)

NPO法人  
碧いびわ湖

NPO法人  
わつか

地域  
プロデュース

情報デザイン  
映像制作

まいばら  
未来創造  
市民ネット

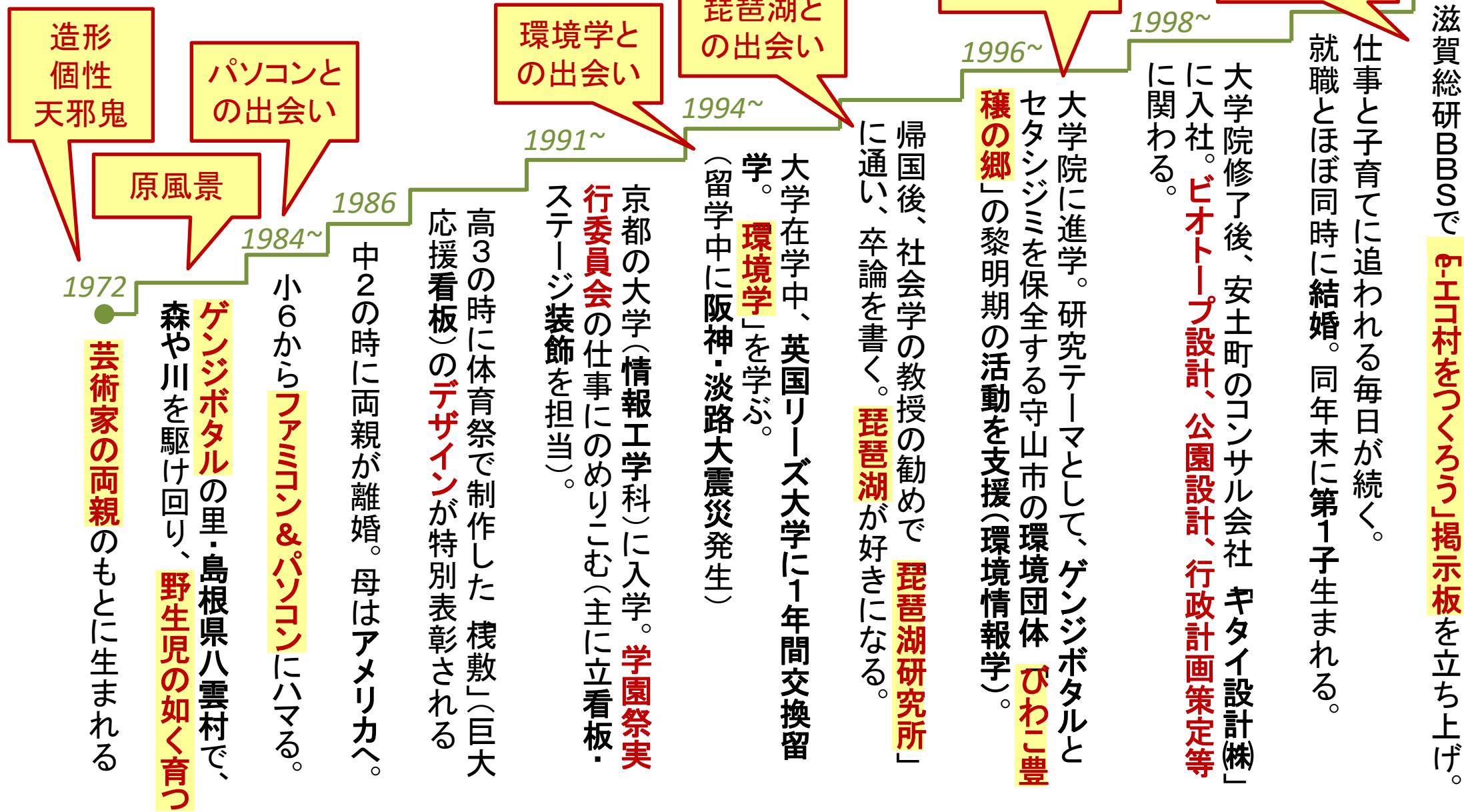
おうみ未来塾  
運営委員

曲谷自治会

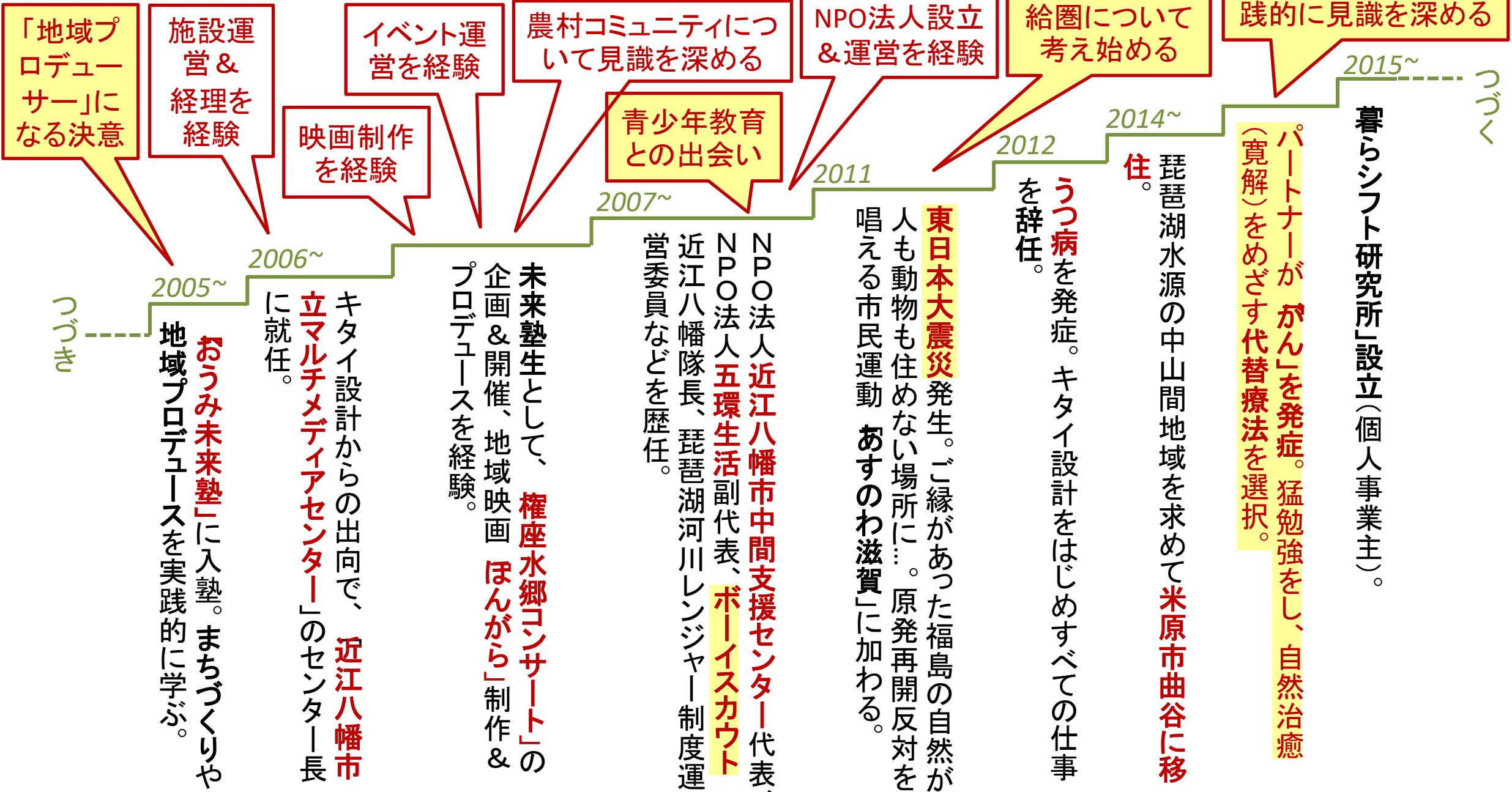
地域

子ども

# 藤田知丈 の 人生次元上昇グラフ(1／3)

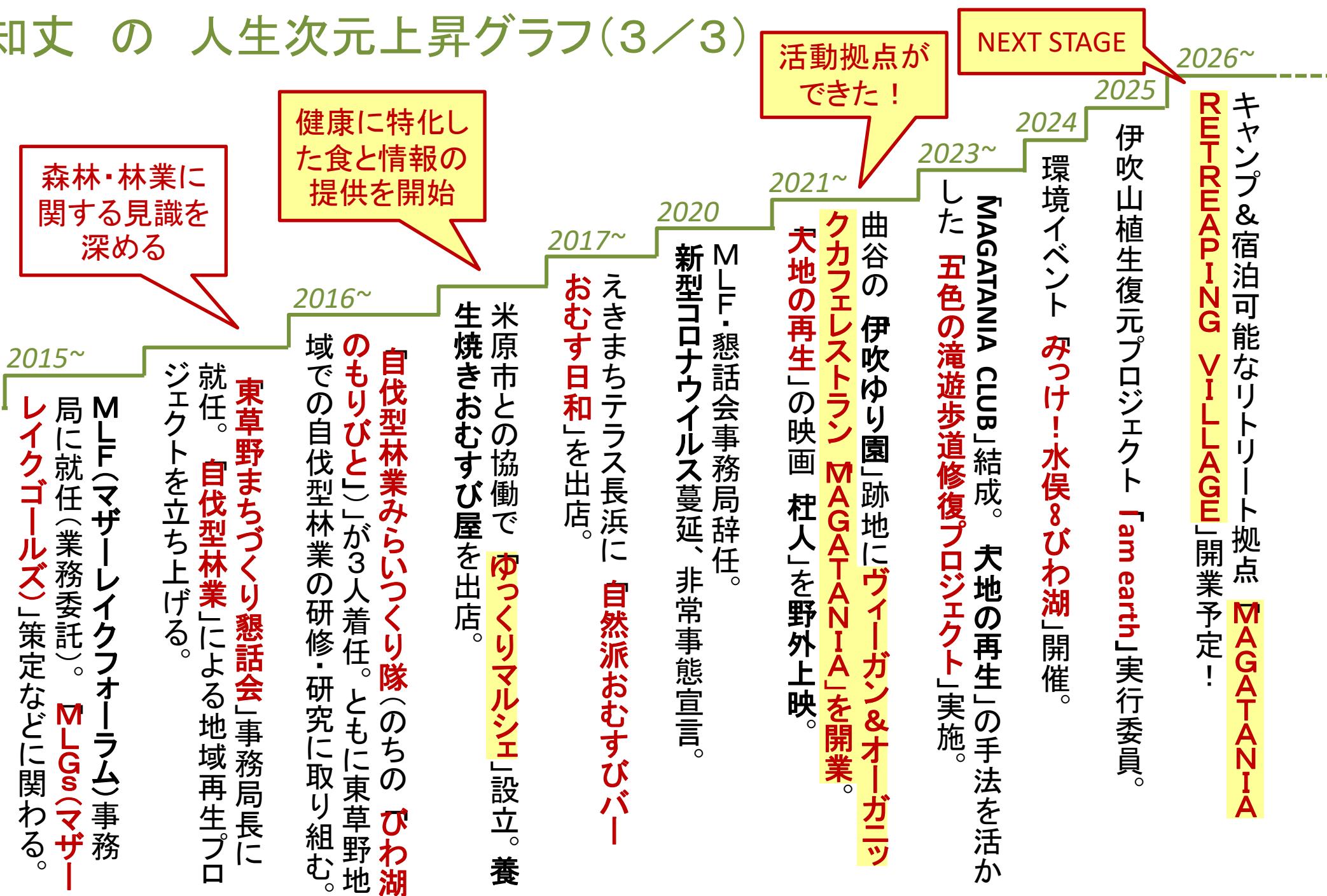


# 藤田知丈 の 人生次元上昇グラフ(2/3)



# 藤田知丈 の 人生次元上昇グラフ(3／3)

つづき



# 暮らシフト研究所が提案する「新しい暮らし方」①

## ウェルネス(健康)ベースな暮らし

- ・ オーガニック&プラントベース (菜食中心)
- ・ シンプルで丁寧な暮らし (多幸+低ストレス)
- ・ 身近に農や自然がある暮らし (腸の森)  
↓
- ・ できるだけ医療・介護 (費) に頼らないことを前提とする生き方
- ・ 人口減少×減税社会が”持続可能”になるかも？

# 暮らシフト研究所が提案する「新しい暮らし方」②

## 「仕事」 = 「社会活動」 = 「私生活」

- ・ 「三方良し」から「三位一体」へ
- ・ 住み開き
- ・ 収入が多いから本業、ではない
- ・ 自分の魂が喜ぶ仕事しかやらない
- ・ 「家族」「住民」の概念の刷新
- ・ 地域全体が「マイホーム」であり「サードプレイス」

# 暮らシフト研究所が提案する「新しい暮らし方」③

## 田舎のコミュニティ × 多地域居住

- ・ 空き家バンク（完全移住、第2の家、店として）
- ・ 「便利さ」から「自然回帰」へ
- ・ 「百姓」から「百商」へ
- ・ 祭り、農作業、普請などのヘルパー人材
- ・ 自治会事務の遠隔サポート
- ・ 実家、介護
- ・ 法整備（例：選挙権・被選挙権）

# さいごに… 暮らシフト流 地域との関わり方

- ・ 「風の人」と「土の人」の中間（水の人？）
- ・ 地域行事を率先して楽しむ
- ・ できることは無理してやらない
- ・ 自治会事務に精通する
- ・ 行政と仲良くなる
- ・ 補助金を活用する
- ・ うわさ話に同調しない
- ・ 起きることは全て奇跡（＝有り難い）…日々感謝

# ご清聴ありがとうございました！



WEB



Instagram



Facebook

暮らシフト研究所(OFFICE)

〒521-0302滋賀県米原市曲谷138

藤田 知丈

classshift@gmail.com

090-2101-6477

MAGATANIA(店舗)

〒521-0302滋賀県米原市曲谷926 石臼莊