



辰野町地域おこし協力隊
町の農業振興
令和7年度 活動報告

巻渕かおり

<活動方針>

辰野町においては、農業従事者の高齢化や担い手不足により、地域農業の持続性が課題となっています。その背景には、生産現場だけでなく、消費者側の意識や選択行動も大きく関係しています。現在、価格の安さや利便性を重視した消費行動が主流となり、環境に配慮した農産物や有機農産物を選ばれにくい状況が続いています。このことが、生産者の意欲低下や地域農業の停滞につながっていると考えられます。本活動では、「町の農業振興」を生産と消費の両輪で捉え、農業への参画、及び「食育」を軸とした消費者の意識・価値観を変えるアプローチを通して、農業振興を行います。

自己紹介

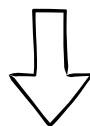
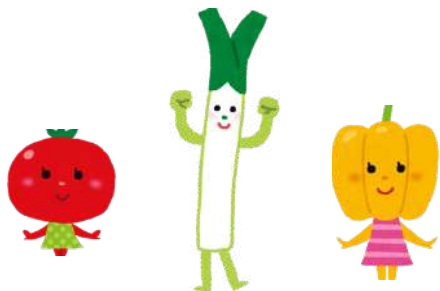
巻渕 かおり

- 1987年 福井県福井市生まれ
- 2011年 大阪大学文学部日本史学専修卒業
- 2011年 JR西日本 事務系総合職
金沢駅みどりの窓口 1年半
富山運転派出所で車掌 約2年
金沢支社営業課 販売促進チーム約3年
- 2017年 ワーキングホリデーでカナダへ渡航
ヨガセンターのキッチン（ヴィーガン）
で働く
- 2019年 穂高養生園
キッチン担当（玄米菜食）4年

マクロビオティック料理、ヨガ実習歴約11年。
元々は「まちづくり」に関心があり入社したJR。しかし、自分が興味があるのは、モノを作り動かすハード面ではなく、人や物事のつながりや循環というソフトなまちづくりだということ、また他者からの評価や実績ありきな企業での働き方に違和感を覚える。ヨガとマクロビの学びを得て、思い切って自分軸の生き方に飛び込む。

リトリート宿泊施設、穂高養生園での仕事に区切りをつけて今後の生き方を考えていた時、辰野町の協力隊の話が舞い込む。不安はありつつも、とにかくやってみよう！と決断。

関心テーマは、こころとからだの健康、オーガニック、自然とのつながりや循環



好きな食べ物は野菜と米！

農業への参画の他、菜食料理人の経歴や知識を活かした「食育」をベースに「オーガニック宣言」をした辰野町の農業を活性化でいなか、考えて活動してきました。

《内容》

1. 地域農業の担い手として、農作業補助および技術習得を行う

1) 有機農や自然農など、環境に配慮した農法について、町の方の農作業支援を通して学んでいきました。

◆お米作り（田植え～脱穀まで）、畑作業の手伝い



田んぼの写真ばかりでした…

◆果樹（りんご）の栽培

…来年度からは小野にて「りんごの木」のオーナーになる予定です

また、伝統製法の醤油づくりのWSや、有名講師による勉強会、イベント参加を通して、知識と共に、同じ関心を持つ地域の方々との交流を深めました。



醤油づくりの様子

種の交換会の様子

2) 自宅での実践

今年は自分の樽を所有します！



無農薬無肥料栽培にチャレンジ
固定種・在来種を中心にした畑づくり

育てたもの

- ・かぼちゃ（大から小まで計22個ほど収穫）
- ・トマト、大葉（今年も絶好調！）
- ・茄子（夏の暑さで成長良くなく、遅い収穫で3つ）
- ・ししとう（夏の暑さで遅れたがたくさん採れた）
- ・人参（芽生え時に熱にやられて全滅）
- ・松本一本葱（そんなに太くはならず）
- ・信州地大根（大きくはないが、まずまずの出来）
- ・ビーツ（植える時期を誤り実にならず。葉を食す）
- ・ケール（植える時期が遅かった。来春の復活に期待）
- ・パセリ（夏場の熱でやられたが復活）
- ・大豆（水不足により実がならず&猿に食べられる）
- ・小豆（良い感じだったので、今後増やしたい！）



《内容》

3. 「オーガニックビレッジ」推進のための活動

1) イベント・ワークショップの企画開催

食育活動の一環として、食と農に対する意識啓発のためのイベントを各種開催しました。自身が講師となり、四季ごとの食養生法を伝えるためのマクロビオティック料理教室の他、特に人気が高かったカレー教室では、辰野町の野菜と、広く「オーガニック」への関心を深めていただける機会になりました。

イベント名	開催日	募集定員	参加者	アンケート
「たねと私の旅」上映会	R7.8/24	40人	25人	
“知っているようで知らない”塩のお話	R7.10/15	15人	16人	学び度85.7%
たつのまちの野菜で北インドカレーをつくろう	R7.12/14	24人	22人	満足度95%
マクロビオティックミニ講座①	R7.5/3	5人	4人	
マクロビオティックミニ講座②	R7.8/7	5人	4人	リピーター2人
マクロビオティックミニ講座③	R7.10/19	5人	2人	リピーター1人
マクロビオティックミニ講座④	R8.3/15	5人	—	
多文化共生合同企画 やさしいお味噌汁講座	R8.2/28	—	2人	



《内容》

3. 「オーガニックビレッジ」推進のための活動

2) ニュースレターの発行

オーガニック、持続可能な農業や暮らしに関するオリジナル情報誌。上記、イベント・ワークショップの企画開催と同じ趣旨で作成しており、消費者の関心、消費動向を変えることが、地域農業の維持・推進に繋がると考えています。

川島全戸配布の他、商店街や町の公共施設に置かせていただいています。

	発行月	ページ数	メインテーマ	サブテーマ
vol.1	R6.12	2	マクロビオティックとは	—
vol.2	R7.1	2	オーガニックとは	—
vol.3	R7.3	4	エコビレッジ滞在記①	春の養生
vol.4	R7.5	4	エコビレッジ滞在記②	遺伝子組み換え作物
vol.5	R7.7	4	調味料の選び方	夏の養生
vol.6	R7.10	4	たねのおはなし	秋の養生
vol.7	R8.2	4	風邪をひいたら (野菜を使った自然のお手当)	冬の養生



3) Instagramの運用

イベント情報とレシピを中心に投稿しています。(R7年度フィード投稿30件 ※3/2現在)

4) 間借りカフェ出店

辰野町の農産物を使った、穀物菜食のヴィーガン料理やお菓子の提供。(R7年度出店4回)

来年度の活動方針…

これまでは外部への発信を中心とする活動でしたが、3年目は卒隊後の自立に向けて、実りの年にする予定です。

農業支援、NPO木の子やRMO食文化チームの活動などの地域活動は維持しつつ、新しく開墾する畑(もしかしたら田んぼも)での自然農の実施、自身の食育活動の拠点となる店舗づくりに向けて準備をしていきます。