

ふるさと飯館で “自分らしく”生きよう会

「ふるさとで自分らしく生きること」を選択し帰村した人たちが、共に健康で元気に暮らしていけるよう、日中仕事についている人が参加しやすい夜の時間帯にピラティス教室を行っています。



講師の宮谷理恵さん(前列中央)と参加者の皆さん。リラックスした和やかな笑顔がいいですね。



ピラティスは、インナーマッスルを鍛えてバランスのとれた体をつくるエクササイズです。

自分らしく生きよう！
ピラティスを通して
仲間と共に健康増進

月に3回、ピラティス教室を開催しています。参加者は、一体感をもって健康増進に取り組みながら、仲間との交流の時間も楽しんでいます。また、新しい村づくりを進めるための交流の場として、移住してきた人と帰村した人が共に郷土食を味わったりコンサートを楽しんだりする企画にも取り組んでいます。



体操教室の講師は吉井雅彦先生。代謝を高めた痛みを改善したりする体操のポイントを伝授。



昨年は双葉町などで視察研修を行いました。今年は11月に岩手県三陸地方を訪れます。

きつつきの会

村民が心身共に元気で暮らせるよう、体操教室とヨガ教室を、それぞれ月に3回ずつ開いています。また、支援をいただいた方々に感謝を伝える活動や交流を続けてきました。関連地域や被災地域の視察研修なども行っています。

大切なのは心の復興
「ありがとう」を基本に
笑顔でつながり続けよう

避難先自治会として平成24年に発足した『きつつきの会』。自治会解散後も村民の憩いの場として「帰村された方」「今は帰れない方」のつながりを保つ活動が続けてきました。健康増進、生きがいづくりの活動を中心に、支援を受けた自治体を訪ねたり被災地それぞれの復興を学んだりする視察研修も行ってきました。



八和木地区の農地やハウスで、村民の協力の下、様々な大学の学生が農業体験をしています。



村の農産物を活用する「村カフェ753」でベーグルづくり。美味しさや楽しさを発信します。

飯館村営農促進組合

今年度スタートした新たな取り組み。除草作業や収穫作業を行う学生ボランティアを募り、農業体験や農産物の美味しさなどを発信してもらうことで、村の農業の担い手確保につなげます。飯館村復興創生専門員の万福裕造さんが協力しています。

**学生ボランティアの
農業体験・交流・発信を
担い手確保のきっかけに**

学生ボランティアが村での農業体験をSNSなどで発信。各大学のイベントでも村の農産物を活用しています。これまでに7大学・のべ約60人が参加し、村民の経験を外部に伝える機会にもなっています。若い世代の就農につながる取り組みを進め、将来的には脱炭素事業と連携した未来志向型農業にも挑戦したいと考えています。

飯館までい文化事業団

避難先で始まった「飯館村手仕事の会・裁縫科」が活動の前身。手仕事という文化活動を、産業の一つとして成長させるまでを活動の目的にしています。今年度はこれまでの活動を発展させ、草木染めのワークショップを開催しています。

**心を通わせながら
までいな手仕事を楽しみ
彩り豊かな暮らしを紡ぐ**

おしゃべりをしながら楽しむ手仕事の間を、心安らぐコミュニティの再生につなげてきました。今年度は、四季折々の植物を使って様々な素材を染めるワークショップを開催しています。剪定した梅の枝を使ったり、野辺の雑草セイタカアワダチソウを使った。草木染めの他、9月のワークショップでは藍染めにも挑戦しました。



若い人にも取り組みやすい草木染めは世代を越えた交流にもつながります。



11月20日のワークショップは参加者募集中。申し込みは☎080-6027-7655(曾田さん)まで。