

花巻ファーマー

無農薬のコメ栽培 新たな相棒と挑む



小田 肇さん(78歳)
やすひろ 康広さん(47歳)
(東和町南川目)

東和町にある小田農園では、安心安全にこだわった無農薬のコメ作りを、小田肇さん康広さん親子が行っています。作っているコメは「ひとめぼれ」と、宮沢賢治にもゆかりのある「陸羽132号」。産直などで販売されているほか、日本酒「百姓おどり」にも使われています。

小田さん親子は、アイガモに田んぼの雑草や害虫を食べてもらおう「アイガモ農法」をおよそ20年にわたり続けてきました。しかし、おとしから「アイガモロボ」を使った新たな農法に挑戦しています。「アイガモを襲うキツネが年々賢くなって。ひどい時は一晩で100羽以上襲われた」と、小田さん親子はアイガモ農法を断念した理由を悔

しそうに話します。

新たな相棒となったアイガモロボは、雑草や害虫を食べはくれませんが、田んぼの土をかき混ぜて水を濁らせ、雑草を生えにくくしてくれます。太陽光で充電でき、スマートフォンで動かせるので操作は簡単です。「昨年はアイガモロボを使うタイミングが遅くなって、収穫量が例年より少なかった。収穫量を増やせるよう、良い使い方を見つけていきたい」と、小田さん親子は意気込みます。



スマホで設定した動き方で、田んぼの土をかき混ぜるアイガモロボ

市民生活コーナー

初回がお得な定期購入に注意!

■どんなトランスがあるの?

○初回980円のサプリを購入。いつでも解約可」と書かれていたので、一度試して解約するつもりだったが、飲み始めて1カ月も経たないうちに2回目の商品が届いてしまい、5980円の請求を受けた

■注意することは?

○多くの場合、「次回発送の日前までに申し出がない限り、定期的に商品が発送されます」など、規約が設けられています。購入時には、解約条件や返品特約を

合わず、解約するため電話をしたが、すぐに自動音声に切り替わり、オペレーターと直接話ができない。ネット上での解約手続きを案内されたが、どうすればいいか分からず困っている

■困った時は?

○新館市民生活総合相談センター(☎41-3550)へ

確認することが大切です。解約の電話でオペレーターにつながるまで30分以上待たされる、受付時間帯が平日の日中のみであるなど、簡単に解約できない場合があります。また、ネット上でのみ解約手続きを受け付けている場合もあるので、解約方法は事前に確認しておきましょう

健康コラム

オーラルフレイルを予防しよう

「硬い物が食べにくくなった」「お茶や汁物でむせることがある」といった口の不調“ささいな衰え”がオーラルフレイルの始まりです。

オーラルフレイルは、口の機能の低下だけでなく、食欲や心身機能の低下にもつながるため、適切な対処をすることが重要です。

歯が抜けてそのままにいませんか。左右の奥歯がない場合は、特に噛む力が低下します。早めに歯科医院に相談しましょう。

●口や舌のトレーニングに「あいうべ体操」

口の周りの筋肉や舌の力を鍛え、口を閉じた状態を保てるようになることで、鼻呼吸がしやすくなります。顔の筋肉を大きく動かしながら、1セットにつき4秒ほどかけて、ゆっくり行い、1日30セットを目安にトレーニングして口の機能低下を防ぎましょう。



- ①「あー」と口を縦に大きく開く
- ②「いー」と口を横に大きく開く
- ③「うー」と口を前に突き出す
- ④「べー」と舌を突き出して下に伸ばす

【問い合わせ】健康づくり課(☎41-3608)

地域おこし協力隊

五感で感じる伝統工芸
-伝統工芸分野におけるシティスロモーション担当 平川 優-

早いもので、花巻に来て3年目。協力隊活動も最後の1年となりました。

昨年度は、伝統工芸を軸にさまざまな交流が生まれるイベントを開催しました。伝統工芸品を実際に目で見て彩りを知り、手に触れ肌触りを感じ、時には匂いを感じたり、響く音を聞いたり…、伝統工芸品を「五感で感じる」ことに大変魅力を感じました。



▶手織り機でのさき織り講座の様子



◀昨年9月、花巻傘をさして歩くイベントやライトアップを開催しました

本年度は、皆さんがより身近に、伝統工芸に触れる機会を生み出したいと考えています。貴重な地機でのさき織り体験会や、手織り講座、実際に触れられる伝統工芸品の展示会などを計画中です。また、さき織りの体験機を持って、いろいろな所に登場したいと思っています。ぜひその手で伝統工芸に触れ、機を囲んで交流してみませんか?

市内企業紹介

花まき❖いいモノ・いいコト

「爪切り屋」おっほ

◎企業情報
石神町108-1
☎080-6921-8896
(午前9時30分~午後6時。土・日曜日、祝日を除く)



①空き家を改装したお店。手作りの看板が目印②リクライニング付きの椅子でリラックスできる施術室③爪のケアへの思いを語る伊藤美保さん

3月、石神町に「爪切り屋 おっほ」がオープンしました。足の爪が変形してしまい自分ではうまく切れない人の悩みを、フットケアワーカーの資格を持つ伊藤美保さんが解消します。

足浴から始まり、角質除去、爪切り、やすりかけ、最後は保湿。厚くなった爪やタコ・ウオノメは専用の機械で削ったり、巻き爪は矯正用のプレートを貼り付けたり、お客様の足に合わせたケアを丁寧に行います。足だけでなく手の爪切りも対応します。

元々看護師として働いていた美保さんは、変形爪に悩む患者さんと出会い、爪のケアをしてあげたいと思ったそう。育児が一段落し、自分のやりたいことをやろうと起業支援センターに相談し、開業しました。

店名の「おっほ」とは、縁起の良い「フクロウ」を意味する方言。「足元から苦勞しない明るい日々を送ってほしい」と、美保さんは爪切りに願いを込めています。



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