

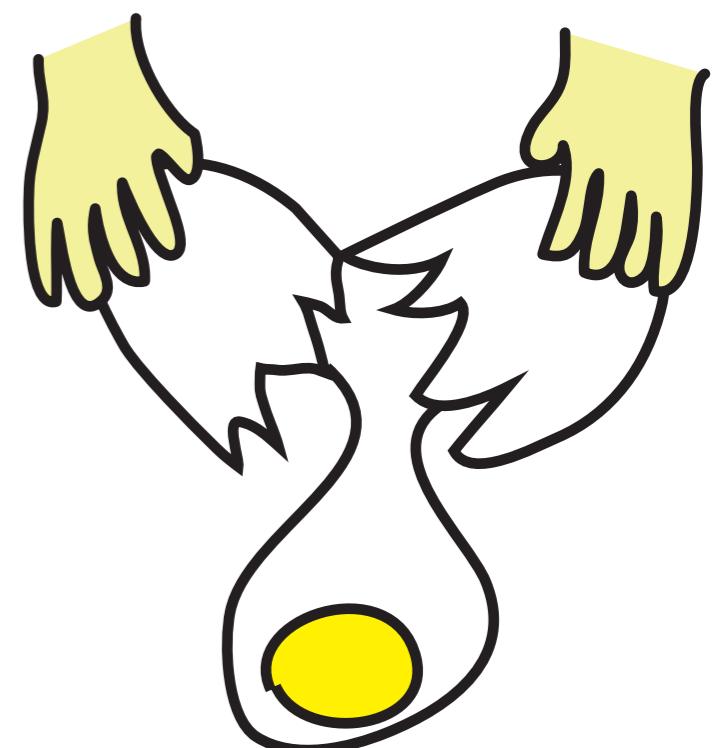
明日も  
そうやつて、  
たべて、  
いきたい。  
いまと、  
これから。

情報誌 NPOを考  
える 地域づくり・ための  
ひとつのとつとりの  
いまとこれから  
ボランティア・



# 明日も

そうやつて、  
たべて、  
いきたい。



## CONTENTS

## 【食べることについて、聴いてみよう】

- \* 鳥取短期大学の  
野津あきこ先生に聴いてみよう 2
- \* はらぺこあおむしさんにも  
聴いてみよう 4

## 【食べることに纏わる人たち】

- ・ 胡麻のアトリエ 6
- ・ NPO 法人とうごう未来応援隊 7
- ・ いなばのジビエ推進協議会 8

## 【ミニコラム】

- ・ いま、これ、ぶつく 9
- ・ 今日もつまみぐい 9

## 【座談会】

- 食と、エネルギーと、自給自足と。 10

## 【センターのページ】

- ・ 理事紹介「中川玄洋」 13

## 【高校生 ing】

- 「ひとりボランティア部」 14

ある人は、人は  
食べるためには生き  
ていると言いい、ある  
人は生きるために  
食べるだけと言う。  
どちらにしても、  
食べるのだけを考え  
ている。なにが正  
しいのかは難しこ  
れど、その毎日の  
食べるところがなにか  
の工夫や注意をす  
ることで、健康や  
生活や関係や社会  
がよい方向に代わ  
るのであれば、そ  
うしたい。明日も、  
そやつてたべて、  
いきたい。

今号では、そん  
な食べることを、  
少し考えてみまし  
た。



鳥取短期大学 生活学科食物栄養専攻  
教授 野津あきこ先生

先生に  
聴いて  
野津あきこ  
みよう。



食べることについて、  
聴いてみよう

**Q. 子どもがうまねたばかり  
なのですが、食物アレルギー  
が心配です。食生活で気を付  
けることはありますか？**

A. 卵・牛乳・小麦などを食べ  
ると食物アレルギー症状の出る  
子どもは近年増えているようで  
す。県内の保育所・幼稚園で食  
物アレルギーの給食対応を調査  
したことがあるのですが、小麦  
粉の代わりに米粉を使ったり、  
牛乳を豆乳に変えたり、子ども  
たちのひとりひとりに対応され  
ていました。また「授乳・離乳  
の支援ガイド」では、離乳食の  
開始時期を遅くするなどの見直  
しが行われています。ただ、食  
物アレルギーについてはまだよく  
分からぬこともあります。

**Q. 子どもの食生活で気を付  
けることはありますか？**

A. 味付けの濃いものは避けま  
しょう。大人には良くても、子  
どもには味の濃すぎることがあります。素材の味を楽しめる食  
事にしたいですね。

**Q. 子どもの食が細くて心配  
です。**

A. 個人差があるので、順調に  
成長しているのであれば心配い  
ません。食が細くてもバランス  
よく摂取できていれば大丈夫と  
いうこともあります。本当に足  
か？

**Q. 最近の食生活の傾向で気  
になることはありますか？**

A. 特に若い女性に多いのが、エ  
ネルギーの多くをお菓子で摂取  
してしまっているという問題で  
あります。お腹はいっぱいになつても、  
必要な栄養はそれませんから、  
ちゃんと食事を食べてください  
ね。

それから最近気になっているのは、ご飯などの炭水化物を多く  
含む食品の摂取を極力控えると  
いう糖質制限食についてです。こ  
れは、短期では成果が出て糖尿  
病やダイエットにも効きそうだ  
といふことでブームになつていま  
すが、長期的には動脈硬化など  
の危険性が高くなるなど問題も  
多いと糖尿病学会や栄養の専門  
家が指摘しています。何を食べ  
たらよいかなど、やはり行き  
着くところは「バランスの良い食  
事」です。偏ったものだけでなく、  
いろいろなものを組み合わせて食  
べてくださいね。

**Q. 最近の研究を教えてくだ  
さい。**

A. いくつかあるのですが、一つは、  
県内の栄養士とスポーツ選手や  
スポーツをしている子どもたちへ  
の栄養指導をしています。その  
中でガイナーレの選手には、食  
事のアセスメントを行つた上で個  
別栄養指導をします。年3回程  
度実施している食事会では準備  
した食事を食べもらい、1回  
の食事はこれくらいということを  
実際に体験してもらいます。自  
分の食事と比較して、いつもは  
野菜が足りないなどか思つていた  
よりも量があるなどいろいろと気  
づきがあるようです。

(資料 文部科学省)  
◎食事の重要性、食事の喜び、  
楽しさを理解する  
◎心身の成長や健康の保持増進  
の上で望ましい栄養や食事の摂  
り方を理解し管理していく能力  
を身に付ける。  
◎正しい知識・情報に基づいて、  
食物の品質及び安全性等につい  
て自ら判断できる能力を身に付  
ける。  
◎食物を大事にし、食物の生産  
等にかかる人々へ感謝する心  
をはぐくむ。  
◎食生活のマナーや食事を通じ  
た人間関係形成能力を身に付け  
る。  
◎各地域の産物、食文化や食に  
かかわる歴史等を理解し、尊重  
する心をもつ。

もう一つ、昨年から薬局と栄養  
士の連携の取り組みを始めてい  
ます。薬局は地域の健康情報ス  
テーションとしての役割を持ち始  
めているのですが、その中で薬

局を訪れる人に対する栄養指導  
の需要も高まっています。普段  
の生活の中で栄養指導を受ける  
機会はあまりなかつたと思うので  
すが、薬局で食事アセスメント  
を行つたり、それに基づく栄養  
指導をするという試みです。全  
国的にも薬局に就職する栄養士  
が増えています。また、在宅医療・  
介護の現場に栄養士が同行する  
など、地域医療にも活躍の場が  
広がっています。

## 【教育の目標】

○食事の重要性、食事の喜び、  
楽しさを理解する  
○心身の成長や健康の保持増進  
の上で望ましい栄養や食事の摂  
り方を理解し管理していく能力  
を身に付ける。  
○正しい知識・情報に基づいて、  
食物の品質及び安全性等につい  
て自ら判断できる能力を身に付  
ける。  
○食物を大事にし、食物の生産  
等にかかる人々へ感謝する心  
をはぐくむ。  
○食生活のマナーや食事を通じ  
た人間関係形成能力を身に付け  
る。  
○各地域の産物、食文化や食に  
かかわる歴史等を理解し、尊重  
する心をもつ。



食べることについて、聴いてみよう

## はらぺこあおむしさんにも 聴いてみよう。

お話をした人。（右から順に。敬称略。）

\*衣笠優子：絵本と食育「はらぺこあおむし」代表。子ども5人の母親。

\*谷まゆみ：2ヶ月の息子さんを1人もつママ。

\*中田美由紀：子どもは3人。6歳と2歳の女の子と2ヶ月の男の子。

\*山脇正子：子ども未来ネットワークというNPOで事務局。娘さんに3ヶ月の初孫。

今度は先輩ママでもある絵本での食育に取り組む「はらぺこあおむし」の衣笠さんを囲んだ座談会形式で、「子どもが料理を食べてくれないときははどうしたらいいのか？」をじっくり話し合いました。

中田 子どもが絶対「これは食べる」というのあるじゃないですか、カレーは好きだと。だけど毎日それじゃいけん。いろんなものを作るのは作るけど、子どもが好き嫌いかで、食べたり食べなかつたりす「い差がありますね。気分もあるのかな。食べてみたら意外とおいしかったっていうときもあります。見た目茶色いおかげばかりっていうこともあるじゃないですか。こういうときはなかなか手が伸びないけど、食べてみたら意外とおいしかった。もう一個大根食べようかなっていうときもあると思います。見た目でテンションが上がる。で、やっぱり食べないっていう（笑）。例えば、人参を花の形にしてあげたりすると、圍気を変えるといい、食器変えるだけでも違うよって言われたことがあって、続けばいいけど、なかなかうちがずっとしてあげられてないのがいけないのかな。

衣笠 便利グッズで「簡単にできる」ものでやつぱりほしいう講座の依頼があるんですけど、「一番上の子、何食べたかな」っていう。衣笠 やつぱり子どもは親を見ていればそうなると思う。自分が健康じゃないと、母が倒れてしまつたらどうしようもないのに、ちゃんと食べる。まずは自分。次にお父さん。やっぱり母と父が元気だとなんとかね。でも母つですごい。私は大人産なんんですけど、40代になって最後産んだんで、自分が元気じゃないとどうしようもない。今もそうなんですが、まだ下が小学3年生なので。とにかく自分の健康をすぐ考える。若い人でも、コレステロールが高かつたり血糖値が高かつたり、腰が痛いとか。母が生き生きして、例えば体動かしましようとかしていたら、子どもも同じようになつてくるじゃないですか。そういう元気さうていうのはやっぱり母が一番かな。子ども中心じゃなくて、誰に中心を置くかっていうのは、私は最終的に自分を置くんじゃないかなうて思う。で、子どもはそれを見て育つ。その積み重ねかなうて思つたりします。

中田 自分が食べたくて作る。

衣笠 そうそう、だつて世代が違つたらおじいちゃんおばあちゃんのことも考えながら作ると、幅が広がりますよね。

山脇 うちは大人が好き嫌いが激しくて。この人が嫌いだから作らないとか言つていたら作るもののがなくならないから、そういうの無視（笑）食べたくないなら食べないとい。

衣笠 あるお母さんは子どもがネギを食べな

れば。

中田 セつかちっていうか、自分の分だけはばつと食べちゃって、で、2歳の子はまだ食べさせないとけないときもあるし、そなうなると「一番上の子、何食べたかな」っていう。

衣笠 やつぱり子どもは親を見ていればそうなると思う。自分が健康じゃないと、母が倒れてしまつたらどうしようもないのに、ちゃんと食べる。昔は本当になかつたんですね。それが今はどんどん増えています。昔は本当になかつたんですね。

中田 2年前とも全然違います。種類がずつ。

衣笠 だから、それを上手に使うことを考えた方がいいかなって思つ。簡単に作るって簡単な子育てなんできるわけないじゃん」「簡単に子どもは育たんよ」って思うけど、そうできるんですけど、でも段取り八分なんですよ。講座でも段取りで決まるんですけど、8割やつておくと本番は2割っていう。料理もそんな感じですか？

中田 献立を考えておいて、湯を沸かしながら切るとか、煮てる間に違うことできるとか。なんとなく頭の中で考えておくと、すぐ上手くできるんですけど、何にも考えないと「何からしようか？」みたい。

中田 自分の思いと子どもとのギャップにちいちライラクしてたら自分がしんどって最初の頃つていうのは子育てもしながらだからやつぱり大変ですよね。料理をしていないっていう人もけつこうおられるんです。昔はおんぶしたりして作つていたんですけど。でも講座で簡単に作ることもできることが分かつて変わった方もおられる。「頑張つてね、大丈夫だから」として励ました。それで食べられるようになつてくれたたら、それはうれしいです。

衣笠 大丈夫。お母さんがおいしそうに食べらー」と励ました。

中田 自分の思いと子どもとのギャップにちいちライラクしてたら自分がしんどって最初の頃つて「せつかく作ったからちゃんと食べて」とは言いますけど、「食べなくていいかな」となつてきましたね。それで食べられるようになつてくれたたら、それはうれしいです。

衣笠 ありがとうございますね？

中田 若干その辺に入つてます。どちらか紛れて嫌いなものでも食べてくれたらいいかなつていうふうな感じで。

衣笠 時間をとにかく共有してほしいな。お友達と、家族と、いろんな意味で共有しながら食べてほしいな。何を食べなきゃいけないじゃなくて、しゃべつていたら食べちゃつたみたいなのもあるじゃないですか。大人でも。

谷 衣笠さんのお話、すごい勉強になりました。親が楽しく食べるつていうことです。本当にこれから離乳食始まるんはどうしたらいいかなうて思つていたんですけど、

中田 確かに親が元気じゃないと。少し前、歯が痛つたんです。治療に行けなくて、だんだん機嫌が悪くなつて余裕がなくなつていて。でも歯医者行つたら治つて、自分が元気でいることが大事だなつて、すごい勉強になりました。ついで、「こうしないといけない」みたいな変な考えに囚われるときがあるんです。

「ちゃんとしてあげないといけない」とか。そういうのを、手抜きじゃないですけど気持ちをほつと抜いて、食べなかつたら食べなかつたでいいやつていうくらいのときを作らないと自分がしんどくなつてくるかなと思うので。話が聞けてよかつたです。



特定非営利活動法人とうごう未来応援隊

E-mail [tottoriouen@togomirai.org](mailto:tottoriouen@togomirai.org)URL <http://www.togomirai.org/>

## NPO法人 とうごう 未来応援隊

「地域のあちこちで耕作放棄地が増えてゆくのを」のままにはしておけない。外から訪れた人が見ても「の土地で暮らす人が眺めても、地域の元気がどんどんしぼんでいくよう見えてしまう。すごく寂しい気がしたんです。」代表の橋崎さんの言葉は本当にまっすぐです。

活動は一枚の「趣意書」から始まりました。PTA会長として地元小学校の統廃合を議論する場で耳にした少子化、高齢化の進む地域の未来を憂う声が頭から離れず、NPO法人の設立趣意書に思いを込めて地区の全戸に配布。平成二六年三月の設立総会には十六名が集まり、耕作放棄地の活用を軸とした様々な取組みが動き始めます。

最初に手がけた「ナマズの養殖」は古老たちの郷愁を呼び覚まし、「子供の頃にはよう捕つたもんだ。ええ思つきだけえ止めんなよ。」と激励が寄せられました。その後も、団体の知名度を引き上げた「唐辛子」、鶏が雑草を駆除する「チキントラクター」、いつでも泥ん遊びが楽しめる大人気上昇中の「泥田場（どろたば）」と快進撃が続きます。

「始めてみれば多くの人に支えられ、どんどん拍子に事が進んだ」と、橋崎さんに気負ははありません。最近は「お、NPOか！」と声をかけられることが増え、活動の認知度の高まりを実感しているのだとか。その一方で、活動の成果が設立のきっかけとなる小学校の存続には直接結びつかないともどかしさが消えません。住民がそろ



て「学校を残そう」と一つにまとまるたためにも、「地域の元気」や「やる気」をどんどん目に見える形にしなくては。そんな思いを詰め込んだのが「ふるさと弁当」の取り組みです。

「この（東郷）谷で食べられるものが一つにまとまる場所を作つてみたかった」というアイデアが「お弁当を生み出し、地元の方々へ提供されました。日々の食卓に上っている食材が一つの箱に収まるだけで「当たり前」と思っていたものへの見方が変わったり、地域を見直す気持ちが芽生えるんじゃないかな、そんな考えが込められています。

「普通」だった耕作放棄地、「日常」だった地元の食材。「どこにでもある」ものを地域への思いとアイデアを加えて「ここにしかない」ものに変えてゆく、そうした活動の秘訣を聞いてみました。「一番大事なのは『きっかけ』なんですよ。それさえ掴めばそんなに難しくありません。」



胡麻のアトリエ

URL <https://www.facebook.com/gomanoatorie>

イタリア・フィレンツェで労働人として働き、ヨーロッパ中を自転車で旅するなど、やりたいことをして幸せに暮らしていると思つていました。でも、ふと氣づいたんです。ヨーロッパも不況で、働く場がない人がたくさんいる。「これまで自分は自分の好きなことだけやってきたけど、それだけでいいんだ迷つたりできるのも、そもそも自分の命があるからだなと思って。自分の命を支えているのは何かつて考えたら、家族だったり、仲間だったり、いろんなこと考えられたんですけど、単純に「食」だなど。食べないと体作られないんだな、と。」

同時期に起つた東日本大震災もきっかげになり、日本に帰り東北での農業研修を経、鳥取に帰つきました。「ここでやるっていうのは、自分なりにミッションを感じています。ヨーロッパを旅している時も、いい場所があつたらそこで農業始めようという気持ちではいたんです。でも、ここという場所がなかつた。というか、どこも良かつたんですね。どこもすぐとても好きになつた。決められない。それなら、自分を育ててくれた米子に帰ろうと思つて。」

丸瀬さんは自然栽培で胡麻や米を育てます。自然栽培というのは、肥料も農薬も使わない、草取りはするけれども、いわば見守る栽培方法です。人の作りたい農作物を作りたいようには作れません。土地の特性をよく観察して、そこに合う農作物をつくるということがまず必要です。手間暇かかるけれども、作物が大地と調和して自立して育つ姿に、自分も自然に生かされているんだということを実感し、この栽培方法に惚れ込んでいます。

胡麻のアトリエは、2014年に設立した自然栽培で胡麻を作つている農家グループ。現在4軒の農家がメンバーです。胡麻は日本人の身近な食材ですが、なんと食糧自給率は0.1%。ほとんどが海外で生産されています。その胡麻の栽培に関するディスカッション、試行錯誤を通じて、生産者の横つながりを作つたり、加工や商品開発に携わる多様な人たちとの関わりを広げたり、消費者への販売などを行つています。一粒の胡麻、米、野菜を、誰が育て、加工して、販売しているのか、顔の見える食べ物を人々に提供することで、暮らしの中で大地を感じるシーンを作つていくこと。自然と人工的なもの、社会と農業、様々なもののバランスをとりながら、胡麻のアトリエは人と大地をつなぐことを役割として活動しています。県内外からの研修者などの受け入れなども行いながら、現在、丸瀬さんは米子市の認定を受けた認定新規就農者として、この土地で農業をしていま

「米子・まちなか一箱古本市」  
E-mail: yonago-hitohako@excite.co.jp  
URL: http://yhitohako.exblog.jp/  
Facebook: https://www.facebook.com/yonago.hitohako



生命と食  
岩波ブックレット No.736  
福岡伸一（著）  
出版社: 岩波書店  
ISBN-10: 400009436X  
ISBN-13: 978-4000094368

いま、これ、ぶつく。  
Now, this, books  
book

食事のはじめに「いだきます」と言うことについて面白い意見がある。作り話かも知れないのだが、どある小学校の保護者が「給食費を払っているのだから、うちの子どもにいただきますと言わせないでほしい」とクレームをつけた、という例の話である。なるほどまともに口に出すかどうかは別にして、こうした考えは存外に存在するのかもしれないぞ、と思うたりする。

私はといえば、こうした議論に頭を突っ込むほどの物好きでもないし、それを支えるほどの気力もないのだが、少なからぬ違和感を感じてはいる。食事を単なる購買活動や消費行動として割り切ってしまうことの愚かしさは論外として、家族が共に食卓を囲むことの意義食事を準備してくれた人への敬意といった社会的な意味合いに偏った反論に対する嫌悪感がそこにはある。そんな話で済ませてしまつていいのだろうか、というモヤモヤした気分が湧いてくる。

（米子・まちなか一箱古本市  
代表世話人）

八幡 徳弘



場所が変わればお雑煮も変わる、人の数だけお雑煮がある。このお正月、皆さんはどうなお雑煮を食べましたか？鳥取県の一部で小豆のお雑煮を食べるというのは結構有名な話ですが、なかでも三朝町ではその小豆雑煮にとち餅が入るとか。とち餅雑煮を愛する人々が立ち上げた会があるので、今回は三朝に足を運びました。

# 今日もぐまき。

その2  
「三朝のとち餅雑煮」の巻。

訪ねたのは、三朝とちもちぞうに縁J O Y会長の中村恭久さん。とち餅雑煮の保存と伝承、そして三朝温泉のPRがこの会の目的で、各地の食イベントに出店するなどの活動をされています。

三朝独特のこの食文化については、「そういうもんだ」と、中村さんは言います。とち餅が三朝の人々の生活にいかに根付いているのかよく分かります。地域全体のおふくろの味、とでも言いましょうか。ただ、残念なことに、とち餅の作り手は年々減ってきてているそうです。アク抜きを始めとする柄の処理工程は、いわば秘

伝として各家庭に受け継がれ、詳細がそれぞれに異なるそうで、レシピの収集も試みたそうですが、かなり難航したそうです。「やっぱり経験、微妙なさじ加減が大事」という中村さんの言葉が、保存伝承の難しさを物語っています。

本来はお正月の贅沢品らしいですが、現在では三朝の活性化策として、会の呼びかけにより地元のお店でいつでも食べられるとのこと。嬉しいことですね。大切な味、絶やしたくない技術がそこにはあるのです。

特集：明日もそうやって、たべて、いきたい。

## いなばのジビエ推進協議会



いなばのジビエ推進協議会  
鳥取市鹿野町鹿野 1517  
TEL 080-2948-3404  
URL http://inabagibier.jp/

日本全国の被害額約200億円。シカやイノシシ等による作物被害額です。金額には表れてこない林業や畜産業の被害もあるそうです。国や県のガイドラインの改訂もあり、その対策に新しい動きが起きています。かつては害獣を減らすことを主な目的として対策が講じられてきましたが、ここに、おいしいという価値を加えたり、支え合う循環を創り出すことで、減らすだけが目的ではない試みが始まっています。

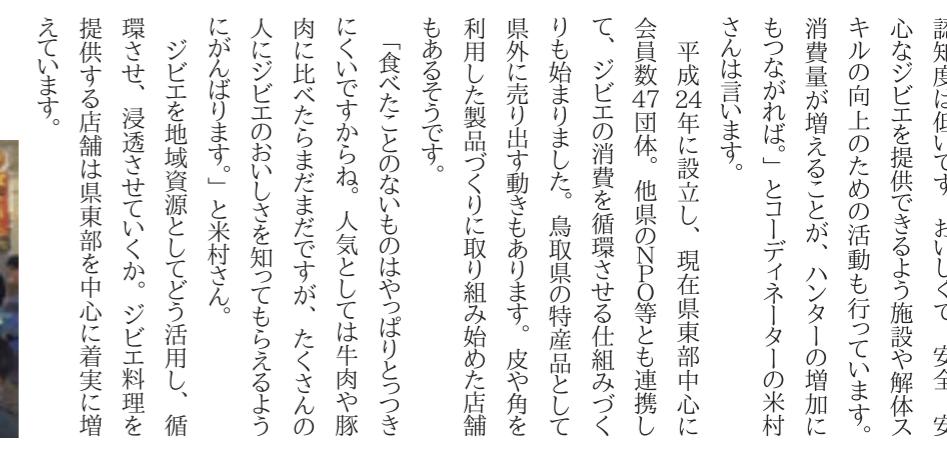
ジビエが料理として人の口に入るまでの工程はこんな様子です。まずはハンターが猟銃や罠で捕獲します。捕獲した鳥獣は食肉処理業の営業許可を受けた解体処理施設で加工され、県内の店舗で様々な調理方法で提供されます。

とはい、加工・調理されるジビエ肉はまだ捕獲量の1割程度。加工施設の不足や技術の向上やハンターの減少・高齢化といった課題もあります。

「ジビエ」とは元々フランス料理の用語で、シカやイノシシなどの野生の狩猟肉のことを指します。いなばのジビエ推進協議会はおいしいジビエを流通させることで、課題解決を図ろうと奮闘しています。

解体処理の技術向上研修や、一般向け・料理人向けのジビエ料理講習会を通じ、までは技術を向上して上質なジビエ料理を提供できる人が県内に増えていくこと。イベント等でジビエ料理を提供し、ジビエのおいしさを多くの人に知つてもらうこと。

「とにかくおいしい栄養価の高いジビエを皆様に味わってほしいのですが、まだまだ





## [座談会]

# 食と、エネルギーと、 自給自足と。

「自分らしい暮らし」ってなんでしょう。お金を使う、買い物をするという形で暮らしなに必要な「もの」や「こと」を手に入れている私たち。自分の手中からそんなさまざまを創り出せたとしたら、どんな気持ちになれるでしょうか。「自分らしい暮らし・生き方」を目指すうちにたどり着いた自給自足。その様子を気軽に見て・体験してほしいとオープンした「暮らしの見える」カフェが「いちまいのおさら」です。そこにお邪魔して、そんな話をはじめてみました。

●お話を聞いた人  
いちまいのおさら  
代表 幸田直人さん

●お話をした人  
いちまいのおさら  
代表 幸田直人さん

市民エネルギーとつとり  
代表 手塚智子さん

とつとり県民活動活性化センター  
常務理事・事務局長  
毛利葉

森田さやかさん  
森田梓さん

幸田直人さん

幸田直人さん

手塚智子さん

毛利葉

幸田直人さん

幸田直人さん

手塚智子さん



生まれは静岡県で、鳥取大学農学部進学をきっかけに鳥取へきました。大学3年生のとき地域活性化のマーリングリストを紹介してもらったことがきっかけで、いろいろな地域の方々との接点が増え、2002年、大学院1年のときにそいつた人たちと学生をつなぐ仕組みがあつたら面白いと思い、学生団体の学生人材バンクをひとりで始めました。

学生人材バンクではどのような活動をされますか。

ソニキヤリというサービスで、登録している大学生にアルバイトやボランティア情報、地域のイベント情報をなどをメールで提供しています。最初はこのサービスから始まりました。今では800名が登録し、地域と学生をつなぐ架け橋になっています。

でも情報提供は受け身なんですね。ボランティア参加を通じて学生も地域もやりたいことが出てくる。そいつた何がやりたいと思ったことが、学生プロジェクトとして実現しており、その運営サポートも行っています。プロジェクト

『三徳レンジャー』プロジェクト、鳥取県内の農山村にボランティア派遣を行ったり、交流行事を企画する『農村16きっぷ』プロジェクト、輝く社会人と学生をつけなげ、働くことに希望を持つる社会をつくる『たっぴ鳥取』プロジェクトなどです。

また、そこから派生して近年では、移住支援や企業支援など外から若い人が来るまでの支援と来た後の支援をいろいろな形で仕事にしています。私自身は社会人との企画が多くなってきており、大学生との企画は職員が受け持つことが増えています。鳥取に住む若手社会人にも同じような動きをしていかねばと考えています。

理事としてセンターにどのように関わっていくたいですか。

私は団体をひとりで立ち上げてNPO法人化し、人を雇用するという段階を経験しています。鳥取県内では中間支援が無かつたので、周りのひとに聞きながらやってきました。センターができたことにより、どういう情報を、ど

段階に必要なのか、経験を踏まえてお伝えできればと思っております。

まだNPO活動を13年もやってきているので、活動がより鳥取に広がっていくためにどう拠点としてあるべきか、その辺のポジションがずれないよう、的確な役割を占めるための発言をし、県民にとって、この組織の役割が何なのかちゃんと確認できるように意見をしていきたいと思つてします。

**センターへ期待することを教えてください。**

相談に来られた方が「いい方法が見つかってない」とか、「困ったことが良い方向に行きそうだ」といった具合に、センターに相談したらわくわくする未来が見える場所として認識してもらつたことだと思います。期待するという質問は、ちょっと変わらなくて、私は理事の立場なので、期待に応える側だと思っています。もちろん、本業もあるなかでの関わりなので、限界はあります。が、センターを通じて、鳥取の市民活動が一步進む、そんな組織にしたいです。市民活動の事業化は難しいです。でも、どんどん事業者が生

ズにあつた活動を始める人が出でてくると思ふま  
す。そういうセンターにしていただき。  
また、「こうして施策を考えているけど、あ  
と一步、現場に近づけたいのでセンターと協組  
みを考えたい」という感じで、市町村の職員が  
センターを頼るようになるといひなし思つて以  
ます。ルールも作れるし、予算もつけられるけ  
どやり方かしつくりこなじ。そういう基礎自治  
体の職員さんがセンターと連携して施策を作  
り、NPOとも連携して新しい枠組みを相談で  
きるよになつたりいいと思つてします。  
最終的には、そいつた施策ベースで市民活  
動と行政の連携が、お互いに少しずつでも増え  
てきて、地域の活動が促進できるようになります  
とが、センターの役割だと思っていまや、そ  
に到達するためには、理事として協力できぬ  
ことはします。  
センターにどうぞ、いろんな相談を持ち込  
んでいただければと思います。



庭や畠で野菜を育てるように、近所のお店で買い物をするように、エネルギーも地域や自分たちの手に取り戻していけたら。

編 手塚さんは市民エネルギーと一緒に組みをしておられますよね。

手塚 はい。庭や畑で野菜を育てるように、近所のお店で買い物をするように、エネルギーも地域や自分たちの手に取り戻していただら、と考えています。もともと、近くの自然や山の恵みから、薪や炭といったエネルギー源をいただいて、自然が再生するスピードで暮らしてきた、そのイメージ（笑）

今、出資や寄付を呼びかけ募って、よつてたかって太陽光発電所をつくっています。鳥取県畜産農業協同組合（とりちく）のフレッシュパーク若葉台に設置させていただいて、加工所の方は完成しました。これから直売所の工事です。1号機の空山ボニー発電所も元気に発電しています。今後は、市民共同節電所に取り組みたいと考えています。それから、小水力発電の調査を始めます。山や川と共に生きる暮らしを、大切に受け継ぎ守っている、それぞれの地域の取り組みを応援したいと思っています。

毛利 太陽光発電は、とりちくさんと連携していますよね。そういうつながりの作り方がいいなと思います。

手塚 ありがとうございます。ほんとに人と人ですね。とりちくさんのお話を聞くと、鳥取では、牛乳やお肉などの産直運動、消費者さんと生産の場が力を合わせて、大切なものがことを守るということを、ものすごく丁寧に昔からやっているんですね。食べる人と作る人という役割分担ではなくって。

をもう一回つなぎ合わせて、私たちの暮らしに本当に必要なもの、持続可能な社会に必要なものは何なのかを考え一緒に作るということ。自分の暮らしを立てているものがどうからきてどうやって関わっているのかわかり合いながら協同することが今必要かなと思いますね。その一つの形として、みんなでお金を出し合って発電所をつくり、その売電収入を、鳥取のお肉や特産品に換えて、寄付や出資をいただいた方に贈り、鳥取にある価値を回しています。

暮らしの見える小さなカフェ いちまいのおさら  
自給自足・循環型の持続可能な暮らしを実践しています。  
カフェ所在地:鳥取県東伯郡三朝町坂本（ご予約は下記連絡先まで）  
電話 090-7997-3321  
<http://ichimai-osara.com>

**市民エネルギーとっとり**  
自然と共生する持続可能なふるさとを子どもたちに手渡すために、  
地域の共同によるエネルギー自立の地域づくりに、農林水産業と  
連携して取り組んでいます。  
電話 070-5554-5813 URL <http://energytottori.jugem.jp/>

※注 自家発電のワークショップ：電気の仕組みを学んだり、参加者と共に太陽光パネルや蓄電池等を組み立て、実際に電気を自給できるシステムを作る・設置するなどするワークショップを各地で行っている。

自給自足というものをほんの少し意識するだけで、日々の暮らしが「追われる」ものから「追いかけ」「取り戻す」ものに変わってしまう。そんな変化と熱意の中心には必ず「食」がありました。そしてそれは、人それぞれの「自分らしい暮らし」が重なり合い、ともに語らうことのできる場所でもあるようです。

嬉しいなと思います。それが見えない形で循環して、喜びも同時に回っていくといな  
ど思います。

現在、倉吉市内の高校に通う葉狩怜也さんは高校に入学したある日、現在もボランティア活動で関わっている市内にある児童センターの先生に「高校では部活に入らない。ひとりボランティア部をやるから」と宣言しました。そんな葉狩さん、もともとボランティアに興味があったわけではなく、高校の先生に「やってみないか」と誘われ、半ば嫌々参加したのがきっかけでした。

初めて参加したボランティアは、小学生が泊りがけで琴浦町にある船上山（せんじょうざん）に登る冒険イベントのサポートボランティアでした。鳥取県西部の境港市にある小学校を出発して、キャンプの道具を乗せたりヤカーを引きながら、時に小学生を励ました。がら3日間かけて頂上を目指しました。

この体験をきっかけに、自分でボランティア情報を探して色々な活動に参加するようになつたといふ葉狩さんに、「なぜ積極的にボランティアに参加するようになったのか」と理由を聞くと次のような答えが返ってきました。

「初めて参加したボランティアでもそつだつたんですが、子どもは感情表現がストレートなんです。何か手伝つてあげたりすると、心から喜んでくれているのが分かるんです。小学生相手でも喜んでもらえたら、役に立てたんだなと実感できました。それから、もっと人の役に立ちたいなど思つて、色々な活動に参加するようになりました。」

ボランティアを始めるまでは、「人見知り」だった葉狩さんも、今では「人と話すのが楽しい」と思つまでになりました。児童センターの先生にも「良くも悪くも人が良すぎて、嫌と言えない。なんでも引き受けてしまう性格なんですね」と評されています。

「なんでもかんでも引き受けるのは止めました。自分のできる範囲のことは今後も引き受けて、人の役に立つていたらと思いますが、できないことまで引き受けてしまつて、結局できないと人に迷惑がかかつてしまつので、意思表示はきちんととするようにしています。」



Vol.05

# ひとり ボランティア部。

現在進行形の高校生の  
● 動きを紹介する

# 高校生 in 日



#### 【編集後記】

「フェアトレード」という言葉を聞いたことがありますか？発展途上国の一次産品や製品を買い叩くことなく、フェアな価格で継続的に購入し、立場の弱い生産者や労働者の自立と地域の環境改善を目指す貿易のしくみのことです。エシカル（倫理的）でサステナブルな（持続可能性のある）商品として、大手企業では、スターバックスのコーヒー、森永製菓のチョコレート、H & Mのデニム等が有名です。

県内でも、環境に配慮したグリーン商品や障がい者就労施設で作る産品の購入促進、オーガニック（有機・特別栽培農産物）の生産振興等「鳥取流・エシカル消費」のとりくみや、社会課題の解決につながる寄付付き商品の普及等、消費行動を通じてより良い地域づくりに参加できるしくみが動き始めています。ご注目ください！（毛利 葉）



いまとこれからのとっとりのためのボランティア・地域づくり・NPOを考える情報誌

「いまと、これから。」 2016年2月20日発行（第5号）

発行：公益財団法人 とっとり県民活動活性化センター

発行人：山根到 編集人：毛利葉 取材・編集：寺坂純子、椿善裕、谷祐基、尾崎可愛、世瀬あけみ、河上奈名子、小谷純子、小原み幸、八幡徳弘、梅野みぎわ、池淵菜美  
デザイン：石原達也 写真：市川貴美江  
表紙協力：暮らしの見える小さなカフェ いちまいのおさら <http://jizokutottori.dokkoisho.com/>

お問合せ：公益財団法人 とっとり県民活動活性化センター

〒682-0023 倉吉市山根 557-1 パープルタウン 2階

TEL 0858-24-6460 FAX 0858-24-6470

E-mail [info@tottori-katsu.net](mailto:info@tottori-katsu.net) URL <http://tottori-katsu.net/>