

福田 麗 さん

宇都宮市出身。ゲストハウスの開業を目標に、2024年5月から地域おこし協力隊員として活動中。



私は、大学進学を機に県外に出て、ゲストハウスやゴミが出ないスーパーマーケットなど、さまざまな場所で仕事をしてきました。「いつか地元でゲストハウスをやりたい!」と、昨年宇都宮に戻ってきましたが、12年以上離れていた地元はすっかり変わっていました。

改めて地元を知り、地域に溶け込みながら仕事をしたと思っていた時に出会ったのが、民間と行政とのちょうど中間に立って、地域の困り事を解決できる「集落支援員」や「地域おこし協力隊員」の仕事でした。

矢板市は隊員になってから縁ができましたが、ここには、雄大な自然があったり、おいしい食材や雰囲気の良いご飯屋さんがあったり、暮らす中で「すてきななあ」と思うモノや場所、人にたくさん出会いました。この魅力を多くの方にお伝えして、地域の活性化に努めていこうと思います。

協力隊員として、「地域づくり」と「矢板ふるさと支援センター TAKIBI の運営」が私のミッションで、今は「よりみち市」という小さなマルシェの定期開催を企画しています。8月は3週目を目標に開催予定です。

TAKIBI が地域の方になじみ、ふらっと、寄り道したくなる場所になるようお願いを込めて企画するイベントですので、ぜひのぞきにきてください。TAKIBIにお越しの際は、私にも気軽に声をかけていただけると嬉しいです。これからどうぞよろしくお願いします!

問い合わせ／

矢板ふるさと支援センター TAKIBI

☎ (47) 7017

福田 麗さん
InstagramTAKIBI
InstagramTAKIBI
SHARE
KITCHEN

営業カレンダー



毎週月曜日 11:30 ~ 15:30 で、季節の薬膳食材を使った、週替わり定食やタイ風ラーメン、ドリンクなどを提供しています。水～金曜日は市内の店舗で営業中です。詳しくはホームページをご覧ください。

問い合わせ／矢板ふるさと支援センター TAKIBI

☎ (47) 7017



02
あつこのキッチン
青のおと



青のおとHP

窓のリフォームに「補助金」が使えます!!

断熱窓への交換

壁工事不要の工法で、古い窓を最新の断熱窓にスピード交換。快適でローエネルギーな暮らしに。

※補助金が限度額に達した場合は、適用になりません。

今ある窓に、
内窓を付けて二重窓に

寒さ・暑さのお悩みを解消! 室外からの騒音対策にも。



お見積りは無料!!

TOTOリモデルクラブ店 正会員

総合エネルギー(電気・ガス・灯油) & リフォーム

株式会社 スミス

矢板市針生71-3 ☎0287-43-0220

フリーダイヤル0120-82-5541

矢板市商工会会員・矢板市上下水道指定工事店



TOTO

矢板市食生活改善推進協議会 監修

矢板 御飯
ヤイタゴハン

「夏野菜のラタトゥイユ」

●材料 (2人前)

- | | |
|------------------|-----------------|
| ・なす……………1/2 本 | ・オリーブ油…大さじ 1 |
| ・ズッキーニ…1/2 本 | ・水……………50ml |
| ・玉ねぎ……………1/4 個 | ・コンソメ……………小さじ 1 |
| ・黄パプリカ…1/2 個 | ・塩……………小さじ 1/3 |
| ・ピーマン……………1 個 | ・こしょう……………少々 |
| ・トマト……………大 1/2 個 | |

●作り方

- ① なすは厚さ 1cmの輪切りにし、水にさらしておく。
- ② ズッキーニは厚さ 1cmの輪切り、玉ねぎは 1cm幅のくし形切り、黄パプリカ・ピーマン・トマトは 2cm角に切る。
- ③ フライパンにオリーブ油を熱し、トマト以外の野菜を炒める。
- ④ ③の野菜に火が通ったら、トマトを加えて炒める。
- ⑤ 水を加えて煮詰め、Aの調味料で味を調え、器に盛り付ける。



Memo

疲労回復・夏バテ予防効果のある夏野菜をふんだんに使いました。この夏、ぜひご賞味ください。



菊地 とよ子さん

みんなの
デジタル
保健室

スマホのお悩み解決します

デジタル保健室では、「疑問があるけど、誰に聞いたらいいのかわからない」といったデジタルに関するお悩みを解決していきます。ささいなことでも大丈夫! 皆さんの素朴な疑問をお待ちしています。



投稿フォーム



Q スマホの画面がすぐに真っ暗になってしまいます。どうしてでしょうか。

A スマホは一定時間操作しないと画面が一時的に消える「スリープモード」になります。スリープモードになるまでの時間は下記手順で変更することができます。

【iPhone の場合】

「設定」→「画面表示と明るさ」→「自動ロック」の順にタップし、ご希望の時間を選択してください。

【Android の場合】

「設定」→「ディスプレイ (画面)」→「スリープ」または「画面のタイムアウト」、「バックライト点灯時間」等の順にタップし、ご希望の時間を選択してください。

* Android の場合は機種によって表記が異なりますのでご注意ください。

なぜ? ヘルニア・坐骨神経痛
がまんしていませんか?

ひろまの整骨院 HP
さくら市 ひろまの整骨院 検索
〒329-1311 さくら市氏家2532-7
050-8887-2312



当院の技術が
書籍やDVDになりました
「広報やいたを売った」
と電話で伝えてください
初めての患者様
お試し2回で
限定1日9名様
1,980円