

新住園島

令和5年度【第7号】
2023年10月1日発行
八頭町役場商工観光室
(0858-72-0144)

やずうさぎ
プロジェクト
発信中



Instagram
yazu_life
更新中

—八頭町地域おこし協力隊活動の現場から—

小さな種を蒔く

北海道でエコビレッジを営む知人から、観測史上最高の猛暑に見舞われ、作物が大きなダメージを受けたとお便りが届きました。また、スペインの友人からは気温が45℃を記録したとの知らせが。これは突発的な異常気象ではないと感じ、小さな一歩ですが、自作のコンポストを使って生ごみを堆肥に戻す生活を始めました。

8月は体調を崩し悩むことも増え、先が見えない日々を過ごしました。ただ、着任してから取り組んでいた農家さんと消費者の方々を直接繋ぐ産直サイトを經由して購入された方からご縁をいただき、県外のお店で販売してほしいという大口案件の嬉しいニュースを受け、農家さんと撮影に協力をしてくれたご家族と喜びを分かち合う事ができました。分野は違いますが、次世代の子供たちが安心して健やかに生活できる社会を作りたいという思いは同じです。自然環境だけでなく、経済的で社会的に

も持続可能な未来の社会を模索し、実践・提案する意義ある取り組みを続けたいと思います。

真柳加奈子



持続可能な未来に向け
得意分野を結集！パンザーイ！



実は虫の発生に怯えています、コンポスト生活

川と生きる

私は福岡県の久留米市出身です。久留米には筑後川という大きな川が流れ、漁業や農業はもちろん、ゴム関連の工場群（久留米はブリヂストン創業地）の水を供給し、百万人以上の水道を支えています。

しかし近年は何度も水害に襲われてきました。今年の7月の水害では数百棟の家が浸水や土砂災害の被害に遭いました。それどころか今年の豪雨被害は九州北部だけでなく、秋田県や石川県、そして鳥取県でも発生しました。気候変動が進んだ影響でしょうか。50年に一度の大雨が毎年どこかで発生するように思います。川は生活を支えてくれる大切な存在ですが、一度暴れたしたら人の力ではどうしようもありません。水辺環境に関わる身として、また久留米市や八頭町での復旧ボランティアなどを通して水害被害を見てきた一人として、川との付き合い方や水害への備えを考え、伝えてきたいです。

小宮春平



内水氾濫が発生した
私が住んでいた町



久留米の復旧作業（7月）



崩壊した護岸(私都川上流域)

首って大事です

今回はりんご園の作業の際に感じた体の痛みについて書かせていただきます。

りんごは木になっているので上を向くことや、細かい手作業が多く、長時間はとも大変です。当然首が痛くなり、普段は何ともない車の運転も少し辛く感じたり、日常生活に支障がでます。痛めた箇所を回復させるためには日々のケアが大事だと改めて感じました。

そこで首のストレッチをこまめにとったところ、改善が見られたのでご紹介します。朝起きた時や、作業の後などにやってみてほしいです。

①首を右に傾け、左耳の上あたりに右手をあてて、ゆっくり伸ばします。そのまま30秒キープです。

②右斜め45度を向き、後頭部の少し外側を右手でゆっくり伸ばします。

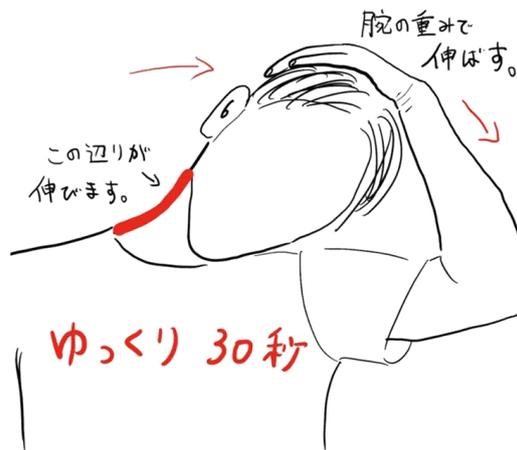
※左右とも、それぞれ伸ばしましょう。

無理やりするとかえって痛めるので手の重みほどの軽い力で伸ばしましょう。ストレッチは呼吸も大事です。吸って吐いてを意識してください。嫌な痛みがある時は無理をせず専門家に頼みましょう。ぜひ試してみてください。

岡田悠作



①



②



○担当課より

・暑さもかなり和らぎ、町内各所で果樹園や田畑での収穫の風景を見かけると実りの秋を実感します。隊員それぞれの秋の活動を実り多いものにするため、引き続きご助力いただければ幸いです。(田淵)

○協力隊からのお知らせ

・インスタグラム【 yazu_life 】で八頭の魅力を発信しています！(表紙QRコード)。

八頭町役場ホームページからカラーでご覧いただけます。