

ナバリスト 6

土手川 千幸 さん | 地域おこし協力隊



@CHIYUKI_NABARI_OKOSHI

どてがわ・ちゆき ● 大阪出身。1 児の母。民間企業で9年間勤める。その間、「食」に関心を持つようになり、今年3月に、地域おこし協力隊「有機農業チャレンジ隊員」として着任。名張へ移住し、有機農業の研修に励んでいる。



大阪では生の野菜や果物などを加熱せず調理するローフード教室を開く



有機農業チャレンジ隊員には原田二郎さん（写真左）と着任



有機農業の魅力をはじめ、移住した名張の魅力や暮らしの様子も合わせて SNS で発信している



人生再スタート！自分らしい芽を出していきたい

大阪の会社で働いていたころ、自信がなく、自分のこともあまり好きではありませんでした。やりがいがあったのですが、他人を意識し、気を遣い過ぎていたのかもしれない。転機は、野菜や果物など食材の栄養素を生かす「ローフード」に偶然出会ったこと。自分を形作っている「食」に目を向けていくことで、自分の心身について深く考え、自分のことを大切にできるようになっていきました。

これを機に自分を変えたいと、会社を退職。自宅でローフード教室を開きました。自ら切り拓いた道で、生徒さんにも喜んでいただいているうちに、どんどん自信が湧き、「社会に貢献したい」と思うようになった。そんな矢先、地域おこし協力隊の募集を知ったのです。

今は、さつまいもや人参、ケールなどの栽培手順を教わっていて、除草剤を使わず一本一本草を抜く大変さも実感しています。栽培技術を身に付けながら、手間暇かけてつくる有機野菜の魅力を SNS のほか、食育や料理教室などを通じて発信し、「食」の大切さを多くの人に伝えていきたいですね。

じゃがいもには、芽が出にくいけれど、保存がきく品種があります。「自分の芽はいつ出るんだろう」と悩んだこともあります。このじゃがいものように、私もいずれ自分らしい才能が花開くんじやないかなと。大切なのは「自分には芽を出す力がある」と信じて前を向くことだと思っています。

編集後記



名張のひと・活動

「名張は、地場農産物を手に入れやすく、値段も手頃。本当に住みやすい」と土手川さん。有機農業の活性化は、名張の魅力発信の柱として、移住希望者のニーズをつかんでいくはず（たか）

農業にもいろんな方法があることを知った今回の取材。「おいしいものを届けたい」という思いはどの農家さんとも一緒。きちんと選び、残さず食べることが、当たり前だけど大切ですね（くま）

市内で農業を営むベテラン生産者に話を聞きました。これからの名張の農業について尋ねると、二人の口からは次々とアイデアが。名張の農業の発展を願う強い思いを感じました（はる）

住み慣れた場所でも、文化や歴史を知れば新たな一面が見えることも。普段意識して見ない・考えない場所を、あえて意識して歩いてみるのも『再発見』できていいものです（こ）

