幸報ふじ

発行：佐賀市富士支所
編集：幸報ふじ事務局
（一般財団法人スマイルアース）
TEL：0952-57-2341
FAX：0952-57-2217
hoonoki@smile-e.org
住所：富士町藤瀬724-4

地域おこし協力隊を知っていますか？

みなさん、「地域おこし協力隊」って知っていますか？

地域おこし協力隊というのは、人口減少や高齢化が進んでいる地方で、地域おこしや地域の暮らしなどに興味のある地域外の人材を受け入れて「地域協力活動」を行ってもらう、という行政の取り組みです。そして、「地域協力活動」というのは、具体的に言うと、地域ブランド化や地場産品の開発・販売・プロモーション、それから都市住民の移住・交流の支援、または農林水産業への従事、さらに住民生活の維持のための支援といった活動です。また、活動を通じて隊員がその地域を好きになり、そこに定住してくれることも期待しています。

只今、富士町では、二人の地域おこし協力隊が活動しています。今年六月から赴任した梅村誠一さんと八月に赴任した井寺佑太さんです。苣木地区で行われた自転車レースや古湯・熊の川花火大会など、イベントのお手伝いもしてくれました。

今回は、そのお二人に、地域おこし協力隊になったいきさつや今後の抱負などをお聞きしてきました。

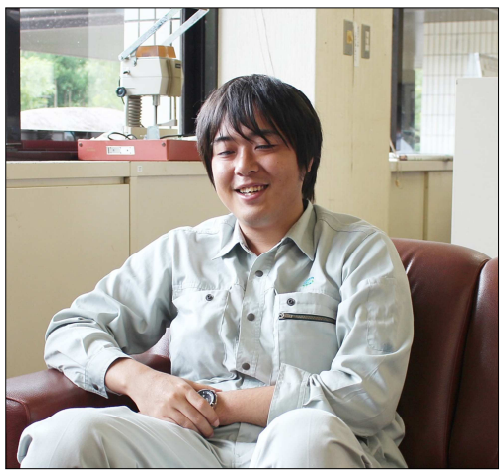
梅村誠一さんは、四十一歳。

ご実家は福岡県古賀市。大学の商学部で学び、公務員を目指していましたが、公務員だったお父様が体調を崩され、そのお父様から「自由に生きろ」と言われて、いろいろな可能性を求めフリーターに。その後、社会的な信用を得るために、宅建士（宅地建物取引士）の資格に挑戦し、見事一回で合格しました。けれど、三十歳頃から、田舎暮らしや山登り・釣り・サイクリングなどのアウトドアに目が向くようになります。そして、テレビドラマ「北の国から」の父さん『黒板五郎』に憧れ、自給自足の田舎暮らしを目指して、とにかく練習を始めたそうです。農園を借りて小麦やそばを作ったり、米を作って失敗したり…。そんな中で、インターネットの地域おこし協力隊サイトで募集を知り、田舎暮らしを実現しました。

「富士町は、お米・野菜がおいしくて、温泉にも入れて、登山もできて、星もきれい。天の川が毎日のように見られる。僕は、三十五歳まで、天の川って七夕にしか見られないと思ってました」

幼稚園の頃から釣りを始め、小学校の頃にはバスプロ（バスフィッシング・プロフェッショナル）になりたいと思っていた梅村さん。梅村さんは今後、大好きなアウトドアを活かし、ホームページを立ち上げて、富士町でのアウトドアライフを発信していきたいと考えています。

井寺佑太さんは、二十四歳。



ご実家は福岡県筑後市。十町の耕作地に米、レタス、トウモロコシなどを栽培している大農家のご出身です。これまでずっと、農業の大変さは見てきたけれど、経済的に不足を感じたことは一度もないそう。何ともうらやましい限りです。大学では法学部で学び、子どもの頃からの夢だった教師を目指して教育実習を受けましたが、自分が教師に向いていないと感じてしまいます。それから農業に目を向けるようになり、実家の農業を手伝いながら、地元の学童保育のアルバイトをしていました。農業をするうちに、他の土地、とりわけ高冷地の農業を見てみたいと思い、この富士町の地域おこし協力隊に応募しました。古湯温泉には一度来たことがあり、石畳のこの街並みにも魅力を感じていたそうです。

先月赴任したばかりの井寺さん。今は新しい生活に慣れるのに精一杯で、具体的にどんな活動をしていくかについては、これから富士町を見て廻りながら模索していくということ。ただ、農業で地域をおこしていきたいという方向は決まっていて、高冷地野菜であり富士町の特産品でもあるレタスの栽培に関心を持っています。

「任期の三年間で、なんとかこの富士町のために役に立ち、『地域おこし協力隊とは何か』ということの答えを出していきたいと思っています」

また、「富士町は広いから、なかなか道が覚えられません」とも言っていますので、道に迷っている井寺さんを見かけたら、みなさん、助けてあげてくださいね。そして、農作業でどうしてもお手伝いが必要なときは、井寺さんに声をかけてみてください。ご連絡は富士支所まで。

（記事　恵良五月）

晴好雨奇　富士俳句同好会（三）

炎天に茶粥懐かし祖母の味　泰子
記念樹を捜す山道沙羅の花　マツ子

秋風にふれあい求める
スポーツの祭典！！
第49回 富士町民体育祭
●日時　令和元年１０月６日　日曜日
午前９時２０分 集合
※雨天中止の場合：前日に防災無線放送
●場所　富士運動広場

神水川パークゴルフ場 大会日程　TEL0952-51-7005

★10月の予定
一般者大会
2日（水）ペア大会
26日（土）神公協月例会
27日（日）愛球会
29日（火）北山郵便局杯
富士町民大会
18日（金）内藤杯
★11月の予定
一般者大会
6日（水）ペア大会
17日（日）愛球会
18日（月）一般研修会
23日（土）神公協月例会
定休日　19日（火）

富士音楽サロンのご案内

会場　富士公民館（フォレスタふじ）
開催日　毎月第４木曜日
10月24日／11月28日
時間　13時30分～15時00分
※参加者募集中！
見学は無料です。
気軽においでください。
口コミで順調に会員が増えています！

温泉病院だより

～体調管理が難しい時期を乗り越えよう～

冷え性は寒い時期の代表的な症状ですが、夏場では服装や食事が「冷え」に対して無防備になりがちで、エアコンや冷たい飲み物などにより体温の低下や血行不良を起こす人が多く見られます。

９月に入り、体には夏の疲れがたまってくるうえ、昼夜の気温変化も激しくなります。季節の変わり目にはしっかりとした体調管理をしないと「冷え」による思いがけない体調不良につながります。次のような症状があったら生活を見直してみましょう。

- 身体がだるい、やる気が起こらない。
- なかなか寝付けない、眠りが浅い。
- 手足や腹、腰のあたりが冷い。
- 食欲がない、消化不良を起こしている。

【健康を取り戻すポイント】

※冷えから身を守るためには体を温め、血行を改善することが大切です。

- 首、手、足から冷えるので保温をしっかりしましょう。
- いつまでも夏用の寝具、パジャマは使わないようにしましょう。
- エアコンの使用は暑い日だけにして、設定温度は外気との温度差を５℃以内にしましょう。
- ウォーキングやストレッチなどの軽い運動を心がけましょう。
- 三八～四〇度くらいのぬるめのお湯でゆっくりと湯船につかりましょう。
- 身体を内側から温める食材をとりましょう。↓ニンジン、カボチャ、大根、かぶ（根菜類）、山芋、サトイモ、サツマイモ（イモ類）、シソ、しょうが、にんにく、ネギ、玉ねぎ（薬味野菜）
- 疲労回復力をアップさせるビタミンやミネラル、たんぱく質が豊富な牛肉や豚肉をとりましょう。

※季節の変わり目に不調が続く場合は、お早めに富士大和温泉病院外来係にご相談ください。

看護師　光武　由紀

佐賀市立富士大和温泉病院
☎６３－０１１１
ホームページ http://www.hospitalfj.saga.jp/

おたっしゃ本舗富士からのお便り

今回は、さめじま病院の院長 鮫島隆晃 氏の「地域医療への取り組み」についてご紹介いたします。

さめじま病院では、地域住民・市民の方からのお悩みや相談を聞き、医療や福祉・介護の情報を共有しながら、行政・地域支援団体・関連施設と連携して「地域医療」に取り組んでいます。富士町には富士町独自の地域性があります。個人や家族の背景には富士町に住んでいるからこその悩みもありました。

そこで「地域の方の生の声を聞こう！」と昨年9月から院長は地域に出向き、老人クラブやサロンにおいて出前講座を行っています。8月末までに公民館等7か所で行われた講座は大変好評でした。この講座の内容は、高齢者が一番気になっている「認知症」や「生活習慣病」についてなど。

また、認知症予防に大切な「脳トレ体操」や「薬の管理」についての貴重なお話も病院のスタッフから聞くことができます。

ご希望の老人クラブがありましたら、おたっしゃ本舗までお問い合わせください。

富士町 老人クラブ　　富士町 ふれあいサロン

認知症や介護に関するお話の依頼

⇩

社会福祉協議会・おたっしゃ本舗富士

講座の依頼

⇩

さめじま病院

●お問い合わせ・お申し込みは
おたっしゃ本舗富士へお尋ねください。☎ ５８-２８１０

ふれあいるーむ 10・11月の予定

ふれあいるーむは、産まれたばかりの赤ちゃん、わんぱくキッズ～おじいちゃん、おばあちゃんまで誰でも使える場所です。季節に合わせて、ミニコンサート・食育講座・おはなし会・バス遠足など、楽しい催しがいっぱい。たくさんの出会いを大切に、みんなのふれあいの場所、それがふれあいるーむです。

※問い合わせ：佐賀市社会福祉協議会 富士支所 ５８－２３１１

★ １０月の予定 ★

２日（水）わらべうたサロン（タッチケア＆デコカレンダー作り・乳幼児相談 オイル代300円）
３日（木）ふれあいるーむ 休館日
４日（金）ぐんぐんキッズ（おゆずり会）
８日（火）のびのびタイム（親子でリズムダンス）
１１日（金）ぐんぐんキッズ（バス遠足～芋掘りへ行こう～ 参加費300円※要予約）
１８日（金）ぐんぐんキッズ（クッキング～富士町産里芋を味わおう～ 参加費300円※要予約）
２２日（火）かふぇタイム（Book Cafe ～動物の世界～）
２５日（金）ふれあいるーむ 休館日
２９日（火）ぐんぐんキッズ（ハロウィンパレード※要予約）

★ １１月の予定 ★

１日（金）ぐんぐんキッズ（コーヒーの楽しみ方）
６日（水）わらべうたサロン（タッチケア＆デコカレンダー作り オイル代300円）
７日（木）ふれあいるーむ 休館日
８日（金）ぐんぐんキッズ（みそ作り 参加費500円※要予約）
１２日（火）のびのびタイム（親子でリズムダンス）
１５日（金）ぐんぐんキッズ（お外で遊ぼう～七五三詣りへ行こう～）
２２日（金）ぐんぐんキッズ（普段使いのテーブルコーデ術 参加費300円※要予約）
２９日（金）かふぇタイム（Book Cafe ～酒井駒子の世界～）

- ２０１９年１１月１７日（日）雨天決行
受付８時～、開会式９時～
ハーフマラソン９時３５分スタート！
- 会場　小中一貫校北山校
- コース　富士しゃくなげ湖周回コース
  - ＊ 一部区間で交通規制が行われます。
  - ＊ 富士町民もランナーも共に楽しんで、良い思い出を作りましょう！
  - ＊ コース沿道での応援をお願いします。また、ボランティアも募集中です！
- 問い合わせ先
富士しゃくなげ湖ハーフマラソン事務局
０８０－８５８３－２４２８

※※※ 富士町の民話 ※※※
和尚さんと小僧さん（三）

むかし。

お寺に、和尚さんと小僧さんの、おんさったて。

ある日、和尚さんのお供養に行たて、よっぽど太か餅ば、いっちょもう貰うて来んさったて。小僧さんは、その餅ば、よっぽど欲しゃあしよんさったばってん、和尚さんな、いっちょんくりゅで、しんさらんやったて。そいで小僧さんは、和尚さんのよそ行きしとんさっ時、こっそりと、その餅ば半分んち食うてしまいんさったて。

和尚さんは、帰ってきて、餅の無かとに気付いて、「おい小僧、餅ゃあどぎゃんしたか！」て言いんさったて。

こまった小僧さんは、黙っとんさったばってん、和尚さんの、あんまい、「餅ゃあどぎゃんしたかい。」て言うて、何回でん聞かすもんで、しかたなしい「十五夜さんに、片割れ月は、なけれども、雲に隠れて、こけえ半分。」と言うて、残った半分の餅ば、じいっと出しんさったて。

菖蒲 佐保伊勢松（当時88才）
出典 富士町の民話18頁

イベント情報

◆古湯鉦浮立　10月5日
◆杉山天衝舞浮立　10月12日
◆紋次郎忌（笹沢左保記念館）
10月12日～21日
◆市川天衝舞浮立　10月19日
◆須田鉦浮立　10月19日
◆富士町ふれあい祭り
（富士支所）　10月26・27日
◆２０１９佐賀インターナショナルバルーンフェスタ
（佐賀市）　10月31日～11月4日
◆富士しゃくなげ湖ハーフマラソン２０１９　11月17日

10・11月の行事予定

10月
◆淀姫神社 秋季大祭
（上無津呂）7日
◆富士町民体育祭　6日
◆早馬祭「ハヤマサイ」（大串）17日
◆バトミントン大会（体育協会）20日
◆富士音楽サロン　24日

11月
◆富士音楽サロン　28日
※行事につきましては順不同、日程の変更があります。ご了承ください。

ーみんなの声

皆さんからのお声をお待ちします。掲載できるものであれば、どんどん載せていきたいと思っておりますので、どうぞよろしくお願い申し上げます。

幸報ふじ事務局

次号『幸報ふじ』は
11月下旬の発行予定です。

『幸報ふじ』は、インターネットでも閲覧・ダウンロードができます。
ウェブサイト http://www.smile-e.org/kouhoufuji.html
に掲載しています。