

# 花巻ファーマー

## より良いネギを目指す 飽くなき探求心



高橋 清孝 さん (42歳)  
美代子 さん (45歳)  
(横志田)

一面に広がるネギ畑とともに迎えてくれたのは、平成24年に就農した高橋さん夫妻。研修先の農家で栽培していた縁から、ネギとキュウリを栽培しています。「自分たちがやったことの結果が見えるのが、農業の醍醐味ですね」と笑うのは妻の美代子さん。夫の清孝さんは「出来と収穫量が良くなるよう、栽培方法を毎年改良しています。でも、もっと上を目指したい」と探求を続けています。



今の時期出荷している「大河の轟き」。暑さにも病気にも強い品種です

らするなど、日々栽培方法を模索しています。令和3年からは、給食センターへ収穫したネギの納品を始めました。「地域の子どもたちが、自分たちの作ったネギを食べられていく。農作業中に、給食を食べる子どもたちのことを思い浮かべると栽培にもより力が入りますね」と清孝さんは微笑みます。子どもたちの笑顔を励みに、高橋夫妻のより良いネギを目指した試行錯誤はこれからも続きます。

## 市民生活コーナー

保険金を使用する住宅修理サービスにご注意！

### ■どんなトラブルがあるの？

○「隣家の屋根を点検していたら、お宅の屋根が破損しているのが見えた。保険金を使って修理できるので、急いで手続きしましょう」と言われ、慌てて契約した。契約書をよく読むと高額な申請サポート手数料を支払うことになってしまった。家の写真を撮らせてほしい

### ■注意することは？

○勧誘されてもすぐに契約せず、家族や周りの人に相談しましょう。修理をしたい場合は、複数の業者から見積もりを取り、契約書をよ

### ○もし契約してしまっても、クーリング・オフできる可能性があります

○困った時は？  
新館市民生活総合相談センター(☎41-3550)へ

と訪問があった。撮影した写真を見せられ、「雨どいが破損している。保険金を使えば、無料で修理できます」と案内されたので契約した。その後、考え直しキャンセルを申し出たところ、解約手数料を請求された

く読んで、納得してから契約・修理しましょう  
○保険金を使う際に、破損理由によって補償対象外となる場合があります。破損理由を偽って保険金の申請を勧められても、応じないようにしましょう

## 健康コラム

### 骨を強くする食生活

骨の強度はホルモンと深く関わっているため、男女ともに性ホルモンが減少する50歳前後から骨量が低下し、骨がもろくなり始めます。女性は特に閉経後から骨量が急激に低下します。普段の食事に骨を強くする食材を取り入れ、丈夫な骨を保ちましょう。



#### ●骨の成分とは

骨は、カルシウムとたんぱく質の一種であるコラーゲンからできています。コラーゲンが土台となり骨にしなやかさを与え、カルシウムなどのミネラルがコラーゲンに付着することで骨に強度を与えています。

#### ●骨をつくる栄養素

カルシウムだけでなく、たんぱく質やビタミンなども組み合わせて取ることが大切です。

役割	栄養素	主な食品
骨の材料になる	カルシウム	牛乳・乳製品、小魚や骨ごと食べられる魚、大豆製品、緑黄色野菜(特に青菜)、海藻など
カルシウムの吸収を助ける	ビタミンD	魚介類、キクラゲ、干しシイタケなど
骨の形成を促す	ビタミンK	納豆、緑黄色野菜(特に青菜)など
コラーゲンの材料になる	たんぱく質	肉、魚、卵、大豆製品など
コラーゲンの劣化を防ぐ	ビタミンB6	レバー、鶏肉、カツオ、マグロなど
	ビタミンB12	サンマ、貝類など
	葉酸	ホウレン草、イチゴなど

【問い合わせ】健康づくり課(☎41-3607)

## 地域おこし協力隊

和紙講座を通じて広がる交流

・成島和紙を中心とした花巻伝統工芸における新商品の企画制作担当 赤津 有美

夜がやっと涼しくなってきたかなと思う9月。この夏を振り返ると、各地域で市民の皆さんとたくさんの思い出を作ることができました。

夏祭りやイベントでは成島和紙のブース出展を行い、さまざまなワークショップを行いました。8月を皮切りに始まった「和紙ランプシェード講座」は、大人子ども問わず参加



生涯学習課主催「はなまき！おもしろ探検隊」講座で和紙ランプシェードを制作する様子

土沢七夕まつりでは協力隊と地元の皆さんと一緒に出展しました



いただき、好評をいただいています。この講座は12月上旬までさまざまな地域で行う予定です。講座で制作したランプシェードを展示する灯りイベントも計画中です。

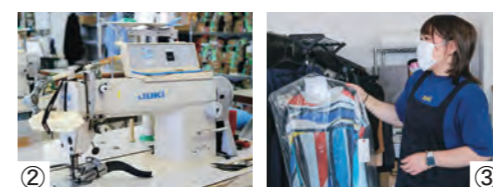
成島和紙を中心に、花巻の伝統工芸の魅力をどんどん伝えていく活動を行ってまいりますので、これからも応援よろしくをお願いします！

市内企業紹介

## 花まき❖いいモノ・いいコト

◎企業情報  
東町12-44  
☎ 22-4048

### 株式会社ファッション・ルシエ



①アイロンがけ。熟練の技で洋服を生み出します  
②高級婦人服の縫製を行うミシン  
③会社を切り盛りする社長の藤原和恵さん

株式会社ファッション・ルシエは、カラーフォーマルドレスをメインに高級婦人服の縫製を行う企業です。昭和50年代に東京都内から花巻市へ工場を移転して約40年、花巻の地で縫製の技術を磨いてきました。現在では、国内最大手のフォーマルウェアブランドや、有名デザイナーズブランドの製造に携わっています。高い技術力が評価され、令和3年に開催された東京2020オリンピック・パラリンピックでは、表彰式でメダルを運ぶボランティアが着用するワンピースの縫製を担当しました。

近年製造を依頼される服は、複雑なデザインが増えてきているそう。縫製に関する高度な専門知識と技術が求められるため、市のインターンシップ補助金を活用し、服飾製造を専攻している学生の職場体験を通じた採用活動を行っています。また、従業員が気持ちよく長く働くことができるよう、産休・育休などを含めた休暇を取得しやすい職場環境の整備にも積極的に取り組んでいます。



市ホームページ

\*市ホームページでは、より詳しい情報を掲載していますのでぜひご覧ください