



自分ごと化会議 in 東里 各計画の進捗のご報告

協力隊3名が、東里地区で進めている4つの事業計画の実現に向けて、日々活動しています！

計画1：草刈りをテーマとする活動（岩崎隊員より）

10/25(日)「東里ふれあい祭り」に向けた草刈りイベントの企画を進めています。「どのような形で開催するか」、「参加者をどのように募集するか」などについて意見を出し合いながら、少しずつ内容を具体化しています。草刈りを1つのきっかけとして地域の魅力を伝え、今後の観光振興や定住促進にもつながる取り組みにしていけるよう、メンバーで準備を進めています。

計画2：人が集まる場づくり（佐伯隊員より）

地域にどんな場があれば人が集まり、交流につながるのかを話し合っています。まずは10/25(日)「東里ふれあい祭り」に焦点を絞り、野菜の販売に加え、コーヒーやフリマ、気軽に休憩できるスペースなどのアイデアを検討しています。東里オリジナルブレンドコーヒーの候補も試飲しながら、当日に向けて内容を具体化中です。「東里ふれあい祭り」でできることから形にし、その経験を今後の場づくりに生かしていく方向で話し合いを進めています。

計画3：地域のボランティア体制づくり（森川隊員より）

有償ボランティアとは、少額の利用料で日々の困りごとの解決をサポートし合う仕組みです。8月末にメンバーで会議を行い、社会福祉協議会の方が月ヶ瀬や都祁で行われている有償ボランティアの例を紹介してくださいました。まずは地域でどのような手伝いが必要か、ニーズ調査の実施を検討しています。

計画4：桜の名所づくり（森川隊員より）

来年春の桜の時期に合わせて、須川ダム周辺でのお花見やウォーキングイベントを企画しています。さらに、「東里を桜の名所にしたい」というメンバーの想いから、長期的な計画として桜の植樹などを行い、周辺環境を整備していく案も検討中です。

岩崎隊員

4月からこの8月までに、東部地域の公民館や施設で21回の健康教室を開催し、延べ328名の方にご参加いただきました。95%以上の方に「満足」以上とお答えくださり、身近な困りごとと一緒に考える時間になってきたと感じています。

田原公民館では月2回の定例で開催し、8月は肩こり・首こりの体操、9月は食事と栄養の話と、毎回テーマを変えています。体力測定では「前より低い椅子から立てた」と喜ばれる方や、終わったあとに参加者同士の世間話が続く場面もあり、その時間を楽しみに来てくださっているのを感じます。

10月も田原公民館で2回開催します。10/8(木)は「こころの健康講座」。眠れない、外に出るのがおっくうといった不調を「年齢のせい」と決めつけず、呼吸法や体操も行います。10/22(木)は「体力測定会」。立ち上がりや握力から今の体を知る回です。いずれも10時30分から、参加費は無料。初めての方も大歓迎です。体のことを相談でき、笑って話せる場所にできればと思っています。

岩崎コラム

笑うことは健康の味方



笑うことは、気分転換だけでなく、ストレスをやわらげ心と体の元気に繋がります。家族や友人との会話、テレビ、趣味など日々の中で笑う時間を少し増やしてみましょう。『今日一回多く笑うこと』も立派な健康づくりです。

10月の活動予定

主催イベント 皆さまのご参加お待ちしております！

- ・10/8(木) 10:30-12:00 「心と体を整える健康講座」
- ・10/22(木) 10:30-12:00 「これからのための体力チェック会」

【場所】田原公民館(茗荷町1078-1)

参加イベント

- ・10/15(木)都祁福祉センター
「いきいき教室」(対象：都祁地域近隣の方)
- ・10/28(水)月ヶ瀬福祉センター
「いきいき講座」(対象：東部地域の方)

お問い合わせ：地域おこし協力隊事務所(☎0742-93-0178)

森川隊員

今回は、東里地区で西田農園を営む西田種宏さん、太郎さん親子にお話を伺いました。

55歳で銀行を退職した種宏さん。年老いた母親の野菜作りを手伝う中、荒れ果てた実家の田畑を見て、「放ってはおけない」と草刈りや木の伐採をして農地を再生させたのが西田農園の始まりでした。幼少期に父のしいたけづくり・渋柿収穫・稲刈りなどを手伝った記憶があり、農業への抵抗はありませんでした。

白ネギ・ブロッコリー等ごく「あたりまえの野菜」ですが、「身近なものこそ大切」、「支え見守る命」として優しく育てています。農園に来られるお客様には野菜の命の営みを肌で体感してほしいとの願いがあり、収穫体験を随時、実施しています。

適材適所を心がけ、親子でスタッフの方々と農園作りに励む種宏さん。自分の住む地域が穏やかな場所であってほしいという思いから、「自分ごと化会議in東里」では、草刈りイベントを企画提案するなど、地域のつながりを大切に活動しています。



西田種宏さん(左)と息子の太郎さん(右)

西田農園(奈良市東鳴川町439)

お問い合わせ：sai56ka87ju@gmail.com

新鮮な季節の野菜収穫体験を行っています。

／ぜひご参加ください！／

10月の活動予定

柳生公民館英語講座

『映画と音楽で学ぶ英会話』

【日時】10/9(金)、23(金)10:30-11:30

【場所】柳生公民館(柳生町340)

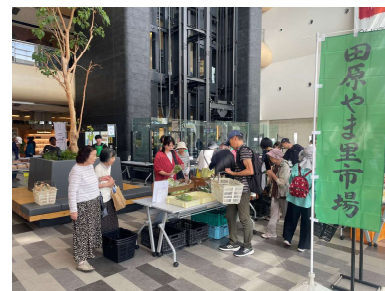
興東公民館英語講座

『アルファベットから学ぶ英語』

【日時】10/2(金) 10:30-11:30

【場所】興東公民館(大柳生町3633)

佐伯隊員



会場の様子

Tobu高原マルシェ2026 in ならファミリー

【今後の予定】

10/3(土) 阪原直売所コスモス

10/4(日) つげの畑高原屋

10/18(日) 月ヶ瀬温泉ふれあい市場

【時間】各日10:00-13:00ごろ(売り切れ次第終了)

【会場】ならファミリー 専門店街zoro1階らくだ広場(西大寺東町2-4-1)

ならファミリー専門店街zoro1階のらくだ広場にて、東部出張所主催で開催された「Tobu高原マルシェ2026 in ならファミリー」の運営に参加しました。9/5(土)は「田原やま里市場」が出張販売を行い、東部地域の旬の野菜や特産品が並びました。商品の搬入や売り場づくりなど、開場前の設営から携わりました。10時の開場と同時に多くの方が訪れ、売り場はすぐににぎやかに。

「ゼブラ茄子は普通の茄子とどう違うの?」「ローゼル(食用のハイビスカスの仲間)はどうやって食べるの?」など、普段あまり見かけない農産物について質問もいただきました。

特徴や食べ方を確認してお伝えする中で、私も東部地域でつくられた農産物への理解を深めることができました。特に、味や食べ方、どんな料理に使えるのかを気にされる方が多く、今後のマルシェなどでも、こうした情報を分かりやすく伝えられるよう工夫していきます。

10月の活動予定

奈良さとやまPRに向けた取材活動

引き続き各地へ足を運び、農業やさまざまな取り組みに関わりながら、東部への理解を深め、魅力発信にもつなげていきます。