

# 王滝村地域おこし協力隊 協力隊だより

令和6年2月



古川さゆり

(令和5年度採用)

支援企業  
(合) Rext滝越

皆さん、こんにちは。協力隊の古川です。まだまだ寒いですが冬の土用も過ぎ、春の準備が徐々に始まったのではないのでしょうか。支援企業Rext滝越でも、2月後半から3月にかけてアイティストや海外ボランティアツアー、長野県立大学生の長期滞在が始まっていくので、またたくさんの人でどんどん賑わっていく予定です。

## 【よもぎ蒸し】

ついに2月からよもぎ蒸しを開始しました。王滝村にある豊富な植物や木材資源を使って、より自然に身体を癒せるものはないかと考えていた時にこのよもぎ蒸しを思いつきました。

企画から、材料選び、製作、チラシ作りなど、一から何かをやってみるのはこれで初めてだったので想像以上に時間がかかってしまいました。やっと始めることができました。

私が行うよもぎ蒸しでは、できるだけ身体に優しくを考えながら椅子製作や野草選びをしました。今回使用する椅子は、製材所からヒノキの端材をいただき手作りしたものです。こだわりは、釘やボンドを一切使わず、木ダボのみで仕上げたところです。私が全体重をかけても全く動じないので壊れる心配はないと思います。また、野草も麴菌が混ぜ込んであるパウダーを使用しており、より面白いよもぎ蒸しになっていると思います。

既に何人かの方にお試し頂きましたが、実際に癒されるだけでなく身体の変化を感じたかもというお声もいただきました。その一方で、このように工夫したらよりリラククスできそうかも、と実際にやってみることで発見も多くありました。まだ始まったばかりですが、さらにグレードアップして多く人を癒しに導けるように改善していきたいと思えます。

冬から始めたので、まだ野草は購入したものではありませんが、春になり野草薬草が生えてきたら、そちらを使用できるように準備していく予定です。よもぎ蒸しは、チラシに記載した場所でもどこでも出張できますので、お試しいたい方はぜひ私にお声かけください。お待ちしております。

椅子の上の下に  
コンロとお鍋を置いて  
野草を炊き上げます



暖炉の前で、少し暗めの  
部屋で音楽を聴きなが  
らゆっくりと・・・



## 成田

(令和4年度採用)

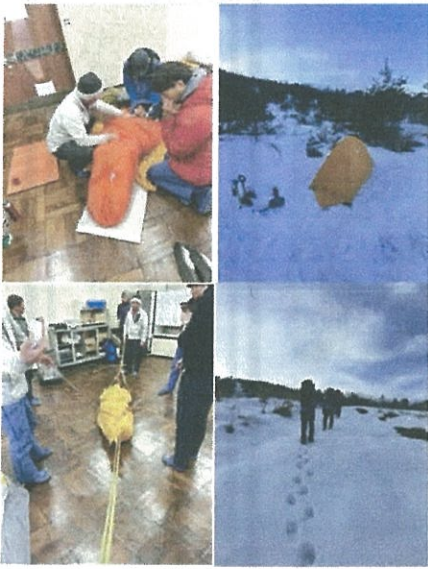
支援企業  
名古屋市民休暇村

こんにちは！協力隊の成田です。  
令和6年が始まりあつという間に時間が過ぎ、気が付けば2月に！

この冬は、降雪が少なく大好きなウィンタースポーツがいつまで出来るか心配ですが、スキー場には、もっと降ってくれれば良いなあなんて思っています。

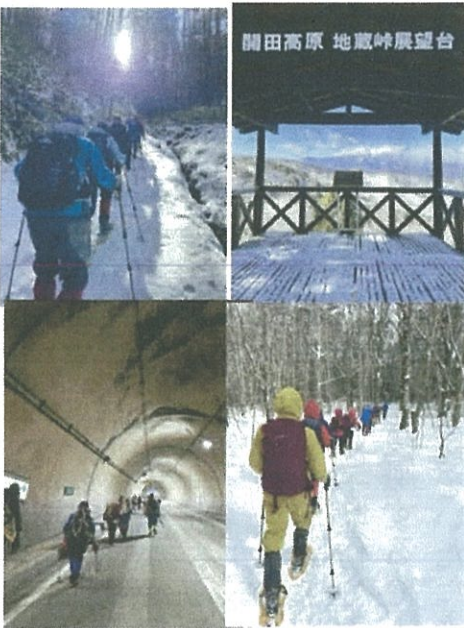
## 【おんたけ民休暇村での活動】

支援企業のおんたけ休暇村では、冬の企画のスノーシューに帯同させていただきました。



一回目は、去年も同行させていただいた上高地に行きました、今シーズンは雪不足で心配でしたが直前に雪が降って、前日に行った休暇村での事前スノーシュー体験も含めてとても良いスノーシューを体験して頂く事が出来ました。

二回目は、開田高原の地蔵峠のスノーシューにも同行しました、こちらも雪不足が心配されましたが、当時の天気も良く無事開催する事が出来ました。登山等の企画参加させて頂く様になり、お客様にも覚えて頂く事が増えとても感じています、この冬シーズンは数十年振りにスキーに挑戦して、スキー企画のお手伝いが出来れば良いなと思っています。



## 【冬山リーダーコース開講】

2月3・4日に夏山に続いて冬山リーダーコース研修を受けて来ました。冬山における、リーダーとしての役割や心得を学びました。大町にある山岳総合センターで約半日、座学と次回研修時に行うルートファインディングと行動計画等を作成しました。午後から場所を旧大町スキー場跡地に移してテント泊をしました。翌朝からワカンやアイゼンの装着方法と急峻な地形でアイゼンの歩行訓練を実施し、午後から、雪崩時の埋没者搜索訓練を行いました。ビーコンやプローブの使い方、雪崩を想定したシナリオトレーニングを行い実際埋没したビーコンを搜索しました。

今回は、鹿島槍スキー場から一般登山道では無い黒沢尾根という場所を利用して、テント泊をして実地訓練を行う予定です。次回報告したいと思います。

