

地域を変える POWER!!

地域おこし協力隊

榎崎 恵さん



心と体に福をいただく、お福分け！

肝付町の皆さまこんにちは！宇宙のまちづくり地域おこし協力隊の榎崎恵（ならぎきめぐみ）です。現在、内之浦にある祖父母が住んでいた古民家に、自称シティーボーイの旦那さんとチワワ2匹と楽しくのんびり毎日を過ごしています！

今年のは冬は色々な種類のみかんを色々な方からいただきました！大きいみかんから珍しいみかん、色も形も味も様々。人生で一番みかんを食べた気がします。そして初めてみかんジャムを作りました。ジャムのお味は、美味しいみかんだったからか上々でした！

大量のビタミンCを摂取できたので若返りを期待している今日この頃です。

その他にも、つきたてのお餅、野菜入りのがね、高菜、お漬物、辺り塚だいたいジャム、お刺身、ケーキ、お土産のお菓子やドレッシングなど、本当に色々な方のお心遣いに感謝です。ありがとうございます。

それと！この広報きもつきを見てお声をかけてくださったり、活動拠点の「宙の家」に来てくださったりと、リアルに繋がる事って素晴らしいし嬉しいなと思いました！

「お福分け」とは、良いものを大切な人と分かち合い、みんなが幸福になるようにという想いが込められているそうです。ものだけでは



なく、人と人が繋がる事もお福分けだと思います。肝付町に来て嬉しいと感じています。来て良かったです！

私事ですが、美味しく食べるには健康第一と言う事でヨガを習っています。

内之浦地区の「さかど結の家」で毎週1回開催される「夜ヨガ」元気にライフスタイルを送る事がコンセプトで、日頃使っていない体の部分をゆっくり動かしたり、凝り固まった筋肉をほぐしたり、ヨガのポーズがあったり、体が伸びるのを感じます。そして終わった頃には体がスッキリしています。

夜ヨガ部員の方や先生とお会いするのも楽しみの一つ！

運動不足だったので夜ヨガはともありがたいです。



CIR トウの

ベトナム探訪

Hãy cùng khám phá Việt Nam nhé!



ベトナムと日本の
小学校の共通点と
相違点

先日、町内の小学校を訪れ、子どもたちと一緒に給食を食べました。その交流を通して、ベトナムと日本の小学校にはいくつかの共通点と相違点があることに気づきました。

例えば、両国の小学生はどちらも給食を食べますが、その提供方法には違いがあります。日本の小学校では、子どもたちが自分で給食を取りに行き、教室でみんなと一緒に食べます。一方、ベトナムでは昼食の時間になると子どもたちは食堂へ移動し、調理スタッフから食事を受け取って食堂で食べます。食べ終わると、お皿をスタッフに返して教室に戻ります。そのため、ベトナムの子どもたちは食後に片付けや掃除をする習慣がありません。今回、私は初めて自分の食器を片付ける経験をし、子どもたちに片付け方を教えてもらいました。

また、両国とも昼食後には昼休みがありますが、ベトナムでは昼食後に昼寝をする習慣があります。この習慣は子どもだけでなく、大人も同じです。通常、30分から1時間ほど昼寝をした後、午後の授業が始まります。一方、日本の小学校には昼寝の時間がなく、昼食後は自由に遊んだり過ごしたりする時間になっています。

今回の訪問では、小学生たちと一緒にベトナムの遊び「旗取りゲーム（Cuóp cờ）」もしました。この遊びはベトナムではとても人気があり、小学生たちも休み時間によく遊びます。子どもたちが楽しそうに遊んでいました。私もベトナムの文化を紹介できて、とても嬉しかったです。

