

地域おこし協力隊の活動日記

飛騨市内で活動している地域おこし協力隊。市内に存在するさまざまな地域資源を活用し、地域の特色を活かした産業の創出を図ります。



隊員 中富 康子

地域おこし協力隊の活動内容紹介
く広葉樹・薬草を活用したまちづくり推進
飛騨市

今春4月から、地域おこし協力隊として広島市からまいりました、中富康子と申します。

田舎町に生まれ育ち、福岡・広島市内に暮らし20年。周囲からは「なぜ飛騨へ？」と驚かれました。色々な出会いに導かれ、そして何より決め手は知れば知るほど「飛騨に魅力を感じた」から。今となりましては、どうやら我が地元で

もひそかに飛騨ファンが増えている模様です。

ようやく新生活にも慣れてきた今日この頃ですが、移住前から細やかにフォローしていただき、また皆さんから温かく迎え入れてくださる事に感謝し、2カ月を迎えた今、改めてこのご縁を嬉しく感じています。

さて、私の主な活動内容とはいますと飛騨の地に育む「広葉樹・薬草」、これら森の恵みのより良い「巡り」を目指した「まちづくり」のお手伝いになります。

まずは、街散策や出会う方々とのコミュニケーション、広葉樹や薬草に関する場への参加等、土地・人と触れ合うことから活動スタート。

・少人数ながらアグレッシブに躍進「飛騨市の木育を広める会」の皆さんとの交流。(主役はお子様&ママのみならず、大人へのご褒美時間や女性の心を満たしてくれる1日……イベント近日常開催！)

・NPO法人薬草で飛騨を元気にする会「の皆さまの精力的な活動から学ぶ、暮らしに根付いた豊富な知恵と知識。」

・かわいい野草茶の作業現場にて。長年の経験が生む繊細かつ労力のいる手仕事

の成せるワザ、愛飲者の多い理由に納得です。

・飛騨の眠った魅力を呼び覚ますべく、新事業に向けて森へと潜入「視察」そこかしこに宿る自然の生命力を体感
・森林環境教育を学ぶお話会参加。老若男女が集い自然を楽しむ、という「日常」。暮らしを豊かにするヒントはそこにありました。

・「あ、行く先々での温かいお声かけの元、学び多き日々を過ごさせて頂いております。」

そついった出会い通じ改めて思う「人と自然の繋がり」……その手段も十人十色、様々あると思います。登山や森歩きといったどっぷり満喫コースはもちろん、例えば、滋味深い旬の食材や森の恵みたっぷりのお茶を味わうひととき、木のおもちゃのやわらかな手触り、あるいはお気に入りのイスと過ごす時間かもしれない。腰をおろすとフシギと包まれるような感覚は、一瞬木であることを忘れるほど。職人さんの丁寧な手仕事に物語を感じるような一脚……とは私のことですが、一慌ただしい日常の中にそうつたひとこまが増えることで、その土地らしさを含んだより良い巡りが



が広がると良いな、と思い馳せつつ。大切に育て、活かす。人の手やココロに届き、そして自然に還る、という巡り。そしてここ飛騨はとても恵まれた環境であるという事。
自然の息吹や日本古来の食材、植物の恵み、和の心。
すでに素敵な飛騨の地ですが、当たり前にも身近にあるものの良さを感じたり、世代関係なく寄り集まれる場があったり、劇的な変化でなくても、そこに住む人が地域の「光を観る」という観光。そこから繋がるまちづくり。飛騨市民1年生として微力ながら何かの一助になれますと幸いです。改めまして、どうぞよろしくお願い致します。



近年大腸がんは急増しており、大腸がんにかかる数はここ30年で6倍にも増加しています。また女性ではがん部位別死亡原因のトップにもなっています。

大腸がんは進行するまで自覚症状がほとんどありませんので、早期発見のために大腸がん検診を受けることが重要です。そこで大腸がん検診について紹介します。

大腸がん検診は、自分で便の表面を採便容器ですりとりとるだけの簡単な便潜血検査です。大腸がんやポリープの部位からは出血しやすく、便が大腸を通る際に血液がつくことがあるため、採った便の中に血液が混じっていないかを確認します。

昨年度(28年度)の飛騨市大腸がん検診受診者は3981人

増えています大腸がん
～40歳以上の方は
大腸がん検診受けましょう～

平成29年度
岐阜県大腸がん
検診補助対象者

＜対象年齢＞
40～69 歳（年度末年齢）

＜対象となる生年月日＞
昭和 23 年 4 月 1 日～
昭和 53 年 3 月 31 日生

で、受診率は22・7割で、岐阜県下市町村と比較するとトップクラスですが、国の目標とする50割以上には至っておりません。そのうち精密検査を必要とする人が282人で、その中大腸がんが8人見つかりました。うち4人は早期がん、早期がんは早期治療を行うことにより90割以上は完治すると言われていたもので、早期発見のためにも大腸がん検診を受けることは大変有用です。

特に今年度(29年度)から3か年の予定で、『岐阜県大腸がん検診受診率向上事業費補助金』が実施されることになり、左記の対象の方が市の大腸がん検診を受けられる際の個人負担金を県より補助されるため、無料で受けることができます。

ぜひこの機会に大腸がん検診を受診されますようお願いいたします。

みんなで活かして
楽しい毎日!

飛騨の薬草を学ぶ
教養講座

ドクダミ

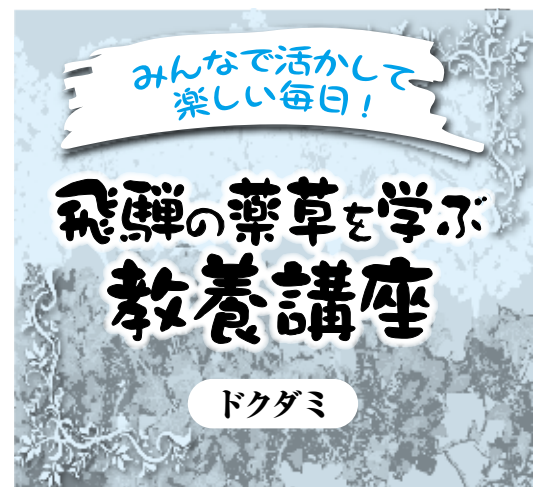
小さい頃、蓄膿症に効くと、生葉を丸めて鼻に詰めたり、体にいいからとあの独特の香りのするお茶を飲んだりしてませんでしたか？民間薬の代表的存在のドクダミは三毒（先天の毒、後天の毒、食毒）を消すと言われ、生薬名はたくさん効能を表す十薬（重薬）。

村上先生の著書にはドクダミだけを紹介した本があるくらい効能と活用法がたくさんあります。

ドクダミの大きな特徴の一つは生葉と乾燥葉では違う効能を示すことです。

葉を乾燥させた十薬は解毒、利尿、整腸剤、高血圧、アレルギーなど、生葉は排膿、抗菌作用があります。生か乾燥かでこんなに効果が違うなんて面白いですね。

活用法として手軽なのは、道の駅や地場産市場などで売っている乾燥したドクダミ。こんな素晴らしい加工品が身近にあるのも飛騨に暮らすメリットの一つです。常時ストックしておき、お茶にして毎日積極的に飲みましょう。



生葉の排膿、抗菌の効果を、また青汁を直接飲んでみたい方は絞った青汁を1～2日間冷蔵庫に入れておきましょう。不思議とあの臭いが取れます。飲む際には少しあら塩を加えると効果が早く出るそうです。青汁は皮膚に塗布することでも湿疹やニキビ、切り傷など様々な効果があります。

生葉と乾燥葉、この二つの効果を併せ持ち、尚且つ強精作用であるのが、村上先生おすめのドクダミワインです。青汁にハチミツを加えて発酵させるこのワイン、色、味、香りを例えてリンゴワインの様なと言われました。特に強精効果、高齢の方なら少量でも効果が表れやすいのが特徴です。

こんな素晴らしいドクダミワインを作るなら、花が咲く前に絞るようにしましょう。花が咲くまでが水分が多く、青汁も量かとれるためです。

薬草をつまぐ体に取り入れて、今からしっかり体づくりをし、これから来る暑い夏に備えましょう。



(村上光太郎「薬草を食べる」より)



飛騨市ホームページでもお知らせしています

飛騨市ホームページ <http://www.city.hida.gifu.jp/>

携帯サイト <http://www.city.hida.gifu.jp/mobile/>



5月31日現在(敬称略)

ご結婚

お名前 住所

田中 将哉 古川町太江

駒屋 千紘 高山市

本田 智和 神岡町船津(大和1)

和仁 菜美子 神岡町船津(花園2)

石盛 博 神岡町殿(サンアルプ旭C)

吉田 彩 新湯見附市

村山 心歩 古川町若宮二丁目

沖村 絵美 高山市

久世 貴之 古川町新栄町

水野 圭香 古川町新栄町

森本 良二 神岡町城ヶ丘(江馬6)

吉田 さや花 神岡町朝浦(八幡1)

お誕生

お名前 住所

釜部 翔人 沼町

山口 亮 三之町

山口 拳太郎 上町

川畑 竜馬 上町

杉原 迅 黒内

小林 快成 宮城町

北村 嘉成 片原町

杉下 昶都 新栄町

保護者

主太・由紀子

剛・早織

直幸・由香理

圭介・いずみ

巧也・昌枝

弘明・友美

寛喜・繭

弘明・真理

お悔み

お名前 住所

岩佐多可子 幸栄町

谷口 良一 高野

山畦ふじ子 笹ヶ洞

中江きみ江 杉崎

小平 明 上町

小林 和代 戸市

前田 久造 戸市

二山 はる 栄二丁目

立田 辰代 壺之町

大門佐武郎 新栄町

石垣 章一 数河

駒 高一 片原町

大久保道憲 式之町

小枝 信夫 是重一丁目

加藤治七郎 野口

田中 久夫 谷

清水 順治 角川

阪本ミヤ子 西(西3)

逢坂ミサ子 船津(西里3)

加太 芳子 東町(高原1)

中田ミユキ 殿(わかば台)

大坪 幸吉 坂富町(和泉町)

吉藤良太郎 西(西4)

小泉 光子 東雲(東雲上)

大洞 邦夫 船津(新富2)

野原 悠登 殿(殿本町下1)

谷川 隅雄 釜崎(弥生7)

中井 リツ 麻生野(奥麻生野)

年齢

(88)

(78)

(90)

(92)

(82)

(77)

(93)

(72)

(90)

(72)

(93)

(93)

(77)

(82)

(92)

(77)

ご寄付

次の方々から温かいご寄付をいただきました。

山畦 義久 様(古川町) 金十万円

お詫びと訂正

広報ひだ5月号の内容に誤りがありました。

16頁「情報の広場 戸籍の窓 ご結婚」のうち、

「内垣外 政之 古川町上気多

道下 真由子 高山市」とあるのは、

正しくは

「内垣戸 政之 古川町上気多

道下 真由子 高山市」でした。

皆様にご迷惑をおかけしましたことを深くお詫びし、訂正させていただきます。

交通安全俳句

衣更 気持ちは初心者 いつまでも

吉城高校卒業生 中谷 那穂さん

【解釈】

季節が変わり衣更えと共に年を重ねても、車を運転する際は、常に初心を忘れず基本を守ると教えてくれますね。

飛騨警察署交通課長

100歳おめでとうございます

神岡町西の阪上リツさんが100歳を迎えられました。

都竹市長からお祝いと花束を受け取りました。

阪上さんは何十年にもわたって毎日日記を書いており、その日記を見せてくれました。ノートには、その日の出来事や感じたことなどがびっしりと書かれていました。

都竹市長は「元気な姿を見て、こうしてお話をすると、こちらが元気をもらえます。ますます元気で長生きしてください」と声をかけました。



宮川町小谷の西野フシさんが100歳を迎えられました。

都竹市長からお祝いと花束を受け取りました。この日はお子さんやお孫さん、ひ孫さんなど多くの方が集まり、ケーキの口ウソクを消したり、クラッカーを鳴らすなどして、西野さんの100歳を祝いました。また、西野さんの歴史の紹介も行われました。

西野さんは「施設ではゲームなどをして楽しく過ごしています。食事も美味しく、ありがたいです」と話していました。



神岡町船津の下萩を太子さんが100歳を迎えられました。

市民福祉部の柚原部長からお祝いと花束を受け取りました。

下萩さんは「元気で長生きできたのもまわりの方のおかげです。大変なこともあったけど、今では良い思い出です。階段を上ったりして足腰を使ったことが健康につながっています」と話していました。

また、以前営んでいた精肉店や役員をしていた婦人会などの思い出を教えてくださいました。



プロジェクト今年もスタート

5月9日（火） 飛騨市図書館

市薬草ビレッジ構想推進プロジェクトとして、「朝霧の森薬草園」活用検討会が行われ、地元企業やNPO法人「薬草で飛騨を元気にする会」、薬草愛好団体「山水女」、絵手紙同好会「友遊」、飛騨市の木育を広める会など約30人が参加しました。

検討会では、職員による同園整備についての説明や環境デザイナーの廣瀬俊介さんによる環境デザイン計画について報告が行われました。



報告を行う廣瀬俊介氏

感謝の気持ちを校舎に伝える

5月6日（土） 神岡町

山田生涯学習館（旧山田小学校）が老朽化により解体されるのを前に、謝恩イベントが行われました。イベントには同小卒業生ら約120人が参加し、校内清掃活動や校舎への感謝状贈呈、校歌斉唱などで、長年親しんだ校舎に感謝の思いを伝えました。

また、この日は昼食として、ミートスパゲティーやきんとんパイなど当時の給食の人気メニューが出され、懐かしい味を楽しみました。

昭和53年の建設以来、345人の卒業生を送り出した校舎は、今秋に解体工事が行われる予定です。



校舎に向かい、校歌を斉唱する卒業生ら

木 木の性質を活かした木育授業 の魅力を伝える

5月19日（金） 河合小学校

河合小学校で木への知識や興味を持ってもらおうと木育授業（ふるさと教育）が行われました。柏木工（株）の白川勇さんを講師に招き、全校児童50人が参加しました。

授業では、木の枠とビー玉を使いビー玉ストラップを作成しました。白川さんの説明の後、生徒は木の枠を煮て柔らかくしてから、枠の中にビー玉を押し込みました。それを乾燥させてから、サンドペーパーで表面を滑らかにし、牛皮製のひもを通して完成させました。

児童は「枠の中にビー玉を入れるのが難しかったけど、楽しかった。木の種類によって音が違うのが面白い」と話していました。



白川さんの指導の下、ストラップ作りに取り組む児童

子 飛騨キッズフェスタ2017開催 ども達が熱戦を繰り広げる

5月14日（日） 飛騨信用組合古川支店駐車場

飛騨地域初の子ども主体のイベント「飛騨キッズフェスタ2017」が飛騨信用組合古川支店の駐車場で行われました。

会場では、ペダルが無く足で地面を蹴って進む自転車「ストライダー」のレースをはじめ、飲食コーナーやスケートボード体験のほか、ジャパンカップ優勝者の大西勘弥さんらによるBMXショーなどが行われ、訪れた来場者を楽しませました。

また、祖父母参加型シルバーカーファンウォークも行われ、幅広い世代の方がイベントを楽しみました。



スターターを務める市長の合図で走り出す子どもたち

み 日頃の感謝を込めて ふみ会が長椅子を寄贈

5月22日（月） 飛騨市民病院

神岡町の同級会「みふみ会」が還暦を記念して、飛騨市民病院に長椅子4脚を寄贈しました。長椅子はパステルグリーン色で同病院の外来待合室に設置されています。

同会の菊原尚浩会長は「地元の施設に何か役立つ物を寄附したいと思い、日頃の感謝の気持ちを込めて、長椅子を選択した。皆さんに使っていただければ嬉しい」と話していました。

同病院の黒木嘉人院長は「本当に貴重な物をいただきました。待合室の雰囲気も明るくなり、患者様の気持ちを和らげてくれると思う。心から感謝します」と話し、感謝状を手渡しました。



寄贈された長椅子とみふみ会の会員ら

Y 考えを共有しプロジェクトの推進へ CKプロジェクトリーダー研修

5月17日（水） 吉城高校

吉城高校では地域課題解決型キャリア教育として「YCK（吉高地域キラメキ）プロジェクト」という活動を行っています。YCKプロジェクトでは、「地域観光」など4つの分野を柱に地域と連携した活動を進めています。

この日は、同プロジェクトで中心的な役割を担うプロジェクトリーダーを対象にした研修が行われ、メンタルコーチの関口祐太さんが講師を務めました。

研修では、リーダーに立候補したきっかけやプロジェクトをより良くするためのアイデアを出し合い、共有しました。



関口さんとともにアイデアを出し合う生徒



飛 快晴のなか地域と交流を深める 飛騨古城特別支援学校 運動会

5月27日（土） 飛騨古城特別支援学校

飛騨古城特別支援学校で運動会が行われ、児童・生徒をはじめ、保護者や地域住民など、約160人が参加しました。

児童・生徒は、リレーや探し物競争などの種目で日頃の練習の成果や一生懸命に頑張る姿を発表しました。また、玉入れなどの競技では、地域住民と一緒に競技を行い、楽しみながら交流を深めました。

参加した都竹市長は「子ども達の元気と笑顔があふれる良い運動会でした。地域の方とのつながりを強く感じました」と話していました。



玉入れを行う参加者

楽 飛騨地域で初めて開校 天と飛騨神が連携し地域の活性化へ

5月23日（火） 飛騨神岡高校

昨年11月に締結した市と楽天(株)の包括連携協定の1つとして、飛騨地域で初となる楽天IT学校の授業が飛騨神岡高校で行われました。

授業は同校総合学科のビジネス会計系列の生徒15人を対象に年間を通して8回計画されています。講師は楽天トラベルとハッスルが務めます。授業を通して、生徒はハッスルの宿泊プランを考案し、そのプランは楽天トラベルで実際に販売されます。

この日は、楽天のビジネスモデルやネットサイトの運営の基礎について、座学やグループワークで学びました。



授業の様子

小 それぞれの団体の取り組みを発表 さなまちづくり応援事業報告会が行われました

5月31日（水） 古川町公民館（総合会館）

まちづくり団体「ひだプラす」主催の小さなまちづくり応援事業報告会&まちづくりを考えるセミナーが開かれ、市民ら約100人が参加しました。

報告会では、平成28年度にまちづくり応援事業を活用した4団体が昨年度行った自分たちの活動についてスライドで紹介しました。

まちづくりセミナーでは、都竹市長が「鶏ちゃん合衆国から考えるまちづくり」と題して、県庁職員時代に自ら立ち上げた鶏ちゃんを活用したさまざまな取り組みについて熱く語りました。



発表の様子

ま ポイントカード交付セレモニー めでとくするポイント制度がスタート

5月19日（金） ハートピア古川

今年度から皆さんの健康作りを応援する制度「めでとく健康ポイント事業」が始まりました。

「めでとく」は「めで得する」の略で、この事業は、健康診断の受診やウォーキング、健康に関するイベント参加などをカードに記載し、一定ポイント数に達すると商品券等と交換できる制度です。

この日はセレモニーとして、市長が窓口で申請書を記入し、申し込みを行いました。都竹市長は「この制度を活用していただき、皆さんの健康作りを応援したい。ぜひ多くの方に利用していただきたい」と話していました。



セレモニーを行う市長と職員

15,000円以上の寄付でもらえる
味噌煎餅 二段重ね箱



「あすなろ」とコラボした
ちょこっと珈琲入り味噌煎餅



※写真はイメージです 飛騨産のえごまを使用した商品



第14回 (有)井之廣製菓舗

古川町式之町7番地12
TEL 0577-73-2302



このコーナーでは「ふるさと納税（ふるさと応援寄付金）」のお礼の品や店舗を紹介しします。就職、通学、結婚等で飛騨市外に在住の方がいらっしゃいましたら、ぜひご紹介ください。

※飛騨市をPRする観点から特産品のお返しは市外に住民票のある方に限らせていただきます

※「楽天ふるさと納税」「ANAのふるさと納税」での寄付受付を開始いたしました
※詳しくはホームページをご確認ください

<http://www.city.hida.gifu.jp/>



営業時間 8時～20時
定休日 年末年始

ふるさと納税では、上記の他にも、様々な商品・コースがあります。ご自宅用や贈答用などにいかがでしょうか。

創業明治41年以來、受け継がれる伝統と技法を守り、こだわりの国産原材料と土蔵で3年熟成させた自家製味噌を使用しています。安全・安心と味を追求し、一枚一枚丹念に作り、飛騨の味を皆さんにお届けしています。

定番の味噌煎餅はもちろん、地元の企業とコラボした商品（上写真）も人気です。小さなお子さんから高齢の方まで、幅広い世代の方に楽しんでいただけます。また、本店限定の商品もありますので、お気軽に店舗にお立ち寄りください。

人口の動き（6月1日現在 住民登録人口）

男	女	計	世帯数
12,047	12,891	24,938	8,934
出生 12	転入 38		
死亡 44	転出 50		

消防の状況（5月31日現在）

	火災	救急
飛騨市	2	472
その他（管外出動）	0	1
前月比	1	89

交通事故の状況（5月31日現在）

	人身交通事故 件数	死者	傷者	物損 交通事故
本年累計	7	2	9	263
去年同期	9	0	18	201
増減	-2	2	-9	62