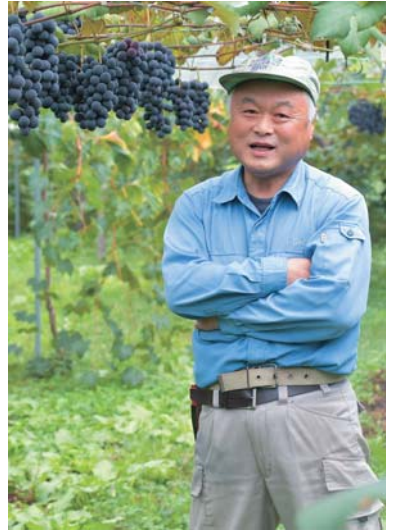


花巻ファーマー

笑顔で食べてもらえるブドウを栽培したい



佐々木 和弘 さん
(大迫町上町 63歳)

ブドウの生産者 佐々木和弘さんは、35㍓のブドウ園地で栽培しています。佐々木さんは、父親からブドウ園地を受け継ぎ、10年前に就農。キャンベル・アーリー、ナイアガラ、ポートランド、サニールージュ、シャインマスカットの5品種を栽培し、JAいわて花巻に出荷しています。広いブドウ園地の管理や栽培・出荷作業などを1人でこなしている佐々木さん。「品種によっては樹勢が強く、切り取り作業などが大変。それでも、おもしろかったと言われると、疲れを忘れてしまいます」と笑顔で話します。



大粒の果実をつける佐々木さんのキャンベル・アーリー

そうすることで果実の甘さが均等になるんです。また、箱詰めしたときにきれいに見えるよう、房の長さを15センチ程度にそろえています」と、ブドウの一粒一粒に気を使っています。「最近のワインブームで、大迫のブドウが注目されるようになりました。これからも、多くの人たちに笑顔で食べてもらえるブドウを栽培していきたい」と意欲を見せています。

広げよう 活動の輪

市民活動団体紹介

ママの心と身体のケアをお手伝い
NPO法人 まんまるママいわて

【問い合わせ】
NPO法人 まんまるママいわて
代表理事 佐藤 美代子さん
(☎090-2981-1135)

まんまるママいわては、産後ケアハウス「まんまるぼっと」(下幅)を運営しているNPO法人です。

まんまるぼっとでは、心身の疲れを感じやすい産後ママを、経験豊富な助産師、保健師などの専門職がサポート。ママと赤ちゃん、その家族が笑顔で暮らせるよう活動しています。

同団体では、市からの委託を受けて「産後ケア事業」を産後ケア事業を実施しています。中でも利用者が多い産後ケア事業では、市内の産後5カ月未満の母子を対象に、母乳や育児の相談、休養、昼食、アロマトリートメントなどのケアサービスを提供。デイサービス、ショートタイム、訪問相談を自己負担1000円〜3000円で受け



① 沐浴サービスを提供している様子 ② まんまるママいわての皆さん



※産後ケアハウスまんまるぼっと(下幅21・36)：月・水・金曜日、午前9時〜午後4時

市民生活コーナー

パソコン画面に表示される偽警告に注意!

■どんな相談があるの?

○インターネット利用中に、突然「セキュリティの重要な警告」「ウイルスに感染する危険性がある」といった画面が表示され、音声案内や警告音が流れた。警告文に従い、表示された画面をクリックしていくと、セキュリティサポート業者と契約し

■注意するポイントとは?

○偽警告の多くは、実在の企業の警告であるかのように見せかけています。○利用者の不安をあおり、

てしまい、代金の支払いと称してクレジットカード番号を入力させられた。それ以降もパソコンを開くと同様の画面が表示され、おかしいと思いが、外国語の音声通話が流れ解約できない

■困ったときは?

○新館市民生活総合相談センター(☎24211111内線259)へ

セキュリティサポートを装って電話をかけたせりサポート料金を支払わせたりします

○偽警告はウイルス感染の原因ではなく、広告のようなもの。警告の消し方は、情報処理推進機構(IPA)のホームページに掲載されています

健康コラム

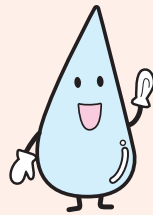
糖尿病を理解するシリーズその3 「インスリン」を守ろう

前回のコラムで「インスリン=血糖値を下げる」というお話をしましたね。

高血糖が続くと、血糖値を下げるために大量のインスリンが使われます。また、食べ過ぎや運動不足による肥満(いわゆるメタボの人)は、インスリンの効きが悪くなるため、インスリンを大量に分泌して補い、血糖値を一定範囲まで下げている。

しかし、個人差はありますが、一生のうちに使えるインスリンの量は決まっています。使い過ぎれば当然、インスリンを分泌できなくなり、糖尿病の発症や悪化を引き起こします。

どうやらインスリンは大切に使った方が賢明といえそうです。



インスリン君

僕を大切に使うことが糖尿病を予防するポイントなんだ!

今回は実践編。インスリンを守る方法を紹介しませう。お楽しみに。

キーワード

「血糖値を上げ過ぎない」
「インスリンの効きをよくする」

【問い合わせ】健康づくり課(☎23-3121)

卒業 任期を終える 地域おこし協力隊

平成27年10月に着任した福田一馬隊員が3年の任期を終え「卒業」します。卒業する福田隊員にこれまでの活動と、これからを聞きました。

協力隊としての3年間、小友ビルやマルカンビルのオープン、遊休不動産や地域資源の再生を考えるスクールの開催など、民間事業者と連携してリノベーションまちづくりを進めました。

そして、自らもその一翼を担うために、水辺の活用を考える「ミズベリング花巻」と、自然体験やワークショップなどを手掛ける「株式会社ぼうけん」を設立。8月には「旅行者と花巻の魅力をつなぐ」をコンセプトにしたゲストハウス「meinn」(メイン)をオープンさせました。

協力隊卒業後はゲストハウスを軸に観光事業などを展開。仲間を集めて末広町商店街の活性化に挑戦したいと考えています。

今思えば、この3年間は新たなステージへの助走だったのかもしれない。これからも強く大地を踏みしめ、大きく躍進していきます。



①ゲストハウス「meinn」の共有ラウンジ。改装のほとんどを自ら手掛けました②福田隊員の意気込みとサイン③任期を終える福田隊員