

自分たちが楽しみながら、
多くの人とのふれあいを
大切にしていきたい！

チャレンジの あゆみ

まちづくり振興会の女性グループとして発足、イベントで惣菜・菓子等の販売からスタート。

イベント時の出店の他、「わだち饅頭」等でうまかもん商品開発への取り組みを開始する。

平成 20 年に、御領のまちづくり振興会が「元気づくり推進事業」の採択を受け、街並み散策の休憩地として空き家を利用した「ふれあい処わだち」の整備を実施。平成 21 年 4 月、安心で安全な食の提供とふれあいの場所としてオープンする。

連絡先

ふれあい処 わだち
天草市五和町御領 6530
TEL : 080-1762-0890



安心で安全な食の提供

こだわり素材と真心スパイス！

ふれあい処 わだち

代表 かねこ 金子 みちよ さん

“わだちの会”とは…

「ふれあい処わだち」は、平成 16 年に地域を盛り上げていこうと、御領まちづくり振興会の設立に合わせて、振興会の女性グループとして発足し、年に何回かのイベントに惣菜や菓子等を販売する活動からスタートしました。ぬかるんだ道にできる跡をわだちと言いますが、私たちの活動もわだちように足跡を残していきたいという思いと、「私たちの会」という意味を込めて「わだちの会」と名付けました。

たくさんの人がふれあえる場所として…



平成 20 年に、街並み散策の休憩地として現在のように空き家を利用した店舗に整備しましたが、観光客だけでなく地域の皆さんのふれあえる場所になるよう頑張っています。わだちの会では地元の食材を使った惣菜・お弁当・わだち饅頭等を販売したり、店内には喫茶コーナーもあります。また、一人暮らしの高齢者への弁当やおかずセットの宅配サービスも行い、高齢者とのふれあいも大切にしています。

夢へ向かって…

安心・安全なものを提供していくための食材選び、コストをどれだけ下げられるか、手狭なスペース、トイレ等、抱えている課題は山積みです。現在は喫茶ですが、将来的に店内で料理を提供できればと思っています。また、宅配等のお弁当の注文の増加とスペース的な問題から、メインだった「わだち饅頭」がなかなか作れない状況です。まずは、夢の実現に向け抱えている課題を一つ一つ解決していこうと思っています。そして、これからも自分たちが楽しみながら、たくさんの人とのふれあいを大切に、地域と共生できるわだちの会であるようスタッフ一同頑張っていきたいと思っています。

～ Profile ～

五和町出身。五和町在住。町の給食センター勤務の中で、料理について学ぶ。まちづくり振興会に入り、イベント時に惣菜・菓子等の販売を開始。平成 21 年 4 月に地域のふれあいの場として「ふれあい処わだち」をオープンし代表を務める。



化学肥料や化学農薬を使わず、
土本来の力を引き出す自然農法で
美味しいお米を栽培しています！

チャレンジの あゆみ

米作りをする中で農薬の使用量の多さに疑問を感じ、平成2年より無農薬・無化学肥料の自然農法栽培に転換する。

環境汚染を引き起こさず、FFCテクノロジーを利用し、さらに環境まで改善していく環境回復型の自然農法を実現する。

平成17年より超活性水ゼロウォーター（天命水）を使い安全・安心のお米作りや周囲の自然環境の改善にも努めている。

連絡先

健康一番楽らく農園（自宅）
天草市新和町小宮地 4809
TEL : 0969-46-3305
<http://rakuraku-nouen.com>



自然農法で夫婦仲良く二人三脚で
農業を営む

健康一番楽らく農園
かわさき よしみ
川崎 芳見 さん

～ Profile ～

楠浦町出身。新和町在住。結婚後、家業の農業に従事する。夫と共にメロンやキュウリ等をハウス栽培していたが、15年前からお米作りだけに専念し、農薬を使わない環境回復型の自然農法を始める。



きっかけは残留農薬の気付きです



残留農薬の気付きがきっかけで、平成2年より化学肥料や農薬を使用しない自然農法栽培で米づくりをしています。農薬を使わない米作りはすごく手間暇がかかり、何年も周りの人たちから笑われる田んぼしかできませんでした。昔から、農薬を使った米作りをしていた義母から「恥ずかしいから止めて欲しい」と言われたほどです。でも、成功を信じて、信念をもって安全なお米をつくるために夫婦で頑張りました。

こだわりの安全でおいしいお米を届けたい！

自然農法に栽培を移行し、20年以上が経ちました。環境汚染を引き起こさないで、さらに環境まで改善していく FFC テクノロジーや、平成17年からは超活性水ゼロウォーター（天命水）を利用し、環境回復型の自然農法を実現しました。私たちのお米を食べてくれる人、自分はもちろん家族や小さな子どもたちが食べて大きくなり次の世代を育む…。そのためにも、環境回復にこだわり、安全・良質なお米を生産し皆さんに届けたいと思っています。



お客様へ届ける商品には、夫が一枚一枚手書きで感謝の気持ちを伝えています。



夫と共に夢に向かって…



私たち夫婦の夢は果てしないです。大きく言うと地球環境の浄化で、紛争がなくなったり、飢餓がなくなったりと皆さんが願っていることと同じです。皆さんの素晴らしい影響を受けながら元気なお米作りに専念し、子どもたちの子どもたちへとつないでいける全ての環境善循環を目標に夫と二人で働いていこうと思っています。お米作りは、人間が作るものではなくて、自然が作るものだと思います。人間はいくらか手を加えるだけで人の手で作れるものではなく、尊いものです。手軽さとか面倒くさいというのを考え直し、それをお自分の子どもたちにも教えていこうと思っています。

天草の美味しい魚を もっとたくさんの人に 食べてもらいたい

チャレンジの

あゆみ

天草漁協女性部に所属し、女性部の活動に取り組む。

全漁連主催の全国青年・女性漁業者交流大会に熊本県代表として出場。シーフード料理コンクールで大日本水産会会長賞を受賞。実績が認められ、女性の指導漁業士に認定。くまもとふるさと食の名人にも選ばれる。

花づくりのボランティア

アや指導漁業士としての活動の他に新たに個人で魚の捌き方講習会を平成25年度から始める。

連絡先

川端 延代
天草市天草町大江

TEL : 0969-42-5766



魚の捌き方教室と地域で花づくりの
ボランティア活動に取り組む

女性指導漁業士

かわばた のぶよ
川端 延代 さん

気持ちよく散歩してほしいから・・・



前の老人会長さんから花の好きな私に声が掛かり、花植えのボランティア活動を始めて6年が経ちました。種や球根を発芽させて苗を地域の沿道などに植えています。いろいろ大変なこともあり他の人の手助けが必要な時もありますが、できるだけ負担のかからないようなスタンスで継続していきたいと思っています。何より、高齢者の方から花がきれいに咲いていて気持ちよく散歩できたと言われることが嬉しいです。

自分で捌いた魚で料理してほしい！

全漁連のシーフード料理コンクールで、鯛を使った「真鯛ソーセージのブドウとトマトのソース添え」という料理が大日本水産会会長賞を頂きました。また、「海鮮いろいろカナッペ」で「くまもとふるさと食の名人」に選ばれました。私が料理のレシピを考えるのは、もっと魚を食べてほしい・魚の美味しさを伝えたいという思いがあるからです。レシピだけではなく魚の捌き方を教えないと料理はできないということで、熊本県内を回って魚の捌き方と料理教室の活動も行っています。



各地域に魚の捌き方が体験できる施設を！



女性の指導漁業士は県下に2名しかいません。今年の6月より、これまでの県漁連や漁業士会の料理・捌き方教室活動の他に、個人で魚の捌き方講習会（教室）を始めました。受講者からの「1回だけではなく年に何回か開催してほしい」という要望でこれまで同じ場所ではなかなか開催できなかった講習会が個人で行えるようになりました。こういった魚の捌き方を体験できる施設が各地域にあって、講師として捌き方を教えることができれば、魚離れが解消でき魚食文化を継承できる。これが私のこれからの目標です。

～ Profile ～

河浦町出身。天草町在住。結婚後、家業である漁業に従事する。天草漁協女性部に所属し、全国青年・女性漁業者交流大会に熊本県代表で出場。女性の指導漁業士として熊本県に認定され、魚の捌き方教室などの活動に取り組む。



地域に笑いと 野草の活用法を提供し 人も地域も元気に！

チャレンジの あゆみ

保健師として 30 年近く勤務。

平成 9 年、「こっぱ劇団」結成。寸劇や歌などで施設などへボランティア活動。

「くらたけ野草を楽しむ会」で、野草を摘むことの楽しさと、その効能を学ぶ活動。

「天草八十八か所霊場巡拝」のもてなし休憩処
「熟女のめいど喫茶(サロン)」設立。

連絡先

「こっぱ劇団」

天草市倉岳町棚底 2180

TEL : 0969-64-3104



こっぱ劇団 代表

くらたけ野草を楽しむ会 代表

木崎 眞美子 さん

自分達も楽しみながらの「こっぱ劇団」

～ Profile ～

河浦町出身。倉岳町在住。

地元の高校を卒業後、看護学校を経て、長崎県立保健学院へ。

保健師・養護教諭免許取得。地元へ帰り、保健師として 30 年近く勤務しながら、「こっぱ劇団」結成。



「こっぱ劇団」は、倉岳町に住む女性 10 名がメンバーで、平成 9 年に町のコーラスメンバーで結成。天草の特産品である「こっぱ(干し芋)」のように、かめばかむほど味がでるように願い名づけました。小中学校・高齢者施設への慰問を中心に寸劇や歌や踊りのボランティア活動を自分たちも楽しみながら活動をしています。

野草摘みを楽しみながら ～効能を学ぼう～

天草には身近な山、土手、道端などに四季を通して野草が多くあります。しかし、野草の多くが、美味しく食べられることやお茶として飲めること、火傷やケガに効果があることなど、あまり知られていません。私は保健師として知り得た命の大切さや、野草を通じて生き延びる知恵などを子どもたちや地域の方々に伝えていきたいです。

「倉岳の自然豊かな田舎道を散策し、そこで摘んだ野草の効能などを勉強しながら、野草料理を楽しむ」そんな活動をやっていききたいです。



食を通じて健康づくりを伝えたい



料理した野草料理を入れる竹の器や箸も、地域の方々の協力で手作りされた物を使っています。食を通して自然の素晴らしさや、環境のこと・健康の大切さなど、考えるきっかけになればいいと思います。自然にふれながら素朴な味を味わってほしいです。また、「天草八十八か所霊場巡拝」の復活計画が進む中、巡礼者を、地域の方々の手料理などでもてなし出迎える休憩どころ「熟女のめいど喫茶(サロン)」ができました。倉岳をよく知ってもらい、地域に元気と笑いを届けていきたいです。



自分の夢や、希望を書き出して貼る

地域で子どもたちを見守りながら
未来・夢の応援団を
目指します

チャレンジの

あゆみ

北九州出身。小6の時、
天草へ。高校卒業後、ス
ポーツ関係の資格取得。

PTA 役員経験

子ども支援活動ボランティア

「ゆめの絆∞わらびか
み」2007年設立

2013. 12月より

主任児童委員に就任。

年に数回、チャリテ
ーバザーや講演会を行
い、益金で絵本、玩具、
学用品等を寄贈。

未来を担う子どもたち
のために人として一番大
切な「思いやりの心」を
育て、「居場所づくり」に
取り組みたい。

連絡先

「ゆめの絆∞わらびかみ」

本渡町広瀬5-47

TEL : 080-1703-8518



子ども支援活動ボランティアグループ

ゆめの絆 ∞ わらびかみ

代表 きはら なるみ
木原 成美さん



ボランティアを始めたきっかけは・・・

子ども達へのクリスマスプレゼント

幼稚園・小学校で役員をした時に、家庭の事情で辛い思いをしている子どもや親御さんがいることを知りました。悲しむ子どもたちをふやしたくないという想いと、現実を受け入れ頑張ろうとしている親御さんの少しでも役に立ちたいという想いから、「ゆめの絆∞わらびかみ」を2007年に設立しました。私自身、5歳の時に父を病気で亡くし、弟や妹の面倒をみながら母の支えになろうと必死でした。一番下の妹の小学校入学を機に、北九州から母の実家のある天草へと引っ越してきたのですが、北九州にいたあの頃、近所の方や先生方に良くしていただいたからこそ、私たち家族は今こうして生きてこられたと思います。あの時受けた恩を、この天草で恩返ししていきたいと思っています。

子どもたちを支える活動

奨学金が「お金」の支援であるのに対し、私たちの活動は制服や学用品等を提供する「物品」の支援です。諸事情で入学用品等を準備できない家庭や、急な転入で必要となった家庭に、学校や施設を通してリユース（再利用）の制服や学用品を提供しています。また、年に数回、チャリティー目的のバザーや講演会を行い、そこで得た益金で、天草を中心とした県内の児童養護施設や学校等に学用品を寄贈しています。

去年は、東北の震災を被災した子どもたちにも、クリスマスプレゼントを贈ることができました。これからも、子どもたちを見守る心温かい人たちの支援をつなぐ、活動をしていきたいと思っています。

天草は、「人にやさしい島だね」といわれたい



講演会



たくさんのお礼状



幸せになるために生まれてきてくれた命。どの子の命も大切に大事な命。悲惨な環境に耐えながらも親や大人への愛情を求めている子どもたちへ「生まれてきてくれて ありがとう！」「ご縁をありがとう！」「あなたが大好きだよ」「あなたの味方だよ」「あなたがいてくれて嬉しいよ」と声をかけていきたいです。天草の子どもたちが、笑顔でいきいきと生活できるまちづくりや、学校に行けない子どもたちの“居場所づくり”を行っていききたいです。それには、高齢者の方の知恵をお借りしたり、専門分野の方とタッグを組みながら、未来の子どもたちが人として一番大切な思いやりの心を持てるような環境づくりが大事だと考えています。温かい気配り・心配りが、天草いっぱい広がるよう、これからも活動を頑張っていきたいです。

何十年もかかって土の素晴らしさを知り、いくつもの感動をもらいました

チャレンジの

あゆみ

稲作だけでは食べていけないので、夫と二人でメロン栽培を始める。

苗づくりがうまくいかないでいた時に、友達から「EM」とEMの先生の「杉本さん」を紹介してもらい、アドバイスをもらいながら土づくりと苗づくりを成功させる。

夫の死後 12 年、周りの人に支えられながらEMを使った環境にやさしいメロン栽培を続ける。「美味しいメロン」と口コミで広がり、収穫後すぐに完売するほどの人気商品になる。

連絡先

桑野 セイ子

天草市新和町大宮地

4734-3

TEL : 0969 - 46 - 2067



化学肥料を使わずにEMを使って環境にやさしいメロン栽培に取り組む

くわの
桑野 セイ子 さん

～ Profile ～

下浦町出身。新和町在住。結婚後、稲作農業に従事する。夫と共に新たにメロンのハウス栽培を始める。EMの先生との出会いで、メロン栽培も順調になりこれからという時に夫が亡くなる。それから 12 年、周囲に支えられながら環境にやさしいEMを使った方法でメロンを栽培している。



EMの先生との出会い

お友達から「花にかけてみて、元気になるから」とEMの活性液を頂き、そして「杉本さん」というEMの先生を紹介してもらいました。花にEMをかけるとすごく元気になりました。これをメロン栽培に使えないかな？このことがきっかけで、これまでの栽培方法からEMを使ったメロン栽培へ転向しました。苗づくりがうまくできなくて、杉本さんに相談したら、EM活性液を使って自分で土を作り、さらにEM活性液を苗にかけてくださいました。杉本さんにアドバイスをもらいながら、苗づくりが成功しました。



EMの先生 杉本さん

孫たちの時代も住みよい日本でありますように！



夫がなくなり 12 年が経ちました。杉本さんや周囲の方に支えられ、私のメロン栽培は続いています。自然災害等で大変なこともあります。私のメロンを心待ちにしてくださっている方がいらっしゃるの、その方たちとお会いするのを楽しみに 12 年間頑張ってきました。3,500 個のメロンは「有機栽培の美味しいメロン」として口コミで広がり、出荷するとすぐに完売してしまいます。化学肥料を使わない、EMを使った環境にやさしい栽培方法で「孫たちの時代も住みよい日本でありますように！」と願いながら、これからもメロン栽培を頑張りたいと思います。

私にできることは…

メロン栽培をする中で、「EM」を知り、杉本さんと出会うことができました。そして、農業を始めて何十年もかかって土の素晴らしさを知り、いくつもの感動をもらいました。これは、私にとっての宝物です。自然は、光も空気も水も無償で私たち人間に与えてくれます。私たちは、それを当たり前のように暮らしてきました。今、地球は年々温暖化が進み色々な所で異常が起こっています。このことは、私たち人間が限りなく豊かさと便利さを求め続けた結果だと思います。私にできることは、「美しき大地と自然界」を守るためにEMでのメロン栽培を続けることと、EMの素晴らしさをもっと多くの人に知ってもらうことだと思っています。天草で着実に広がるEM活用の輪。学校プールの清掃や河川の浄化、家庭での活用や水稻などの農業。「小さな一歩が大きな未来へ！」EMがもっと日々の暮らしに根付いてほしいと思っています。

