



長万部町地域おこし協力隊通信



こんにちは！毎年お盆を過ぎると暑さも落ち着いて一気に涼しくなりますが、もっと暑い夏が続いて欲しいと思う高橋です。みなさんは夏を満喫できましたか？

この度8月31日をもって長万部町地域おこし協力隊の任期を終了いたしました。

任期中に温かく応援して下さった町民の皆様へ心よりお礼を申し上げます。

例えば3年前、長万部に来た時には「自然が豊かな長万部で暮らしてみたい！」「実際にはどういう感じなのだろう？」と、わからない事だらけのスタートでしたが、生活スタイルが変わり、様々な価値観や認識も日に日に変化してきたように思います。

カフェの開業を目標にナチュラルフードコーディネーターや生米パンのインストラクター資格を取得し、メニューの試作を重ね、食に関する知識と経験を深めることができました。

カフェで無農薬の作物を提供したいという思いから野菜やベリーの自然栽培に挑戦しました。長万部で自然農の先輩に出会い、実際に畑で教えていただいた事は自分にとってかけがえのない経験となりました。自然農の畑づくりは10年かかると言われ、知識も経験もこれからの未熟者ですが、「来年はあれも育ててみたい！」「来年はこうしてみよう！」と色々考えてはワクワクしています。

任期中に物件が決まらず、カフェ開業の目標を達成することができなかったのは残念ですが、夢は諦めず、キッチンカー等、他の手段も考えつつ卒業後も長万部に残り、物件探しを続けたいと思っています。任期の終盤は体調を崩し、思うように動けず不本意な最後になってしまいました。まずは体調を万全に整え、充電を満タンにして再スタートしたいと思っています。

町民の皆様には引き続き温かく見守っていただけると幸いです。今後ともよろしくお願ひ申し上げます。3年間お世話になりました。読んでいただきありがとうございます！(高橋麗子)

今月のグルテンフリーメニュー

米粉や生米を使って小麦不使用のパンやお菓子を作っています



←フォカッチャ(イタリアの平たいパン)のサンドイッチとガーデンサラダ
玄米、じゃがいも、オリーブオイルを練りこんだパンに岩塩を振って焼き、具材を挟みました。畑で採れたレタス、トマト、スナップエンドウ、ラディッシュのサラダは最高の美味しさです！



←タコス(とうもろこし粉で作った皮で具材を包んで食べるメキシコ料理)
とうもろこし粉に米粉をあわせて皮を作ってみました。来年は自家栽培のとうもろこしから作ってみたいです！



高橋さん
3年間ありがとうございました
カフェ開業に向けて頑張ってください！



求人募集

(有料広告)

(有)かにめし本舗かなや

~私たちは一緒に働いてくださるスタッフを募集しています~

ご検討いただける方は、まずは下記まで連絡ください

◇連絡先 01377-2-2007(代) 担当：松島