

## 下田通信

地域おこし協力隊活動報告



九月号

2017年9月1日(金)

三条市  
地域おこし協力隊  
メンバー紹介  
Vol.03



スイーツ写真：下田産野菜ガラススイーツ「ジーナ」

目指すは下田の伝道師

田中 美央 たなか みお

旅行会社勤務後、視野を広げるために世界一周の旅へ出る。新潟を盛り上げる仕事をしたく地域おこし協力隊へ。現在は下田の魅力を発信する交流拠点作りに奮闘中。

開発畑での農業研修  
農機具に四苦八苦

ゲストハウスから「下田」の魅力を伝えたい。

主な活動内容

- ・農業、棚田再生プロジェクト
- ・古民家を活用した交流拠点づくり

今後の目標

私は現在「居間のように、自然と人があつまり、繋がる場所作り」をコンセプトにした交流拠点を準備中です。下田の空き家問題や人口を増やす事はすぐには難しいですが、旅行者を増やす事は、仕組みがあれば私たちでもできます。消費額からみると、旅行者が1人来るだけで経済効果は4.8倍といわれています。下田地域を持続させていくためにも必要な「人の流れ」を作っていきたいです。

三条市  
地域おこし協力隊  
メンバー紹介  
Vol.04



下田産野菜スイーツ提供：kallwillstore

筋肉母さんことベテラン整体師

山口 みさ子 やまぐち みさこ

整体業で新潟市内の店舗に勤務。上は90代から下は中学生と、幅広い施術を経験。整体師として10年以上の経験をもつ。現在「おひさま整体」は丁寧な施術で好評を受けている。

棚田で草刈りの様子  
ブトに苦戦中

痛みと向き合うだけではなく、受ける方の気持ちとも向き合いたい

主な活動内容

- ・おひさま整体・ストレッチ教室の運営
- ・農業、棚田再生プロジェクト
- ・さんちゃん体操サポーター

今後の目標

協力隊の任期終了後も整体師として地域に根ざし、下田地域への定住を目指します。そのため現在各集会所へ「体の動きが軽くなるストレッチ教室」でお邪魔したり、「さんちゃん健康体操」のサポーターとして活動しております。旧荒沢小学校でも「健康」をテーマとした「場」を作っていきたいと考えています。

制作・連絡先

三条市地域おこし協力隊 NPO 法人 ソーシャルファームさんじょう (おひさま整体 受付)  
TEL 0256-64-8116 (旧荒沢小学校内) FAX 0256-64-8122 Mail sfs150512@gmail.com

居間のように人が自然と集まり、つながる場所作り

# ゲストハウス始動中！

古い畳をはがして  
キレイにします(・D・)/

下田ってなんか気になるけど情報が無い。

下田でまずどこへ行けばいい？そんな声を解決するべく、地域おこし協力隊が新しい事業を展開します！

大正二年に建てられた歴史ある古民家を地域住民の方々、ワークショップ参加者の皆様、協力隊の手で蘇らせます！

ゲストハウス「川と田んぼ」を人が集い、つながる場所とし、この場所が下田への入口になるように、地域がもっと面白くなるような発信地を目指します！

## 協力隊女子チームの 畳剥がし 大作戦



気合の入る吉川さん



ひたすら畳剥がし。



全部剥がした部屋



頑張った後の畳です。

## おひさま 整体

自律神経の  
整調に最適



変形性  
関節症に



ざっくり腰に



おひさま整体.&ストレッチ教室の様子です



普段は旧荒沢小学校の教室を  
整体ルームとして利用しています。



うつ伏せ、横向き、仰向け、皆さんの  
楽な体勢で施術します。

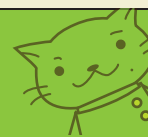


ストレッチ教室での様子。硬く  
なった体を効率的に伸ばします。



丁寧な指導と気さくな雰囲気が  
地域の方々に喜ばれています。

## みーニャンの 下田ネタコーナー



### 連載 3 お肉屋さんの特製弁当

皆さんはお昼ご飯何にしようか悩んで  
ませんか？今回で紹介するのは「横田  
精肉店」さんの特製お弁当です！平日  
の11時頃から日替わりで様々なお弁当  
が並び始めますよ～！写真は協力隊の  
間で大人気の「カツ丼」お肉は分厚い  
のに柔らかいです！おかわりニャ！！



なんとこのボリュームで約300円！人気  
商品なので売り切れ注意ですニャ！！

## おひさま 整体

## 特別割引券

70分 ¥3,900 → ¥3,400 (税込)

35分 ¥2,000 → ¥1,500 (税込)

有効期限～H29年9月末日まで

場所：旧荒沢小学校

営 平日 9:30～17:00

※土日の施術に関しては前日までに要相談

要予約: 080-5196-4326



整体師  
山口  
みさ子