

# 長寿の里「佐久」プロジェクト 医福健食農連携事業

## 取組に至る背景・事業の目的

佐久地域は「健康長寿の里」として県内外に広く知られており、地域の行政、医療機関、民間が連携して様々な取組を行ってきた。特に長寿の里「佐久」プロジェクトの1つとして、健康食、健康食品のブランド化を目指し取組んでいる「花咲く長寿レシピ」は、脳血管疾患の予防対策のひとつである減塩に注目した「おいしい適塩食」として近年開発を進めている。

高齢者を含め多世代の方を対象に、佐久地域の飲食店等で活用できる健康食メニューの開発や地域への発信を行うことで継続的なブランド構築を目指している。

## 事業内容

- 事業推進のためプロジェクト委員会を5回、飲食店で活用できる「花咲く長寿レシピ」の開発に向けた打ち合わせ・試作を20回実施した。
- 地域住民に向けた普及活動として、「ぞっこん！さく市」へ参加し、試食を実施したほか、「第4回 みんなでつくろう！長寿の里」を開催し、レシピ紹介やトークセッション、構成団体の活動紹介や試食等を実施した。また、構成団体の協力による健康講話や調理実習等を行う「花咲く長寿レシピ講習会」を一般公募型を含め9回開催した。
- レシピ普及に向け「花咲く長寿レシピ集」の作成・配布を行った。



【花咲く長寿レシピ集 (A5、12P)】

## 事業効果

- 目標（5レシピ）を上回る11レシピを開発した。
- 佐久市内飲食店5店舗と協力開発した5レシピのうち、4レシピはセットメニューとして各店舗で、1レシピは2店舗で展開（4店舗は新規店舗）し、好評を得ている。企業と連携し開発した健康食弁当（花咲く長寿弁当）は佐久地域の様々なイベントで販売し、好評を得ている。各レシピ・セットメニューを掲載したレシピ集や動画化した3レシピはホームページで公開している。
- 地域に向けた普及活動「第4回みんなでつくろう！長寿の里」は382名、「花咲く長寿レシピ講習会」は162名と目標を大きく上回る参加があった。イベント開催後は佐久市内外の方から問い合わせや視察依頼・調理報告をいただき、おいしい健康食の広がりを実感している。また、新規飲食店等からのレシピ開発要望や花咲く長寿レシピ講習会の開催要望があり、更なる展開が期待できる。

## 工夫・苦労した点、課題、今後の取組など

現在のプロジェクト団体をベースに、佐久地域の飲食店や県内外の関係団体との連携を視野に入れ、おいしい健康食「花咲く長寿レシピ」の開発を発展的に実施する。

地域への普及については、活動を発展・継続させるため、地域イベントへの参加やイベントの開催、新規対象者への講習会を実施し、健康食のブランド構築に取り組む。

### 【選定のポイント】

高齢者を含む多世代を対象とした「飲食店で活用できる健康食メニュー（花咲く長寿レシピ）」や、企業と連携した「健康食弁当」の開発に取り組み、特に「花咲く長寿レシピ」は実際に飲食店で提供され好評を得ている。

レシピの開発要望やレシピ講習会の開催要望が予想以上に寄せられる等、事業効果に広がりが見られる。また、当団体が行う食や運動などの健康長寿に関連する取組との相乗効果が期待できる。

団体名	一般財団法人日本農村医学研究会 日本農村医学研究所（佐久市）	事業タイプ	ソフト事業
連絡先	0267-82-2485	事業費	3,465,580円
ホームページ	http://chouju-saku.jp/	支援金額	2,599,000円

# 池田の魅力発見、発信フリーペーパー「いけだいろ」事業

## 取組に至る背景・事業の目的

池田町に暮らす人々が、町のことや町で活動している人、様々なイベントのことを表面的にしか知らない現状や、もともと住んでいる人と移住してきた人との間に見えない壁があり、お互いがお互いのことを理解できていないこと、また町を良くしようと活動する団体が多くある一方で、それらに横のつながりが無く協働の町づくりができていないこと等を問題だと感じていた。

学生という立場から地元を活性化したいという思いで団体を設立し、平成 27 年 6 月から活動の一つとして池田町の魅力発見、発信フリーペーパー「いけだいろ」の発行を開始した。若者の視点で池田町の魅力を発見し発信することで、様々な世代や立場の人をつなぎ、池田町の活性化に寄与する。

## 事業内容

- 池田町と周辺市町村をフィールドに、フリーペーパー「いけだいろ」を作成し、平成 28 年 6 月、9 月、12 月、平成 29 年 3 月の 4 回発行を行った。
- 6 月発行の 6 号では、特集で山村地域を取り上げた。「限界集落か夢の郷か」というセンセーショナルな見出しで現実を掘り下げ、住民の本音を掲載した記事が話題を呼んだ。
- 7 号では「これからの農業」と銘打って 4 名の若手農業者に取材を実施。初の 1 ページ全面広告も掲載した。
- 8 号では寺の特集を展開。池田にある 3 つの寺にフォーカスし、寺の新たなあり方や考え方を広めた。
- 9 号では、池田町長、副町長への取材を実施。行政発行の媒体には載らないパーソナルな意見を引き出すことに成功した。



【池田町長への取材の様子】

## 事業効果

- 支援金を活用することで発行部数が 500 部から 1,500 部となり、設置先も町内 30 か所、町外は近隣市町村の図書館や飲食店、県外のフリーペーパー専門書店等 15 か所となり、以前より 10 か所以上増加した。県外からの問合せも増え、池田町の新たな魅力を町内外に発信することができた。
- 取材活動を通じて町内の若者交流団体などつながりができたほか、町外の各種団体ともつながりを深め、地域を超えてイベントなどを実施することができた。
- 活動の場が広がったことで、池田町の魅力をより様々な視点から発信することができるようになった。

## 工夫・苦労した点、課題、今後の取組など

平成 28 年度にスタートした広告制度や 9 号でスタートしたサポーター制度の充実を図る。

「コンテンツも金銭面も地域で生み出す」をテーマに、継続的に発行できる基盤を整え、将来的には自主財源で運営できるよう努める。また、法人格の取得や取材エリアの拡張なども検討していく。

### 【選定のポイント】

山間地域で暮らす人々や町長・副町長に対する若者視点によるインタビューが記事に活かされ、読む人に新鮮な印象を与え、話題を呼んだ。配置先も町内外の 45 か所に増え、県外からの問合せも増えるなど池田町の情報発信のツールの一つとなっている。今後も池田町の魅力が発信されるだけでなく、地域住民が池田町の魅力に気付き、地元への愛着が深まることが期待できる。

また、地域の人々が取材や編集に参加するなど、地域住民を巻き込んだ新たな展開や、関わりのある他の地域団体の活性化も期待できる。

団体名	信州池田活性化プロジェクト 「Maple Tree」(池田町)	事業タイプ	ソフト事業
ホームページ	<a href="https://ikeda-mapletree.jimdo.com">https://ikeda-mapletree.jimdo.com</a>	事業費	465,122円
		支援金額	300,000円

# 千曲市森のあんず等加工品開発と販売を通じた「あんずの里」振興事業

## 取組に至る背景・事業の目的

地元の宝であるあんずをもっと広めたい、そして後世へとつないでいくにはと思案し、ご近所で子育てが一段落した女性の仲間達で工房アプリコを立ち上げ、加工所を開設していこうというスタイルに辿りついた。この事業を通してシニア世代が頑張ることであんず生産への意欲向上、地域住民とのコミュニケーションの輪を広げ、あんずの保護・振興につなげていく。

## 事業内容

- 「菓子製造業」の許可を取得し、JA ながの森店の遊休施設を賃借し、改修工事を行い加工所を整備した。加工所内に「減圧平衡加熱乾燥機」を導入し、地元産のあんずのみを使用してドライあんずをはじめ、ドライフルーツ、地元野菜の規格外品を乾燥して乾燥野菜にする等、料理具材の開発を行った。
- 県の「しあわせ信州食品開発センター」の指導のもと、「缶詰又は瓶詰食品の製造業」の許可を取得した。センターの施設を使用し、近代的加工機器を使用することにより、あんずジャムやシロップ漬けを試作加工・販売し、今後の活動の基礎作りを行った。



【あんず製品の加工風景】

## 事業効果

- 「減圧平衡加熱乾燥機」を購入し、あんず以外の野菜・果物を乾燥加工し、あんず農家の新たなビジネスモデルの構築を図った。
- 地元の生産者があんず・果物・野菜を搬入する際にコミュニケーションの輪が広がり、この活動に対する協力体制が生まれてきた。
- 「あんずの里振興会」に入会し、積極的に関わることであんずの保護・振興の活動に想像以上の影響を与え、千曲市森地区の「あんずの苗木 1,000 本植えようプロジェクト」スタートの原動力となった。

## 工夫・苦労した点、課題、今後の取組など

乾燥機をフル稼働し、より良い製品の加工・販売を目指す。また、地域の活性化につながるあんずの木の保護・育成に少しでも役立つよう、摘果作業等の労働を通し、「あんずの里」に貢献し、次世代に引き継げるよう、シニア世代の頑張りを見せていく。

各種商談会へ参加し、販路拡大を図り、市内の食品加工業者の OEM の受託をすすめ、共に地域活性化の一端を担う努力を続ける。

### 【選定のポイント】

多くの機関の指導のもと開発したドライあんずなどのあんず加工品が、千曲市のふるさと納税の返礼品に採用されるなど高い評価を得ている。原料供給には、地元農家の協力体制が進み、生産者同士のコミュニケーションはもとより地域の人たちで助け合う協力体制が生まれてきた。

また、シニア女性の頑張りにより、地元地区の男性陣も感化され、あんず振興の新たなプロジェクト「あんずの苗木 1,000 本植えようプロジェクト」に積極的に関わる等、あんずの保護・振興を地域で一体となって取り組む気運が醸成された。

団体名	工房アプリコ	事業タイプ	ソフト・ハード事業
連絡先	026-214-5058	事業費	11,092,339円
		支援金額	5,760,000円