# 原村

# 地域おこし協力隊

## 問

479-7929 (直済479-7942 (直済479-7942 (直済479-7942)

# 任期を終えた隊員に聞く

# 活動を振り返って



— 八ヶ岳STAR GP-

子ども向けのスポーツイベントで、この 大会をきっかけに初めて原村に来たとい う方も多くこれからも続けていきたいと 思っています。



―― すわの仲間たち

セロリンをモチーフに商品開発に携わり、風味豊かでかわいらしい原村土産が できました。



──HARA!! Tシャツ

遊びに来てくれた友人の一言をきっかけ に商品を開発しました。

移住して間もない頃は知人もおらず孤独感を感じることもありましたが、 地域おこし協力隊の活動・イベントを通して様々な方との出会いがあり、 今ではたくさんの友人や仲間ができました。

雄大な八ヶ岳、裾野に広がる田畑、広く澄んだ空、さわやかな風、 本当に気持ちのいい場所です。

これからも原村で楽しく生活を送っていきます。



#### 坂口 陽史さん

千葉県四街道市出身。平成30年大学卒業と同時に原村へ移住、今春まで3年間地域おこし協力隊で活動を行った。現在は(一財)原村振興公社の職員として八ヶ岳自然文化園で勤務する。



---- My Field

原村に住む人たちにも、原村の魅力に気 づいてもらいたくて毎月発行しました。



Instagram

原村での暮らしの中で感じたことを原村 を知らない方々にも知ってもらうために 始めました。



— 料理教室

原村の特産品を使った料理など、さまざ まなレシピを考えて教室を開きました。



移住してよかったです!都会にいる時より豊かな生活で、 大切なことに気が付けたし、大切にしたいことにも出会えました。 今は、子育てに奮闘していますが子どもがお腹の中にいる時、おいしい空気 を届けてあげられることがすごく嬉しかったです。 自然の中での子育ては、本当に最高です!

#### 尾島 美咲さん

神奈川県出身。原村地域おこし協力隊を平成28年11月から令和元年10月まで務める。 現在は富士見町に在住。

## 地域おこし協力隊とは■

「都会を離れて地方で生活したい」「地域社会に貢献したい」「人とのつながりを大切にして生きていきたい」「自分の手で作物を育ててみたい」…。
「地域おこし協力隊」とは人口「地域おこし協力隊」とは人口「地域おこし協力隊」とは人口があい、その定住・定着を的に受け入れ、地域協力活動を方において、意欲ある都市住民の図ることで、意欲ある都市住民の図ることで、意欲ある都市住民の図ることで、意欲ある都市住民のコーズに応えながら、地域力の維持・強化を目指していくことを目

## ある日の協力隊員

役場以外の拠点として月・水・金曜日は八ヶ岳自然文化園内「デリ&カフェK」に駐在。 移住相談にも乗ります。



同じ時期に村内に移住されてきた名取さんに「りぶらぶ原村」の取材。 何った内容は14ページにて。



またこの春から新たに加わった隊員をし協力隊」。今号ではその活動に触れ、

交流人口の増加

ただい

7

いる「地域おこ

一の増加と産業の活性化のため

原村の魅力を広く情報発信

取材の合間に村内のお店でランチ。 美味しくてボリューム満点です!



#### 岡﨑 苗美 隊員

令和2年4月に千葉県佐倉市から原村に移住、地域おこし協力 隊2年日。

田舎暮らしや移住交流を担当する一方、ネイチャーゲームリーダーやキャンプインストラクターとして自然遊びにも積極的に取り組む。子どもは原小に通う4年生と1年生の男の子。



柏崎 奈津子 隊員

埼玉県熊谷市から移住。飲食店運営、花き 農家、タイマッサージ施術など様々な仕事 を経験。地域おこし協力隊では「滞在型観 光の推進 などに取り組む。

# 朝起きて「今日は山に登ろう」

ださい。 柏崎さんのきっかけを教えてく

ぼみた 発信すべき要素はいろいろありそ ぎみこい。本当においしいですよ!さくらん本当においしいですよ!さくらんずき」を昨年いただいたのですが、 としては負けないくらいアピール ですが、先にブランド [星の村]としては阿智村が有名 うですね。 化した原村

村澤

たり、諏訪方面の夜景だったり…が出ていたり、見上げた星空だっ らしたいなと考えるようになりま ここは本当にいいところだな、暮 した。

原村を挙げていただけるように

て、皆さんに行き先の候補として いんだ」ということを情報発信し したいです。「こんなに素晴らし

祭など、この場所ならではのイベ なったらいいですね。星空の映画

トにも積極的に関わっていきた

おっしゃいます (笑)。のじゃなくて、眺めるもんだ」とすると、地元の方は「山は登るも 私も山が好きで「山が近くにあっ 空が広いですよね。 て素晴しい!登りたい !」と力説

れなかったので…。 おくては登 した。これまで登山というと「前のですが、登山口が近くて驚きま 先日蓼科山と天狗岳に登ってきた

(笑)

# 当たり前の中に魅力がい

単身用のアパートが少ないようでるまでにはかなり苦労しました。 お二人が暮らすのは…?

柏崎

# 人に伝えるために、自分がまず感じよう!

この春から新たに村地域おこし協力隊に着任された村澤有美隊員と柏崎奈津子隊員。 原村に移住したきっかけや経緯、今後の抱負などを、協力隊2年目となる岡﨑隊員とともに



グがコロナ禍と重なってしまい

原村で生産された「フルー

ツほお

とあります?

ないです

お二人はほおずきを生で食べたこ ているものとは違いますね やはり都市部のスーパ

# 人とのふれあいを大切に

柏崎

すね。

じっくりお話を聞けたりしますよ

岡﨑

昨年セロリ農家さんに取材でお邪

して原村に来ら 村澤さんが地域おこし協力隊と とのやりとりが新鮮で、人と触れクショップイベントでのお客さん 社の直営店で体験した接客やワ ありました。たまたまその頃に会ていて良いのか?」という自問が 13年勤めたメーカーでは後輩もで き達成感も感じていたのですが、 一方で「このまま同じことを続け たのは?

の貴重な体験でした。

農業体験は私もやってみたいで

てもらいました。自分でも初めて 魔して、苗の植え付けを手伝わせ

岡﨑

昨年の夏はほとんど野菜を買いま

岡﨑

ちょうど1年前、着任のタイミン 合うことに興味が湧きました。

がおい

しい!」と驚いていました。

イーで売られ

遊びにきた息子が「ブロッコリー

いるので…(笑)。

らの野菜がドアノブに下げられてせんでした。帰宅すると、何かし

村澤 有美 隊員

東京都足立区から移住。専門学校を卒業 後、ぬいぐるみメーカーで13年デザイナーと して勤務。地域おこし協力隊では「星の降る 里ブランド」推進などに取り組む。

田舎暮らし案内人の活動を動画で しさがありました。そんな中でも思うように外に出られないもどか 配信するという動きを始めまし た。それぞれのお宅にお邪魔して

「じゃあ、行こう」って出かけられその日に天気予報を見てから

すぐに埋まってしまう状態です。足りておらず、空き物件が出ても

原村は移住希望者に対して物件が

今年度は村でも「空き家有効活用

柏崎

が、エコーラインから見えた八ヶて遊びに来る機会があったのです 2年前に友人が蓼科に別荘を借り

岳に圧倒されました。その後何度

も訪れるなかで、八ヶ岳の上に月

これはすごいことです

はゲー いた頃に原村の「地域おこし協力もは自然の中で育てたいと思って と豊かな生活がある、自分の子ど かしらの習い事、それ以外の時間 とばかりで、子どもたちは毎日何 りのお母さんたちの話題は塾のこ た。千葉県で暮らしている頃、周と思って1年前に移住してきまし 私は子どもを自然の中で育てたい 隊」の募集を知り、応募しまし ムという環境でした。 ŧ

子どもの過ごし方は大きく変わり ました。かつてはお金を払って の人工砂場

**あちこち探検するのが楽しい** 今はこちらに来たばかりなので

りなので、

で

車を降りて歩いてみると、新鮮な

ですが、地元の方に話すと「いつきれいな青なんだろう」と思うの

星空とともに、昼の空も「なんて

さんありますよね。 移住したいと思える、 えていったら良いと思います。 移住希望者が検討できる物件が増 促進」に取り組まれるようなので、

魅力はたく

もと変わらない空だ」とおっしゃ

います (笑)

に親子で参加して、チェーンソーます。先日は森林整備のイベント それは楽しそうですね 間を費やしていたのが、原村では で遊んだり、ゲームセンターで時

で木を切らせてもらいました。 ショッピングセンター お子さんはこちらに来ていかがで

っぱ 61

山の美 発見があったりしますよね きな魅力だったりします 野菜の美味しさとか… 「人に伝えるにはまず自分が感じ とって当たり前なことが、実は大 しさとか、空の青さとか、 地元の方に

では、まず… がけます。 それは大切なことですね。 わったんです。2年目の今年はこ ンタープリター」のセミナーで教 ることが大切」ということを「イ をさらに実践してい 一緒に 私も心

陀岳に登りましょう。 いいですね!登りましょう!! ヶ岳、阿弥

(5) 2021.6 広報はら

え、登るんですか…?



いことも多いでは初めてのこと に教えて 懸命、勉強し きながら、 すが、みなさん す。環境のこと

いです。

長野県から研修派遣で原村に参りま みなさん、こんにちは

した

でお世話になることとなりまれのと申します。松本で3年 出身は埴科郡坂城町というところで した。 働 いたあと、ここ原村 した、宮島由

食べてきました!とてもおいしくて、また夏に外で好きなので、八ヶ岳中央農業実践大学校でアイスをわたしは食べることが趣味で、特に甘いものが大

食べたら気持ちいいだろうな~と思って

います。

かで、穏やかなところなので、 らっしゃるのではないでし ろなので、通りかかったことがあるよという方も れてみてください しょうか?千曲市と上田市の間にあるとこ ょうか。坂城町も自然豊 機会があればぜひ、 みなさん 場 で 訪

日でした。

いご飯屋さんや、自然豊

りと、原村を堪能し、

ほかにも、たて

)、いいところだ~と実感した一な自由農園で野菜を買ってみた

ご存知で

設水道課 係で働いていま 水道課 環境、4月から建

いるので、色んスポット、楽し り、温かく接してくださるのが、とてもとても嬉 ことを知って く、どんどん原村を好きになって 、が、村の皆さんがとても親切に教えてくださった原村のことや、環境のことを学んでいるところで 知っていけたらなあと思っております!で、色んなところに出かけて、もっと原ト、楽しいイベントもたくさんあると聞 と開いると聞いると聞いる。

特定外来植物生態系被害防止外来種

役場にきた際はぜひ優 しくお願いいたします1年間という短い問 間ではあり くお声がけくださる って (1 ます

# 原村診療所

(原村国民健康保険直営診療所)











診療所長

新型コロナウイルスワクチンの接種が始まっています。 皆さん心配されていたことでしょう。高齢者から順次接種 が行われていますが、少しずつ収束に向かうことを願って います。

4月から新しい医師が加わり新たなチームで診療を行っ ています。それぞれ得意な分野があり、地域の人たちに役 立つ診療を行なえれば良いと思っています。

ちなみに痔でお悩みの方は、私の外来に相談に来てくだ さい。

作家井上ひさしの名言に「難しいことを優しく、優しい ことを深く、深いことを愉快に、愉快なことをまじめに書 くこと。」というのがあります。診察する時の心構えとして、 このことを頭においてやっていければと考えています。

# 濵口 實



病院 総合診療専攻医 **丸山 創** 

4月から原村診療所で勤務しています。丸山創と申しま す。出身は茅野市ですが、北海道の大学へ行っていた事も あり、しばらく北海道に住んでいました。

平成31年の4月から諏訪中央病院で勤務するために久 しぶりに地元に戻ってきました。皆様の様々な健康問題に 関わらせて頂くことになるかと思いますが、私が特に力を 入れている分野として、運動器疼痛の診療があります。

肩が痛い、腰が痛い、膝が痛いといったお悩みをお持ち の方は多くおられると思います。そのような症状に対し て、整形内科学という考え方でアプローチする事ができる ようになってきました。超音波で筋肉や靭帯を確認しなが ら、痛みの原因部位に薬液を注射する、エコーガイド下 ファシアハイドロリリースという治療を原村診療所で行え るように準備しました。是非ご相談ください。

# 駆除にご協力ください

景色がとてもきれいで、思わず歓声をあげてしまいい天気だったので、エコーラインや鉢巻道路からの月のはじめに早速ドライブに出かけてみました。い原村といえば八ヶ岳!というイメージがあり、4



オオハンゴンソウ [特定外来植物]



オオキンケイギク [特定外来植物]



オオブタクサ [生態系被害防止外来種]

駆除の方法は

市町村職員

研修派遣

宮島

由が紀ま

建設水道課 環境係

**3**79-7933

(直通)

- ☑根から繁殖します。 根こそぎ駆除しましょう。
- ☑種からも繁殖します。 種がこぼれないようにしま しょう。
- ☑刈り取りするだけでも、弱ら せることができ有効です。

問 建設水道課 環境係 ☎79-7933 (直通)

濵口医師・丸山医師の診察日は、18ページをご覧ください。

(7) 2021.6 広報はら 広報はら 2021.6 (6)

# 医療費の全額を自己負担したとき

## (療養費の支給)

問 保健福祉課 医療給付係 ☎79-7926 (直通)

# **全 医療費の全額を自己負担したときは 療養費で払い戻されます。**

下記のような場合は、いったん医療費の全額が自己負担となりますが、申請をして審査で認められれば、負担した金額のうち自己負担分を除いた額が払い戻されます。尚、申請から支給まで2、3か月ほどかかり、審査の結果によっては支給されない場合もあります。

#### **(半) 払い戻しの申請を忘れずに!**

医療費などを支払った日の翌日から2年を過ぎると支給されません。

#### 全ての手続きに必要なもの

- 1来庁される方の本人確認書類 (運転免許証など)
- 2印鑑 3マイナンバーのわかるもの
- 4被保険者証 5振込□座のわかるもの
- ⑥療養費支給申請書 (医療給付係窓□にあります)

※同一世帯の方以外が申請する場合は、委任状が必要です

	<b>- / かし</b> キ	夕中誌に必要かれの
こんなとき		各申請に必要なもの
自費治療	不慮の事故や旅先で急病になり、やむを得ず 被保険者証を持たずに診療を受けたとき。	・領収書 ・診療内容明細書
誤った 被保険者証で受診	社会保険などの資格喪失後、その被保険者証で診療を受けたとき。	・領収書 ・診療内容明細書
補装具等を 作成した <sup>(注1)</sup>	医師が治療上必要と認めたコルセットなどの 作成費用がかかったとき。	・領収書 ・医師の診断書か意見書 (靴型装具の場合は写真が必要)
輸血の生血代	医師が必要と認めた輸血の生血代がかかったとき。 ※親族からの提供は除く	・医師の診断書か意見書 ・輸血用生血液受領証明書 ・血液提供者の領収書
海外渡航中に 受診 <sup>(注2)</sup>	海外渡航中に診療を受けたとき。 ※治療目的の渡航は対象外	・領収書 ・領収明細書 ・診療内容明細書 ・海外渡航した事実が確認できる もの ・調査に関わる同意書 ※外国語のものは日本語の翻訳文 (翻訳者の住所、氏名の記載と 押印があるもの)

- (注1)・対象となるのは、治療のためにどうしても必要であると医師が認めて装着させたもの (コルセット・治療用装具・サポーターなど) で、日常生活や職業上の必要性によるものや美容目的で使用するものは該当しません。
- (注2)・給付対象となるのはその治療が日本国内の保険診療として認められた治療で、支給される金額は日本国内での同様の治療を国保で受けた場合を基準にして決定されるため、海外で支払った治療費の全額が対象となるわけではありません。 ・渡航前にお問い合わせください。現地の病院等に作成依頼する書類一式をお渡しします。

# ははまっり

問 原村図書館 ☎70-1500 (直通)

6月19日(土)、20日(日)の2日間、 原村図書館まつりを開催します。

楽しさもりだくさんです。お友達やご家 族のみなさんでお出かけください

### 6月19日(土)

#### おはなし会

ボランティア団体によるおはなし会!

- ・おもちゃ箱
- ・やまんば
- 絵本を楽しむ会

時間:午前10時30分~正午場所:図書館2階大会議室

#### 消防車をつくろう

クラフトをはさみやのりを使って作ります。 申し込みが必要です(定員15名)。 6月13日(日)までにお申し込みください。

講師:阿部 嘉明さん

時間:午後1時30分~午後3時

場所:図書館2階

大会議室



#### 6月20日(日)

#### 人形劇

演目:『ぽんぽこ一軒家』、『魔法じゅもん』

劇団【赤とんぼ】

「テレビの中で育っている子どもたちに生の 舞台の良さを体で感じてほしい、その土台を

作ろう。家族みんなで一緒の 舞台を観て話ができれば」

と活動を続けて40年を越える。

時間:午前11時~正午

場所:図書館2階 大会議室

#### 講演会

演題:「本 大好き」 講師:小林 節子さん

原村に移住して22年目。福島県出生、横浜市

育ち。元フジテレビアナウンサー。

フリーに転身後、1984年から20年間にわたりテレビ東京系情報番組「レディス4」の司

会を担当。

時間:午後1時30分~午後3時場所:図書館2階大会議室

# 画目

#### 古本・古雑誌、おわけします

古い図書、雑誌を無料でおわけいたします。ご自由にお持ち帰りください。

時間:午前10時~午後5時 場所:図書館2階廊下·小会議室

#### ブックコート体験

当日、本をご持参のうえ、カウンターに直接お申し込みください。

時間:午後3時30分~午後4時30分

場所:図書館1階児童コーナー

材料費:50円/冊

(9) 2021.6 広報はら