

1 2月活動だより

地域おこし協力隊 藤原亜美



先月の沢庵づくりに引き続き、田舎暮らしを始めたらやるぞと決めていた、味噌づくりに挑戦しました。大和町の糰屋和月さんのご指導のもと、他の参加者の方々とおしゃべりをしながらの味噌づくり。まさに求めていた時間を過ごすことができ、とても充実した1日でした。

さて、久井町で地域おこし協力隊として、地域のためになにができるだろうか、自分たちらしくやれることはなんだろうかと、同じ久井町の協力隊の真野さんと話をしました。私も真野さんも、田舎暮らしで良かったこととして、山で山菜とったりきのこ採ったり、山や森で遊びたい、地域の自然を満喫し活用した暮らしがよいという思いが共通していました。久井にある山や森を元気に

したいねということで、間伐のことを学ぶために、女性や子どももできる「きらめ樹間伐」という森の手入れの講習を受けに行きました。そして、間伐の選木の仕方などを学びましたが、4、5歳の子どもたちもいたりみんなでワイワイ作業するのはとても楽しく、さすががしかったです。こどもも大人もみな森から元気をもって帰りました。

そこで、この森づくりの仲間がほしい！と思い、NPOで仲間たちと森づくり活動をしている福岡県の友人であるふじいもんに久井に来てお話をしてもらえないかと話したところ、快諾してくれ、1月4日に「ふじいもんのお話会～森の再生はぼくらの再生～」を開催することになりました。コロナのこともあり、会場が広いほうがいいということで、2度に渡り会場変更し、それでも、コロナのステージが3になったら開催中止になる可能性もあるので気を張りましたが、幸運にも参加者は順調にあつという間に定員になりました。さあ、あとは1月の本番を待つばかりです。

定住後に断食リトリートなどを提供する宿を考えているので、それに向けた取り組みとして今月は実際に食養の半断食合宿での研修に行ってきました。最初の3日は少しの「玄米がゆ」を1口目は200回以上噛み、2口目以降は100回以上噛む、おかずは梅干がひとかけと、沢庵がふたきれ。ひと噛みひと噛みをこんなに意識したことが今までありませんでした。何をどう食べるかということ意識する貴重な経験となりました。そして、合宿中の生姜湿布のほっとしてげんきになることと言ったらなかったです。今回の経験を深めるためにも、地域の方に向けて生姜湿布や半断食体験会ができたらと思っています！