

地域おこし協力隊 活動日誌

川俣町で活躍する地域おこし協力隊のみなさんの活動の様子を毎月お伝えします。

【応募したきっかけ】

小 学生の時に藍染体験をしたことがきっかけで染色に興味湧き、高校卒業後にテキスタイルなどを学ぶ専門学校に進学しました。そして学校の授業で改めて草木染を学んだ際、様々な植物を利用して多種多様な色を生み出せる魅力に惹かれ、卒業後は草木染の会社に入社しました。しかし、以前から作家活動をしたいという夢があり、自分自身の表現や学んだ技術を活かせる場所を探していたところ協力隊の募集を見かけて応募しました。



川俣シルク・染色 松戸 萌恵さん
【現在の活動内容】
かりこ館で作業をすることが多く、草木染体験の手伝いや染色技術習得に向けて日々取り組んでいます。また、川俣高校や町内で開催されるイベント等でワークショップを開催し、川俣シルクのPRも行っています。工房によって染色のやり方が違うのでこれまで学んだ知識・経験と、川俣町で新しく学ぶことをうまく活用し、川俣シルクの魅力を伝えていきたいと思っています。また、空き家を活用したアートギャラリーなども作り、観光資源となるよう整備したいと思っています。



栄養満点！今が旬のかぼちゃの

旬な野菜で健康レシピ 9月号

食生活改善推進員が考案した、旬の野菜を使った簡単にできる健康レシピを毎月ご紹介します。



Healthy Recipe

＼ビタミンACEで免疫力アップ／ 塩こうじの和風かぼちゃスープ



【材料】2人分

かぼちゃ 1/8 カット (250g)
玉ねぎ …………… 1/2 個
水 …………… 250 ml
牛乳 …………… 200 ml
塩こうじ …… 大さじ 1.5
バター …………… 20g
こしょう …………… お好み
パセリ …………… お好み

【作り方】

- 1 玉ねぎを薄切りにし、バターを敷いた鍋で炒める。
- 2 かぼちゃは適当な大きさに切り、水と一緒に①の鍋に入れ、皮つきのまま蓋をして蒸し煮にする。
- 3 かぼちゃが柔らかくなったら、マッシャーで潰す（粒感が残っていることで、食べ応えUP。）
- 4 牛乳と塩こうじを加えて混ぜ、軽く火を通し、コショウとパセリをかける。

今月の旬な野菜

かぼちゃ



かぼちゃは、ビタミンA・C・Eがすべて豊富に含まれており、これらが相互に作用することで疲労回復や免疫力アップにつながります。

特にビタミンA・Eは油で調理することで吸収率がアップします。

ワンポイントアドバイス

季節に合わせて
温冷でおいしくどうぞ！

栄養素が高いかぼちゃをスープで丸ごと無駄なく食べてみて！



今回のレシピ考案者は
齋藤 加代子さん（大綱木）

Smile of This Month



大切なこどもの笑顔を、広報かわまたに掲載しませんか？
掲載を希望される方は、下記へご連絡ください。

総務課文書広報係



024-566-2111（内線 1105）



soumu@town.kawamata.lg.jp



かずは
橋本 和晴 ちゃん（大作・4歳）

周りをほっと和ませる優しさと、前向きで澄み切った明るさで、毎日たくさんの笑顔をくれてありがとう！家族やお友達を大切に思うその優しさは、パパとママの大切な宝物です。これからもいっぱい遊んで、素敵なお話をたくさん聞かせてね！…パパより♡



ぎん
高橋 吟 くん（鶴沢・4歳）

1つ上のお姉ちゃんと遊ぶのが大好きな吟くん。いつも一緒におまごををしたり、走り回ったりして楽しそうに遊んでいるね。たまに遊んでもらえなくていじわるしちゃうこともあるけど、ごめんねしたらまた仲良し！2人の笑い声を聞いて、パパもママも毎日元気をもらっています。これからも仲良し姉弟でいてね！…パパ、ママより♡

川高 NEWS

03

「かわ探フェス」を開催します！ぜひ川俣高校へお越しください。

これまでの活動はこちらから！



Instagram



note

MAIN

川俣高校2・3年生による

かわ探成果発表

これまでの成果や取り組みを発表・展示するほか開発したコーヒー、シャモ料理などの提供、ワークショップをお試しで実施します。



かわまた探究の成果発表会

かわ探フェス

10.3 土 **10:00-14:00**

入場無料

会場 川俣高校第1体育館
(福島県川俣町飯坂字諏訪山1)



地域の皆さまと進めてきた「かわまた探究」。その成果や取り組みを披露する一大イベントがこの秋、開催されます。

SUB

川俣高校1年生による
かわ探成果展示

川俣高校生による
ステージ発表
商業・工業の授業成果

地域の方々に講師とした
幸せな放課後
プロジェクト紹介

キッチンカーも多数出店！

