



内田隊員

行方隊員

うちだ なめかた
内田・行方の

地域おこし協力隊が行く

Vol.5

羽幌町地域おこし協力隊の内田さん、行方さんの活動をご紹介します。

内田隊員

羽幌町「楽らく料理教室」に取材訪問

9月19日に羽幌町すこやか健康センターで開催された『楽らく料理教室』に参加してきました。

最初に栄養士から「高齢期の食事と運動」をテーマに、筋肉がつく仕組みや筋肉をつけるために必要なたんぱく質等のお話を図解してわかりやすく説明をしてもらいました。日頃、スポーツ振興の仕事をしていることもあり、『食とスポーツ』は密接に関わっていると考えているため、とても興味深く聞かせていただきました。その後、グループに分かれて



調理実習を行い、パスタやスープなどを参加者のみなさんがコミュニケーションを取りながら作っていました。最後に、参加者全員で試食しましたがとても美味しかったです！

今回の料理教室に参加して思うことは、よく「栄養のバランスをとる」という表現をしますが、料理前の講義で各栄養成分のお話も詳しくして下さったので、今後は今回のお話を参考にしていきたいと思いました。また、料理教室の参加者は女性だけではなく、男性もいらっしゃいました。2月に開催される料理教室には、自分も参加者としてチャレンジ出来ればと考えています。みなさんも参加してはいかがでしょうか？

行方隊員

「ジャパンバードフェスティバル2025」に出演

11月1日・2日に千葉県我孫子市で開催された国内最大規模の鳥の祭典「ジャパンバードフェスティバル2025」に、羽幌高校の生徒4名と参加し、天売島の海鳥保護の取り組みを全国へ向けて紹介しました。

会場では、生徒たちが自ら企画した海鳥クイズを実施し、「オロロン鳥（ウミガラス）」をはじめとする天売島の海鳥の生態や魅力を来場者へわかりやすく伝えました。また、島の自然環境や「羽幌シーバードフレンドリー」の活動を紹介するリーフレットなどを約500部配布し、多くの方々に羽幌町や天売島で現在、行っている活動を広くPRしてきました。

今回の企画は、生徒が主体となって地域の魅力を発信する貴重な機会となり、ウミガラスの認知度向上と保護意識の啓発にも大きく貢献しました。これからも次世代を担う若者とともに、海鳥と共生する地域づくりを進めていきます。

