

ぜひお越しください

### ■つづみの里に無料カフェがオープン

10月7日（土）、小石原つづみの里第2駐車場に、ボランティアによる無料カフェ（SUN & MOON FACTORY）がオープンしました。

期間は12月30日までの3ヶ月間で、時間は6時～18時までどなたでもご利用でき、ドリンクやワッフルサンドイッチが無料でいただけます。また、流木を利用したキャンドル作りのワークショップも体験でき、完成したキャンドルはクラウドファンディング（インターネット経由で不特定多数の出資者が集まり資金提供を行うこと）された方々へ贈られます。



みんなに元気を

### ■ウルトラマンが東峰村にやってきた！！

10月7日（土）、ウルトラマン基金運営事務局によるウルトラマンヒーローショーが、村民センターで行われました。ウルトラマンダイナ・アスカ隊員（つるの剛士さん）・ウルトラマンゼロがやって来て、子どもたちに元気と勇気を届けに来ていただきました。

ウルトラマンの登場に子どもから歓声の声があがり、みんな笑顔になりました。



多くの陶器ファンで賑わいました

### ■秋の民陶むら祭

10月7日（土）～9日（月）、毎年人気の秋の民陶むら祭が小石原地区において開催されました。今年は九州北部豪雨の影響で開催があやぶまれましたが無事開催となり、村内に50軒ほどある窯元が一斉に窯開きを行い、新作の陶器等が並びました。

また、小石原焼伝統産業会館ではフリーカップの絵付け体験や小石原焼の小皿付き山菜おにぎりの販売が行われ、朝早くから多くの陶器ファンが行列をつくりました。



これからよろしくお祈いします！！

## ■復興親善大使委嘱状交付式

10月17日（火）、村長室において東峰村復興親善大使委嘱状交付式が行われました。元福岡ソフトバンクホークスの松中信彦さんとフリーアナウンサーの松中恵子さんご夫妻が任命されました。

被災前からお子さんたちと何度か東峰村に訪れたことがあるそうで、村に親しみがあつたことから、就任を申し出ていただきました。

松中さんは「村の人たちが少しでも元気になれるようなことをしていきたい。一日でも早い復興にどんどん僕たちを使ってほしいです」と話しました。また、恵子さんは「一日でも早く綺麗な姿に戻れるように私たちができることは小さいですが、できることをさせていただいたら嬉しく思います。」と話しました。お二人は11月18日（土）に道の駅小石原前広場で開催される復興イベントに参加されます。

また、松中さんより頂いた記念プレートを宝珠山庁舎入口に展示しています。来庁される際は是非ご覧ください。



おめでとうございます

## ■人間国宝に認定

10月25日（水）、重要無形文化財保持者（人間国宝）に認定された皿山地区の陶芸家福嶋善三さんが来庁されました。小石原焼が新たに重要無形文化財に指定され、その技法を高度に体得し継承する福嶋さんが人間国宝に認定されることになりました。

心よりお祝い申し上げますとともに、ますますのご活躍を祈念いたします。



## ♡『らぶすぽ東峰』 次回予告 ♡ 地域総合型スポーツクラブ

らぶすぽの活動	場 所	目 時	備 考
ニュースポーツ教室	村民センター	11月20日（月） 19：30～	自由に参加できます。
健康体操『ヨガ教室』	いずみ館 多目的ホール	12月13日（水） 19：30～	会員 500円 非会員 1,000円 ※マットはこちらで準備します。

## 今月の協力隊活動日誌は岩間隊員・坂口隊員2名でお送りします!!



岩間隊員

最近は人と人とのつながりを強く感じる瞬間がありました。

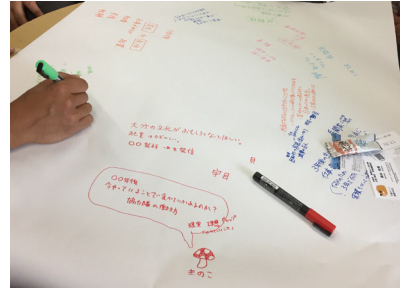
先日、協力隊に関する講演会に2回参加してきました。一つは、「協力隊九州サミット in 小国町」です。このサミットでは九州各地の地域おこし協力隊、集落支援員の人たちが参加をします。もう一つは「全国地域づくり人財塾 in 福岡」です。この講演会は全国各地の地域おこし協力

隊、行政、または地域づくりに関心を持っている方々が参加する講演会です。どちらも講演が主でしたが、ワークショップや交流会の時はいろんな人と話せる時間がありました。

私が話した人たちはほとんどが福岡県外の人たちで、お店をしながら地域活性化のために活動をしている人。地域資源を見つけようと活動をしている人などいろんな人たちがいました。中には共通の知人がいたり、、、

新しいことや場所に行くときってとても緊張して直前になって考えてしまうことが多いけれど行かないとわからない「新たな発見」を見つけることでこの講演会に参加してよかったな。と思えました。

これからも、出会った人たちの輪を大切に、自分自身が楽しめる活動をしていきたいと思います。



坂口隊員

昨年の11月に協力隊となって1年が経ちました。7月の災害もあり村での経験は、多くのことを学べた1年間だと思いました。今後も、地震や水害のようなものが、いつ起こり繰り返されるかもわからない以上、何事も準備を大切にしていきます。

東峰ふぁーむでは、6月20日からグリーンコープに収穫・袋詰めをしたつるむらさきの出荷がはじまり、10月末で終わりました。準備も含め4月からなので、約半年間貴重な経験ができました。当初は人を雇うつもりでしたが、ひとりでの限界を自分自身知らないことには、また来年同じことや違うことをやるにしろ長くやるのは難しいと思い、ほぼ一人でやってみました。だから正直なところ、きつかったこともありましたが物足りないとも感じました。やっている中、もっともきつかったことは、何よりも収穫するものがないことでした。朝早くから注文数分の綺麗な葉だけを見つけたし、収穫するのに3時間以上もかけたこともありました。ないものを採るのは、本当につらいものです。今回は800本のつるむらさきでは、底が知れてしまいましたので、来年は1500本で望みたいと思います。

農業では様々な良い経験をしていると実感しています。天候、日照時間、市場、農協、知識、経験、情報などを考えながらやるのが求められると思いました。農業には奥深さがあり、感心することが多々あります。まだはじめて間もないですが、就農できるように頑張ろうと思います。



# 保健師からのお知らせ

## 災害後のこころのケア



「あなたのこころと身体、  
大丈夫ですか？」

人は大きな災害に遭遇すると、被災時の強い恐怖や無力感、あるいは喪失体験などから、こころや身体に変化が生じます。

このようなこころと身体の変化は、災害に限らず大きな出来事に直面した時に、誰にでも起こりうる正常な反応です。多くの場合は自然に回復していきます。

しかし、むしろ時間がしばらく経過してから、たとえば数か月以上経過してから少しずつ疲れが見え始め、ストレス反応が出現しやすくなる場合があります。生活環境が変わった方は、特に注意が必要です。

### 【こころと身体の変化】

- 頭痛、めまい、吐き気、下痢、胃痛、動悸、下痢、しびれ
- 以前に比べて、イライラして怒りっぽくなる
- 寝つきが悪くなったり、夜中に頻回に目が覚める
- 不安でたまらない、気持ちが落ち込む。また、気持ちがたかぶる。
- 疲れやすく、身体がだるい
- その時の夢を繰り返し見る
- その時の光景が何度も頭に浮かぶ
- 誰とも話す気になれない



### 【こころと身体を守るためにできること】

- 睡眠と休息をとみましょう
- 心配や不安を一人で抱えずに、周りの人と話しましょう
- お互いに声をかけあいましょう
- 飲みすぎに注意しましょう
- こころと身体の不調は、かかりつけ医にきちんと報告しましょう
- 相談機関を利用しましょう

被災者の中には、PTSD(こころ的外傷後ストレス障害)やうつ病、アルコール依存症などの問題が現れる方がおられます。心配な様子が続いたり、気になる症状があれば、下記にご相談ください。

### 【こころの健康相談のご案内】

- 専門医が相談に応じ、相談料は無料です。
- 日時及び場所
  - ① 毎週火曜日(13:30~15:00)  
場所：北筑後保健福祉環境事務所 本庁舎(朝倉市甘木 2014-1)
  - ② 第4月曜日(13:30~15:00)  
場所：うきは市総合福祉センター(うきは市吉井町 347-1)
- いずれも予約制です。まずはお電話ください。  
連絡先：0946-22-3965 北筑後保健福祉環境事務所 精神保健係



## 住民税務課

### ◆第 69 回人権週間及び県内一斉無料電話相談

「世界人権宣言」は、基本的人権及び自由を尊重し確保するために、世界の全ての人々と全ての国々々が達成すべき共通の基準として、昭和23年12月10日の第3回国連総会において採択され、本年で採択69周年を迎えます。

国際連合は、世界人権宣言採択を記念して、採択日の12月10日を「人権デー」と定め、法務省及び全国人権擁護委員連合会は、12月4日から同月10日までの1週間を「第69回人権週間」と決めました。

そこで、福岡法務局及び福岡県人権擁護委員連合会においては、12月2日（土）に県内一斉無料電話相談を午前9時から午後5時まで実施します。家庭内のもめごとや隣近所とのトラブル、いじめや差別など、悩みや困りごとがあったら、どんな些細なことでも、一人で悩まずお電話ください。人権擁護委員と法務局職員が、無料で相談に応じます。秘密は厳守されますので、お気軽にご相談ください。

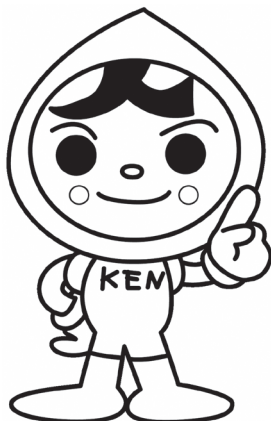
#### 県内一斉無料電話相談

日 時：12月2日（土）午前9時から午後5時まで

電話番号：0120-889-405（0120 はやくようご）

（携帯電話、スマートフォンからもご利用いただけます。）

※平日の相談窓口（平日の午前8時30分から午後5時15分までは下記の番号で相談を受け付けます。）



- \*みんなの人権 110 番 0570-003-110
- \*子どもの人権 110 番 0120-007-110
- \*女性の人権ホットライン 0570-070-810

人権イメージキャラクター  
「人KENまもる君」 & 「人KENあゆみちゃん」



福岡法務局・福岡県人権擁護委員連合会