よこはま型
若者自立塾

若者自立就労支援 X 石巻進化躍進応援

やっぺす通信発行元
K２インターナショナルグループ
・NPO法人ヒューマンフェローシップ
・うんめぇもん市
www.K2-inter.com/ishinomaki
Tel：045-762-1435（覚知・田上）

忘れないこと・続けること・進化すること

やっぺす通信 Vol.100

祝 Vol.100

2020.3.1 発行

石巻 復興 支援 から 石巻 進化躍進 応援 へ

うんめぇもん応援団突撃インタビュー！ 応援ファイル No.78

一般社団法人おしかリンク 代表理事 犬塚 恵介 さん

今回のインタビューは、
一般社団法人 おしかリンク
代表理事の犬塚 恵介さんに
お話を伺いました。

菊澤） こんにちは。今日はよろしくお願いします。
まずは犬塚さんが石巻に来られたきっかけを教えてください。

犬塚さん） もともと名古屋で建築関係の仕事をしていました。今のまま仕事を続けようか悩んでいた時に東日本大震災が起き、復興に励む人たちの姿に背中を押された感じがして、仕事を辞め仙台に移り住みました。**今までの経験を活かして建築に関する復興支援の一環で石巻の牡鹿半島に足を運ぶようになったのがきっかけです。当初数ヶ月の関わりのつもりでしたが、たった数ヶ月で何もできない現状と、その場しのぎの支援の無責任さに直面し、半島移住を決めました。**

菊澤） 「おしかリンク」のお仕事を教えてください。

犬塚さん） **最初は観光のワンストップ窓口として「おしかリンク」を起ち上げました。**しかし、観光だと一度きり。できればこの地域に興味を持って住みたい、また様々な課題を地域の人達を巻き込んでやってみたい、そんな人たちを集めたいと思うようになりました。いろいろな縁で最近は大学生が多く集まり、漁業や町おこし、商品開発など面白いことにチャレンジしています。今は森林再生事業に力を入れていますが、実はここに来るまで自然というものにあまり興味がなかったです。山の中を探索していたら、山の歴史や、植物のルール、面白い発見があることに気づきました。それと同時に沢山の課題も見え、解決に向けてのプログラムを考えるのが建築に通じる所があり、それがとても面白いんです。

菊澤） では、K２との出会いは？

犬塚さん） **石巻市内の NPO 連絡会議で K２スタッフから JOB キャンプの体験先の協力をお願いされたのが始まりです。**社会の中で生きづらさを感じ悩んでいる若者たちがいることはテレビなどで聞いたことはありましたが、実際自分たちは関わったことが無かったので、「自分たちの活動が役に立つのか？」「虫嫌いで山の中に入ることを嫌がらないか？」等気になりました。**ただ、回を重ねるごとに、参加してくれた若者が純粋に自然を楽しんだり、感動してくれたり、どんな取り組みにも一生懸命で、その姿を見られることがすごくうれしかったです。**
今キャンプに来る皆さんにはシカの食害影響調査の一環でウリハダカエデの植樹や生態調査などを一緒に行ってもらっています。

菊澤） 震災から９年がたちますが、今石巻にいて思うことはありますか？

犬塚さん） **震災を経験した「人」から学ばせてもらったことは沢山あります。もともとなのか、震災を経験されてからなのかわかりませんが、どんなことも乗り越えようとする力強さ、それと地域のつながり。新しい人の受け入れに関しても、とてもウェルカムな感じです。**移住して子育てで困った時なんかはみな自分の家族のように助けてくれます。
それ以外に、震災後は沢山 NPO 団体が支援に入ってきましたが、９年経つとだんだん数も減り、予算も減り…。**だからこそ、復興だけでない NPO 同士の複雑な社会的課題解決に向けて協働出来るような新しい仕組み作りも始めました。同じ思いで石巻で活動を続ける仲間が残っているのも心強いです。**

菊澤） うんめぇもん市に『**忘れないこと、続けること、進化すること**』というキーワードがありますが、まさにそれと同じですね！
最後に今後の展望など教えてください。

犬塚さん） **半島に移住したい、何かやってみたいという若者を増やしたいです！**
山積みの課題を地域の人たちも巻き込みながら、楽しく解決できるプログラムを考え、それが収益事業に繋がるようにしたいですね。
さらには地域産業の担い手も育てていきたいです。

菊澤） 今日はありがとうございました！
またJOBキャンプでお世話になります。今後ともよろしくお願いします。

ジョブキャンプメンバーと
犬塚さんご家族でパチリ！！

**一般社団法人
おしかリンク**

http://www.oshikalink.jp

牡鹿半島の人と人、人と地域、地域と地域をリンクし、また牡鹿半島と他の地域をリンクし、より魅力的な「牡鹿らしさ」を探求します。

美味しく備えるうんめぇもん備蓄品

東日本大震災以降も台風、洪水、津波、火山の噴火、感染症の流行など様々な災害が日本を直撃しています。そんなもしもの時に備えて食品の備蓄をしていますか？
今月はうんめぇもん市から長期保存ができて、さらに美味しい備蓄品をご紹介いたします！

備えは大切です！

缶 詰

長期保存できて加熱無しで、蓋を開けてすぐに食べられるのが利点です。選ぶならカロリーの少しでも高い味付きの物がおすすめです。うんめぇもん市では、「マツコの知らない世界」で紹介され、一躍有名になった木の屋水産の缶詰をご紹介します。さんま缶（醤油、味噌甘辛、水煮）、いわし缶（醤油、味噌煮）、金華鯖の缶詰（味噌煮、水煮）、鯨の大和煮缶などがあります。その日に獲れた新鮮な魚のみを使用して作った木の屋水産の缶詰は味も最高です。ぜひお試しください。

賞味期限：約2年

菓 子

甘い物はすぐにエネルギーになります。飴やゼリーは賞味期限も長く、小分けになっているので携帯におすすめです。バッグの中に入れておくと良いですよ。非常時にも役立ちます。蔵王の昔飴本舗のもも飴やいちご飴は、どれも一度食べたら病みつきになります。また、干し柿寒天ゼリーも大人気の商品です。ぜひこの機会にどうぞ。

賞味期限：約5ヶ月（寒天ゼリー）、約10ヶ月（飴）

麺 類

カセットコンロなどの用意があれば、麺類もお勧めです。常温で１年～２年は保存が可能です。**はたけなか製麺**の**あかもくうどん**は、注目のフコイダンを多く含む海藻あかもくが練り込んだヘルシーな麺となっており、うんめぇもん市でも大人気商品となっております。つるつる・しこしこの食感と、海藻の旨味、磯の香りが詰まった麺をぜひお試しください。その他、旨さ覚悟うどんやぜいたく手おろし長芋そばもオススメです。**賞味期限：約１年**

実際に被災した方からのアドバイスをご紹介します。

①常温で保存でき、開けたらすぐ食べられる物が良い。
→缶詰ピッタリ！

②栄養があるもの。→缶詰ピッタリ！

③カセットコンロが有ると加熱料理が出来る。
→レトルトや麺もOK！

④甘い物が食べたくなった。→飴や寒天ゼリーがピッタリ！

（仕入れ状況によっては賞味期限は異なります。）

おっかぁ圭子の直伝レシピ

湯通し塩蔵わかめ（180g）730円
うんめぇもん市で好評販売中です！

【塩蔵わかめの酢の物】

[材料(４人分)]
塩蔵わかめ：適量　キャベツ：１/３個
水菜：１/３束　カニカマ：４本
かんたん酢：120cc

○作り方

1）キャベツは千切りにして塩もみ後、５分おいて水気をしぼる。
2）塩蔵わかめは食べる分だけカットし、真水で５分戻す。
　２～３回水を変えると塩がうまく抜けます。
3）水菜は３ｃｍに切り、カニカマは手でさいておく。
4）ボウルにかんたん酢を入れ、キャベツ、水菜、わかめ、カニカマを混ぜ合わせれば出来上がり。

★ シャキシャキした肉厚のわかめが楽しめますよ！！

塩蔵わかめの酢の物

3月・4月うんめぇもん市 開催スケジュール

～K2石巻だより～

（3月）

~~2日（月）神奈川区役所（物）~~	~~10:00～14:00~~
~~4日（水）瀬谷区役所~~	~~10:00～14:00~~
~~6日（金）栄区役所~~	~~10:00～14:00~~
~~9日（月）横浜市役所~~	~~10:00～14:00~~
~~11日（水）鶴見区役所~~	~~10:00～14:00~~

※新型コロナウィルス対策の為、中止。

17日（火）磯子区役所	10:00～16:00
19日（木）旭区役所	10:00～15:00
24日（火）都筑区役所	10:00～16:00
26日（木）南区役所	10:00～16:00
31日（火）西区役所	10:00～14:00

（4月）

3日（金）栄区役所	10:00～14:00
8日（水）都筑区役所	10:00～16:00
13日（月）横浜市役所	10:00～14:00
15日（水）南区役所	10:00～16:00
22日（水）瀬谷区役所	10:00～14:00
28日（火）磯子区役所	10:00～16:00

※予定は変更される事があります。
詳しくは事務局までお問い合わせ下さい。

春に向けて石巻養蜂チームは
新しい巣箱作りに挑戦！