

地域おこし協力隊が行く!



小野 雄介

皆さん、こんにちは。四万十町では現在21人の地域おこし協力隊員が活動しています。今回は、大塚、井原、岩垂各隊員の様子を報告させていただきます。



石井 創



大塚 智裕



浦島 卓也



熊澤 正太



笹倉 潤



宮武 敢司



野村 一将



岩垂 桂也



松本 千花



小沢 隆一郎

皆さん、こんにちは。窪川地域担当 大塚です。昨年8月に高知市内から移住し、早8か月が過ぎました。ミッションは四万十町の魅力発信。これまでに Web や SNS に掲載するための素材集め(写真撮り)やフリーペーパー「りぐらんと」の撮影・編集に取り組んできました。



今年は移住定住・観光の Web サイト「しまんとしあわせいかつ」を立ち上げ、県内外に情報を発信していく予定です。掲載していくコンテンツは、主に「住まい」「仕事」「遊び」です。また町外から人を呼び込む仕組みづくりの一環として、築130年の古民家を活用した「拠点」づくりを計画しています。

協力隊外で活動している「EIMONS」でも四万十町のヒト・モノ・コトの発信に加えて、町内の生産者の方々と共に商品開発もしていきます。

四万十町は可能性の宝庫。まだまだオモシロくなります。今後ともよろしくお願ひします。



森脇 瑞穂



鈴木 信太郎



今井 深暉



皆さん、こんにちは。十和地域担当の井原理恵です。

活動の中で関わっている十和おかみさん市がベトナム社会主義共和国での講演依頼を受け、昨年度3月そこへ私も同行させていただきました。その講演は現地の人々と共に食・農・地域づくりに取り組む日本のNPO法人「Seed to Table」さん主催のものでした。そこで代表の伊能さんという女性に出会いました。伊能さんも私たち協力隊と同じように、移住した地で活動に取り組まれています。地域のことを「自分ごと」として捉え、高いモチベーションを保ちながら熱心かつ冷静に物事に向き合っています。協力隊という立場の自分にとって、私もこうありたいと思える理想の方でした。また、ベトナムという国、人々から得るものも大きかったです。とにかくエネルギーが満ち溢れた国で、訪れたベンチェという地域も四万十町と同じように美味しい特産物の宝庫でした。主にコーヒーやココナッツが生産されていますが、それらのものを地域ブランドとして売り出すことに繋がられていません。私も活動の中で地域の伝統食を残していくことに取り組んでいます。価値あるものを残していく、商品として売り出していくという課題に私も一生懸命向き合いたいと思います。



井原 理恵



菊池 祐



立花 聡子



小林 玲央



加瀬 菜由

皆さん、こんにちは。四万十町営塾「じゅうく。」スタッフの岩垂桂也です。昨年10月に地域おこし協力隊として四万十町に来て今年5月で7か月が経過しました。四万十町に来た当初は「初めてだらけ」の毎日で大変な思いもしましたが、一人暮らしの生活や「じゅうく。」の活動もだんだんと慣れてきました。



さて、最近四万十町に来て改めて感じたことがあります。というのも、先月4月26日に22回目の誕生日をむかえました。今回の誕生日では過去に例がないほど多くの方から祝っていただきました。例えば、スタッフ7名による朝からの誕生日ツアーや生徒からのお祝いの言葉などです。

この誕生日を通じて自分は改めて「愛されているのだな」と認識しました。と同時に、このことはより大事にしていきたいと思いました。風が心地よいこの季節を感じながら、「じゅうく。」での活動や、四万十町での生活を楽しまたいと思います。



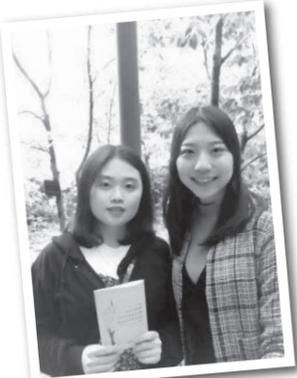
お薬のおはなし



高齢になると、慢性の病気をいくつか抱えて、複数の薬を使用することも増えてきます。いろいろな医療機関を受診している方も多く、一体何の薬を飲んでいいのかも分からない場合がよくあるように思います。また、加齢によって記憶力が低下し、認識力も衰えてきます。多種類を飲み合わせている人は自分で管理することが難しい場合もあります。中には飲み合わせが危険な薬もあります。薬を服用するときはできるだけ家族がそばに付き添い、誤って多めに服用しないか、服用し忘れていないかなどを確認してください。お薬カレンダーやケースなどを活用するのも良いでしょう。また、寝たきりのお年寄りに、上半身を起こしてから薬を服用させるようにしてください。寝たまま服用させると、誤嚥

したり、食道の粘膜に付着して炎症を起こす場合がありますので、注意しましょう。余談ですが、診察室で患者さんに「白い粒の薬がなくなったので出してほしい」とか「〇〇病院でオレンジ色の長細い錠剤を出してもらったら、良く効いたので診療所で出してほしい」などと言われることがあります。薬の種類は非常にたくさんあり、しかも、白とか黄色、オレンジの薬がほとんどです。患者さんのお話から、何という薬か当てることはなかなか難しいものです。薬の相談がある場合は、なるべくお薬手帳か、薬の写真の入った説明書を見せていただければ、非常に助かります。 四万十町国保大正診療所 石井隆之・中川大輔 大川剛史

へミン通信



皆さん、アンニョンハセヨ!へミンです!

4月末に韓国から友達が高知へ遊びに来ました。大学時代の友達で四国旅行は初めてだそうです。今回は高知と香川を旅行する予定で三日間、私の家に泊まりながら高知観光をしました。高知に着いた当日のお昼はひろめ市場に行き、カツオのたたきを紹介しました。塩とたれを両方食べた彼女は、たれの方が美味しかったらしいです。雨が降り始めたので、高知城を観光してからイオンモールに行き、いっぱい買い物をしました。

次の日は中土佐町にある黒潮本陣と高知市の牧野植物園に行ってきました。牧野植物園は私も初めてでしたが、ちょうど植物園内でスタンプを集めるイベントをしていました。特定の花のスタンプとシーフレットスタンプを集め

たら、エコバックがもらえるイベントだったので参加しました。色々な種類の植物や温室などを二人で2時間くらい歩き回り、最後のスタンプまで集めることができました!植物が大好きな彼女にもいい思い出になったと思います。まだ咲いてない花もいっぱいあったので、夏ごろまた行ってみたいです。

最後の日は四万十町内を観光し、美味しいお店を紹介しました。四万十町と高知が気に入ったようで私も嬉しかったです。久々に友達に会え、楽しい三日間でした。



【お問い合わせ先】 教育委員会 生涯学習課 ☎22-3576