

弘前市相馬地区地域おこし協力隊

活動プロセス事例集



弘前市相馬地区地域おこし協力隊

加賀新一郎・穂坂修基

<https://www.city.hirosaki.aomori.jp/soma/>



弘前市相馬地区地域おこし協力隊
活動プロセス事例集

弘前市相馬地区地域おこし協力隊
加賀新一郎・穂坂修基

弘前市相馬地区地域おこし協力隊（4期生）



KAGA SHINICHIRO

加賀新一郎

1964年4月15日、東京都練馬区生まれ。20代から出版業界で仕事をしてきました。定年が近くなり編集の現場から離れたのを機に、父の故郷である青森県への移住を決め、地域おこし協力隊という仕事にめぐりあい相馬にやってきました。地域資源豊富なこの地域を時代に合った方法で存続させていくのが願いです。

HOSAKA MOTOKI

穂坂修基

1997年8月1日、神奈川県横浜市生まれ。前職は小学校教員で、社会科と総合的な学習の時間を専門としていました。りんごが好きすぎて弘前に移住。3年間住んでみて、四季折々の岩木山の景色と飛馬りんごが弘前の魅力だと実感しました。今いる人で、無理なく、面白がりながら地域を維持してほしいと思います。



ミッション

- (1) 地区内集落点検
- (2) 地域行事・コミュニティに係る支援活動
- (3) 地区の伝統・文化振興支援
- (4) 地区内向け協力隊活動新聞等の発行・回覧
- (5) 弘前市HPやSNS等を活用した相馬地区の情報発信
- (6) 上記以外の活動で弘前市相馬地区の地域おこしや課題解決に寄与するものとして熱意をもって取り組むもの

雇用形態

- ・会計年度任用職員（地域配属）

所属

- ・相馬総合支所総務課

任期

- ・令和5年5月～令和8年4月

住居

- ・相馬地区紙漉沢（加賀）
- ・相馬地区水木在家（穂坂）



地域と学校をつなぐ活動について「どうやってやったんですか？」という質問を受けたことが何回かありました。自分の活動とそのプロセスが参考になるんだなあと思う出来事でした。こうした経験から、3年間行った活動が、地域にとって良かったのか良くなかったのか、有益だったのか無益だったのか、はたまた有害であったのかわからないけれど、プロセスを添えた事例集として記録しておこうという気になり、「活動プロセス事例集」をつくる運びとなりました。

穂坂修基



地域・町会行事、農作業に参加 (勤務時間外)

●1年目はとにかく参加…

着任直後に受講した市と国の初任者研修で、「1年目は自分のこと3割・地域のこと7割」で活動をし、2～3年目に自主企画や起業・定住に関する活動の比率を高めていくことがベストだと教わりました。そもそもすぐに着手できることもなかったので、1年目は地域理解や地域の方との親睦を深めることを重視しました。全ての地域行事に参加したと思います。その時々によって、お客さん、スタッフ/委員、メンバー、取材、見学など……立場を変えながら関わりました。

初任者研修で提示されたロードアップ

自分のこと	3 : 7	地域のこと
自分のこと	5 : 5	地域のこと
自分のこと	7 : 3	地域のこと

短期間にたくさんの地域の方にお会いして名前を覚えきれないので、写真を撮らせてもらい、その写真に名前をメモしたり、個人情報満載の極秘ノートを作って名前と思い出すためのトリガー（特徴）を記録したりして、なんとか忘れないように努力しました。



着任当初に受けた研修 講師：野口拓郎さん
「地域おこし協力隊初任者研修～相馬地区～」

●キーパーソンへの挨拶まわりから

協力隊活動の初動段階においては、地域のキーパーソンとの関係構築が極めて重要でした。着任直後から地域内のキーパーソンへの挨拶回りを行うとともに、庁舎内でデスクワークしている際も、来庁してくるキーパーソンに気づいたときには、可能な限り挨拶を行うよう意識しました。なお、こうした挨拶回りを円滑に実施できた背景には、地元出身であり、協力隊担当歴が3年と長く、地域事情や関係者を熟知している職員の存在が大きかったです。人物像や地域内の関係性（パワー

バランス）について事前に助言を得られたことで、初動段階から適切な関係構築の機会を持つことができました。このような日常的かつ能動的なコミュニケーションの積み重ねにより、顔と名前を早期に認識してもらうことができ、情報共有の円滑化や相談のしやすさにつながりました。結果として、地域活動を展開するうえでの心理的ハードルが下がり、活動機会の拡大や連携の質の向上に寄与したと考えられます。担当者の裕美さんには感謝です！

●町内会に加入

協力隊として地域で活動するうえで、町内会に加入し、町会活動に参加したことは、とても有効なコミュニケーションの方法の一つであったと思います（我々の場合、強制加入でしたが笑）。町内会は、住民同士が日常的に関わる場であり、イベントや挨拶だけでは作りにくい、継続的な関係づくりができる場所でありました。

実際に町内会に加入し、春の一斉清掃や神社の清掃・旗揚げ、総会などに参加することで、住民の方と雑談を重ねることができました。その積み重ねによって、「外から来た人」ではなく、「地域の一員」として見てもらえるようになり、気軽に声をかけてもらえたり、相談や情報共有をしてもらえたりする機会が増えました。

●市職員りんご生産アルバイトに参加

弘前市では「市職員りんご生産アルバイト」制度があり、一定の条件・制約のもとで兼業が認められています。そこで、「摘果や葉摘み、収穫等の作業を経験したら、りんごの魅力を多面的に語れるようになるのではないか」、「主要農産物であるりんごの生産に関われば、地区と農家のことをより理解できるのではないか」、「農作業を兼業（副業）として推進する本制度を使って実態を把握し、制度を批評できるようになりたい」という目的のもと、アルバイトに従事することにしました。

【条件・制約】

・副業の目的は地場産業の保護や地域貢献につながる活動に限定される。弘前市の場合は、りんご農作業アルバイトは地域貢献であると認識されています。

・本業に支障がないよう、「本業の勤務日は3時間以下」、「1週間で8時間以下」、「月30時間を超えない範囲」など労働時間に制約がある。また、報酬も「社会通念上、相当と認められる程度を超えない額」となっています。

・雇用主（りんご農家）と補助金や許認可、行政指導等での利害関係がない。

りんごの生産に関わる作業を一通り経験できただけでなく、どの農家も「一服」という15分くらいの休憩時間を設けていること、農繁期は死ぬほど忙しくなること、クマやサルによる獣害のリアルな現場などを知ることができました。りんご農家の年間スケジュールを把握できたことは、イベントの開催時期や協力を要請するタイミングを計るのに役立ちました。市の制度を通しての参加であったのも自分を守る上でよかったです。どの農家も労働力を欲しているので、「うちにも来てよ」と言われます。市の制度のもとで働いていることと、条件・制約が課せられていることを伝え、角が立たない形で断ることができました。



●見えないルール、課題を把握する

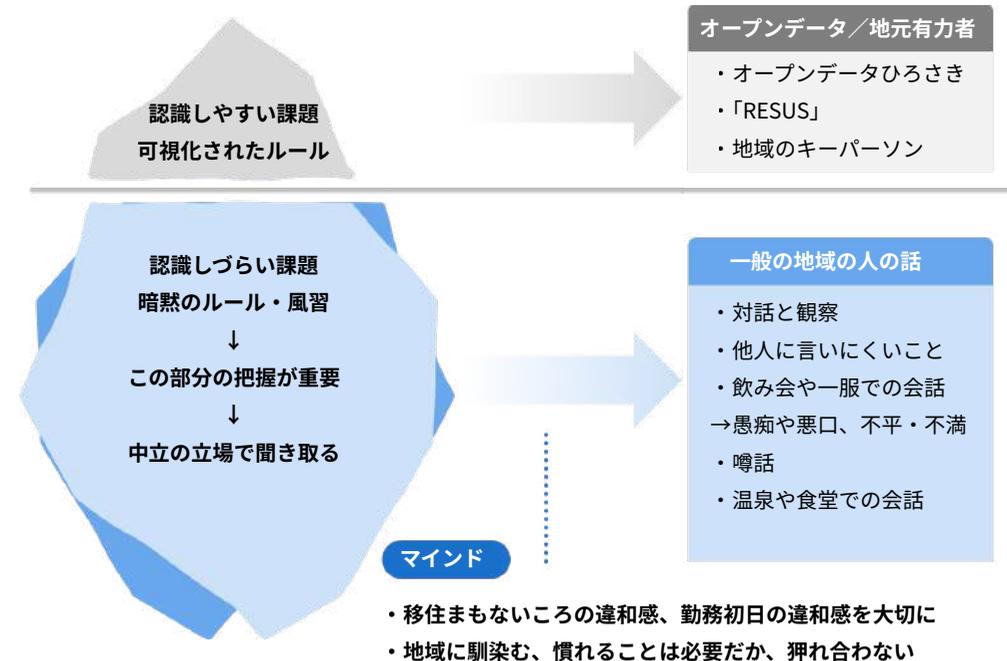
地域行事や町会行事に参加したり、りんご農作業に従事したりして地域の方と話す中で、明文化されていない独自のルールや表立って公表できない課題や愚痴を聞くことができました。とくに飲み会や農作業の一服の時間は「～はまね。～もまねじゃ（津軽弁でよくないという意）」という会話を聞くチャンス宝库でした。聞く際は、過度に共感せず「そうなんですな」「なるほど」と流して、自分の価値判断を出さないように心がけました。

【見えないルール・風習】

- ・多くの人が指定された集合時間よりも30分前に集まる（相馬タイム）
- ・知り合いと車ですれ違うときに会釈する。運転手の顔を識別している（対向車会釈）
- ・弘前露店商業組合が絡んでいない、町会独自の稀有な宵宮（町会で宵宮）
- ・農家を中心に、防災無線からのチャイムをもとに行動する人が多い（相馬チャイム）

【見えない課題】

- ・除雪や地域行事参加そのものよりも、参加に伴う人間関係（性別役割分業や在住歴の上下関係など）に不満がある など





郷土史研究サークルを設立

●地域の未来のために地域の歴史を知る

地域を知るには、まず歴史を知ることが先決だと思い、村史などの資料を読み込みました。すると、相馬地区は青森県でも特異な歴史を持つ地域だということがわかりました。縄文時代の早期から人が住み始め、多くの遺跡が残されています。その数は33ヶ所ほどで、この面積の地域にこれだけの遺跡数は県内最多らしく、この地域がいか

に早くから開けていたかがわかります。ただ、少子高齢化の影響で地域の歴史を知る人も、伝える人も少なくなっていました。そこで、相馬地区の埋もれた歴史を発掘し後世に伝えていく活動を広げようと設立したのが、郷土史研究サークル「相馬凸凹学会」です。白神丘陵と大鰐丘陵のすそ野にある相馬地区は、斜面の多い凸凹地形



●「相馬凸凹学会」の立ち上げ

が特徴であることから凸凹と名付けました。こうした地形と岩木川の上流という地理的特徴から、相馬地区には昔からいろんな人が集まってきました。なかには、地域の象徴である長慶上皇をはじめこの地に逃れてきた人もいます。そうした人々をつねに温かく迎え、かくまってきたのが相馬の住民たちでした。外からやってきた人を受け入れ、困った人に手を差し伸べる気風は相馬地区の誇るべき大きな特長だと思います。その恩恵なのか、相馬には紙漉や獅子舞、寺子屋といった先進的な文化が早くから伝わりました。ちなみに、県内最古の寺子屋は相馬にあります。こうした歴史を知り、特長を生かしながら時代に即した変革をしていきたいというのが、我々「相馬凸凹学会」の願いです。

地域の歴史を広く知ってほしいとまず始めたのが、機関紙「凸凹新聞」の発行です。相馬の歴史についてさまざまな視点から執筆を学会員が交代で担当し、隔月で発行。相馬地区の全戸に無料で毎戸配布しました。「相馬にこんな歴史があるなんて知らなかった。地域に誇りを持てるようになった」と言ってもらえる方もいて、発行した甲斐があったように感じたものです。ただ、印刷の手間や予算、配布してくれる各町会長の負担を考えて、7号でいったん休止とさせてもらっています。いずれまた、再開させたいと考えてます。2025年10月には、相馬凸凹学会主催で相馬の史跡をめぐる日帰りバスツアーを実施。県内外から多くの参加者が来てくださり、相馬の歴史も貴重な地域資源であることを実感しました。



取組プロセス

【現存資料の読み込み】

- ・『相馬村史』
- ・「相馬村文化財調査報告書」
- ・相馬村広報誌「広報 相馬村」バックナンバー
- ・『青森県史』

津軽地方のなかでも特異な歴史を持つ地域だとわかる

【相馬の歴史に詳しい人を探す】

- ・出会った地域住民に紹介してもらう
- ・ホームページや『月刊弘前』などメディアで学会設立を告知する
- ・相馬村役場OBなどに、文化財調査にたずさわった人を紹介してもらう
- ・りんご畑などをめぐり、歴史に詳しい人を探し出す

村史編纂にたずさわった人などと面会し、話を聞く

【現地調査】

- ・沢田神明宮、上皇宮などをめぐると、住民から聞いた現場（メノコが討ちとられた滝と伝えられる場所など）を実地検分する
- ・周囲の地形も確認し、どのような場所だったのか確認する
→そのことが起きた理由などが、地形に起因することも多い

客観的データに、自身の考察も加えて現実的な歴史を考える

【機関紙「凸凹新聞」発行】

- ・相馬の歴史を広く知ってもらうために、隔月で全戸に毎戸配布
- ・東奥日報、陸奥新報などメディアにもプレス発表を行う
→新聞を見た、相馬地区外、市外の方から購読希望の申し込みあり。また、青森県立図書館から所蔵の申し入れがある

取組の工夫例

●SNSを活用する

ネットにアップされている記事は、虚偽情報も多いが、個人のSNSの探訪記などには、公的な史料に載っていない耳寄りな情報があることもあるので、こまめにチェックし、参考にしました。

●既存メディアをうまく利用する

メディア等で設立を広く告知したことによって、他地域の方や知り合いの知り合いなどを紹介していただくケースもありました。地域に密着した地方紙は、全国紙では扱えないようなこまかい情報も掲載してくれることが多いので、いい意味でうまく利用することで活動がよりスムーズになることもあります。



●幅広い読者層を想定して紙媒体にする

相馬地区は他地域同様、少子高齢化が進んでいます。高齢化率40%とまだ比較的深刻度が低い地域ではありますが、高齢者はやはりデジタル機器になれていないことが多く、日常的にネットを見る人は少ないのが現状です。そこで、紙媒体で配布することを前提としました。狙い通り、多くのお年寄りにも読んでいただきました。また刷ったものを御所温泉などに置いた結果、温泉を訪れた他地域の方が関心をもってくれるケースもありました。併せて、相馬地区のホームページにもアップしており、そちらを読む方もいます。





小・中学校の学習を支援

●地域のこどもが地域を知れるように…

地域の伝統文化や行事を教材化し、小・中学校の探求学習の題材にできるよう支援しました。おためし協力隊のときに、相馬中PTA会長（当時）の安田さんから「外の人に魅力を発信するんじゃなくて、学校と連携して中の人に、特にこどもに魅力を伝えてほしい」と言われました。自分のやりたいことと地域が求めることが一致していると確信があった活動でした。



まずは学校現場が抱える下記3つの課題を解決することを目指しました。

- ・カリキュラム化された社会科や生活科といった教科学習等においては、学習活動・分野が限られているうえ、総合的な学習の時間においても、SDGsやプログラミングなど、様々な分野からのオーダーが増加しており、地域の占める割合が相対的に低下してきている。
- ・新規に地域の講師や地域材を発掘・教材化し、授業実践に結び付けるといのは、多忙な教員にとって敬遠される。現実的に難しい。
- ・地域の側からみると「学校は敷居が高い」という意識の面で関わりづらさを感じている住民が少なくない。

●地域資源を知り、リスト化、教材化

地域の伝統文化や行事にはすべて参加し、まずは自分で体験することを通して、魅力だと思うもの、教育的に意義がありそうなものを吟味しました。同時に、伝統文化や行事に対して想いをもち、実際に行動している方のなかで、学校に協力してくれそうな人を探しました。適任な人を見つけたら、男尊女卑的な発言やセクハラをしないなど、コンプライアンス的に問題がないかどうかを探りました。学校に変な人を入れられませんからね。

次に、魅力的で教育的な価値がありそうだと思う伝統文化や行事を「地域資源一覧」としてリスト化しました。コンテンツやイベントの名称だけでなく、協力者の名前も載せました。そして、教材化の作業に入ります。どの教科のなんという単元であれば教材とし



相馬市 地域資源 一覧表	
資源名	相馬市 地域資源 一覧表
資源種別	伝統文化・行事
所在地	相馬市 地域資源 一覧表
担当者	相馬市 地域資源 一覧表
備考	相馬市 地域資源 一覧表
更新日	相馬市 地域資源 一覧表
作成者	相馬市 地域資源 一覧表
承認者	相馬市 地域資源 一覧表
公開日	相馬市 地域資源 一覧表
公開範囲	相馬市 地域資源 一覧表
更新履歴	相馬市 地域資源 一覧表
コメント	相馬市 地域資源 一覧表
関連項目	相馬市 地域資源 一覧表
検索	相馬市 地域資源 一覧表
印刷	相馬市 地域資源 一覧表
共有	相馬市 地域資源 一覧表
削除	相馬市 地域資源 一覧表
更新	相馬市 地域資源 一覧表
戻る	相馬市 地域資源 一覧表

て活用できるかを検討しました。たとえば、沢田ろうそくまつりであれば、「平家の落ち武者の御霊を弔ったのが起源だとされているという祭りであることから、歴史学習（社会科）が始まる小学6年生がいいだろう」とか、お山参詣であれば、「五穀豊穡を祈る祭りだから、社会科で米作りを学ぶ5年生なら総合と絡めて1単元にできるかも…」などと考え、具体的な授業展開をイメージしました。「地域資源一覧」に地域材の位置づけや扱い方を参考に載せ、小・中学校に共有しました。

「地域資源一覧」をつくるアイディアは、野口拓郎さんの「達人リスト」から着想を得ました。具体的な授業展開まで考えられたのは、教員としての実務経験があったからだと思います。



●教職員に提案、打ち合わせ、調整

リストを渡して満足するのではなく、校長先生や教頭先生、担任の先生に会ったときに「田んぼを貸してもいいって地域の人言っているんですが、総合と社会でやってみませんか」など、改めて提案しました。その際、協力隊が学習をコーディネート（日程調整、資料作成などの雑務をこな）し、教職員に負担をかけないようにすることを伝えました。実績がない状態のときは、待っていても始まらないので、勇気を出してプッシュしてみました。

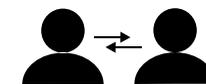
学校サイドから「やってみよう」とGoサインが出たら、地域の方（協力者）との顔合わせをかねたミーティングを行いました。その際、指導案といわれる授業の設計図を事前に作り、持っていきました。授業の目的、内容、日程を確認し終わったら、あとは当日に臨むだけ。たまに緊張される地域の方がいるので、別途打ち合わせや事前練習をしたり、電話で「大丈夫ですよ～リラックスしてがんばりましょうね～」と声かけをしたりしました。

●メディアに取り上げてもらう

地域のこどもが“地域”を学ぶことを嬉しく感じる大人が多いです。取組を周知するために、メディア戦略も重要視しました。取り上げてもらうことを目

的にしていませんが、取り上げられると、こどもと親は喜ぶし、協力してくれた方のやる気が持続する傾向があるので、意外と大事だと思います。

プレスリリースを出すまでのプロセス（例）弘前市



●学校でどんな学習をしているか知る

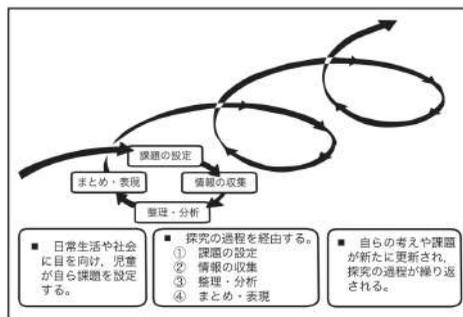
●教科書をペラペラめくってみる

教員経験がない人は、手始めに教科書を読んでみたらどうでしょう。市立、町立の図書館にはその市町村で採択されている教科書が置いてあります。ペラペラめくって、今のこどもがどんなことを学習しているのかを把握すれば、コラボできそうな教科・内容を検討できるのではないのでしょうか。

●「総合的な学習の時間」を知る

地域教育やふるさと教育、探求学習と呼ばれている学習の正体は「総合的な学習の時間」です。「総合的な学習の時間」には教科書がありません。現代的な課題や地域や学校の特色に応じた課題等に基づいて探究する学びであり、教科横断的な学習であります。

地域にあるヒト・モノ・コトとの相互作用で学習を展開していくことが求められている学習になります。



小学校学習指導要領解説 p9.

教科書がないからといって、何でもできるわけではないので、「総合的な学習の時間」とはどんな学習なのを知る必要があります。ネットに転がっている実践例も参考になりますよ。

総合的な学習の時間における「内容のまとめり」

各学校において定める内容				
<p>目標を実現するにふさわしい 探究課題</p> <p>例</p> <ul style="list-style-type: none"> 現代的な諸課題に対応する 横断的・総合的な課題 (国際理解、情報、環境、福祉・健康など) 地域や学校の特色に応じた課題 (地域の人々の暮らし、伝統と文化など) 児童生徒の興味・関心に基づく課題 	<p>探究課題の解決を通して育成を目指す 具体的な資質・能力</p> <table border="1"> <tr> <td> <p>知識及び技能</p> <p>他教科等及び総合的な学習の時間で習得する知識及び技能が相互に関連付けられ、社会の中で生きて働くものとして形成されるようにする</p> </td> <td> <p>思考力、判断力、表現力等</p> <p>探究的な学習の過程において発揮され、未知の状況において活用できるものとして身に付けられるようにする</p> </td> <td> <p>学びに向かう力、人間性等</p> <p>自分自身に関すること及び他者や社会との関わりに関することの両方の視点を踏まえる</p> </td> </tr> </table>	<p>知識及び技能</p> <p>他教科等及び総合的な学習の時間で習得する知識及び技能が相互に関連付けられ、社会の中で生きて働くものとして形成されるようにする</p>	<p>思考力、判断力、表現力等</p> <p>探究的な学習の過程において発揮され、未知の状況において活用できるものとして身に付けられるようにする</p>	<p>学びに向かう力、人間性等</p> <p>自分自身に関すること及び他者や社会との関わりに関することの両方の視点を踏まえる</p>
<p>知識及び技能</p> <p>他教科等及び総合的な学習の時間で習得する知識及び技能が相互に関連付けられ、社会の中で生きて働くものとして形成されるようにする</p>	<p>思考力、判断力、表現力等</p> <p>探究的な学習の過程において発揮され、未知の状況において活用できるものとして身に付けられるようにする</p>	<p>学びに向かう力、人間性等</p> <p>自分自身に関すること及び他者や社会との関わりに関することの両方の視点を踏まえる</p>		

小学校学習指導要領解説 p18.

●「年間行事予定」を入手する

●学校の1年の流れと繁忙期を把握

運動会、文化祭（学習発表会）、修学旅行、プール、スキーなど、学校ではさまざまな行事、学習をしています。開催日は前年度末には決まっています。「年間行事予定」に記載されています。学校と連携したいのであれば、予定表を入手して、学校の繁忙期を把握しておくべきだと思います。教員は多忙です。イベントが少ない時期に、打ち合わせや相談、授業日程の調整するのが親切だと思うからです。

ちなみに、予定表はネットには公開されていません。学校が保護者からもらう必要があります。

↑年間行事予定の例

●学校の先生と対話する

●レシピ（＝授業）は一緒に考える

児童生徒の実態を知っているのは教員であり、授業をするのも教員です。したがって、どういう授業展開にするのかは教員と一緒に考える必要があります。授業に使えるヒト・モノ・コトという材料を提供し、授業展開（レシピ）を一緒に考え、授業（調理）してもらうようなイメージです。



「りんご学習」の内容・展開について、担任、JA職員、地域コーディネーター、協力隊で話し合っている様子（4月下旬）

コーディネート例

①授業日 ②内容 ③授業時数

お山参詣

(相馬有志会×相馬小5,6年生)

<2024年度>

- 8月28日 お山参詣について①
- 8月29日 カンナガラ御幣作り①
- 9月2日 お山参詣「宵山」参加②

<2025年度>

- 9月4日 お山参詣について①
- 9月5日 カンナガラ御幣作り①

(相馬有志会×相馬中1,2,3年生)

<2025年度>

- 9月1日 お山参詣について①
- 9月2日 カンナガラ御幣作り②

協力者：嶋口昭男,三上敏彦,宮川善弘

田んぼ学習

(JA相馬村女性部×相馬小5年生)

<2025年度>

- 4月24日 播種見学①
- 5月23日 田植え体験②
- 9月9日 収穫体験②
- 12月10日 おにぎり作り②

協力者：JA相馬村農業振興課
田澤真由美

沢田ろうそくまつり

(実行委員会×相馬小6年生)

<2024年度>

- 11月7日 フィールドワーク②
- 11月13日 祭りについて①
- 11月27日 アイディア出し②
- 12月11日 キャンドルづくり②
- 1月16日 チラシ・ポスター作り①
- 2月12日 祭り当日準備に参加②

<2025年度>

- 1月22日 祭りについて①
- 2月20日 キャンドル作り②
- 3月3日 祭り当日準備に参加②

協力者：三上昇,三上雄一,山崎慶次郎
工藤晃太郎



りんご学習

(JA相馬村女性部×相馬小3年生)

<2023年度>

- 6月6日 摘果体験①
- 7月7日 袋かけ①
- 9月21日 シール貼り①
- 10月24日 収穫体験①
- 12月15日 アップルパイ作り②

<2024年度>

- 6月6日 摘果体験①
- 9月19日 葉とり体験①
- 9月26日 シール貼り①
- 10月22日 収穫体験①
- 10月29日 選果場・直売所見学②
- 11月13日 りんご産業について①
- 11月19日 販売体験②
- 12月13日 アップルパイづくり②

<2025年度>

- 6月11日 摘果体験①
- 10月3日 葉とり体験①
- 11月4日 収穫体験①
- 11月10日 販売体験②
- 12月12日 アップルパイ作り②
- 2月26日 りんごカルタ体験①

協力者：JA相馬村農業振興課・販売課
山内牧,溝江翼,大場隼人

紙漉沢獅子舞

(獅子舞保存会×相馬中1年生)

<2023年度>

- 1月10日 受験合格演舞①
- <2024年度>
- 12月3日 紙漉沢獅子舞について①
 - 12月4日 獅子舞ワークショップ①
 - 1月9日 受験合格演舞①

<2025年度>

- 1月7日 受験合格演舞①

協力者：成田達也,成田馨

昔遊び

(地域住民×相馬小1,2年生)

<2025年度>

- 2月10日 昔遊び体験学習②

協力者：三浦りつ,成田春美,三上まつ子
大黒谷ヨリ子,上田賀寿子



取組プロセス

【地域の伝統文化・行事に参加】

- ・地域のヒト・モノ・コトを知る段階
- ・地域のヒト・モノ・コトを価値を認識し、教材化を試みる
- ・協力者を探す、協力者になってくれないかと誘う
- ・学校の「年間行事予定」を入手する

・校長先生、教頭先生と顔見知りになる

【地域資源一覧を作成】

- ・教材たる地域のヒト・モノ・コトを一覧にする
- ・一覧に授業内容に合わせた地域材の位置づけや扱い方を明記する

【提案】

- ・協力隊がコーディネートするから一度やってみないかと提案する

・令和6年度社会教育主事講習を修了（穂坂）

【打合せ】

- ・教職員（担任）と協力隊、協力者の3者で打ち合わせをする
- ・指導案や授業のイメージを提示する

【授業実施】

- ・資料の配布、スライドの操作など、授業者（協力者）のサポートをする

【再実施の打診】

- ・翌年も実施するかどうかは、学校サイドから打診があるかどうかで判断する
- ・「実は～をやりたいから、地域の方を紹介してほしい」を相談があった

【後任を見据えた再実施】

- ・地域コーディネーターも交えて準備から実施まで行う

取組の工夫例

●教育を教育以外の目的で行わない

マインド面の話ですが、「教育を教育以外の目的で行わない」ことを意識しています。協力してくれる人のなかには、後継者を育てるため、こどもを介して親を巻き込むため、学校行事として参加してもらうためなど、我田引水の考えを持つ方がいます。思いを持つのは自由ですが、こどもの資質・能力の向上が第一です。このことを了承してもらう必要があります。

●提案・相談してみる

待っていても始まらないので、教育的価値があること（ありそうなこと）、学校及び教職員にはあまり負担をかけないよう協力隊が責任をもってコーディネートすること、協力者がいることを伝え、提案しました。

●信頼貯金をためる

コーディネートの実績を積んで、（あと、学校に無茶な要望をしないという）信頼貯金をためると、担任の先生から「小学2年生の生活科の単元『昔遊び』で、地域の方から遊び方を教えてもらいたいのので適任者を紹介してほしい」「小学3年生の総合的な学習でカルタを作ったから、そのカルタで地域の方と一緒に遊びたい」などを相談してくれるようになりました。前者には地域の方5名を、後者には市の事業「高齢者教室」とのコラボを働きかけました。声を掛けてくれるようになれば幅が広がります。

実現までのプロセス





社会教育の充実・支援

●それぞれの人脈、関心を活かして

地区の伝統・文化振興支援というミッションにおいて、沢田集落の工芸品であるミニ炭俵の承継と紙漉沢獅子舞保存会の活動補助としてワークショップを数回開きました。地域コミュニティに係る支援活動というミッションにおいて、中央公民館相馬館と連携してこども向けの学習支援やレクリエーションイベントを開催したり、一般住民向けの講座や会議を企画運営したりしました。また、相馬総合支所民生課の

「高齢者教室」に講師として参加させてもらい、地区のお年寄りの方にも地区の魅力を再認識してもらう機会を設けることができました。

1年目の途中から、「地域の人々が地域のことをあまり知らない」「知る機会がない」ことに気づきました。協力隊

の我々は基本的に同じ行事に参加してきましたが、年齢の違いからか、興味関心、課題意識が異なりました。知合い、親くなる人もそれぞれに違いました。それぞれの課題意識、使える人脈をもとに、各々が地域住民向けのイベントを企画しました。結果的に、多面的な活動を展開できたのではないかと思います。異なる属性の2人だからこそ、相乗効果が生まれました。



●共有・共感→スモールステップ

まずは地域行事やイベントに積極的に参加して、「これは良い!」「これは楽しい!」「これ残したい!」と思えるモノやコトを探します。見つけたら、そのモノやコトのために尽力されている方と雑談ベースで対話を重ね、課題感ややりたいことを共有・共感します。なんらかの障壁があって課題に対する取り組みややりたいことができないということがほとんどなので、協力隊が支援することを保障して、スモールステップで一步踏み出すことをアシストします。

ミニ炭俵ワークショップでは、講師となる地域の方が80代後半であるということで、材料となる茅の準備や会場の確保は協力隊が行いました。最初は参加者があまり集まりませんでした。とにかく実施しました。回を重ねるごとに参加者も増えていきました。獅子舞ワークショップでは、チラシ作成やSNS広報などの人集めに関することは協力隊が行いました。高校生1名のみでの参加でしたが、その高校生のれお君はワークショップを経て獅子舞保存会に加入してくれました。

●既存に+αの工夫を

こども向けの学習支援やレクリエーションイベントは、既に公民館の事業として行っていたことに乗っかるカタチで実施しました。協力隊のオリジナルイベントではありません。ただ、価値を付与するため+αとなるような取り組みを意識的に実行してきました。例えば、「夏休み宿題お助け隊」では「ミニ先生」という仕組みを取り入れ、地区外の中学生～大学生が学習支援ボランティアとして参加できるような仕掛けをしたり、JICA海外協力隊の方と連携して国際交流イベントをオンラインで実施したりしました。+αとなる部分は自分のもてるスキルやアイデア、人脈を活用しました。

「夏休み宿題お助け隊」ミニ先生を募集!



小学生の学習を支援する先生を募集します。

▼とき ①7月20(出)・②21日(日)の時間はいずれも午前10時～午後3時(集合は午前9時30分)

▼ところ ①相馬ふれあい館(相馬字八反田)多目的ホール、②長慶閣(五所字野沢)

▼内容 学習支援、お楽しみ会(①棒パンづくり、②ねぶた絵うちわづくり)の参加・準備

▼対象 中学生～大学生=5人程度

▼参加料 無料

▼持ち物 昼食、飲み物、学習道具、筆記用具



み物、学習道具、筆記用具



●ネタ集めのために視察へ

ネタ集めや事業改善のために、近隣市町村での似たような取り組みや面白そうなイベントについては視察（参加）しました。獅子舞ワークショップを行う際は、岩木地区にある五代獅子舞保存会のワークショップを見学させてもらい、こどもに踊りをどう教えているのかを学ばせてもらいました。これは既に自主企画として行っているワークショップの改善のためにいったので、公務での視察として認めてもらいました。ウィキペディアタウンは、五所川

原市立図書館や藤崎町が主催しているイベントにプライベートで参加したり、関連書籍（青木和人『ウィキペディアタウン・ハンドブック』、伊達深雪『ウィキペディアでまちおこし』）を私費購入し、読んで勉強したりして、実施に至りました。近隣市町村の面白そうなイベントにはアンテナを張り、百聞は一見に如かず、一見は一験に如かずというポリシーのもと、参加しました。ちなみに、このイベントはプライベートで参加しました。



●協力隊と社会教育士の親和性

令和6年度社会教育主事講習に参加しました。地域の学びとつながりを支え、地域課題の解決に貢献する文部科学省認定の専門人材である社会教育士を育成する研修ですが、協力隊にとっても関連深い学びや活動に直結する視点を得ることができる良い研修でした。北東北3県の合同開催で、弘前大、秋田大、岩手大で2年ごとの持ち回り開催していますので、タイミングが合えば、また参加しようと思っています。

INFORMATION



令和6年度社会教育主事講習を修了

社会教育士という称号を名乗れるように…

実施イベント

学習支援イベント

(中央公民館×相馬地区のこども)

<2023年度>

7月24日 夏休み宿題お助け隊

7月25日 夏休み宿題お助け隊

<2024年度>

7月20日 夏休み宿題お助け隊

7月21日 夏休み宿題お助け隊

12月24日 冬休み宿題お助け隊

12月25日 冬休み宿題お助け隊

<2025年度>

7月22日 夏休み宿題お助け隊

7月23日 夏休み宿題お助け隊

7月24日 夏休み宿題お助け隊

12月24日 冬休み宿題お助け隊

12月25日 冬休み宿題お助け隊

協力者：黒沼才椰（ミニ先生）



レクリエーション

<2023年度>

11月26日 焼き芋作り

3月26日 棒パン作り

<2024年度>

7月20日 棒パン作り

7月21日 ねぶた絵うちわ作り

9月14日 消しゴムハンコ作り

※弘前市交流活躍の場創出事業

12月25日 棒パン作り

<2025年度>

7月23日 流しそうめん

7月24日 流しそうめん

12月24日 コスタリカを知ろう！

協力者：黒沼久美,成田聡

お山参詣

<2025年度>

9月6日 霊峰岩木山への祈り

講師：小山隆秀氏

ミニ炭俵

<2024年度>

4月29日 ワークショップ

6月26日 ワークショップ

3月22日 ワークショップ

※弘前市交流活躍の場創出事業

協力者：大澤ハキ,大澤キミ

田中昭恵,木村聡美

高齢者教室

<2023年度>

8月24日 相馬の歴史講座

<2024年度>

7月25日 相馬カルタ体験

<2025年度>

6月26日 ねぶた絵うちわ作り

2月26日 りんごカルタ体験

→相馬小3年「りんご学習」と連携

沢田ろうそくまつり

<2024年度>

11月20日 市民向け講座「ぷらっと」

<2025年度>

12月21日 「ウィキペディアタウン」

紙漉沢獅子舞

<2023年度>

12月6日 ワークショップ

12月13日 ワークショップ

12月20日 ワークショップ

12月27日 ワークショップ

カラオケイベント

<2025年度>

8月9日 会場：紙漉沢公民館

10月4日 会場：紙漉沢公民館

11月30日 会場：中央公民館相馬館

12月27日 会場：中央公民館相馬館

地域円卓会議

<2025年度>

1月17日 高齢者の移動支援を考える
地域円卓会議



取組の工夫例

●焼き芋（レクリエーション）

ツル割れやサビ果など、“クズ”と言われるりんご（味は美味しい）と、同じように見た目の問題で規格外とされる全国の農産物とを物々交換し、イベントで活用したいと思っていました。そこで、令和5年度地域おこし協力隊員及び集落支援員の初任者研修会で知り合い、名刺交換をした茨城県那珂市、鹿児島県指宿市の隊員にメールを送り、りんごとさつまいもを物々交換しないか提案し、実行しました。入手したさつまいもは、焼き芋イベントに活用しました。送ったりんごも協力隊主催のイベントで振舞われたそうです。



●棒パン（レクリエーション）

令和5年度青森市地域おこし協力隊活動報告会の交流会で棒パンを体験したのをきっかけに、こども向けのイベントに活用したいと考えるようになりました。やり方は、青森市の協力隊OB（清水さん）から習い、竹の棒はホームセンターで購入し、270cmを90cmにカット。自前で実施できるようにしました。自主企画として実施する際は、公民館職員にも協力していただき、やり方をシェアしました。任期後、竹の棒は公民館に寄付しました。

●ひろさきボランティアセンターで募集

ひろさきボランティアセンターのボランティア受入団体に「相馬地区地域おこし協力隊」で登録しました。センターは「ボランティアポイント制度」や「ボランティア活動証明書」の発行など、制度面が整っており、大学入試（総合型選抜）や就職（ガクチカ）に対するニーズにも対応できます。高校生と大学生を集めたいときには、センターを介してボランティアを募集しました。

●弘前市交流活躍の場創出事業「おいで！弘前」とのコラボ

まず、企画課（協力隊のとりまとめ課）職員が、弘前市交流活躍の場創出事業を受託している法人の担当者に「相馬にはミニ炭俵など企画にできそうな地域資源がたくさんある」と紹介してくれたようです。そんなこともあり、法人の担当者から「相馬をテーマに企画を作りたいから協力してほしい」とお声がけをいただき、紙漉き体験、ミニ炭俵ワークショップなどを実施するはこびとなりました。協力隊は、講師となる地域の方との連絡調整やイベント当日の講師補佐をしました。企画課とは四半期ミーティングを行い、活動内容を適宜シェアしていました。我々の活動を把握していただいていたからこそ、紹介してもらえたのだと思っています。





学生インターン・アテンド業務

●旧相馬村時代からの取り組みを…

早稲田大学の宮口侗迪先生の地理学ゼミが、1992年から2016年まで毎年「農村研究」と題して相馬で合宿を行っており、農家グループの「炉端懇談会」やJA相馬村職員、青年部、相馬村職員が中心となって受け入れてきました。受け入れた学生数は延べ200人を超え、相馬が「元気な農村」である象徴の一つとなる取り組みでした。宮口ゼミを受け入れてきたことを誇りに思っている地域の方は多いです、学生を受け入れ続けてきたことが風通しの良い地域性を形成してきたのだと思います。事実、青森県に1人も協力隊がない時に、初めて導入を検討したのが相馬であります。このような取り組みを令和の時代に合うカタチで再開できないかと思うよう

になりました。幸いにして、沢田ろうそくまつり、お山参詣、りんご農作業などの豊富なコンテンツがあり、受け入れ慣れしている地域住民は多くご存命でした。メリットを最大限活用し、学生インターンに再チャレンジすることにしました。



●依頼された地域案内を粛々と…

市主催の関係人口創出プログラムや国内外からの視察対応において、「相馬を案内してほしい」「地区の概要を説明してほしい」という依頼を受けることがありました。すべてお受けし、外部の方に対して相馬を紹介するという経験を積みました。例えば、弘前ねぶたまつり期間の前後に弘前市に滞在し、ねぶた制作や運行に参加できる特別なプログラムである「Entre! (アントレ)」では、相馬ねぶた愛好会に配属された参加者の方をアテンドしました。相馬の自然や歴史を紹介するだけでなく、愛好会のメンバーと参加者が会話できるような橋渡し役(緩衝材的な役割)を果たしました。

与えられた仕事をこなすことを通して、外部の人がどんなことに驚き、どんなことに感動を覚えるのか、何に価値を感じるのかを知ることができ、のちの自主企画に活かすことができました。いい練習でした。



「Entre! (アントレ)」でのコーディネート業務

●自主企画は撃沈が続く…

関係人口に関する取組を試験的にしたかったので、「農村ホームステイ×お山参詣」「課題解決型インターンシップ(沢田ろうそくまつり)」などの企画を立てましたが、市の広報などで宣伝しましたが、応募ゼロで中止しました。プログラム内容を考えたり、協力してくれる人を確保したり、宿泊費を安くするための根回しなどをしたのに…、

徒労に終わったと感じました。ただ、考えたという経験は無駄になりませんでした。のちに実施したおためし移住プログラムや学生インターンのプログラムに、内容や座組、協力者をそのまま転用できたからです。実施できたほうが良かったに決まっていますが、失敗は無意味を意味しないのだと学びました。



●地域づくりインターンを経験

NPOひろだいリサーチの柴田さんの提案で、あおもり型農村RMO育成事業の一環として、法政大学に事務局を置く「地域づくりインターンの会」に拠出金を払い、会から学生を派遣してもらうことになりました。旧国土庁の実験事業の系譜を継いだインターンシップであるので、本家本元の地域づくりインターンシップを学ぶことができました。棚からぼたもち的に経験できたインターンシップでしたが、経験値としては一から創り上げてみたい…。そん

なことを考えていたら、「お山参詣に学生を呼ぶなら、自宅に泊めてやってもいい」という地域の方がいたので、ホームステイ型のインターンシップを企画しました。とある研修で知り合った青森大学の教員に、構想していることを具体的に話すと、連携が即日決まりました。ゼミとして派遣してもらうことになりました。単位認定する講義として行ったので、オリエンテーションや事前レクチャーは大学に赴いて丁寧に実施しました。

●専門家の視察対応およびアテンド

弘前大学の平井太郎先生との繋がりで、中国農業大学とテンセント、および浙江省・広東省の農業者数十名が、「Village CEO（郷村英領）研修」の一環で相馬を訪れました。その際に、協力隊の活動内容を紹介したのですが、意外にも祭り維持のための取り組みや地域教育の充実に向けた取り組みを肯定的に受け止めてくれたのには驚きました。外国人にも評価してもらえて嬉しかったですし、普遍的な取り組みなのだ自信を持てたできごとでした。

弘前市と姉妹都市である北海道斜里町の知床博物館の学芸員から、お山参詣について知りたいという連絡があったので、地元有志からなるお山参詣団体「相馬有志会」のメンバーと対話できる場をセッティングしました。その翌年、今度はお山参詣「宵山」に参加したいという連絡があり、行程表を共有したり、会費を立て替えたりしました。自分でやっていたんですけど、地域をPRするうえで、コーディネーターは必要不可欠だと体感しました。

取組プロセス

【関係人口プログラムのお手伝い】

- ・関係人口創出プログラム「Entre！（アントレ）」
- ・関係人口創出プログラム「Borderless Campass Hirosaki」

【大学の講義のお手伝い】

- ・相馬まち歩き（弘前大学：柴田先生）

【自主企画】

- ・課題解決型インターンシップ（沢田ろうそくまつり）
- ・農村ホームステイ型インターンシップ（りんご農作業×お山参詣）
→応募ゼロにより未実施
- ・関係人口創出プログラム「厳冬期弘前おためし移住×沢田ろうそくまつり」

・イグルーマイスター講座で青森大学の講師（後藤欣司氏）と知り合う
→相馬をフィールドとしたインターンをしないかと提案

【農村RMO関連事業】

- ・地域づくり学生インターン（事務局：法政大学）

【自主企画】

- ・農村ホームステイ型インターンシップ（青森大学 後藤ゼミ）

宮口侗迪『若者と地域をつくる：地域づくりインターンに学ぶ学生と農山村の協働』『過疎に打ち克つ：先進的な少数社会をめざして』を読了

【再訪支援】

- ・地域づくり学生インターン×沢田ろうそくまつり

【活動報告】

- ・相馬地区地域おこし協力隊「卒業感謝&報告会」で、1年間の活動をまとめた広報誌「たびぼうず」を掲示

取組の工夫例

●相馬案内の定番ルートを確認

ブラッシュアップを重ね、沢田神明宮→羽根山農村公園→ロマントピアスキー場→上皇宮→石戸神社→JA相馬村特産物直売所「林檎の森」を周りながら、道中、りんご園地を眺め、丸葉・矮化・高密植栽培の解説をするという案内ルートを確認しました。相馬の自然・歴史的な魅力を伝えるうえで、導線的にも時間的もちょうどよいルートになったと思います。

●市の広報誌や移住関連のwebサイトに掲載

広報ひろさきやSMOUT（移住希望者と自治体のマッチングサービス）などに募集情報を掲載しましたが、応募はゼロでした。実績がないインターンシップを集客する難しさを痛感しました。SMOUTはチャット対応が必須になるので、連絡無精の人はあまりオススメしません。



地域課題解決・参加型インターンシップ「沢田ろうそくの灯」参加者を募集

「沢田ろうそくまつり」の企画・運営に携わり、今後、まつりをどのように存続させていくのかを地域住民とともに考える学生向けインターンシップです。

▼とき 9月～令和7年3月のうち全9回

▼活動場所 相馬総合支所（五所字野沢）、沢田神明宮（沢田字園村）

▼対象 次の①～③の条件を全て満たす人＝5人程度

①県内の大学、短期大学、高等専門学校、高校に在席している
②相馬総合支所まで通える
③ほかのメンバーやスタッフ、地域住民と協力して活動できる

▼参加料 無料

※交通費は自己負担

▼申し込み方法

専用フォーム
※募集要項など詳細は市ホームページで確認を。

☎相馬総合支所総務課（地域おこし協力隊 穂坂、☎84-

●再訪対応も丁寧に

「沢田ろうそくまつりに行きたい」と再訪を希望する学生がいたので、宿泊場所の確保や祭りの準備段階からの参加などをアテンドをしました。

学生インターン、アテンド業務（視察対応）

学生インターン

●地域づくりインターンの会

<2025年度>

- 6月21-22日 派遣地決定会
- 7月14日 オンラインミーティング①
- 9月2日 オンラインミーティング②
- 9月6日：集合・オリエンテーション
- 9月7日：りんご農作業
- 9月8日：りんご農作業
- 9月9日：りんご農作業
- 9月10日：りんご農作業
- 9月11日：終日フリー
- 9月12日：小学生の稲刈り補助
- 9月13日：りんご農作業
- 9月14日：活動報告会
- 9月15日：清掃・解散
- 3月1-5日：再訪（沢田ろうそくまつり）



●青森大学

<2025年度>

- 5月7日：オリエンテーション
- 7月2日：事前レクチャー
- 9月13日：りんご農作業,ホームステイ
- 9月14日：りんご農作業,ホームステイ
- 9月15日：りんご農作業
- 9月20日：お山参詣「向山」
- 9月21日：お山参詣「宵山」
- 9月22日：お山参詣「朔日山」

【参加学生】10名（青森大学）

【ホームステイ先】三上さん宅

協力隊アテンド

<2023年度>

藤崎町地域おこし協力隊（大和田隊員）

<2024年度>

南部町地域おこし協力隊（渡邊隊員）

<2025年度>

青森市地域おこし協力隊（今井隊員）

むつ市地域おこし協力隊（大塚隊員）

弘前市地域おこし協力隊（山田隊員）

学生アテンド

●「Entre!（アントレ）」

<2023年度>

7月31日 相馬探訪ツアー

<2024年度>

7月31日 相馬探訪ツアー

<2025年度>

7月31日 相馬探訪ツアー



●「Borderless Campus Hirosaki」

<2023年度>

8月8日 オンライン説明会

8月28日 交流会

8月29日 選果場・園地見学

9月1日 活動報告会



視察対応

●総務省&JOIN

<2023年度>

8月9日 着任理由・活動報告

●中国農業大学&テンセント

<2024年度>

11月21日 活動報告

<2025年度>

5月26日 活動報告



学芸員アテンド

<2024年度>

11月9日 相馬有志会を取材

<2025年度>

9月21日 お山参詣「宵山」に参加





全住民アンケートを実施

●今後の活動と農村RMO設立に向けて

地域おこし協力隊として活動していくなかで、徐々にですが地域の人々が何を望み、何に困っているかうっすらとわかってきました。しかし、すべてを把握したわけではありませんし、こちらの思い込みという可能性もないとはいえません。また、地域の課題解決や持続的な発展をめざして、農村RMO（地域運営組織）の設立に動こうという気運が協力隊および相馬総合支所内

で高まってきました。国の支援を受けて青森県が実施する、あおり型農村RMOは、対象となる事業の範囲が比較的広く、農家だけでなく一般家庭の住民も多くいる相馬地区には運用しやすい制度といえます。今後、協力隊として将来の農村RMO設立の基盤をつくっておくことも意義のある活動ではないかと考えました。そこでまず取り組んだのが住民アンケートの実施です。



●地域のニーズを正確に把握する

地域住民が本当に何を望んでいるか、正確に把握することは活動の大前提だといえます。いくら協力隊が懸命に取り組んだとしても、それがニーズにそくしていないとすれば、ひとりよがりにはすぎません。全住民を対象にしたアンケートは、そんなミスマッチを避けるためにとても重要な調査ではないでしょうか。今回は、12歳以上の全住民を対象にアンケートを実施することにしました。12歳といえば小学6年生かあるいは中学1年生です。地域の問題や普段の生活についてもかなり考えが及ぶ年代だという判断です。もちろん、それより下のこどもでも地域や社会についてよく考えている子は少なからずいるでしょう。ただ今回は設問設定や回収の効率化などをふまえ、対象を12歳以上ということにしました。

まず確認したいことのひとつが、住民の皆さんの地域に対する思い入れでした。地域活性化、地域おこしといっても、そこに暮らす人々が地域に対してどのような思いを持っているかによって取り組みの方法や方向性が変わってきます。地域の方々が将来この地域をどのようにしたいのか、どうなってほしいのか、把握しておく必要があると思います。そのうえで、住民の方々が向かっているベクトルに合わせた取り組みをしていく必要があるのではないでしょうか。また、住民のニーズをしっかりとつかむ、というのも住民アンケートの大きな狙いです。そのニーズに対してどう応えていくか、あるいは答えられるのか、協力隊の活動をしていくうえでまずはその判断をする必要があると思います。



●わからなければ先駆者に聞け！

住民アンケートといっても、もちろんこれまで経験はありませんから、何かから手を付ければいいのかさえわかりません。わからなければ経験者に聞くのが一番、ということで、他地域の視察にいくことにしました。一番最初にうかがったのが、横浜市戸塚区にある公益社団法人北汲沢地域総合福祉活動委員会で、ここは住民共助による高齢者移動・外出支援も行っている団体です。さらに、農村RMOの助成事業を利用し、宮城県栗原市の一般社団法人はなやまネットワーク、岩手県奥州市の一般社団法人いであいに視察にうかがいました。いずれも住民アンケート、地域住民による地域交通を行っている団体で、規模や地形も相馬に近いこと

もあり大変参考になりました。たとえば、住民アンケートの実施には各町内会の会長、班長さんたちの協力が欠かせないようです。各世帯への配布はもちろん、回収についても町会長さん、班長さんが直接うかがうことで回収率がグンと上がることがわかりました。ただ、900ほどある相馬地区の全世帯の配布・回収をお願いするのは負担が大きく、配布はともかく、回収をどのように行うかが大きな課題でした。そんなとき、相馬総合支所民生課の課長補佐から、「切手付きの返信用封筒を同封すれば回収率は上がる」とアドバイスを受けました。多少予算はかさみますが、各世帯に1通ずつ返信用封筒を同封することにしました。



一般社団法人いであい
(伊手農村農業活性化協議会)



一般社団法人はなやまネットワーク

●不可欠な市民課と町会の協力

各世帯に12歳以上の住民が何人いるか把握するには、住民基本台帳を参照して集計する必要があります。ただし、個人情報の集まりである住民基本台帳は誰でも簡単に閲覧できるものではありません。そこで、弘前市の市民課市民情報係に相談し、必要書類を提出して相馬地区の住民データを提供していただきました。取扱要注意のデータですので、メールで簡単にやり取りというわけにはいきません。専用のUSBメモリで受け渡し時・返却時に書類に署名して慎重に受け渡しを行いました。

住基データをもとに、各世帯に12歳以上の住民が何人いるか、その世帯がどの町会の何班に所属しているか区分けし、世帯ごとにA4の封筒にアンケート用紙等を入れる、という地道な作業をひと月以上続け、さらに各班ごとにまとめ各町会長にお渡ししました。あとは各世帯からの返信を待つだけです。直接お持ちになるケースも想定して、相馬総合支所の玄関口に回収ボックスを設置。配布後、すぐに持ってこられる方もいて、また郵便は1日数十通届いて回収がスムーズに進みました。

●集計を弘前大学平井太郎研究室に依頼

最終的に回答率は50%を超えました。全国の事例を見ると、だいたい30数%のところが多いようで、相馬は40%超えれば上出来と考えていたので、この結果には大変驚きました。なお、設問は全国の実例を参考にしながら、相馬地区に適した内容とし、住民が回答しやすいように選択式としました。回答の集計は、弘前大学大学院の平井太郎

先生の研究室にお願いしました。ある会合でアンケートのことを話したところ、平井先生から「集計はうちの研究室でやろうか」とご協力を申し出てくださいだったのできっかけです。各地で住民アンケートを手掛けている平井研究室のご協力により集計は詳細かつスムーズに進みました。多くの人のご協力なくしては実現しなかった取組です。

取組プロセス

【全住民アンケートの必要性】

- ・ひとりよがりではない活動のため
- ・農村RMO設立に向けて地域ニーズの正確な把握

【アンケートをとる前の相談】

- ・野口拓郎さんにコーホート分析による人口予測を相談

- ・宮城県栗原市花山地区「はなやまネットワーク」
- ・岩手県奥州市伊手地区「いであい」を視察

【アンケートのターゲットと項目を検討】

- ・北汲沢地域総合福祉活動委員会、はなやまネットワークといであいが実施した住民アンケートを参考にする

【事前調整】

- ・アンケートを実施する旨と協力をお願いを町会連合会の会合や手紙で伝えた

- ・住民基本台帳に基づいてアンケートの送付先、枚数を把握
※弘前市役所市民課、相馬総合支所が協力

【アンケート送付・回収】

- ・住基データをもとに各世帯の12歳以上の人数を把握
- ・回収方法について検討→切手の貼った返信用封筒を同封
- ・相馬支所玄関口に回収ボックスを設置

- ・弘前大学大学院平井太郎研究室の協力により集計

【結果報告・課題解決】

- ・弘前大学大学院・平井太郎教授の研究室に集計を依頼
- ・集計結果を各町会長、簡易速報版を各世帯に每户配布
- ・メディアに集計結果についてプレスリリースを発表

取組の工夫例

●協力隊アドバイザーなど有識者に相談

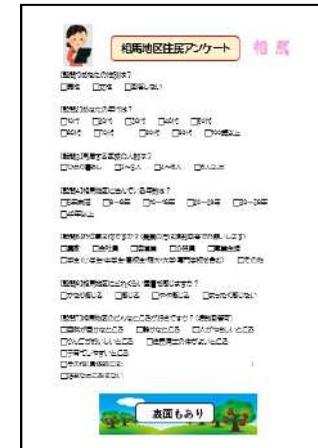
地域おこし協力隊として活動するにあたり、サポートしてくれる職員や専門家とのコミュニケーションは重要です。住民アンケートについても、その実施について、必要性や方法論などをアドバイスいただきました。

●根回しを十分に

住民アンケートの実施には町会の協力は必要不可欠です。事前に相馬地区町会長連合会の総会にお邪魔して、実施方針を報告して協力をお願いするなどの根回しを十分に行いました。また、実施が決まった段階で新聞等のメディアにプレスリリースを送付。幸い取り上げていただいたことで、地域住民への告知にもなりました。

●回答しやすさを重視する

設問や回答形式、返信方法などについては、まず回答のしやすさ、返信のしやすさを第一に考えました。設問は多くても10問程度にとどめ、回答は選択式としました。A4のペラ1枚で収まるようにして、住民のわずらわしさを極力排除するようにしました。また返信用封筒にあらかじめ切手を貼付することは、お金がかかりますが経費と割り切って、回答率向上のために採用しました。直接持ってこられる方もけっこういて、未使用の切手もけっこう回収できました。





高齢者の生活支援サービスを開始

●高齢者も安心して暮らせる地域に！

相馬地区に暮らす12歳以上の全住民を対象にしたアンケートで浮き彫りになった課題は、やはり移動の問題でした。アンケート以前から地域を回ってよく聞いていたのが、移動に関する不安の声でした。高齢化が進み、免許返納者が増える今後、通院や買い物に行く“足”に不安を覚える高齢者が少なからずいらっしゃいました。公共交通、とくにバス会社の人手不足は全国的に深刻で、減便や路線統合はやむを得ないというのが実情でしょう。かといってすべてを行政に頼るのは限界があります。ならば、住民同士の共助による生活支援のシステムを構築できないかと考えたのがきっかけでした。弘前市では「地域型ヘルパーサービス事業」

という事業を行っており、その制度を活用して相馬地区の高齢者の生活を支援するボランティア団体「相馬凸凹学会サービス」を立ち上げました。同じような事業をしている他府県の地域に視察しに行き、そして地域の事情に詳しい住民の方の協力を得ながら、およそ1年間の準備期間を経て令和7年6月にサービスを開始しました。おかげさまで思ったより多くの方にスタッフ登録していただき、まだ実証試験的運営ながら利用者からは好評をいただいています。若い人が進学や就職で相馬を離れるのはしかたのないことです。一度外の世界を見るのはむしろいいことかもしれません。ただ、年をとってからも安心して暮らせる環境があれば、

いつか相馬に戻ろうと思ってくれる人も増えるのではないのでしょうか。生活支援サービスの仕組みをつくるにあたって、まず相談したのが、現在「凸凹学会サービス」の代表をしていただいている三浦りつさんです。三浦さんは看護師で、現在は相馬地区のおもに高齢者に対する健康維持活動などを行っています。生活支援サービスを始めたという申し出にご賛同いただき、人集めや現状分析などに大いにご協力いただきました。令和7年6月に「相馬凸凹学会サービス」がスタートしてからも、スタッフの割り振りや利用者さんに関する情報のまとめなどに八面六臂の活躍をいただいています。令和7年度はあくまで実証期間という位置づけで、大々的な告知などは行っていませんが、口コミ等で利用者さんが徐々に増え、スタッフも相馬地区以外から参加したいという方を含めて徐々に増えてきました。「相馬凸凹サービス」で経験を積んだ方が、いつか自分の地域で同様のサービスを展開し、やがて弘前市の全地域を網羅するようになればいいと思っています。少子高齢化は日本全国での傾向で、とくに大都市以外の地方では当面その傾向は続い

ていくでしょう。現役世代の負担を減らしつつ、増えていく高齢者が安心して暮らせるような地域にしていくことが、日本全体を豊かにする方策のひとつだと思っています。そのためには、地域住民による共助というシステムを各地で定着させていく必要があるでしょう。相馬地区が、その先進例として注目されるようになればうれしいのですが。もっとも、そのための課題は山積しているのが現状です。たとえば、介護保険とのすみわけをどうするか。弘前市が実施している地域型ヘルパーサービス事業は、介護保険の対象としない内容や高齢者を対象とするのが基本です。しかし実施は、介護認定を受けている利用者さんが少ないのが実情です。介護施設から、人手不足なのでサービスを代行してほしいという依頼も稀にあります。





●生活支援サービス継続のために

現在、「相馬凸凹学会サービス」には13名のボランティアスタッフに登録していただいています。その多くは60歳以上の女性で、65歳以上のいわゆる高齢者も少なくありません。生活支援といっても、近年問題となっている除雪等はなかなか対応できないのが現状です。今後、相馬凸凹学会サービスを継続・拡大させ

ていくためには、若い世代や男性のスタッフも増やしていく必要があると考えています。そのための方策のひとつとして、現在報償金としてスタッフにお渡ししている謝礼を、より賃金に近いものにしていく必要があるかもしれません。利用者さんの負担とも併せて勘案しながら、win-winになれるような方法を考えていきたいと思ひます。

●より有効な地域交通に向けて

将来的には、コミュニティ・バスあるいはタクシーの運行も考えていきたいと思っています。現在、乗り合いタクシーはバスの運行にあわせてのみ利用可能なので、よりフレキシブルに利用できる地域交通を構築できればと思っています。うまく人件費をまかなえれば、地域の人々の雇用促進にもつながるのではないかと思います。

どのような地域交通が相馬にあるか地域の特性（住民構成や地形、公共交通との関係性など）を分析して判断していく必要があります。そこで、任期満了間際でしたが、いわて地域づくりセンター理事で地域交通の専門家である若菜千穂先生を招いて相馬地区地域交通セミナーを実施し、住民とともに地域交通について考えました。

取組プロセス

【地域ニーズの把握】

- ・地域回り、住民との会話
- ・高齢者教室など市役所主催の催しに参加
- ・ねぶた、獅子舞、紙漉、お山参詣、宵宮など地域行事への参加

・全住民アンケートを実施

【地域の困りごとの洗い出し】

- ・住民アンケート結果の分析
- とくに高齢者の通院、買物の不安が顕在化
- ・弘前市実施「地域型ヘルパーサービス事業」の検討
- 市の介護福祉課に数度相談に行く

・町会長ヒアリングを実施

【相馬地区全16町会長の個別ヒアリング】

- ・農村RMO設立準備を兼ねて各町会の現状を調査
- ・地域の高齢者について詳しい三浦りつさんに相談

【地域円卓会議および地域交通セミナーを実施】

- ・高齢者の移動支援を考える地域円卓会議
- ・相馬地区地域交通セミナー

取組の工夫例

●畑をめぐる

農家の多い相馬地区では、日中に家を訪ねても留守の場合が多いので、畑を回るようにしました。とくに休憩時間である午前10時過ぎ、午後3時ごろがねらい目。昼休みは自宅に帰られる方が多いので注意が必要です。また、地域の行事は終わった後に必ずといっていいほど反省会と称した宴会が開かれます。そこで住民の方々のご意見や本音を聞くこともありますので、積極的に参加したいところです。

●地域の事情通に協力を得る

日頃から地域をまわり、いろんな情報に精通している方に協力を得るのはとても大切です。地域の状況を正確につかむのはもちろん、人集めにもそういう方の協力は大きな原動力となります。もちろん、町会の事情に一番詳しいのは町会長ですので、町会長への聞き取り調査や意見を求めることは欠かせないでしょう。話しをしながら、その町会長の熱量をはかることもできます。幸い、相馬地区の町会長は皆さん高齢者対策にも前向きな意見をお持ちの方ばかりでした。

●なるべく多くの住民を巻き込む

多くの住民や関係者が意見を言い合う機会を設けることも肝心だと思います。結論に至らなくても、地域円卓会議などに参加いただくことで当事者意識の熟成にもなりますし、さまざまな意見を聞くことで新たな方向性を見出せることもあります。





沢田ろうそくまっりの事務局補佐

●そもそもメインミッションの一つ

おためし地域おこし協力隊のとき、沢田ろうそくまつり実行委員会の委員長と事務局長から「沢田ろうそくまつりのために力を貸してほしい」というメッセージを受けていました。なので、ミッションや募集要項には明記されていないものの、沢田ろうそくまっりの復活と実行委員会の持続可能な運営のための支援を行うことは必然でした。

協力隊担当者からは「3年間の人工呼吸器にならないように」と言われていました。要は、何でもかんでもやってあげた結果、任期後に協力隊がいなくなつて機能不全に陥ることを防いでほしい。一時的な労働力補填ではなく、人が少なくても回る仕組みや事務作業を簡素化して後継者に引き継げるような体制を構築してほしいということです。なかなか難しい課題だなあと感じながらも、人工呼吸器的な活動にならないように心がけました。



2022年10月8-10日の「相馬地区体験ツアー（おためし地域おこし協力隊）」で沢田神明宮を視察



加賀



穂坂

←体験ツアーの振り返りシート

●4年ぶりの祭り再開は断念…

●月例会議に参加

毎月1回、実行委員会の執行部（委員長と事務局長）と協力隊が集まり、必要な物品をどう調達するか、ボランティアをどう集めるかなどを話し合いました。やはり協賛金や補助金など、お金に関するところに多くの時間を費やしたと思います。簡単な書類作成や事務作業のお手伝いなどのサポートに徹し、コロナ禍を挟んだ4年ぶりの開催を目指しましたが、事務局長の体調不良があり、委員長の判断で開催中止。

事務局長が不在では祭りを開催することができない、属人的な体制であることが明白になり、委員長からマニュアル作成（＝ノウハウの言語化）をお願いされるようになりました。



●5年ぶりの祭り再開に向けて…

●月例会議に参加

前年度と同じように月例会議への参加をベースに、事務局長の備忘録や過去の収支報告書を参照しながらマニュアル作りに着手しました。マニュアル作りを通じて、無駄をカットする“事業仕分け”をしました。また、実行委員会のメンバーから「執行部だけで祭りを決めているような気がして、不満だ」という旨の話を聞いたので、委員全員を参集する会議の回数を増やすよう執行部に促しました。

他には、沢田町会では神社庁への負担金を支払う余裕がないことや宮司と氏子総代の交代についても処理しました。この年、なんとか5年ぶりに祭りを再開させることができました。



取組プロセス

【おためし地域おこし協力隊】

- ・委員長と事務局長から、祭りを復活させたいという想いを聞く
 - ・沢田神明宮をフィールドワーク
- 祭り復活が主要ミッションの一つであるという認識をもつ

・地域おこし協力隊（4期生）に応募、採用、着任

【月例会議】

- ・コロナ禍を経て4年ぶりに祭り開催できるよう、打合せ

【全体会議】

- ・4年ぶりに再開することの意思統一

・事務局長の体調不良により祭り中止

・マニュアルを作成してほしいというお願いを受ける

【マニュアル作りの情報収集】

- ・事務局長の作業日程メモや今までの書類を参考にタスクを把握
- ・事務局長の仕事を追体験することを通して、作業内容を把握

【5年ぶり開催】

- ・2025年2月12日、5年ぶりに祭りを開催

・マニュアルづくりに着手

【マニュアル完成】

- ・運営マニュアルを完成、実行委員会メンバーに共有

【2年連続まつり開催】

- ・2026年3月3日、2年連続で祭りを開催
- ・フォトコンテストを実施

取組の工夫例

●会議録は毎回作成

月例会議で話し合ったことは、会議録として記録し、協力隊の所属課内でシェアしました。また、会議録もgoogleドライブでアーカイブ化しました。

●必要感に迫られて…

祭りを開催するためのノウハウはすべて事務局長がもっていて、事務局長が不在になると祭りを継承できないという危機感のもと、マニュアルを作り始めました。危機感が切実な必要感につながったのだと思います。委員長、事務局長、協力隊が丸となってマニュアル作りに尽力しました。前例踏襲的にまとめるのではなく、業務の棚卸しをしながら作成したことで、今までよりは多少ラクができる（簡素化した）手順になったと思います。

如實様・穂波様

いっさお世帯になり、有り様とござります。
「沢田ろうそくまつり」について三上雄一事務局長より資料が届きました（12月15日）。
この資料をどのように分かりやすくマニュアル化（お作り）するかが、新聞は、たっさり有るので、（はやくお作り）構想を練って、から、作業に入って頂いて結構だと思っております。
その他、必要に応じて変更していくことで、アップデートしていく。（誰か見てお分かりやすいものにして下さい）
今後、全部収集については（補助金・協賛金の使い道）整理していく必要があると思っております。→これも急ぎません。
お忙しいとは思いますが、ゆっくり、じっくり取り組んで頂ければ有難いです。
よろしくお願ひ申し上げます。 穩りにしています。
令和5年12月25日
三上 昇
※ 不明な点があれば三上雄一事務局長へご連絡ください。

実行委員長からのお願いメッセージ

●高校生のやりたいを実現

実行委員会に新加入した高校生が企画した「沢田ろうそくまつりフォトコンテスト」が実現できるようにサポートしました。応募要項と一緒に検討したり、チラシのデザインに関する助言をしたりしました。やってあげたのはプレスリリースくらいで、基本的には手助けくらいの介入に抑え、高校生の学びとモチベーションを最大化させるのを心がけました。



『集落の教科書』を発刊

●地域の基本情報と暗黙知をまとめたい

令和5年度 地域おこし協力隊員及び集落支援員の初任者研修会での先輩隊員（石川県七尾市OB）による事例発表で、「集落の教科書」の存在を知りました。話を聞いて、相馬でも作りたいたいと考えました。その後、作りたいたいという気持ちはどこかにいきましたが、地域の方と話をするなかで、地域住民が地域のことを知らないことに気づきました。とくに、町会のこと。町会は世帯単位で加入するため、世帯主しか町会費や町会活動、役員の決め方などを知らない実態がありました。世帯主以外にも相馬の地域コミュニティの基盤である町会についてもっと知ってほしいと思うようになりました。その手段として「集落の教科書」を作りたいたいと再び思うようになりました。

結果的に下記3点の理由をもって作成することにしました。

- ①町会長ヒアリングで教えてもらったことや全住民アンケートでわかったことを整理し、まとめたかったから
- ②転入者や世帯主以外を中心に、町会費や町会活動について知らない住民が意外といることがわかり、知ってもらいたいと思ったから
- ③地区外から通勤する行政職員や教職員、農協職員のほか、インターンシップ生などの外部人材の方などが、相馬での暮らしのことを知れる冊子があるといいと思ったから



●いろいろな方法で情報・素材集め

●オープンデータと町会長ヒアリング
国勢調査やオープンデータひろさきなどで公開されているオフィシャルな情報とNPO法人ひろだりサーチの柴田さんと協力隊が2024年度に行った「町会長ヒアリング」で得た情報が主要なソースとなりました。町会長ヒアリングは相馬総合支所で行い、1人当たり90分程度、聞き取りをしました。

【町会長ヒアリング】日付：町会名

11月11日：紙漕沢	12月9日：黒滝
12月2日：藍内	12月13日：沢田
12月2日：大助	12月16日：山田
12月3日：五所	12月16日：藤沢
12月5日：昴	1月14日：相馬
12月5日：前相馬	1月14日：安田
12月6日：水木在家	1月21日：桐ノ木沢
12月7日：坂市	2月4日：湯口

●情報を構造化

田畑昇悟『「集落の教科書」の作り方』を読了したうえで、知りえていた情報を構造化する作業をしました。

- ・地域データ：地理・人口・産業、町会構成
- ・行政・組織：町会の仕組み、役員、費用
- ・日常・活動：年間行事、共同作業、慣習
- ・生活インフラ：交通、医療、福祉、教育、除雪
- ・将来展望：農村RMO、全住民アンケート

●不足情報の洗い出し
構造化した上で、項目ごとに情報を当てはめました。該当する情報がない項目については、再度情報収集する必要があります。

●写真素材は改めて収集

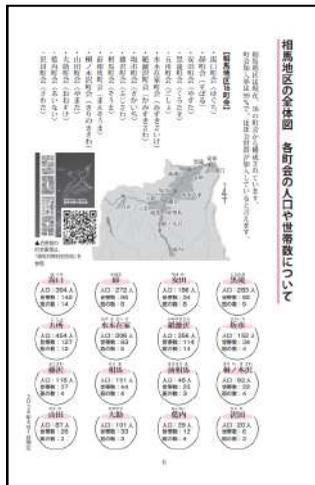
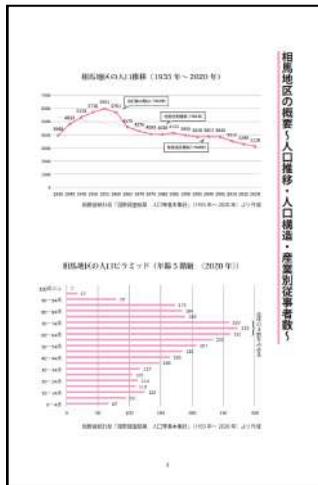
教科書に載せたい写真はリストアップしておき、活動中に撮った写真や先輩隊員（1～3期生）が残した写真から使えるような素材を探します。ない場合は時間を見つけて撮りに行きました。例えば、公民館の内部、百万遍や地蔵講をしている様子がなかったので、町会長や公民館長の許可を得たり、開催日程を確認したりして、撮影機会を得ました。情報にしても写真にしても早めに不足分を把握し、早めに入手しておくことが肝要です。



●町会がメインとなるような構成に

作成するきっかけであった「世帯単位で加入する性質上、世帯主以外が町会のことを知らない」ことに加え、同じ地区内であるにも関わらず隣の町会でどんなことをしているのかを知らないということがわかりました。自分の住む町会のことはもちろん、各町会の取り組み、とりわけ工夫した取り組みをを共有したいという思いが湧いてきました。補助金を活用して公民会を再整備している、資源ゴミを独自に回収して町会費に充てている、町会費の支払いを口座振替して業務を簡素化している、若手女性の町会長が活躍していることなど…。全て相馬地区の事例であるのに、知られていませんでした。

人数や地域柄が違うので簡単には行かないことは承知の上ですが、地区の方に各町会の工夫した取り組みを把握してもらい、好事例のヨコ展開を促すためにも町会情報がメインとなるような構成にすることにしました。なお、地区内の全16町会の情報を可視化し、比較できるようにしてしまおうので、事実確認と事実の表現方法に気をつけました。また、後から「これが載るとは思わなかった」「こんな表現になるとは知らなかった」と言われないように、編集集中の冊子を示しながら進捗状況を説明する機会を3回設けました。根回しも重要です。



町会活動について

【町会活動ってなに?】

町会活動とは、町会が中心となって行われる地域活動のことです。町会活動には、町会費の徴収、町会費の使途、町会活動の企画・実施、町会活動の報告などがあります。

町会活動の種類

- 町会費の徴収
- 町会費の使途
- 町会活動の企画・実施
- 町会活動の報告

町会活動の重要性

町会活動は、町会の運営を支える重要な役割を果たしています。町会活動を通じて、町会の活性化を図ることができ、町会の発展に貢献することができます。

●まとめる作業（執筆・編集・校正）

オンラインデザインツールのCanva（キャンバ）の無料版を使って、記事を作成しました。使えるようなテンプレートがなかったので、自力でレイアウトしました。弘前市役所の公務用パソコンで作業しました。記事の執筆やレイアウトはまったくの素人だったので、全国の「集落の教科書」に目を通し、技術的に模倣できそうなところはマネさせてもらいました。もちろん、完コピーしたわけではないです（穂坂）。

前職の経験があるので、見積もり・仕様決定、入稿、校正（修正・確認）、校了、印刷・納品などを主に担当しました。内容にはあまり口を出しませんでした（加賀）。

【冊子の詳細】

- 印刷：表紙4色×2色オフセット印刷
(表面マットニス加)
本文2色×2色オフセット印刷
- 用紙：表紙アートポスト菊判167*。
本文上質紙A判57.5*。
- サイズ：A5
- 頁数：32頁
- 製本：無線綴じ
- 冊数：500部
- 備考：データ入稿（要組版・調整）
- 印刷所：有限会社 小野印刷

【とくに参考にさせてもらった教科書】

- ・京都府南丹市日吉町世木地域
- ・富山県魚津市片貝地区
- ・石川県七尾市高階地区

町会維持のための工夫した取組

【コミュニティ活動推進の取組】

コミュニティ活動の推進は、町会の活性化に大きく貢献しています。町会活動を通じて、町会の活性化を図ることができ、町会の発展に貢献することができます。

【コミュニティ活動推進の取組】

コミュニティ活動の推進は、町会の活性化に大きく貢献しています。町会活動を通じて、町会の活性化を図ることができ、町会の発展に貢献することができます。

地域振興の現状

地域振興の現状は、町会の活性化に大きく貢献しています。町会活動を通じて、町会の活性化を図ることができ、町会の発展に貢献することができます。

地域振興の現状は、町会の活性化に大きく貢献しています。町会活動を通じて、町会の活性化を図ることができ、町会の発展に貢献することができます。





情報発信・活動PR

●最も着手しやすい活動…

協力隊の活動のなかでも、すぐに始められる取り組みの一つが「情報発信」です。特別な設備や大きな予算を必要とせず、着任直後から取り組むことができるため、初動期の活動として有効です。発信を継続することで、地域内外に活動内容を知ってもらえるだけでなく、「どんな人が来たのか」「何をしようとしているのか」を理解してもらうきっかけにもなります。また、発信内容を見た住民や関係者から声をかけてもらえることもあり、新しいつながりが生まれる入口にもなりやすいです。加賀の場合、地区の歴史を発信したことで、歴史に詳しいキャラが定着しました。穂坂の場合、リンゴ愛を語ったことで、リンゴ好きの移住者ということが浸透しました。

さらに、情報発信は、備忘録や振り返りの役割も持つと実感しています。日々の活動や気づきを記録として残しておくことで、後から活動を振り返る際の材料となり、自分自身の学びの整理にもつながります。また、年間報告書を作成する際にも活用でき、活動の経過を客観的に示すことができます。相馬地区公式HPでの活動報告は、数行の文章と数枚の写真という薄い内容であるにも関わらず、意外と読者がいる上、備忘録になるので役立っています。このように、情報発信は、始めやすく、かつ継続することで効果が広がっていく活動であり、初動段階において優先的に取り組む価値のある活動の一つであるといえます。

●スキルと営業力（図々しさ）が必要…

より多くの人に情報を届けるために、タウン誌、市の移住ポータルサイト、民間企業や団体が運営するウェブサイトなど、さまざまな媒体に掲載してもらうことを意識しました。ただし、そのためには、自ら媒体側に働きかける姿勢が必要でした。待っていてもはじまりません。こんな発信をしたいと色々な人に話すことも有効でした。

【加賀の場合】出版・メディア関係の人と会ったときは前職で編集やライターをしていたことを雑談で話しました。すると、青森のメディア・出版・編集界隈の人とのつながりが生まれ、執筆依頼をもらうようになりました。一般社団法人EDIT青森にクリエイター登録していますし、FMアップルウェーブの放送番組審議委員にもなっています。

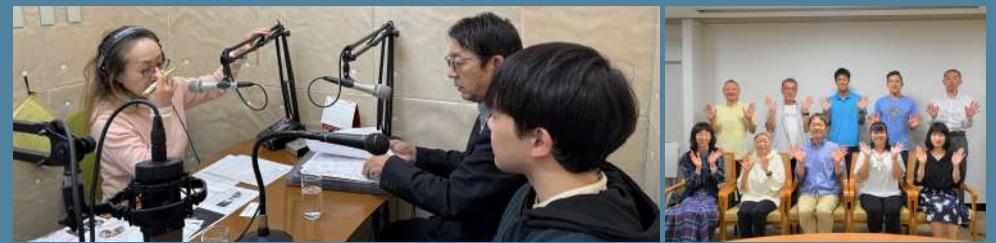
【穂坂の場合】ライターの経験がないので、素人でも投稿できる媒体を探しました。「弘前ぐらし」の市民ライターは初心者歓迎だったので応募しました。「りんご大学」のコラム執筆は、同サイトを運営する会社の方とお会いしたときに「りんごが好きで移住した。りんごのことなら何でも書ける」と伝えたら、コラムを書く運びとなりました。『月刊弘前』と『季刊あおもりのき』は加賀さんに紹介してもらいました。

●相馬で影響力のあるメディア

JA相馬村広報誌「りんごの森」は組合員・准組合員のお宅に毎月届くため、相馬地区においては影響力のあるメディアです。1期生のときから活動報告として1頁分のスペースを協力隊に提供してもらっています。そのおかげで、地域住民に対して毎月紙媒体で活動報告することができました。毎月交互（加賀→穂坂→加賀…）に記事を執筆しました。

●オールドメディアが一番強い

役所にポスターを掲示しようが、インスタのストーリーに投稿しようが、紙媒体で每户配布しようが、「りんごの森」に記事を載せようが、結局テレビ・新聞には敵いません。青森において、最も効率よく情報を発信・周知するには、オールドメディアに取り上げてもらうことが正解だと思います。新聞とテレビの力は絶大です。載ることが目的ではないですが、何かやる際は記者クラブへの投げ込みを忘れずに行いました。親しくなった記者やカメラマンには、リリースした後に、個人的にメールで情報提供しました。



● 続けていると誰かが見ている

テレビや新聞以外で発信した情報は、正直、あまり影響力を持たなかったです。ただ、だれかは見えていました。自己満足のように更新していた相馬地区公式HPは、小学校の校長先生が読んでくれていたし、「弘前ぐらし」も新作を楽しみにしてくれている方もいました。趣味で書いていた「りんご大学」のコラムは、NHKのディレクターの目に留まったらしく、ラジオ出演につながりました。塵も積もれば山となるってことですかね（穂坂）

相馬地区の歴史について書いた「凸凹新聞」ですが、2023年度は毎月発行しました。五所川原や青森の方など地区外からも「読みたいから送ってほしい」という声が多数ありました。また、青森県立図書館からも所蔵したいので毎月送ってほしいという申し出がありました。御所温泉や支所の交流コーナーに置いた「凸凹新聞」をたまたま手に取った近隣地域の方が、ぜひバックナンバーがほしいとたずねてくれたこともありました（加賀）

● 一方、継続するのが難しい

SNSを使って情報発信しようと思いましたが、現在はあまり投稿していません。最大の理由は、「面倒くさい」から。投稿に対してのコメントやDMに返信したり、映える写真やユニークな動画を撮ったりするのが、性に合いませんでした。初めの頃はがんばっていましたが、だんだんと面倒くさくなり、投稿なくなりました。無理なく続けられる発信でないと、すぐにキツくなることがわかりました（穂坂）

相馬地区の広報誌「相馬ジャーナル」も「凸凹新聞」も、現在は休止状態にあります。最大の理由は、印刷の手間および資金の負担が大きいため。どちらも毎戸配布を原則としていたので、1000部近くを毎月刷って配布するのは、なかなか大変です。経費削減で所内のプリンターが1台減ったこともあって、印刷が困難になってしまいました。印刷会社に印刷と配布をお願いすればいいのですが、資金が……。何かいい方法はないか思案中です（加賀）

取組プロセス

【地域情報誌】

- ・「相馬ジャーナル 創刊号」の印刷を小野印刷にお願いする

【県内のつながりが拡大】

- ・『月刊弘前』の編集長、一般社団法人EDIT青森とつながる
→EDIT青森のクリエイターとしてジョイン（加賀）

・「相馬ジャーナル」「凸凹新聞」を発行。毎戸配布。

【タウン誌等にボランティア寄稿】

- ・『月刊弘前』、『季刊あおもりのき』に寄稿（無償）
- ・市移住ポータルサイト「弘前ぐらし」の市民ライターになる
- ・青森りんごTS導入協議会「りんご大学」でコラムを担当する

・FMアップルウェーブ 放送番組審議委員を拝命（加賀）

【ラジオ出演】…記事やコラムを読んだディレクターから出演依頼

- ・FMアップルウェーブ「津軽いじん館」「夜は気ままに！」に出演
- ・NHK仙台放送局「Nandary」に出演

【大学等での講演】…活動報告を読んだ先生、担当者から出演依頼

- ・青森大学、柴田学園大学、弘前大学の講義
- ・令和7年度青森県地域おこし協力隊初任研、市主催移住イベントetc

ルーティン

- ・相馬地区公式ホームページ
- ・JA相馬村広報「りんごの森」
- ・各種SNS (Instagram、Facebook)

取組の工夫例

●前職の経験をアピールする

アピールというほど大きなものではないですが、雑談の中で、今までの職歴を話しました。話をした人の紹介などで、県内の出版・ライター界隈とのつながりが生まれました。寄稿依頼はすべて引き受けました。公務で執筆したかったので、ボランティア寄稿しました（加賀）

●金魚のフン作戦

加賀さんが記事を提供しているのを見て、「いいなあ、すごいなあ、自分も書いてみたいなあ」と思っていました。そこで、加賀さんに紹介していただき、『月刊弘前』と『季刊あおもりのき』の同じ欄を担当しました（穂坂）

●写真の重要性

大学での講演や研修・セミナーでの事例発表用の資料をつくるなかで感じたのが、地域の魅力を伝える写真、活動風景・活動の様子がわかる写真の重要性です。意識していないと撮らない分、前者よりも後者のほうが重要かもしれません。祭りの準備に参加したり、草刈りをしたりしているときの様子は写真におさめておくべきです。

●がんばらない

投稿を続けるために頑張らない作戦／しょぼい記事を継続して投稿する作戦をとりました。ホームページの記事も、日付→場所→出来事→感想というフォーマットをつくり、それに当てはめていく方法にしました。



情報発信一覧

相馬地区公式HP

●活動通信

<2023年度>

142本の記事を掲載

<2024年度>

96本の記事を掲載

<2025年度>

100本の記事を掲載

●相馬ジャーナル

<2023年度>

4号を毎戸配布

●凸凹新聞

<2023年度>

7号を毎戸配布



弘前移住情報サイト

「弘前ぐらし」

<2023年度>

3本の記事を掲載

<2024年度>

7本の記事を掲載



JA相馬村広報誌

「りんごの森」

<2023年度>

8本の記事を掲載

<2024年度>

12本の記事を掲載

<2025年度>

12本の記事を掲載



「りんご大学」コラム

<2023年度>

96本の記事を掲載

<2024年度>

48本の記事を掲載

<2025年度>

30本の記事を掲載



タウン誌に記事提供

●月刊弘前

<2023年度>

・8月号「相馬凸凹学会」設立について

・11月号「りんご評価用語集を作りたい」

<2024年度>

・1月号「“新時代”の地域おこしとは？」

●季刊あおもりのき

<2024年度>

・づくり手「ミニ炭俵」

・づくり手「相馬紙漉き隊」



ラジオ出演

●FMアップルウェーブ「津軽いじん館」

<2023年度>

・5月「地域おこし協力隊①」（加賀）

・5月「地域おこし協力隊②」（穂坂）

<2025年度>

・10月「相馬凸凹学会サービス」（加賀）

・1月「沢田ろうそくまつり」（穂坂）

●NHK仙台放送局「Nandary」

<2025年度>

・10月「りんごLOVE!」

日替わりバーテンダー

<2024年度>

9月26日 HIROSAKI ORANDO（加賀）

10月31日 HIROSAKI ORANDO（穂坂）

講義／講演など

<2023年度>

・弘前商工会議所青年部 例会

<2024年度>

・柴田学園大学

<2025年度>

・青森大学、柴田学園大学、弘前大学

・青森県地域おこし協力隊初任者研修

・令和8年度社会教育主事講習の収録

・弘前移住セミナー



弘前圏域の 協力隊ネットワーク活動

●弘前圏域の隊員で親密圏を…

協力隊がネットワークする意義は、親密圏を形成できることにあります。ネットワークすることを通して、愚痴をこぼし、励ましあい、互いに異論をぶつけ、不安を分かちようように心理的に支え合ったり、経験知が十分でないまま活動しなければならない隊員が個別の課題ごとに知恵を寄せ合ったりする関係性を築くことができます。心理的・実務的に支援を受けた隊員は、後から着任した後輩隊員に対してサポートを行う「支援の連鎖」が生じることも分かっています。ただ単に知り合い、親しくなる以上に、相互に支えあい刺激しあう良い関係を築くことができるわけです。担当者や自治体の視点からとらえなおしても、隊員同士が親密圏を形成し、相談や情報共有

を行い、しかも「支援の連鎖」が生じるようになれば、担当者や自治体による支援の負担が軽減されますし、とりわけ累積受入数が少ない自治体にとっては、他自治体の隊員や経験者との接点をつくるメリットは大きいのではないかと思います。弘前圏域の暗黙知を知った人材と、失敗や成功を含めた経験やプロセス、ノウハウなどの情報をストック&シェアできれば、圏域全体の底上げになるのではないかと思います。ネットワーク活動を始めました。

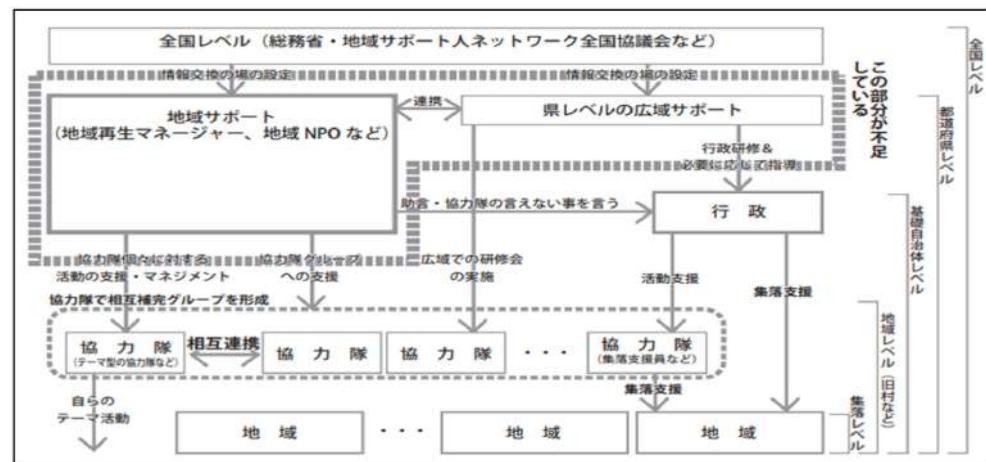
【参考文献】

- ・平井太郎「地域おこし協力隊のネットワークがなぜ必要か」
- ・多々良啓「地域おこし協力隊員間にある支援の連鎖とその要因—北海道浦河町を事例に」

●言い出しっぺの法則

青森県のように面積が広大で地域ごとに地理的・文化的な違いが顕著な県においては、地域おこし協力隊の重層的支援として、基礎自治体レベル以上都道府県レベル以下のネットワークがあればいいんじゃないかなあ～と思っていました。両者の間のちょうどいい枠組みが「圏域」だと考えます。地理的・文化的にも共通点があり、社会的にも県民局の管轄地域や定住自立圏の構成自治体とも被る場合が多く、既存の枠組みやつながりを活用できるからです。いろんな意味で集まりやすい圏域でのネットワーク活動を始めることにしました。

まずは、弘前圏域移住交流デザイナーの野口さんに相談しながら自主研修という形で活動をする方向に決め、企画書を作成し、所属課である総務課と取りまとめ課である企画課の決裁を得ました。「情報交換ミーティング」という名称の自主研修の案内を弘前圏域の移住担当課を通じて各隊員に送り、参加を募りました。実は勢いで企画書を仕上げたところもあり、当初は「なぜやるのか」、「どういう意義があるのか」の説明が薄かったです。総務課、企画課の方と何度もやりとりをさせてもらい、目的を明確化していきました。



田口太郎(2018)『『地域おこし協力隊』の成果と課題、今後の方向性』、森林環境研究会編 2018,p166.をもとに筆者加筆(※部分を加筆)



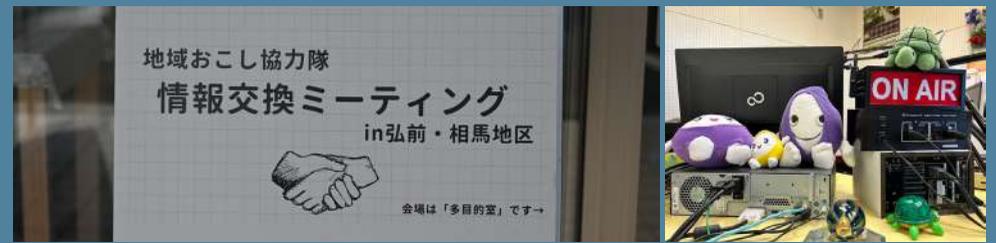
●誰かと一緒に…

「第1回情報交換ミーティング」の実施を通して前例を作れましたし、開催までのプロセスを整理できたので、この過程を他自治体の隊員に共有しました。自分一人でやっていると属人的になって継続しないと思いますし、研修を構想・企画し、運営する経験を他の人に積んでもらいたかったからです。

開催までのプロセス

- ①企画（研修内容）の構想
- ②企画書の作成
- ③所属課（とりまとめ課）の決裁
- ④周知／研修の準備 →開催

情報交換ミーティングの開催を通してネットワークの意義や効果を確認したことから、県域レベルでも取り組むことにしました。県内の隊員を対象とした合宿型研修を、弘前圏域の隊員を運営メンバーとして実施しました。開催までには、情報交換ミーティングと同様のプロセスを踏みました。合宿型研修の主宰を引き継いでくれる隊員（新郷村・清水さん）がいたので、ノウハウと作成書類をまとめ、託しました。



●引き継いでみるが継続するのは難しい

ノウハウやプロセスを共有したとしても、組織化していないので、結局「やろう！」と発起する人がいないと開催されない点において、継続は難しいと感じています。ただ、継続を目的としていないので、必要だと思った人が自主性を発揮させればいいのだと思っています。「全国地域リーダー養成塾」という研修における修了レポートで、弘前圏域の協力隊ネットワークについて考察したので、興味のある方は読んでみてください。

卒業論文として



全国地域リーダー養成塾の修了レポート

「地域おこし協力隊の重層的支援としての圏域ネットワークの有用性～弘前圏域を事例に～」

取組プロセス

【近隣市町村の隊員で共同活動】

- ・(大和田隊員,伊谷隊員,山形隊員と)弘前りんご花まつりに棒パンを出店
- ・FMジャイゴウェブの番組「わんど地域おこし協力隊」を担当

【勉強・視察】

- ・青森県西北地域のネットワーキング活動を視察/弘前圏域の勉強会

- ・JOIN移住・交流&地域おこしフェア2024にスタッフ参加
- ・第7回地域おこし協力隊全国サミットに参加(視察)

【弘前圏域地域おこし協力隊情報交換ミーティング】

- ・第1回情報交換ミーティングin弘前・相馬(ホスト)
- ・第2回情報交換ミーティングin藤崎
- ・第3回情報交換ミーティングin西目屋

- ・論文やコラムを読んで勉強
→平井太郎「地域おこし協力隊のネットワーキングがなぜ必要か」など

【全県的な協力隊関連業務】

- ・第1回合宿交流型ミーティングin弘前(ホスト)
- ・青森県地域おこし協力隊コミュニティ“サイハテ”で「#あおばな」に参加

【弘前市地域おこし協力隊募集業務】

- ・第9回地域おこし協力隊サミットに出展

- ・全国地域リーダー養成塾の修了レポート
「地域おこし協力隊の重層支援としての圏域ネットワーク」

【引き継ぎ・バトンタッチ】

- ・第2回合宿交流型ミーティングin新郷村(予定)
→主催者は新郷村地域おこし協力隊の清水さん
→企画・開催を後方支援

取組の工夫例

●企画書「情報交換ミーティング」の内容

目的：弘前圏域の地域おこし協力隊が活動報告や視察をしあったりすることを通して、隊員のヨコのつながりを形成するとともに、隊員としてのスキルアップを図ることができる。

●企画書「合宿交流型ミーティング」の内容

目的：弘前圏域の隊員が、研修を開催するプロセスを通して企画立案、運営、事務能力、ファシリテーション能力を向上させることができる。また、参加者が、県内の実践者から、地域で活動するうえで大切なマインドやノウハウ、地域資源を見つける視点などを学ぶことができる。



研修のチラシ



研修の概要

●noteで活動報告

- ・第2回情報交換ミーティング@藤崎(2024.11.20)
- ・合宿交流型ミーティング@弘前・岩木(2025.4.22-23)
- ・第1回情報交換ミーティング@弘前・相馬(2024.9.10)
- ・第3回情報交換ミーティング@西目屋(2025.2.21)

●zoomで引き継ぎ・後方支援

何よりも大事なのが、考えが似ている人、人望・能力・やる気のある人を見つけ、キープしておくこと。要望があれば、企画書や式次第、周知メールの本文などをシェアしました。必要があればzoomなどで相談にのりました。



卒業感謝 & 活動報告会

●報告会を視察 & 実施→違和感

●報告会を視察

1～2年目にかけて、活動報告会のやり方を学ぶことを目的に、各地の活動報告会を視察しました。

【参加した報告会】

- ・青森市地域おこし協力隊活動報告会
- ・八戸圏域地域おこし協力隊活動発表会
- ・上十三・十和田湖圏域地域おこし協力隊活動報告会（オンライン）
- ・黒石市地域おこし協力隊活動報告会

八戸圏域は地域の方から一言コメントをもらう時間を設けており、協力隊と地域の関係性が伝わってきました。黒石はお世話になった方々にお礼を伝える場にもなっており、卒業式のような雰囲気でした。このように各地のいい部分を学びました。

●報告会を実施

弘前市地域おこし協力隊活動報告会を実施しましたが、地域の方の参加が少なく、ただの自己満報告会で意味がないと感じました。我々が主催するときは、他地域の事例を参考に、下記のような工夫をすることにしました。

■コンテンツ設計

- ・住民が主役のパートを入れる
→地域住民からの一言コメント
- ・協力隊OBOGのパートを入れる
→近況報告
- ・展示・交流を重視
→パネル、模造紙を多く掲示

■広報の工夫

- ・広報媒体を分ける
→每户配布、広報ひろさき、facebook

■当日の設計

- ・入口の心理ハードルを下げる
→途中参加・退出あり

●地域の方に発表したい

●準備は半年前から

相馬地区の方に来てほしかったので、農閑期に地区内の会場で開催することにしました。半年前には、日程と会場を決めていました。協力隊OBOGには出席してもらえるよう、適宜声をかけました。



【卒業感謝 & 報告会】

日時：2026年2月15日（日）13:00～17:00

場所：中央公民館相馬館「長慶閣」

第一部「報告会」

- 13:00～13:10 オープニング
- 13:10～13:40 活動報告①穂坂
- 13:40～14:10 活動報告②加賀
- 14:20～14:40 近況報告：協力隊OBOG
- 14:40～15:00 地域住民からのコメント

第二部「交流会」

- 15:00～17:00 スイーツの試食など

来場者：70人

（地区内:34,市内:25,県内:9,県外:2）

●発表だけが活動報告でない

活動報告会に参加しなくても、協力隊の活動を知れるように、活動報告パネルを作成し、相馬総合支所内に常時展示しました。また、「何をやったか」だけでなく「どうやったか」も地域の方に公表および次期隊員のために記録しておく必要があるだろうと考え、本冊子を作ることにしました。これも活動報告の一環だと思っています。なお、パネルと活動プロセス事例集のデータは相馬地区公式ホームページ上に公開しています。



●OBにチラシ・ポスター制作を依頼

協力隊OB（下田さん）とのつながりを切らさないように、チラシとポスター制作をお願いしました。費用は活動費から捻出しました。

最後に

あまり過去にこだわらないタイプなので、この3年間の活動についてあまり思い出せず本誌の制作に苦勞しました。それでも振り返れば、多くの方々の協力をうけてなされたことばかりだったと、改めて実感しました。協力隊に限らず、人は助け合わないと生きていけないものです。卒業後も弘前市内にいる予定ですので、これからも相馬と弘前の人々と助け合いながら、できれば助けるほうを増やして少しは恩返しできるよう活動をしていきたいと思っています。

加賀新一郎

「卒業感謝&報告会」ではお話しできなかった3年間の活動を本冊子にまとめました。不十分かもしれませんが、「何をしたか」だけではなく「どうやったか」も記述したつもりです。似たようなことをしたいと思っている人の参考になれば幸いです。

3年間あっという間でした。自分らしさを出しながら楽しく活動できたのは、同期隊員と担当者の温かい目とアシストのお陰でした。

加賀さんと裕美さん、本当にありがとうございました。

穂坂修基