

「おいしくな〜れ・
おいしくな〜れ」と
パン作りを障がい者と
ともに…



障がい者支援センター ぴゅあ
ベーカリー ぴゅあ
まつもと としこ
松本 敏子 さん

～ Profile ～

牛深出身。北浜町在住。

管理栄養士として 28 年間天草郡市内の小中学校に勤務。

平成 22 年 4 月 障がい者支援センター ぴゅあ（ベーカリーぴゅあ）設立。

サービス管理責任者として障がい者の就労支援。



「働きたい人が働けるように・・・」

働く意欲や能力がありながら、一般企業等での就労が困難な障がい者の方に、パンの製造及び喫茶店での就労の場を提供しています。一緒に働きながら、知識や能力向上を目指し、訓練や研修も行っています。



“おいしくな〜れ・おいしくな〜れ”と願いながら

障がい者施設の施設長である義兄から、施設の利用者に就労の場を提供する為パンの製造を始めたいとの話があり、その責任者を依頼されたのがきっかけです。食品添加物や防腐剤等は一切使用せず、“美味しさと安心”をモットーに、利用者・スタッフが力を合わせ、毎日一つ一つ心をこめて“おいしくな〜れ・おいしくな〜れ”と願いながらパンを作っています。

パン作りを通して、今まで知らなかった人たちとの繋がりも出来ました。もっと、もっと障がい者の方々を理解し応援して頂きたいと思っています。



障がい者の皆さんと共にやっていく



最初は障がいを持った利用者にも、どのように教えたらいいか不安でした。しかし、何事にも一生懸命に頑張る姿を見てその不安も吹き飛びましたし、何事も一緒に取り組んでいけばいいのだと感じました。これから、お客さまにもっと喜んでいただけるよう、商品開発にも力を入れていきたいですが、何より利用者が、もっと楽しく、生き生きと働き、持っている力を伸ばせる場所となるよう、頑張っていきたいです。

チャレンジの あゆみ

28年間の学校栄養士としての経験を活かして平成 22 年 4 月「障がい者支援センター ぴゅあ」設立。

サービス管理責任者として障がい者の就労支援に携わっています。

利用者の方と共に、今まで以上に喜んで頂けるパンを提供しながら、支援活動を行いたい。

連絡先

障がい者支援センター ぴゅあ
天草市今釜新町 3539
TEL : 0969-66-9565

いつまでも元気で！
 ～安心して暮らせる～
 地域づくり



～ Profile ～

上天草市出身。亀場町在住。
 亀場地域婦人会ボランティア部長など、ボランティア活動等を努める。
 平成15年5月「コミュニティかめば塾」設立。
 平成22年1月16日コミュニティレストラン「まちの台所」オープン。

コミュニティかめば塾
 「まちの台所」
 まつもと みちこ
 代表 松本 美智子 さん



私達のチャレンジ

チャレンジの
 あゆみ

亀場地域婦人会で月に1回のお弁当作りのボランティア。
 平成15年5月「コミュニティかめば塾」の設立。
 平成22年1月16日に「まちの台所」オープン。

平成23年度 天草市まちづくり大賞の「努力賞」受賞。
 「平成24年度 熊本県農山漁村女性シニア活動表彰」で「熊本県賞」受賞。

「おいしい」「ありがとう」の、その笑顔に喜びを感じながら、仲間と過ごす時間を生きがいに、頑張っていきたい。



平成10年頃、「町民が安心して暮らせる地域づくり」を目指した取り組みの一環として、地区社協が主催で月に1回、地区の一人暮らしの高齢者などへのお弁当配食サービスを始めました。(現在も継続中)
 私がその頃、地域婦人会のボランティア部長を長く努めており、この経験をきっかけに「コミュニティかめば塾」を設立しました。



こんな「まちの台所」です。

楽しい会食を・・・

かめば塾で運営している「まちの台所」は、皆さまが気軽に立ち寄り交流しながら食事ができる『コミュニティレストラン』です。食事づくりが困難な方の安否確認も兼ね、1日1回、お弁当かおかずをお届けする配食サービスも行っています。

スタッフにとっても、知恵と経験を活かして生涯現役を目指す「生きがいの場」でもありますし、地域住民が共に支えあい、安心して暮らせる地域福祉の活動拠点でもあります。現在会員は15名で、平均年齢は69歳となっています。管理栄養士の指導のもと、これからも地産地消を心がけ、安心・安全で栄養バランスのとれた食の提供を行っていきます。

まずは10年間、地域の皆さまと共に・・・



配達用小型電気自動車



配食サービス

これからも活動を継続するには、「経営の安定」はもちろん、「後継者づくり」が今後の課題です。不安もありますが、目標に向かって頑張っていきたいと思っています。そして将来、私たちも、「地域の中で、安心して暮らしていけますように・・・」と、願っています。

「いろいろな活動をしています」



連絡先

コミュニティかめば塾
 まちの台所
 天草市亀場町亀川 1816-5
 Tel Fax: 0969-22-5506

地域に集いの場と
おいしい食材を
提供したい



食菜工房 ぱーぷる 栖本
えんがわ こうりん 光輪
一般社団法人 かがやき 光輪 「煌樹」
代表 まにしりえこ 真西 理恵子 さん

「食菜工房 ぱーぷる 栖本」

～ Profile ～

長崎県出身。栖本町在住。
地元の保育園勤務の後に、平成 22 年 7 月から農業従事者の生産物を加工し惣菜やお弁当など移動販売の配食事業を始める。
平成 25 年 4 月より、「えんがわ 光輪」始める。
平成 26 年 3 月より、社) 光輪「煌樹」を始める。



チャレンジの
あゆみ

地元の保育所に 52 歳まで勤める。
平成 15 年 4 月から平成 26 年 3 月まで“学童クラブ光輪”を運営。

平成 22 年 7 月より“食彩工房 ぱーぷる 栖本”を始める。
平成 26 年 3 月より かがやき 「煌樹」を開設。

かがやき 「煌樹」が地域にとって新しい「居場所」になればと思っています。

連絡先

食彩工房 ぱーぷる 栖本
えんがわ 光輪
天草市栖本町馬場 3742-2
TEL : 0969-66-3833



平成 22 年 7 月より地域の農産物をそのまま販売するより、加工することで付加価値をつけて販売できればと、「食菜工房 ぱーぷる 栖本」を開業しました。



「えんがわ 光輪」

地域の方々の協力もあり、今では月曜日から金曜日の営業し、一人暮らしの家庭にお弁当を配達したり、週 4 回ほどの移動販売を行っています。



「えんがわ光輪」

“誰かに会いたい” “誰かと一緒にお茶を飲みたい” “一緒に食事をしたい” そんな人たちが集まり、交流できる場所を提供できればと、平成 25 年 4 月に「えんがわ 光輪」を作りました。ここにくる人たちが、交流を通してお互いを自然と助け合う人間関係ができていければと思っています。

月曜日から金曜日の午前 9 時～午後 4 時までどなたでも利用できるのです、お気軽にお立ち寄り頂きたいです。

「障がい者の就労支援 ～そして活気ある地域づくり～」



平成 26 年 3 月に、家の中で引きこもりがちな障がい者の方たちの雇用と、地域の方の居場所づくりを目的に、(就労継続支援 A 型作業所)「煌樹」を開設しました。地元である栖本町も高齢化が進み、仕事若い人が働く場所もなく、活気がなくなりつつあるように感じます。

現在行っている配食事業・えんがわ事業・障がい者への就労支援などを通じで地域貢献を行い、活気ある栖本町になるよう頑張っていきたいです。



女性にも男性にも嬉しい
「ウツボ料理」を伝統料理
として多くの人に伝えたい！

チャレンジの あゆみ

漁協に勤務時代、漁師さんからキダコ(ウツボ)をどうにかしてくれないかとお願いされる。

平成9年から本格的にキダコ(ウツボ)料理の開発に取り組む。高知県のウツボの骨抜き名人にその技術を学び、技術を習得し、キダコ(ウツボ)料理の幅を広げる。

キダコ(ウツボ)料理で「くまもとふるさと食の名人」に認定される。現在、キダコ(ウツボ)を使った天草南蛮ちゃんぽんの開発にも取り組んでいる。

連絡先

宮木 ユリ子
(勤務先)
天草市五和町二江 547
ユメール
TEL : 0969-26-4011



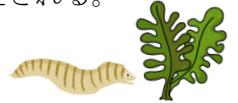
水産部門の伝統料理で県内で初めて
女性の名人に認定

くまもとふるさと食の名人
みやき
宮木 ユリ子 さん

「キダコをどうにかしてくれないか…」

～ Profile ～

天草町出身。五和町在住。熊本市内の食品会社に勤務していた当時、営業の仕事と料理について学ぶ。その後、天草に帰り漁協に勤務する。ウニの加工・ウツボ料理の開発に取り組み、その業績が評価され「くまもとふるさと食の名人」に認定される。



コラーゲンたっぷりのキダコ鍋

五和町ではウツボのことを「キダコ」と呼んでいます。昔から郷土料理として親しまれてきました。私が五和町の漁協に勤務していた頃は、キダコは骨の構造が複雑で捌(さば)くことが難しく調理方法に限られるうえに、値段も安い魚でした。「キダコをどうにかしてくれないか」と漁師さんからお願ひされ、少しでも高く売れるようにと加工することを考えました。そして平成9年より本格的にキダコ料理の開発を始めました。当時は、漁協で料理を作ってお客さんに提供するということができなかったため、ユメールに開発したキダコ料理の作り方を教え、その料理をお客さまに提供して頂くことになりました。

「キダコ鍋」でくまもとふるさと食の名人に認定！



私は、キダコ(ウツボ)料理の開発に取り組むまでキダコはさばいたことがありませんでした。高知県にキダコの骨抜き名人がいると聞いて修業に行き骨抜きの技術を習得しました。そして開発した「キダコ鍋」。キダコの皮はゼラチン質でコラーゲンを多く含み美容によく、なおかつ滋養強壯の食材です。そのキダコとジャガイモで作ったオリジナルの団子がよく合う美味しい鍋で「くまもとふるさと食の名人」に認定されました。

天草だけではなく県外にも…



オリーブ料理コンテストで入賞
「キダコのホルモンサラダ」



小暮剛さんと
記念撮影



キダコで出汁をとった
コラーゲンちゃんぽん



自慢のコロッケ

食の名人になったからには、ウツボ料理を伝統料理としてどんどん広めていきたいです。キダコ鍋をメインとして湯引き・タタキ・刺身・唐揚げはもちろんコラーゲンちゃんぽんなど。骨抜き処理をしたキダコ料理は、子どもから高齢者まで安心して食べる美味しい料理なので天草だけでなく県外にも発信して、天草を食からアピールしていきたいです。

子どもたちと生涯関わる 仕事をしていきたい!

チャレンジの あゆみ

平成10年に保育園を退職。『生涯子どものよき理解者として、生涯子どもと関わりたい』という思いから自己資金で「つわの花」を建設する。

平成13年4月から育児サークルを開始。平成17年にNPO法人とし、学童保育、絵手紙教室・高齢者いきいきサロンなどにも取り組む。

平成24年度は「地域ふれあいホーム」事業、平成25年度は「地域共生くまもとづくり」事業を実施。

連絡先

特定非営利活動法人つわの花
天草市有明町大島子
1973 - 1
TEL : 0969-52-0561



地域の子どもたちから障がい者、
高齢者までの交流活動の場

特定非営利活動法人つわの花

みやざき まさこ
代表 宮崎 正子 さん

~ Profile ~

有明町出身。有明町在住。産休交替で保育園に勤務したことをきっかけに保育士の資格を取得し、60歳で退職するまで35年間保育園に勤務する。



子どものよき理解者でいたい



育児サークルの様子



保育士として35年、子どもたちと関わってきました。驚きと感動の毎日でした。そんな中で、大人は子どものことをわかっているようで本当に理解していないことがあることに気づきました。そして、私は“子どものよき理解者になりたい”、“生涯子どもと関わりたい”という思いを温めていきました。退職と同時に『つわの花』を立ち上げ、経験を活かして「絵本の読み聞かせ」や「育児サークル」を始めました。

地域の子どもから高齢者まで

育児サークルから始まった「つわの花」を平成17年にNPO法人化しました。活動も学童保育事業、絵手紙教室、高齢者のいきいきサロンなどを行っており、地域の子どもから高齢者までの交流活動の場となっています。さらに、県の「地域の縁がわづくり」事業で、夜間や休日等における預かりや宿泊対応可能な居室を追加整備し、新たに「地域ふれあいホーム」として活動しています。



「絵手紙教室」の様子と完成作品



「地域の縁がわづくり」事業で宿泊対応可能な教室を整備

みなさんに支えられて



ふれあい市場の様子



支えてくださるみなさん

新たな事業として、施設の園庭で「ふれあい市場」を開催しています。地域の高齢者が栽培した野菜や加工品の販売です。売ったり、買ったりするだけでなく『つわの花』の部屋を開放して、ゆっくりお茶を飲みながらおしゃべりを楽しんでいただくコーナーを用意しています。高齢者も子どもも障がい者も集って、人のつながりを深め地域の福祉向上を目指します。これらのことは、私一人の力ではできることではなく、多くの人の支えがあってこそできることです。人の支えに感謝して、これからも活動が継続できるよう頑張っていきたいと思っています。

「100年継続する島づくり」を
目指す
地元のつながりと交流で生まれる
ネットワークで

チャレンジの
あゆみ

子どもが巣立ったあと
の空き部屋を利用し「お
うち民宿」を始める。
地元で採れた野菜や魚を
使った“地産地消のおも
てなし”

泊りに来たお客さんへ
手作り干物を提供したと
ころ、美味しいと口コミ
で広がりネット販売へ。

「おっそわけ精神」で
100年継続な、住みや
すい島づくりを目指して
いきたい。

連絡先

民宿エンジョイもりえだ
天草市御所浦町
Tel : 0969-67-2245



天草市商工会女性部 支部長
民宿 エンジョイもりえだ

もりえだ ふさこ
森枝 房子 さん

出会いそして交流

御所浦町では多くの修学旅行生を受け入れています。普通の修学旅行とは違い「クルージング」「化石採集」「地引網」など様々な体験や交流が出来る大変人気です。私が所属する天草市商工会女性部御所浦支部は部員20名で、天草市が進める「市の花咲プロジェクト」に賛同し、特に力を入れ活動しています。美しい景観を作ることも地域活性化の一つであり、「おもてなし」だと考えています。平成25年7月に大分県で開催された商工会女性部の「主張発表、九州ブロック大会」に県代表として出場し、地域での活動を発表しました。

島のお母さん（民宿エンジョイもりえだ）

自宅をそのまま利用した「おうち民宿」を始めたところ、今ではリピーターも増え、口コミでお客さまも来てくださるようにもなりました。お客さまには、特別なものではなく自分たちと同じものを食べてもらう“地産地消のおもてなし”で頑張っており、市場で出されていない規格外の魚などが、逆に喜ばれています。手作りの干物が大好評で、関東の方々からもネットで注文頂いています。お客様に“また（お話に）来た



い！”といってもらえる“交流の民宿もりえだは、“島のお母さん”と呼ばれています。



手作り干物

100年継続な島づくり

泊りに来られた東京の若いお客さまが「御所浦町を元気にしたい、力になりたい！」と“御所浦.net”というホームページを立ち上げ、PRをしてくれています。昔からの「おっそわけ精神（おすそわけ）」に代表される地元のつながりと、交流によって生まれる新たなネットワーク、この両方がこれからの幸せな島づくりに必要だと思います。子どもや孫の時代、そして100年先まで継続していく島づくりを頑張っていきたいと思います。



バルバルの干物



アジの干物



～ Profile ～

御所浦町出身。御所浦町在住。

十数年前、東京から映画を撮りたいとやってきた若者や化石の研究をする学生を自宅に泊めてお世話したことがきっかけで「民宿」を始める。



民宿 エンジョイもりえだ