

地域おこし協力隊

厚真町で活動している地域おこし協力隊をご紹介します！

現在活動している協力隊〈2月末現在〉

農業▷9人 教育魅力化▷3人 スポーツ▷1人
起業型▷10人 協働型▷11人 福祉▷1人

農業支援員

セイン・ソヘンさん

着任：令和3年4月(3年目)
出身：カンボジア



—日本での就農のきっかけを教えてください。

カンボジアで妻と知り合い結婚して長男が生まれました。日本で子育てをしたかったので、最初は妻の出身地の横浜市に移住しました。両親がカンボジアで農業を営んでいて、いつか農家になろうと思っていました。農家は大変ですが、家族と一緒に仕事ができるのが大きな魅力です。

—厚真町で過ごした感想や印象に残っていることは？

とても住みやすいです。優しい人が多くて私たちを助けてくれるのでありがたいです。カンボジアには雨季と乾季しかないのですが、日本の四季が感じられたことが印象深いですね。春は桜を見て山菜を食べ、夏はバーベキュー、秋は紅葉を楽しみ栗拾い。冬は、スキーやワカサギ釣りにも挑戦しました。

—3年間でどのようなことを学びましたか？

1、2年目は研修農場で農作物の勉強をしました。ブロッコリー、カボチャ、ほうれん草、アスパラガス、イチゴなどの育て方を学び、土壌診断やビニールハウスの解体、設営の方法も教わりました。3年目の現在は、私が就農する農地でイチゴ栽培の準備を進めています。町内の農家さんに手伝いに行ったことが、楽しく良い思い出です。

—今後の夢や目標を教えてください。

おいしくて品質の良いイチゴをたくさんつくれる農家になりたいです。お菓子、アイスクリーム、シェイクなど、イチゴを使った商品も作ってみたいです。イチゴ狩りやハスカップ狩りの体験ができる観光農園にも興味があります。カンボジアの家族や友人にも日本のイチゴを食べて欲しいです。日本語をもっと上手に話せるようになりたいですね。

—間もなく卒業ですね。メッセージをお願いします。

研修農場の先生、先輩、農家さんたちは、私に農作物の育て方などを教えてくれて、困った時に助けてくれました。皆さんにはとても感謝しています。数多くの経験を積むことができました。これからも家族ともどもよろしくお願いします。



令和5年度全国中学校体育大会第44回全国中学校スケート大会
(2月3～6日、長野市オリンピック記念アリーナ・エムウエーブ)

○北島美聖さん(厚真SPEED、厚南中学校3年)

スピードスケート女子1500m 22位

スピードスケート女子3000m 13位

○大捕瑚々奈さん(厚真SPEED、厚南中学校3年)

スピードスケート女子 500m 52位

スピードスケート女子1000m 72位



大会への抱負を語る
大捕さんと北島さん(左から)



香りの強い春菊と三つ葉、クセのない小松菜を合わせることでお互い香りが引き立ちサッパリとした一品になります。副菜にバッチリ！お酒のあてにも！

めぞう野菜 1日350g レシピ

あつまっ子健康レシピコンテスト おとな部門グランプリ受賞

「葉物野菜の香り和え」

材料
(4人分)

小松菜…8株

春菊…100g

三つ葉…2束

白だし…大さじ2

柚子皮の砂糖漬け…6g

(ドライフルーツでも代用可)

生姜の絞り汁…小さじ2

1人分 熱量…24kcal 食塩相当量…0.8g 野菜…85g

①小松菜、春菊、三つ葉をさっとゆでて冷やす。

②生姜はすって汁のみ使う。

③柚子皮をみじん切りにし、飾り用に細切りにする。

④野菜を一口サイズに切り、ボウルに入れる。

⑤生姜汁小さじ2、白だし大さじ2、柚子皮を入れて和える。

住民課 健康推進グループ(総合ケアセンターゆくり内) ☎26-7871