

2023  
SHISO  
REPORT

Community-Reactivating Cooperator Squad



しそいで生きる、わたしが生きる

地域おこし協力隊レポート

森林セラピー事業を中心とした観光振興の支援



2018年8月卒業  
加藤 智子  
P18

-Mission-  
企画提案型：養蜂業を中心とした地域活性化支援



2022年3月卒業  
田中 啓介  
P17

-Mission-  
「染河内森のようちえん」の開園準備と発酵に関する商品開発



2021年4月着任  
都留 万里代  
P13.14

-Mission-  
千種高原野菜のブランド化推進



2020年12月着任  
松下 幸広  
P9.10

-Mission-  
廃校を利用した「たかのす東小学校」の活用を中心とした地域活性化支援



2020年4月着任  
廣重 希美  
P5.6

地域おこし協力隊としての  
ミッション(活動内容)を  
教えてください!

-Mission-  
観光振興事業支援



2018年3月卒業  
飯塚 正浩  
P18

-Mission-  
旧千種東小を拠点とした千種町鷹巣地区の活性化支援



2019年8月卒業  
岩本 光晃  
P17

-Mission-  
森林セラピーおよび発酵関連商品の企画・立案と観光振興支援



2021年4月着任  
朴 暉  
P15.16

-Mission-  
「飯見夢むら棚田米」のブランド化と野生動物の農作物被害の防止



2021年4月着任  
片山 尚徳  
P11.12

-Mission-  
廃校を利用した「たかのす東小学校」の活用を中心とした地域活性化支援



2020年10月着任  
林 拓真  
P7.8

-Mission-  
企画提案型：ヒト・モノ・コトが集まる場所づくり



2019年11月着任  
山口 洋介  
P3.4

## >> NEW FACE

今後も宍粟市内全域において地域おこし協力隊がさまざまなミッションで活動予定。2022年10月現在、活動中の隊員7名に加え、下記2名が新任隊員として決定している。



一宮町繁盛

内海さんのミッションは、一宮町繁盛地域のコミュニティ交流拠点である「ゲストハウス繁盛(旧繁盛小学校)」のマネージメントと「繁盛」の地名を用いた地域ブランディング。40年近く続けてきたフライ・フィッシングの経験を活かし、溪流釣り場として繁盛地域を世界に発信するとともに、釣り体験等のイベントを開催する予定。

2023年3月着任予定

内海 慶春

頻りに釣りに訪れていた宍粟市で第二の人生を送りたいと移住を決意。長年の経験を活かし繁盛地域の発展に貢献したいと地域おこし協力隊に。



山崎町土万



2022年10月に着任したばかりの福寿さんのミッションは、山崎町土万地域の農産物直売所「土万ふれあいの館」を拠点にイベントの企画や地域の魅力発信。人とのつながりで飛び込んだ土万地域で「これまで知らなかった美味しいものや魅力的な資源に出会った」と少年のように目を輝かせる。「地域に若者を呼び込みたい」とサイクリストのイベントなども誘致。地域の人たちがやりたいことはどんどんやっただらいいと背中を押してくれることが何よりも嬉しいと話す。長年、趣味として楽しんでいるキャンプを仕事にすることが目標ということもあり、同地域で廃園となった旧土万幼稚園を貸切で楽しめるプライベートキャンプ場として整備する計画も立てている。現役隊員最年少、タフでクレバーな隊員として、宍粟市を熱く盛り上げていくはずだ。

2022年10月着任  
福寿 晃希

地方銀行を経て外資系生命保険会社で営業として活躍する中で起業を決意。アウトドア拠点・キャンプ場整備を考える中で宍粟市と出会う。まずはその地域の役に立つことが大切との思いから地域おこし協力隊に。

## それぞれのカラーを活かして、宍粟の新しい色に

ぜひ、知ってください。  
地域とつながり、地域で広がる  
地域おこし協力隊のこと。

地域おこし協力隊とは、高齢化や人口減少が進む地方が、都市部の人材を受け入れ、さまざまなミッションにチャレンジしてもらおうことで、地域力の維持強化を図るための取組みです。

宍粟市では、自然景観や地域資源を活用した地域づくりを推進すること、また、外からの視点によって、今まで気づかなかった宍粟市の魅力を発掘・発信することで移住・定住につなげることを目的に、平成27年4月から地域おこし協力隊を採用しています。

隊員のミッションは、人材を求めると同時に合わせてさまざまな。その中から、活動に共感し、自らの「やりたい!」を実現することにもつながるミッションを担います。そして、地域住民と交流しながら、地域ごとの特色ある活動に取り組んでいます。

この冊子では、地域おこし協力隊として活動する現役隊員と、協力隊卒業後も地域に定住しているOB・OG隊員の今をレポート。それぞれが地域と連携しながら自己実現する様子をお伝えします。

01



丁寧な暮らしぶりが伝わる  
憧れられる「喫茶店」

2021年11月に「サササ」をオープンさせるやいなや、ライフスタイルマガジンやテレビなどの取材依頼も集中した。漢方の知識を活かした薬膳茶と暮らしを豊かにしてくれる雑貨類が揃う非日常の空間。癒しを求めて大阪や神戸から営業日をめがけて訪れる常連客も多い。

2019年11月着任・  
2022年10月協力隊卒業

山口 洋介

Yamaguchi Yosuke

1984年京都府生まれ。アパレル会社のパタンナーを経て、大阪府阿倍野にて薬膳茶や観葉植物を販売する「サササ」を開業。その後、縁あって訪れた宍粟市の地域おこし協力隊に。協力隊卒業後も定住予定。

山口さんが地域おこし協力隊として宍粟市にやってきたのは2019年秋。「薬膳茶などの材料を自分たちの手でつくりたい」と思い始めた時に、宍粟市の協力隊の方に誘われて繁盛地域を訪れたんです。何度か足を運ぶうちに、数年前に閉園した幼稚園に出会った。ここを拠点に活動したい、という思いを抱いた山口さんが地域の方々と市役所に相談し、たどり着いたのが、地域おこし協力隊

「どう生きるか」を深く考える  
地味だけれど滋味溢れる拠点に



制度を使った廃校の活用だったという。旧繁盛幼稚園を拠点として地域活性化の方法を企画提案するとう、フリーミッション型の活動をスタートさせた山口さんは、大阪で奥様とともに営んでいた薬膳茶専門店「サササ」での経験を活かし、着任後すぐに市内イベントへの参加やワークショップ開催などを行うことにした。当初は、大阪をはじめとする都市部でもイベントを行う

計画だった。「そうやって自然豊かな地の住みややすさや人の温かさを伝える活動を中心にしつつ、協力隊卒業後に薬膳茶販売やワークショップなどが開けるような拠点整備をするつもりだった」そう。だが、着任後半年経たずに新型コロナウイルスの影響が拡大したことで人の集まる活動は中止や延期に。予定していたことの目処が立たずに手探り状態が続く中で、拠点である幼稚園の改修・改装を行った。キッチンまわりの囲いやカウンターの、中庭に続くドアに至るまでほとんどが山口さんと奥様、友人知人による手作業。「自粛が続いて時間もあつたので、地元の方にいらなくなった廃材をいただいて、コツコツやろうと。もともともものづくりが生業なので楽しかったですね」。同時に薬膳茶の材料となる植物を育て、地域活動に参加し、丁寧に交流を深めるうちに、ひとり、またひとりと、共感できる仲間が増えていった。

2021年秋からは、改装を終えた幼稚園を月に数度、喫茶店として開放。生き方の提案としてメディアからも注目が集まる。一時期はストップしていたイベントや市外でのワークショップも再開した。これからは宍粟の地に根を下ろし、地域に溶け込みながら奥様とふたり「サササ」らしい活動を続けていく。

03



味のある園舎と園庭を  
DIYでリノベーション

レトロな雰囲気に惹かれたのが移住のきっかけにもなった幼稚園。コロナ禍で外出自粛が続いた時期を中心に改修・改装を行ってきた。漆喰塗りのほか、大型の建具などの多くを山口さん自身がDIYしたというから驚く。またイベントスペースとしても活用する園庭には薬膳茶の材料となる木々を植栽。今後、陶芸部屋やワークショップ開催用の部屋もリノベーション予定。



02

人が集まり、人がつながる  
イベントやワークショップ開催

コロナ禍で実現が難しかった薬膳茶のレッスンやしめ縄づくりなどのワークショップなども少しずつ再開。2021年、2022年秋には、宍粟市内の作家や料理研究家などが一堂に会するイベント「わわわの市 in 繁盛祭」も主催するなど、丁寧な暮らしに似合う活動を行っている。



01



夢が語れる、夢を叶える  
コミュニティスペース開業

2021年度から改装・準備し、2022年4月に千種町商店街にコミュニティスペース「種とみず」をオープン。月数回カフェとしての営業時には高校生や地元のお母さんたちが顔を見せる。「やりたいことって気にかけてくれる人がいるから実現できるんじゃないかと思います。そういう経験をたくさん積み重ねてほしい」と笑う廣重さん。ドアを開けるとおかえりの笑顔で待っていてくれる。



2020年4月着任  
廣重希美

Hiroshige Nozomi

1990年山口県生まれ。神戸市を拠点に野外活動支援やスキーインストラクターとして自然に親しむ活動を行ってきた。30歳を機に次のステップへの思いから地域おこし協力隊に。

神戸市で自然活動を中心に行ってきた廣重さんが次のステップを考えた時に、頭に浮かんだのが学生時代から興味を持っていたという地域おこし協力隊制度だった。それまで培ってきた大切な人たちの関係は継続しながら一歩踏み出すことができればと考えている時に「宍粟市のキャンプ場が協力隊を募集している」という話を聞いた。正確には廃校を利用した宿泊施設の運営を中心とした地域活性化

地域とともに目指すのは  
もうひとつのふるさとづくり



化活動、そのミッションに心惹かれた廣重さん。「ちょうどその頃、自分の周りに宍粟市と縁がある人が多かったんです。縁に導かれるように千種町鷹巣地域で活動したいと、面接を受けることにした。「他のエリアでも募集があったんですが、こうと決めると一本槍な性格なので(笑)」。こうして宿泊施設として活用がスタートした「たかのす東小学校」の運営を活動の軸として、鷹巣地域を中心に地域の中でさまざまな活動をして

いく3年間が始まった。  
着任したのは、新型コロナウイルスの影響が拡大するタイミング。「活動が何もできないという人もいますが、例年通りの取組みを踏襲する必要がないということ。自分がやりたい活動を考えるという意味ではコロナ禍というのは面白い時期だったなと思うんです」と笑う。自粛期間中には地域おこし協力隊が本を紹介するイベントなど、人を一堂に集めなくてもできる活動に取り組んだ。また、地域の中に飛び込み、まちづくり活動に参加する中で、商店街や高校生との連携も生まれた。

「卒業の時期が近づくにつれ、美味しい空気と水があること。すぐそばで美味しいものが作られているのを目にすることができている環境のかけがえなさを強く感じている」という廣重さん。都会でどんなに美味しいご馳走を食べても、近所の〇〇さんが作った野菜のほうが美味しいと思える、そんな自分の体験をもとに宍粟をふるさとのような場所にしていければという。「100人のうち数人かもしれないけれど、ここが自分のもうひとつのふるさとだと思ってもらえたらいい」と話す廣重さんは、卒業後も千種町で宿泊施設とともに交流拠点の運営をしていく意向だ。

03



「たかのす東小学校」  
教室宿泊の運営を担当

コロナ禍を経て年々リピーター・新規客ともに増えている「たかのす東小学校」で主に旧校舎を用いた教室泊の予約や受付、管理などを行っている。夏休みなどのハイシーズンには休みもないほど多忙を極めつつも、ここでしかできない体験をと、地域の中での体験を案内するなど積極的にサポートする。



02

地域活動にも参加し  
千種高校生との協業も！

千種町の未来を考える「ちくさええとこ未来会議」に参加するほか、千種町商店街連合会や千種まちづくり推進委員会のメンバーとも積極的に交流する。また千種高校とはスキー講師などの活動を通じたコミュニケーションに始まり、現在は総合的な学習の時間に講師として招かれることも。高校生の「やりたい！」気持ちをサポートし、地域とつなげる役割も担っている。



01



**お客様に寄り添いながら  
大好きなキャンプを仕事に!**

初心者の方からベテランの方までさまざまな層のお客様に対し、快適に過ごしていただけるようサポートするのもキャンプサイトを運営するうえでの大切な仕事。「キャンプをきっかけに、宍粟市を好きになる人が増えていくのが本当に嬉しい」と話す。定期的にキャンプを訪れる常連のお客様には、家族のように可愛がってもらうこともあり、時には一緒にお酒を酌み交わすこともあるとか。

2020年10月着任

**林 拓真**

Hayashi Takuma

1986年兵庫県西宮市生まれ。県内の大学で福祉を学んだ後、介護福祉士として勤務。趣味のキャンプを仕事にしたいと希望する中でミッションに惹かれて千種町鷹巣地域の協力隊に。

「好きなことを仕事にしたいと選んだ先がたまたま地域おこし協力隊だったんです」。大学卒業後、介護の現場で働いていた林さん。「天職だと思っていました。現場から離れ、管理職となったことを起因とする心身の不調が、どう生きるかを考えるきっかけになった。「自分が何をしたいのかを考えた時に、介護の世界にはいつでも戻れるから、いったん好き

**自分の生き方を考えた先に見つけた  
「やりたいこと」を形にする仕事**



なことをしてみようと思ったんです」。林さんの頭に浮かんだのが、疲れた時にふらっと出かけた田舎の景色と、あてもなくキャンプをした経験だった。

キャンプ場で働こう。そう考えた林さんが見つけたのが、「たかのす東小学校」の運営補助の募集。すぐに問い合わせ、その時に初めて地域おこし協力隊という制度を知ったと笑う。「制度について教えてもらって、翌週には現地を案内してもら

いました」。たかのす東小学校の運営を中心とした地域の活性化というミッションについて、制度自体についても説明を受け、案内の道中でもさまざまな話を聞いた。受け入れ先である鷹巣活性化委員会の代表である藤原誠さん、半年前に着任した地域おこし協力隊の廣重希美さんにも面会した。その後、面接を受け、その年の秋に着任。キャンプ場の予約や受付、管理を担当するように。折からのキャンプブームもあって、前年比で来客数は10倍という忙しさだったが、好きなことを仕事にしているという充実感が常にあったという。

「藤原さんが背中を押してくれ、同じ目線で物事を見てくれる廣重さんがいてくれる。それが心強いですね。協力隊の活動について地域の方々からすんなり受け入れてもらえたのも、大きかったと思います」。チャレンジできる環境でイキイキと活動する林さんはまさに水を得た魚のようだ。人と人、地方と都会をつなぎ、地域の人たちに溶け込みながら、鷹巣での仕事、暮らしを楽しんでいる。「毎日こうやって楽しかな、あれはどうかと面白いことを考えて、ワクワクしながら過ごしているって、あの頃の僕に伝えたい」と満面の笑みで語った。

03



**ワイルドに楽しむための  
野営施設も運営**

キャンプの醍醐味は、不便を楽しむこと。「設備の整いすぎたキャンプでは、ものたりない」というキャンプ上級者向けに地域の方にお借りした田んぼを開拓しキャンプ場として整地。トイレや水道施設もない上級者向けの野営施設「BTN (Back To Nature) CAMP」としてプレオープン。任期終了後には「たかのす東小学校」と並行して運営できればと話す。



**地域全体を講習の場に!  
ドローンスクールの誘致**

「たかのす東小学校」に人を集める方法を模索していた時に出会ったのが、県外で廃校を活用したドローンスクールを開講しているという事例。小学校の体育館や校庭はもちろん、鷹巣地域全体を活用できるのではと考えた林さんは岐阜県の「西濃ドローンアカデミー」に連携を呼びかけ、2022年夏に兵庫校として開校した。



01



より良い方法を見つけるため  
さまざまな農法を学ぶ

「協力隊の間にできる限り実証実験をしたいと思っています。いろいろ試した結果を地域に還元できれば」と、持ち前の探究心を活かして慣行農法や有機農法だけでなく、幅広く農業を研究する。現在、試している自然農法は、農薬や肥料に頼らず土地と植物の持つ本来の力に委ねる農法。日本ではあまりなじみがないが「将来的な担い手不足を考えると、できるだけ手をかけずに成り立つ、新しい農業の在り方を探ることは重要」と話す。

地域の生産者とともに  
ブランド化を目指す

宍粟市の農産物と加工品のPRに力を入れる松下さん。美しい空気と水が育む美味しさを伝えると同時に、「他にはないもの」「宍粟(千種高原)独自のもの」を提供する必要性も感じるという。都市部のニーズにあった作物に加え、三尺きゅうり、ジャンボピーマンなど地域性のある野菜を地域の生産者とともにつくり、対面販売を行うほか、「SENSAI(千彩)」というブランド名でのWeb販売も予定している。



SENSAI  
CHIKUSA KOGEN  
SHISO

03

02



都市部での販路拡大は  
二拠点生活の賜物

豊かな自然に育まれた野菜などの農産物の魅力を知ってもらうことがブランド化の第一歩という松下さん。美への意識が高いスタジオの顧客への販売で個人消費につなげるとともに取り扱いたいという飲食店を開拓。野菜を中心としたイタリアンを営むオーナーは、実際に千種町を訪れ、空気や水の美しさに感動。千種町から届く少量多品種の野菜に合わせてメニューを考えるなど宍粟市産野菜への理解を深めてくれている。



2020年12月着任  
松下幸広

Matsushita Yukihiro

1986年奈良県生まれ。大手企業勤務を経て、パーソナルトレーナーの道へ。内側から美しさを生み出す重要性を考えるようになり、農の可能性を追求するために地域おこし協力隊に。

松下さんは、神戸市東灘区にてパーソナルトレーニングスタジオの経営を継続しながら、地域おこし協力隊の活動を行う異色の隊員だ。パーソナルトレーナーとして10年以上の経験と累計1万件以上の指導実績を持つ松下さんは健康に携わる日々の中で、いつしか自らの手で農作物を育て、その食材を通じて美を届けたいと思うようになった。同時に、都市部と地方の互いに優れた点をつ

ないでいくことの重要性も実感するようになったという。宍粟市に注目したのは未知の可能性を感じたから。「僕の場合、拠点が神戸にもあるので神戸から近いエリアも考えました。ですが千種町を訪れた時に「美しい」と感じ、ここには地方の再構築に欠かせないものがたくさんあると思ったんです」。千種町農産物生産加工組合に属する協力隊としてのミッションは、宍粟産の農産物や加工品のブランド化。

都市部の人たちが本当に欲しいものを探りながら、自身がその食材をまぜ育ててみる。「3年間、実験を繰り返すことで成果を出していくのも僕の役目」と結果を分析し、次の課題を見つける。同時に地域の生産者へ都市部のニーズをフィードバックすることで、少しずつ「松下くんという野菜をつくってみようか」という生産者も増えてきた。今後は、地域の生産者と連携しながらWeb販売なども展開していきたいという松下さん。都市部と直接つながる次世代型の農業をこれからも模索し続ける。

神戸との二拠点生活で見出した  
都市部と地方をつなげる農業



そのためにも農産物自体に対する知識や技術を習得することが必要と、1年目は地元農家での研修を中心に野菜や米などの栽培について学んだ。並行して行ったのが、スタジオのある神戸市を中心とした販路拡大だった。自分自身で野菜を育てるようになり選択したのは自然農法。その種が持つ特性を研究し、できる限り人の手を入れないことを心がける。決して手を抜いているわけではなく、手をかけすぎないといつしか環境と共生し、本来の味や食感を自ら保つという。「そのものの力を信じる、なんていうと教育みたいですね」と照れるが、その目は慈愛に満ちている。

01



趣味から始まった狩猟を  
地域課題解決の方法として活用

シェパード犬にシカ肉をあげると良い、という話を聞いたことが、狩猟を始めるきっかけだったが、猟を続ける中で害獣であるシカやイノシシによる被害を聞くようになった。「成獣は数10kgから100kg近くあるので、処理するのも重労働です」。農業従事者にとって深刻な問題となる害獣被害の防止に「自分の活動が役に立ち、地域の方に必要とされていると実感している」と話す。

2021年4月着任  
片山 尚徳

Katayama Hisanori

1986年大阪府生まれ。大手音響メーカーの営業マンとして長年勤務。週末には山間部で狩猟を始めたことをきっかけとして、都市部での生活からの脱却を目指し地域おこし協力隊に。

宍粟市を知ったきっかけは、5年ほど前に狩猟免許を取得したことだという。愛犬家の片山さんは、当時、飼っていたシェパードに新鮮な鹿肉を食べさせてやりたいという思いから狩猟免許を取得。狩猟期間になると毎年、宍粟市を訪れるようになった。「大阪生まれ、大阪育ちなんですけど、昔から人混みが苦手で…(笑)。週末ごとに猟に来るようになって、こういう静かなところで生活し

都市部での生活にはない面白さを  
暮らしの中に発見しながら活動



たいと憧れていました」。当時は「いつかは」という憧れに過ぎなかったが、2年前に事態は一変した。「新型コロナウイルスの影響で思うように営業できなくなつて…それまでの仕事に対して、ふと疑問が芽生えたんです」。そんな時に目にしたのが、よく訪れていた宍粟市波賀町を対象地域とする協力隊募集。飯見地域の棚田米の販売とPR、農業技術の習得、さらにそれに伴う害獣駆除や地域住民のサポートという

「ミッションに「農業にも興味がありましたし、制度を利用することで学ばせてもらいながら関係を築けるのは良いかと思いました」。そこで会社を辞めよう！と決意して応募。現在も大阪に住む奥様や家族も、実家から波賀町までが片道2時間ほどの距離ということもあって承諾してくれた。だが正直、農業がこれほど大変だとは想定していなかったと笑う。「何しろ全てが初めての経験ばかりで、しかもコロナ禍でしょう。1年目は慣れるのに精一杯で思うように活動できず、今考えたとコミュニケーションも足りなくて申し訳なかった」。その分も頑張らないと、と2022年度は与えられたミッションはもちろん次々と新しいことも提案。「地域の方々が背中を押してくれるので活動できています。最近『片山くん、これ頼むわ』と声をかけていただくことも多くなりました。『片山くん、今年はいイベントが多くて忙しいなあ』と言ってもらえたのが一番嬉しかったですねえ」。生粋の大阪人らしく、終始飄々とした様子で話す片山さん。高齢化や耕作放棄地など地域の課題になると顔を引き締め「過分なことではないですが、自分にできることを一つずつやっていきたい」と話す目の奥に真剣さがにじんだ。

03

地域のお手伝いも  
重要なミッション

飯見地域の農家で共同運営するライスセンターで、粃摺りなどの仕事も担う。生産者ごとに乾燥させた後、粃摺りして袋詰めしていくためには体力が必要。



草刈りや防虫防除などの農作業など、日々の中で必要な担い手となるのも重要なミッションだ。



02



美しい棚田を守るため  
魅力を発信し続ける

飯見の棚田では1300年前から米づくりが行われていたそう。小さな田んぼも多く、斜面が多いので特に草刈りは大変だが、その分日当たりと水はけがよく、それが美味しさにつながる。その魅力を発信することで販売促進につなげたいと、2022年の秋にはPRの一環として、農業タレントとして知られ、新潟食料農業大学客員教授でもある大桃美代子さんの講演会にも携わった。現在は棚田米を日本全国に広めるためのWebサイト制作にも着手している。



01



さまざまな技法を習得し  
藍を通じた地域貢献を

「発酵」をテーマとした魅力ある地場産品をつくるのも活動のひとつ。藍染製品のオリジナルブランド化を目指し、無農薬で藍を育てて染色しカタチにするほか、藍食にも力を入れる予定。徳島で地域おこし協力隊を経て藍師・染師として活躍する方の工房での研修に参加するなど、研鑽を続けている。

2021年4月着任  
都留万里代  
Tsuru Mariyo

1992年埼玉県生まれ。大学卒業後、大阪の大手食器メーカーで勤務する傍ら、日本の伝統文化のひとつである藍染に惹かれるようになり、以前より縁があった宍粟市の地域おこし協力隊に。

都留さんが初めて宍粟市を訪れたのは、都市と農山漁村を結ぶNPO法人の活動に参加した時。その後、徳島県のあちこちを旅する中で藍染と出会う。藍染を学び、藍にまつわる文化について知るうちに、自らの手で育てた藍を使った藍染をライフワークにしたいと思うようになった。それと前後して、以前より縁がある宍粟市一宮町で地域おこし協力隊の募集があることを知った都留さん。江戸時代から続

閉園した幼稚園を活用しながら  
「藍ある暮らし」を届ける



03



藍そのものの魅力を伝える  
ワークショップを開催

伝統的な技法を用いて昔から日本人が愛用してきた藍は、実は食用効果も多い。藍染をきっかけに知った「藍」そのものの魅力を知ってもらおうと2年目からスタートしたのが1年を通じて藍の栽培から活用まで行う年間コース。「森のようちえん」の教室や市内のイベントスペースを使った藍染体験、草木染めのワークショップなどを行っている。



02

旧染河内幼稚園を活用した  
コミュニティづくりの支援

都留さんの受け入れ先である染河内の地域住民で運営する「染河内森のようちえん」。2020年3月末に閉園した旧染河内幼稚園をリノベーションしたコミュニティ施設の立ち上げをオープンまでサポートしてきた。現在は、コミュニティの場として活用するために教室を使ったワークショップの企画運営を行う。



く伝統的な藍染の手法「灰汁発酵建」は、蓼藍たであいの葉を1000日以上発酵させ染を作るところから始まる。藍染製品は「発酵のまちづくり」を掲げる宍粟市らしい商品のひとつになるはず、また地域のコミュニティ施設としてリノベーションが決まっている旧染河内幼稚園の体験ワークショップも可能かもしれない。それが地域おこし協力隊に応募したきっかけだ。

「いろいろな世代に訪れてもらうことで、魅力に気づいてもらって、地域全体がにぎわっていくといいなと思うんです。そのためにも、まだまだ頑張らないと！」と都留さんはやわらかく微笑んだ。

あくはっこうだて



01



酒粕や甘酒、麴など  
発酵料理を広める

今や日本だけでなく世界中から、その健康効果が注目されている「発酵」。毎日の暮らしの中で手軽に発酵文化を取り入れてほしいと、自身も発酵に関する知識を習得し、さまざまな企画をサポート。2022年秋には主菜から副菜まで網羅した献立を学ぶ「発酵料理教室」全3回を開催。真剣に取り組む受講者さんの様子に発酵を通じて人がつながる可能性を感じたと話す。

2021年4月着任

朴 瞳

Boku Hitomi

1978年兵庫県尼崎市生まれ。百貨店でのアパレル販売や企業での事務職など、都市部のOL生活を長年続ける中で憧れていた移住の第一歩として地域おこし協力隊に。

10年ほど前にオーストラリアでファームステイ<sup>※</sup>をしたことが兵庫県尼崎市で生まれ育った朴さんにとっての大きな転機だった。帰国後は、関西や関東で仕事をしつつも、「いつかはのどかな地域へ移住したい」と考えていたそう。とはいえ、急に知らない土地に住むとなると不安なのが仕事。調べるうちに「地域おこし協力隊」という制度を知り、まずは協力隊として地域に入り、3年間

この地ならではの森林と発酵文化  
大切にしながら生きる暮らしを



※【ファームステイ】  
牧場や農園に滞在して語学を学びながら、動物の世話や農作物の収穫などの手伝いをする留学方法

活動しながら地域に溶け込み、定住しようと思いついたのだとか。当時住んでいた関東近郊をはじめ東北や四国まで、地域おこし協力隊を募集している地域をあちこち訪問することにしました。そんな中、地元でもある兵庫県内で出会ったのが宍粟市だった。初めて訪れた時に、自然と共生するオーストラリアで感じたのと同じようなときめきを感じたと目を輝かせる朴さん。「何より印象的だったのが、

自然とともに生きることが大切にする暮らし。宍粟の北部で生活をしながら、自給自足に近い生活をするのが憧れ。農業はもちろん季節ごとの保存食など地域の食文化も学ぶ。この地ならではの暮らしを学ぼうとわな猟の免許も取得した。オーストラリアで出会って以来、憧れ続けてきた自然との共生はまだ始まったばかりだ。

案内してくれた職員の方々の親身な対応でした。いくつもの受け入れ団体を案内してもらった中で、そう森林王国観光協会の「森林と発酵」ということならではの魅力をPRするという仕事内容に惹かれた」と言い、面接を受け、翌春から協力隊として着任することになった。

主なミッションは、森林セラピーロードとして認定された森で行う森林セラピーの企画と情報発信、そして発酵のふるさとを謳う宍粟市ならではの発酵をPRするため講座やイベントの企画・運営。「自分たちでできることに加えて、専門知識を持つ講師の方々と連携することでさらに興味深いプログラムができるはず」と観光協会の職員と意見を交わし、新たなイベント企画や新しいプログラム構築にも挑戦し続けている。

03



観光協会の一員として  
宍粟市の観光をサポート

宍粟市を訪れた団体客や海外からの来訪者への観光案内など、森林セラピー以外にもし森林王国観光協会の一員として観光PRの一翼を担うとともに、視察に訪れた企業などが希望される内容に応じて会場の準備や講師への依頼などといった事務局としての対応も行う。



02

心と体を開放する  
森林の“癒し”力をPR

着任後、森林セラピストの資格を取得。セラピーガイドとして観光に訪れた方々を案内する傍ら、「森林セラピープラスαプログラム」としてヨガやアロマなどを体験してもらうイベントも企画・運営。また電動アシスト機能付きマウンテンバイクを使った「セラピーバイク」の運営とPRにも力を入れる。





自分らしく生きられ  
やりたいことが叶う  
地域の中でこれからも

任期中の活動エリア/中央市全域  
任期/2015年9月～2018年8月

## 加藤 智子 Kato Tomoko

しそ森林王国観光協会の一員として、取組みが始まったばかりの森林セラピー事業をサポートしながら、情報発信など幅広い活動を行ってきた。地域とのつながりが増え、溶け込むうちに、中央市ならやりたいことが叶えられるとの思いが強くなり、卒業後も波賀町で暮らしながら個人事業主に。「さまざまな年齢層に向け体を動かす場や機会を創りたい」との思いから協力隊着任前に行っていたスポーツインストラクターの経験を活かして運動指導を行うほか、地元猟友会に属して害獣駆除や捕獲活動にも参加。しそチャンネルのレポーターや森林セラピーガイドなど幅広い活動を続けている。



養蜂家として定住し  
協力隊員と地域を  
つなぐ役割も担う

任期中の活動エリア/中央市全域  
任期/2019年4月～2022年3月

## 田中 啓介 Tanaka Keisuke

フリーミッション型で取り組んでいた「養蜂業」に引き続き取り組んでいる田中さん。中央の自然を凝縮したハチミツは好評で、Web通販を中心に一宮町の旧保育所を利用した加工・販売を行う施設を開設してD2C<sup>※</sup>展開していく予定だ。並行して、地域おこし協力隊コーディネーターとして、協力隊志望の方や現役隊員と地域の方をつなぐために、受け入れ団体への呼びかけや交渉、情報提供なども担当。協力隊としての経験を活かして地域と協力隊のつなぎ役を担っている。また、「中央暮らし移住支援舎」の代表として移住・定住を推進するための活動にも力を入れており、2023年度には拠点を設け、本格的に動き出す。



※【D2C】  
Direct to Consumerの略称。事業者が消費者に直接販売する販売方式のこと

任期中の活動エリア/中央市全域  
任期/2015年7月～2018年3月

## 飯塚 正浩 Iizuka Masahiro

観光振興をミッションとして観光イベントの企画やSNS運用などに取り組んできた飯塚さん。山崎連合商店街が手がけるプロジェクトに参加するなど、地域主体のまちづくりにも熱心に関わってきた。卒業後は、協力隊着任前からの経験を活かしてイベント関連の仕事を行うとともに2019年には酒蔵通り(山崎町)にある古民家を改装したバーをオープン。ラックには地域情報を配置するなど観光拠点としても利用してほしいという。店内にはダーツマシンや大きなプロジェクターも置かれ、地域の若者の交流の場としても根つき始めている。2023年春には、イベントを中心に地域を盛り上げる活動を本格的に行うため法人化を予定。

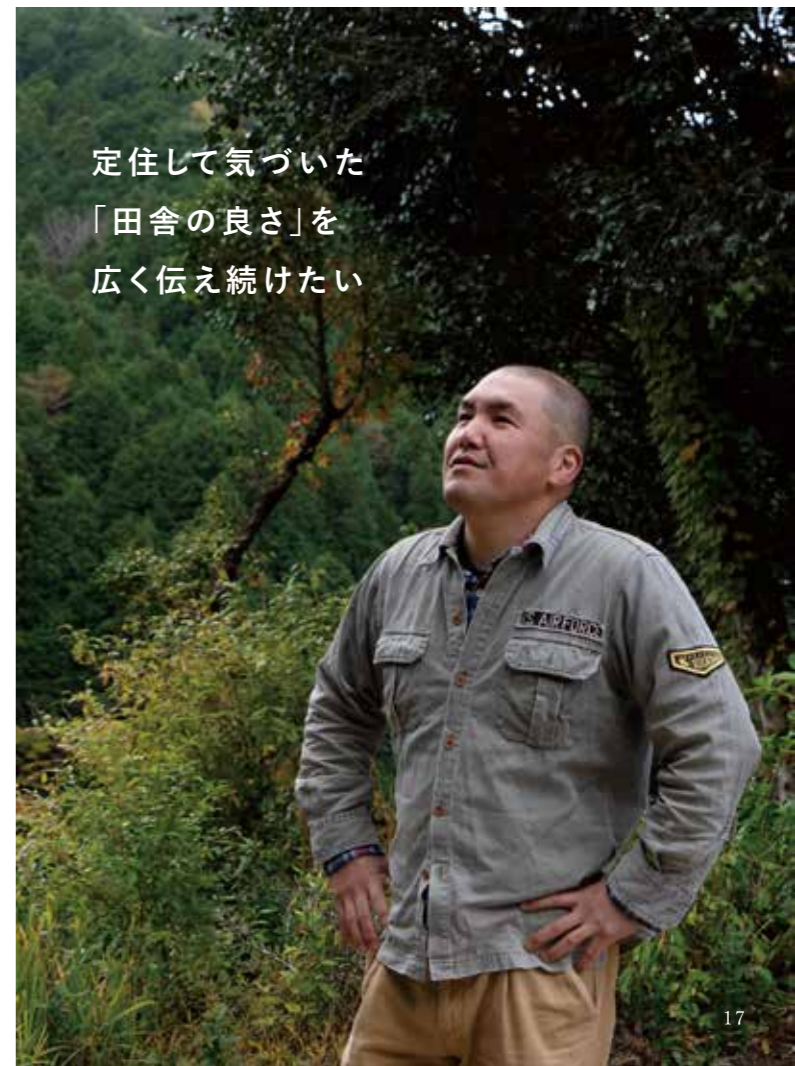


地域の方々とともに  
観光を盛り上げる  
立役者として奔走中

任期中の活動エリア/千種町鷹巣地域  
任期/2016年9月～2019年8月

## 岩本 光晃 Iwamoto Mitsuaki

鷹巣活性化委員会に所属し「たかのす東小学校」を拠点として、宿泊施設の運営をサポートしてきた。任期中から鷹巣地域の豊かな自然や大切に受け継がれてきた生活に惹かれ、一生ここに住むと決意したそう。卒業後は、千種町商店街をはじめとする千種町全域の活性化を担う兵庫県版地域おこし協力隊(地域再生協働員)として活動。住民同士の交流施設「ちくさえとこセンター」を拠点にさまざまな事業の運営をサポートしてきた。2022年度からは理想とする田舎暮らしを続けることを目標に、市内の一般企業に就職。自治会での役割を担いつつ、いずれは仲間と集える遊び場のような拠点をつくりたいと明かしてくれた。



定住して気づいた  
「田舎の良さ」を  
広く伝え続けたい



## 宍粟市で地域おこし協力隊になるには

### 募集情報を確認

期間を定めて定期的に募集を行っています。活動の内容や条件などはミッションによって異なりますので、宍粟市のホームページで募集情報を確認してください。宍粟市では応募される前に一度お越しいただき、市担当職員の案内のもと、協力隊の制度や活動地域、取組み内容についてあらかじめ確認いただくことをおすすめしています。

### お申込み

宍粟市役所市民生活部まちづくり推進課宛にご応募ください。必要書類はホームページからダウンロードできます。

### 選考・採用

書類選考と面接の結果、採用が決定します。

### 活動開始

宍粟市に住民票を移し、市長から委嘱を受け地域おこし協力隊として活動します。

### その他

地域おこし活動には予算の範囲内で「活動費」を使うことができます。対象となる経費はそれぞれのミッションに必要な費用のほか、任期終了後の定住に向けた事業などのための費用や、資格取得・研修の費用なども経費の対象となります。活動費の使い方については任用後、市担当職員に相談してください。待遇・福利厚生などそのほかの詳細については募集要項をご確認ください。



宍粟市地域おこし協力隊  
ホームページ



宍粟市地域おこし協力隊  
募集ページ



宍粟市地域おこし協力隊  
Facebook



宍粟市地域おこし協力隊  
YouTube



宍粟市

SHISO CITY

宍粟市役所市民生活部まちづくり推進課  
〒671-2593  
兵庫県宍粟市山崎町中広瀬133-6  
TEL:0790-63-3123  
MAIL:machizukuri-ka@city.shiso.lg.jp