

# 地域おこし協力隊活動報告

南山田地区を中心に活動している九重町地域おこし協力隊小笠原有佳子さんの  
2023年度の主な活動を紹介します。

## 2023年度年間を通した主な活動

4月	温熱体験会(東飯田)、このえ～もの市準備、給食ボランティア、地域ふれあい食堂
5月	このえ～もの市、イタリア料理教室、寿大学講演会、給食ボランティア、地域ふれあい食堂
6月	起業に向けたセールス出張、あじさいマルシェ準備、給食ボランティア、地域ふれあい食堂、BASARE制作開始
7月	下旦祇園出店、放課後児童クラブ遠足、給食ボランティア、地域ふれあい食堂
8月	マッサージ研修
9月	温熱体験会(南山田・野上)、給食ボランティア、地域ふれあい食堂
10月	起業に向けたモニターツアー実施、ふるさと祭りでの「このえ～もの市」出店、地域ふれあい食堂
11月	げんき祭り、渡佐見町視察、ヘルスメイト合同研修会での講演会、BASARE制作開始、給食ボランティア、地域ふれあい食堂
12月	韓国料理教室、低温調理講習会、給食ボランティア
1月	起業に向けたセールス出張、地域ふれあい食堂
2月	温熱体験会(玖珠・東飯田)、給食ボランティア、地域ふれあい食堂
3月	移住相談会東京出張、起業に向けたセールス出張、桜まつりにて「このえ～もの市」出店、給食ボランティア、地域ふれあい食堂

### 地域おこし協力隊とは？

都市から過疎地へ移住し、地域の活性化に取り組む人々のことです。町の委嘱を受け、地域活性化や九重町の魅力を町外に情報発信したりしています。任期は1年から3年となっており、任期後の定住に向けた起業や事業承継のサポートもあります。小笠原さんは、地域おこし協力隊として主に高齢者の生きがい作りのサポートに携わっており、現在起業に向けて奮闘中です。



### このえ～もの市



悪天候の中での開催でしたが、47店舗の出店者とたくさんの来場者で賑わいました。関わってくださった皆様に改めて感謝申し上げます！

### 韓国料理教室



韓国料理を学びました。手軽な食材で作る青菜のキムチや蒸し豚、たらこのスープなど冬のおもてなしに最適なレシピでした。

### イタリア料理教室



イタリアの家庭料理を学びました。推茸のステーキもイタリアン風に変身！自家製トマトソースは冷凍したら色々使えてとても便利です。

### 南山田げんき祭り



夏田のような暑い日でした！地域の皆様と作り上げるお祭りが今後も続きますように。

## BASARE制作への参加



自慢したい九重町の魅力がたくさん詰まったBASAREの制作に関わっています。



## ふるさと祭りへの出店



ふるさと祭りに今年度もこのえ～もの市ブースが並びました！連日多くのお客様で賑わいました。

## 温熱体験会



サロンなどで温泉水を利用した温熱療法の体験会を行いました。ご興味のある方はお問い合わせください。



## 地域ふれあい食堂



地域ふれあい食堂では、寄付で集まった食材を使い、おいしいご飯を作っています。子どもと高齢者で相席し、いただきます。



thank you!

## 講演会



ヘルスメイト合同研修会と寿大学にて、ブルーゾーンと呼ばれる世界の長寿についてお話しさせていただきました。九重町の長寿も世界に負けないくらいお元気です。

## AKBB 弁当販売



高齢者の生きがいプロジェクトとして誕生したAKBB弁当(Aおー、Kこのえ、Bばあば、B弁当)をマルシェ等で販売しました。

## 公民館での野菜作り



地域の方々からいただいたキャベツの苗が立派に育ちました！収穫した野菜は地域ふれあい食堂や給食ボランティアで使っています。

## 給食ボランティア



月に3回の給食ボランティアでお弁当を作っています。盛り付けにこだわり、丁寧にしたお弁当を配達しています。

## 1年を振り返って

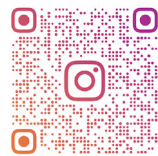
今年度も地域活動を通していろいろな方に出会い、様々な場面でお世話になり、おすそ分けもたくさんいただきました！

本当にありがとうございます！九重町に移住してよかったと活動を振り返る度に思いますし、私の自慢したい九重町をBASAREやSNSなどで今後も発信していきたいと思っています。

勤務先での南山田公民館では、地域ふれあい食堂や給食ボランティアで地域のお母さんたちと調理をすることが私の日常になり、おかげさまでお料理のレパートリーも広がりました！

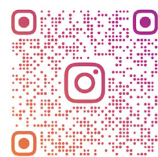
今年度は特に卒業後の起業に向けての取り組みに力を入れた1年でした。インバウンド事業として海外のお客様に『長寿の国、日本』の健康の秘訣を体験していただけるようなプログラムを考えています。そのために必要な技術向上のためのセラピーの研修やプログラムを知っていただくためのセールスなども行いました。

生きがいのある方は長生きをするデータが出ています。九重町も元気なご長寿が多い地域ですので、今後も生きがいづくりのサポートを続けていきたいと思っています。



KOKONOE\_MONO\_ICHI

このえ～もの市  
Instagram



KOKONOE STORIES

小笠原隊員  
Instagram