地域実践型インターンプロジェクト　活動報告書

令和６年８月１日（木）

活動者氏名	野平虹乃歌
行動記録 （いつ・どこで・誰と）	夜・八幡二さん・地域の皆さんと

活動場所

お世話になる場所各所

活動内容（詳細）

お世話になる場所の方々にご挨拶と、夕食では交流会・歓迎会を実施していただきました。

活動・生活所感

今回初めての北海道で、広大な敷地と自然に心踊らされました。この場所でインターンに参加できること、非常に嬉しく思います。
今日は、石狩市役所で集合し、市長さんとお話の機会を頂きました。その話の中でも、持続可能な街づくりのため、脱炭素社会を目指すという目標をお聞きし、その政策についても聞くことができました。今までは自分の目線でしか考えた事のなかった街づくりですが、そのような観点も入れるべきだと感じることができました。
また、夜の交流会・歓迎会では、厚田区の利点・欠点をお聞きすることができ、利点としては、すぐそばに漁港・農家があること、海川山すべてがあることなどが挙げられました。対して欠点では、若者が移住してくるなどが少なく、地域の魅力を伝えきれていないことが挙げられました。そのため、今後は若者が移住してくれるような街づくりを提案し、今後も農家や漁港が続いていく地域を目指してみたいと考えました。

地域実践型インターンプロジェクト　活動報告書

令和６年８月２日（金）

活動者氏名	野平虹乃歌
行動記録 （いつ・どこで・誰と）	さまざまな場所で、各所の人々と。

活動場所

・厚田港朝市
・東農園
・ありす café
・シーグラス拾い
・おかずの駅ほっ
・厚田くんせい
・飛ぶ鳥農場

活動内容（詳細）

それぞれの場所を周り、お話を聞きました。

活動・生活所感

厚田港朝市
・タコのえら、とんび→タコの頭の中側にあり、珍味である！
・鮭とば→鮭を干したもので、おやつがわりにちびっこが食べたりするらしいです！
・「ムール貝」を厚田では「ヒルカイ」と呼ぶらしく、その身はとても大きく肉厚そうでした！

東農園
・さまざまな野菜やハーブ、お花、そして大きく広がる田んぼは、どれも生き生きしていました！到着したら、まず始めにトマトを採り、その場で食べさせて頂きました。とても甘く、種類によっても甘さの度合いが変わっていくところが面白いなと感じました。東京で野菜を作るなら、何が一番育てやすいかという質問に対しては、ハーブという意見をいただくことができたので、挑戦してみたいなと思います！

ありす café

・DIY が趣味の方で、とても素敵なお家でおもてなしして頂きました！特に、シーグラスのお皿が魅力的で、予約もいっぱいだそうです。
お店を経営している方は、女性の方で、とても素敵な方でした。お店を続けるわけを聞いたところ、何と言っても厚田が好きで、さらにお客さんの笑顔を見ることが幸せということをお聞きできました。店内には、昭和の古い時計や、ミシンなども置いてあり、趣のある素敵なお店でした！
お土産のシーグラスの箸置き、大切に使わせて頂きます！

おかずの駅ほっ

・お昼ご飯を作って頂き、どれも絶品でした。たくさんの美味しい料理をありがとうございました！どのように料理を学んでいるのかという内容に対し、本から料理を学んだと仰っていました。確かに店内には大量の料理本が並べられていて、「この料理の作り方は～」とお聞きすると、すぐに本を取り出し、**説明してくれるほどによく読み込んでいる様子が伺えました。**
また、人件費は全くかけていなく、ボランティアで手伝ってくださる方々がいるからこそ成り立っていると仰っていて、人の繋がりは、お金よりも大切なものなのだと実感いたしました。

厚田くんせい

・厚田で獲れる魚を使い、燻製を作っていて、魚の種類によって燻製にするための時間（大体１・２日間）を調整しているそうです。美味しい燻製にするために大切なことを聞いてみると、松以外の木であれば、燻製で使えるそうですが、特に桜の木が重要なのだと仰っていました。繁忙期は４月～６月で、現在**はラインを活用して情報を発信するという取り組みも行なっているそうです。お話によると、SNS はもっと活用したいものの、この厚田の自然を感じてから、買いたいと思われ買ってもらうことを大切にしていて、SNS で大きく発信していく形はあまり望んでいないそうです。とてもお客さん目線に立って考えてくださっていて、厚田の自然、そして人の魅力さというものを感じました。また、帰りには燻製も頂き、美味しく頂きたいと思います！ありがとうございました！**

飛ぶ鳥農場

・去年の１月に望来から引っ越してきた際、商品を製造するための免許をとり、現在は加工した商品を道の駅に出しているそうです。その時に、道の駅にとても助けられたと仰っていて、道の駅はいろいろな人の支えになっていると感じました。「飛ぶ鳥農場」の卵の特徴では、卵の臭みをなくすため、餌に魚の内臓の搾りかすを入れていると言います。「石狩でしか作れない卵を」ということを大切にしていて、実際にお昼ご飯で飛ぶ鳥農場さんの卵を使ったフレンチトーストを食べましたが、とても美味しく、臭みもなく、感動しました。

また、敷地内にはやぎ、鶏、豚なども育てていて、自然あふれる空間でした。

　そのほか、シャケが毎年川に遡上することや、海側から来る風により積もった雪が吹き飛ばされホワイトアウトになることを防ぐためのシャッターのようなものを学びました。

地域実践型インターンプロジェクト　活動報告書

令和６年８月３日（土）

活動者氏名	野平虹乃歌
行動記録 （いつ・どこで・誰と）	9:30～１５:３０ 『一純』さん、勤務している皆様と

活動場所

『一純』
（夏のビアガーデンにも参加しました！）

活動内容（詳細）

一純さんでは、主に食器洗い、机ふきなどの作業をしました。

活動・生活所感

今日は、一純さんで就労体験をさせて頂きました。仕事内容としては、食器洗いと机拭きでしたが、特に食器洗いでは、食器がたくさん溜まってしまい、洗うことが大変でした。また、お店は混雑時が多く、厨房の皆さんはとても忙しそうにしていました。ですが、そんな中でも私のことを気にかけてくださり、優しい方々が集まる場所だなとしみじみ感じました！

色々とお話いただいた中で、バスの数が少ないことや、大きな催しがあまりないことをお聞きし、交通の便の改善と、人を集客する何か大きなイベントなどをできたらいいんじゃないかなと考えるきっかけを頂きました。
お昼には美味しいお蕎麦も頂き、とても有意義な時間を過ごすことができました。ありがとうございました！

そして夜には、夏のビアガーデンに参加し、子供たちが雨の下ではしゃいでいる様子がとても魅力的に思いました。
美味しいものをたくさんありがとうございました！

地域実践型インターンプロジェクト　活動報告書

令和６年８月４日（日）

活動者氏名	野平虹乃歌
行動記録 （いつ・どこで・誰と）	7:30～１７:００ 厚田海浜プール・労働先の皆様と
活動場所	
厚田海浜プール	
活動内容（詳細）	
駐車場の料金徴収、トイレとシャワー室と更衣室の掃除、シャワー室の料金徴収・案内、終了のアナウンス	
活動・生活所感	
今日は、厚田海浜プールで働かせて頂きました！朝からたくさんの人が入場し、バーベキューや海を楽しんでいる様子を見て、とても幸せな気分になれました。頂いたお仕事は、主に料金の徴収や掃除です。それぞれの仕事をする中で、お客さんと職員の方々の間にコミュニケーションが多くみられ、お客さんへの気遣いと優しさを広く感じました。その様子を見て、厚田の魅力は自然が豊かだけではなく、人の良さが大きく影響しているのではないかと考えることができました。 また、埼玉から移住してきたという職員の方にお話を伺い、移住したきっかけをお聞きしました。その方は、海の近くに住みたいと思い、埼玉を出たそうです。そして、いろいろな場所を転々とし、現在は石狩の海に割と近い場所に住んでいるそうです。そのため、石狩・厚田の魅力は海もあるということかなと思いました。 そして、お客さんの中で、札幌に住んでいる中学生のお話もお聞きしました。なぜこの厚田に来たのかという質問には、この厚田海浜プールがあったからといっていました。そのお話から、この厚田海浜プールは観光地としても重要な役割を果たしていると感じました。 今日、一緒に働いた人の中には、リゾートバイトの方が２人いらっしゃり、そのうちの１人の方に、なぜ厚田に来ようと思ったのか聞いてみると、自然が綺麗だったのと、今は全国をまわっている最中だそうです！そんなさまざまな人とお会いし、お話しすることでプラスの刺激を受けることができました。	

とても楽しかったです！
ありがとうございました。

海↑

地域実践型インターンプロジェクト　活動報告書

令和６年８月５日（月）

活動者氏名	野平虹乃歌
行動記録 （いつ・どこで・誰と）	インターン生全員と市役所の方々
活動場所	
北商工会	
活動内容（詳細）	
取り組み内容の話し合い・アポとり（道の駅、厚田産業さん）	
活動・生活所感	
今日は、人手不足問題を解決するためにどのようなアクションを起こすのか、具体的な計画を立てました！まず、道の駅や農家さんなどに取材をし、 ・現状何人雇用しているのか ・繁忙期はいつなのか ・繁忙期に人手は足りているか 　足りていない場合→人の募集はどのようにしているか ・繁忙期に現状何人いて、あと何人いたら足りるのか ・人が来ない場合、何か工夫していることはあるのか についてお聞きしたいと考えています。その上で、それぞれの人に寄り添った課題解決案を提案したいと考えます。 　また、別で、観光×アートといった観点からの視点の案も取り入れてみようかなというイメージが出来上がりました。アートで街を活性化させる取り組みは、以前からやってみたかったので、これを機にみんなと相談してみたいと思います。そして、NFT アートという方法も面白いかなと考えました。 まだまだ解決策までの道のりは長いですが、みんなと協力し、石狩をより盛り上げていきたいです！よろしくお願いします！	

↑今日のお昼は、Bakery Pizza　HOME さんで、みかんソーダいただきました！すっきりとした甘さで、つぶつぶがクセになり、とてもおいしかったです！

地域実践型インターンプロジェクト　活動報告書

令和６年８月６日（火）

活動者氏名	野平虹乃歌
行動記録 （いつ・どこで・誰と）	観光 DAY、インターン生全員と市役所の方

活動場所

いしかり砂丘の風資料館・弁天歴史公園・ヴィジターセンター・前浜

活動内容（詳細）

食事、観光をメインに石狩市内を周りました。

活動・生活所感

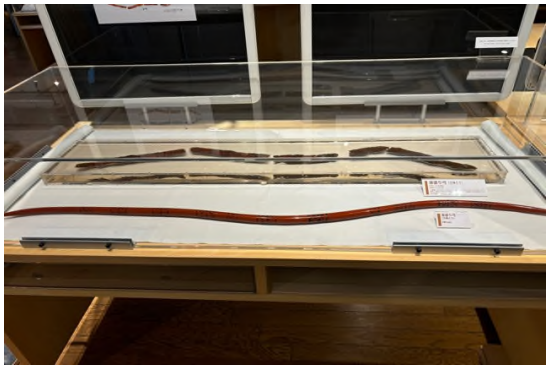
今日は、お休みの日でした！朝ごはんは美味しい八幡二で頂き、午前中は厚田海浜プールへ行ってきました！足だけ浸かりましたが、とても気持ちよかったです。

その後、前浜さんでお昼ご飯をいただきました！「たこかき揚げ」を頼み、とても大きかったですが、おいしく最後まで楽しめました。今度は他のメニューも食べてみたいです！

その後は、市役所の方が車を出して下さり、石狩を観光しました。そして、自転車もお借りし、砂丘の風資料館や灯台などをまわりました。資料館では、職員の方のお話を聞き、ホモサピエンスという種の特徴についての話が興味深かったです。ホモサピエンスには、花に感情を込める生き物であり、実際にお墓にお供えしたり、母の日なんかもお花を渡したりします。また、資料館にあった弓に渦巻きの模様があり、それはアイヌの模様と似ているとされていました。けれど、現在はその弓はアイヌとは関係ないという見方が広がっていて、ではなぜそのような渦巻きの模様があるのかということに対する理由も、ホモサピエンスが好む模様だからという見解をおっしゃっていました。

　そして、アイヌ人であるということを示すものとは、アイデンティティであるともおっしゃっていました。アイデンティティで自分はアイヌだと思えばアイヌだし、違かったら違う。そして、自分がアイヌだという人たちが集まり、それはやがて集団となるということに、とても納得させられました。現在はジェンダーの問題もさまざまありますが、「自分は男だ・女だ」と思えば、それが正しいのではないでしょうか。

そんな深い部分まで考えさせられる素晴らしい場所でした！また時間があれば行ってみたいです！



↑漆塗り弓

他には、弁天歴史公園やヴィジターセンターを周り、美味しいソフトクリームも食べることができました！自転車での旅はとても楽しく、石狩の自然の魅力をより感じることができました。

最後には、綺麗な夕陽も眺めることができ、充実した 1 日を過ごすことができました。

地域実践型インターンプロジェクト　活動報告書

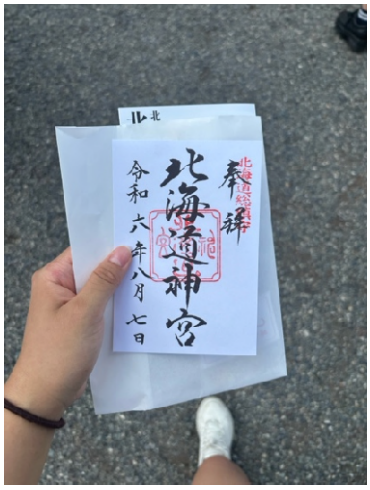
令和６年８月７日（水）

活動者氏名	野平虹乃歌
行動記録 （いつ・どこで・誰と）	インターン生全員と・札幌で
活動場所	
時計塔、北海道神宮、松尾ジンギスカン	
活動内容（詳細）	
観光	
活動・生活所感	

今日は、インターン生全員で札幌へ行ってきました！
朝早くからバスに乗り、長い道のりを超えた私たちは、まず最初に素敵なカフェに行ってきました。平日の朝ということもあり、
人は少なく、美味しいケーキを堪能することができました。

その後は、北海道神宮や時計台、ジンギスカンも食べることができ、とても楽しい１日でした！
特にジンギスカンは初めて食べたのですが、ご飯と相性抜群で、ペロリと食べ切ってしまいました。また食べれたらなあと思います！

また、北海道神宮では、おみくじを引き、結果は小吉でした…。けれど、伸び代があるということで、これからも頑張っていきたいです！
御朱印ももらうことができ、とても素敵な空間でした。



そして、帰りがけには六花亭のお餅も食べ、お腹いっぱいの幸せな 1 日になりました。

帰りは足がパンパンでしたが、明日からのパワーを蓄えることができ、有意義な時間を過ごせました。
明日からも頑張ります！

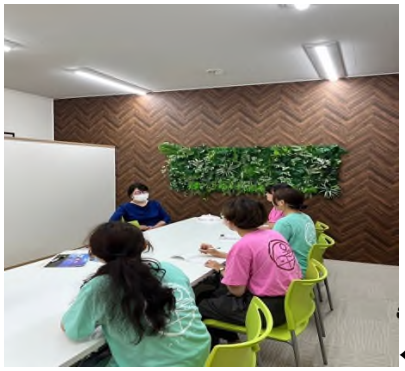
地域実践型インターンプロジェクト　活動報告書

令和６年８月８日（木）

活動者氏名	野平虹乃歌
行動記録 （いつ・どこで・誰と）	インターン生全員で､道の駅と厚田産業さんを中心に取材
活動場所	
厚田産業さん、home さん、一純さん	
活動内容（詳細）	
取材を通して人手不足問題の解決策を探す。	
活動・生活所感	
今日は、厚田産業さん・home さん・一純さんに協力して頂き、人手不足問題についての取材を行いました！ 午前中に行った道の駅にある home さんの取材では、繁忙期は桜の時期とGW 明けであることや、人手不足対策、大切にしていることなどを聞くことができました。「お客様に満足して頂くこと」を大切に、また、従業員の方々に対する気遣いも忘れない。そんな素敵なお店でした！ 取材が終わり、その後の話し合いも終わり、私たちはお昼ご飯を食べに、Diamant Pur というカフェに行きました。自転車で坂を登る途中には、海が見渡せる素敵な場所があり、風が心地よく感じられました。坂を登った先に目的の場所はありましたが、混み合っていて、入ることができませんでした。けれどとてもいい自転車旅になりました！その後は道の駅に戻り、くずバーを食べ、午後の取材へと向かいました。	

←不思議な食感で、とってもおいしかったです！

　次に向かった場所は、厚田産業さんです。厚田産業さんでは、地元の人を大切にしたいという気持ちが大きくありました。そのため、人を募集する入り口を狭くし、リゾートバイトを活用しているそうです。就労を通しても感じたことですが、厚田のみなさんは、厚田を大切に思っていることがとても分かりました。そのため、この魅力を損なわず、人手不足解決への糸口をつかみたいです！


←厚田産業での取材の様子

　最後に向かった取材先は、道の駅の一純さんです。一純さんでは、デジタル化が進んでいることが印象的でした。ニシンの鱗を取ったりする機械であったり、店内だと、発券機と繋がっているモニターや、そばを女性でもうまく作れるような機械など、いろいろな機械での工夫がなされていました。また、冬はお弁当の販売を行なっているそうで、厚田で取れる食べ物を中心に彩られたお弁当は、どれも美味しそうでした！
　職場の方々の仲の良さそうな様子が伝わってきて、とても楽しい場所だなと感じました。また美味しいお蕎麦を食べに行きたいです！

その後、外の景色を見ながらリンゴサイダーをおいしく頂きました！
今日はインターン生全員でそれぞれの役割を果たせた気がします。
取材をさせてくださった皆様、ありがとうございました！ぜひ今日の意見を活かし、より良い案を考えたいと思います。

地域実践型インターンプロジェクト　活動報告書

令和６年８月９日（金）

活動者氏名	野平虹乃歌
行動記録 （いつ・どこで・誰と）	商工会、インターン生と、

活動場所

商工会

活動内容（詳細）

話し合い、道の駅でのアンケート

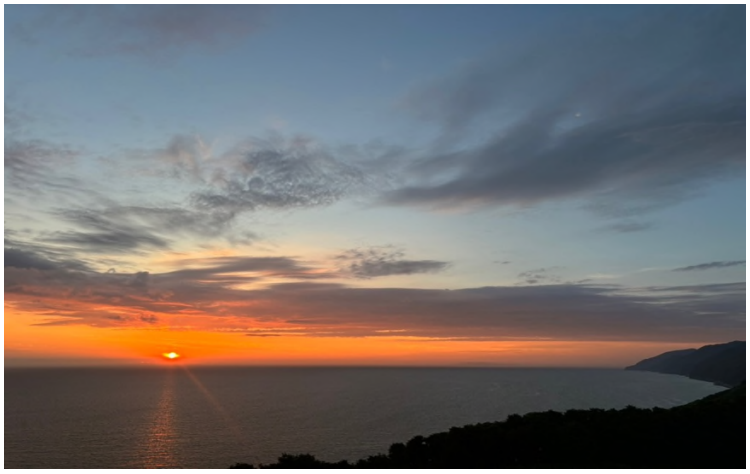
活動・生活所感

今日は、活動日ということで、商工会で話し合いをしました。初めは、取材の内容などをまとめて自分の中に落とし込むことに時間を要しましたが、いろいろな意見を出し合い、ワクワクの案を出し合うことができました！ついつい夢中になってしまい、終了時刻を過ぎてしまいましたが、有意義な話し合いができたと思います！

お昼はなんと・・・念願のカントリーキッチンアンさんにお邪魔し、美味しいご飯をいっぱい食べました！ずっと行きたかった場所なので、行けたことがとても嬉しいです。３つのメニューを３人でシェアし、大満足でした！また、いろいろなお話もしてくださり、とても楽しい時間を過ごすことができました！

そして今日は、道の駅でアンケート調査も行いました！
普段お客様と接する機会はあまりないので、貴重な意見が聞けたなと思います！例えば、子供が楽しめるゲームのようなものが少ないことや、かき氷や海鮮などの食べ物があったらいいなど、いろいろな意見がありました。また、話を盛り上げてくださるお客さんも多く、いろいろなお話で盛り上がることができました。とても楽しかったです！

活動が終わった後、夕陽を見に、インターン生で恋人の聖地の展望台へ登りました。途中の坂道は走って登り、美味しいものでできたお腹を少しでも凹まそうと頑張りました。そして、登った先には美しい夕陽が広がっていて、絶景でした！ちょうどテレビ局の方も撮影を行なっていて、スマホで写真を上手に撮る方法などを教えていただきました！（夕日は中心に置くのではなく、端っこに置くといいそうです・・・）おかげでとても綺麗に撮ることができて、感動です！



また夕陽を見に出かけたいなと思います。

夕飯にはスイカも食べることができ、とてもお腹いっぱいの 1 日でした！
明日からは就労もあるので頑張りたいです！

地域実践型インターンプロジェクト　活動報告書

令和６年８月１０日（土）

活動者氏名	野平虹乃歌
行動記録 （いつ・どこで・誰と）	9:00-17:00、キャンプ場、キャンプ場の職員の方と
活動場所	
キャンプ場	
活動内容（詳細）	
キャンプ場での案内、トイレ掃除	
活動・生活所感	

今日は、厚田キャンプ場での就労体験をしました。仕事内容としては、キャンプ場に来てくださった方に、施設などの説明をしたり、掃除をしたりなどです。職員の方々はみなさん優しく、お仕事なども積極的にやらせて頂き、本当に楽しかったです！こんな自然豊かで、楽しい場所で働きたいなあと思ったりもしました！

お昼ご飯は美味しい八幡二のお弁当を食べました！唐揚げが美味しかったで

す！焼きそばも絶品でした・・・。

　また、夜は望来のお祭りに行ってきました！今年はお祭りに一度も行けていなかったので、行くことができて嬉しかったです！コスプレも同時に行っていたらしく、恐竜の格好や、バイキンマンなど、いろいろなコスプレを行なっていました。見ているだけでも楽しいお祭りでした！そして、屋台ではお好み焼き棒や、わたあめ、かき氷を食べ、どれも美味しくお祭りを満喫できました。そのあとは、盆踊りにも参加させて頂き、幸せな空間を味わうことができました。地元のような雰囲気を感じさせられたお祭りで、本当に楽しかったです！

地域実践型インターンプロジェクト　活動報告書

令和６年８月１１日（日）

活動者氏名	野平虹乃歌
行動記録 （いつ・どこで・誰と）	ジップライン

活動場所

ジップライン

活動内容（詳細）

ジップラインの案内、トイレ掃除、受付の手伝い

活動・生活所感

青空のもと、今日は、初めてのジップラインでの就労でした！
ジップラインでは、お客様に器具をつけるところから始まるので大変でしたが、少しずつ慣れていくことができました。小さいお子さんが多く、怖いという子や楽しみという子、それぞれ結果的にはとても楽しんでいて、見ていて心弾みました！

また、自分は初めてジップラインに乗ったのですが、「わっ」と毎回声が出てしまい、慣れるまで時間がかかるやつだ、、、と感じました！けれど、とても楽しく、風を切ることが気持ちよかったです！また、ジップラインに乗りながら、川にいる子供達に手を振ると、手をふり返してくれたり、大人の方が「それって私たちもできますか？」と声をかけてくださったことが嬉しかったです！

　また、今日はジップライン以外に、もう一つ初めての体験をしました。それは、あぶに噛まれたことです。結構痛みがあり、吸われた後が残っていて、あぶって怖いなと思わされた経験でした。今後は気をつけます！

　１７時に就労が終わり、自転車で坂を下り、八幡二につきました。美味しい夜ご飯を食べた後には、なんと桃を出してくださり、美味しく頂きました。汗を流した後のご飯は、身にしみて本当に美味しかったです！

　とても天気が良かったので、暑い 1 日でしたが、風が気持ちよく心地の良い日でした！

地域実践型インターンプロジェクト　活動報告書

令和６年８月１２日（日）

活動者氏名	野平虹乃歌
行動記録 （いつ・どこで・誰と）	厚田海浜プール

活動場所

厚田海浜プール

活動内容（詳細）

シャワーの案内、掃除

活動・生活所感

今日は、海浜プールでの就労でした。
とても暑かったので、こまめに水分補給をとることを大切に、1 日を乗り越えることができました！

プールは、昨日よりは人は少なかったようですが、それでもたくさんの人が楽しんでいました。プールでは、シャワー室を使う人などとお話しする機会が多く、厚田について色々とお話を聞けました！一番言われた言葉は、「こんな有名どころじゃない場所によく来たね」でした。その言葉から、厚田はそこまで有名とされていない場所だということを知りました。けれど、厚田は人が暖かく、ご飯が美味しく、自然が広がっている素晴らしい場所なんだと、今は知っています。なので、私にとってはナンバーワン・オンリーワンの場所です！
もっと厚田を輝かせるため、頑張っていきたいなと思いました！

←すごく綺麗な青空です！

夕飯は、なんと、大好きな天ぷらを作ってくださいました！
サクサクでふわふわでとても美味しかったです！そしてお蕎麦も最高に美味しかったです。
八幡二さん、いつもありがとうございます！

地域実践型インターンプロジェクト　活動報告書

令和６年８月１３日（火）

活動者氏名	野平虹乃歌
行動記録 （いつ・どこで・誰と）	札幌近辺、インターン生みんなと
活動場所	
ONIYANMA café 白い恋人パーク トリトン 札幌ファクトリー	
活動内容（詳細）	
観光	
活動・生活所感	

今日は、休日だったので、札幌の方に遊びに行ってきました！
まず初めに向かった場所は、「ONIYANMA」というカフェです。ここでの目当てはモーニングで、シナモンロールとアイスコーヒーを頼みました！じわっと砂糖の味が広がるシナモンロールと、ほろ苦くどこかフルーティーなコーヒーは最高の組み合わせで、ペロリと食べてしまいました！

その後は、白い恋人パークへ向かいました。電車に乗って 20 分ほど、歩いて 5 分ほどのところにそこはありました。入ってみると、まるで映画のセットの中にいるような雰囲気でした！初めに入った部屋では、チョコレートができるまでについての動画が流れたのですが、どこかの舞踏会にお呼ばれしたかのような感覚になりました。そして次の部屋では、チョコレートを作り出した 4 人の偉人についての動画でしたが、光の演出や音の演出がものすごく、

ワクワクさせられました！とても面白いお話しでした！
また、白い恋人ができるまでの工場を見学できたり、フォトスポットやバラ園、お土産コーナーなど、幅広い演出に心踊らされました。

その後は、お寿司を食べに「トリトン」へ行ったのですが、なんと 40 組待ちでした…。そのため、時間までお店の辺りをうろうろすることにしました。最初、北海道立近代美術館へ行きましたが、休館日でした。なので次に、札幌市資料館へ向かいました。けれどここも休館でした…。結構なダメージを受けましたが、途中で見つけた雑貨屋さんのお陰で、幸せな気分になれました。お店の名前は忘れてしまったのですが、新明史子さんという方が作った本が置いてあり、とても短い絵本のようなものでした。その本がとてもいいなと思い、また時間があったら行ってみたいなと思いました！

そうこうしているうちに、待ち人数は 6 組！やっとご飯の時間です！
到着するとタイミングよく番号が呼ばれ、席についた私達は、ぐーっとなるお腹を満たすため、マグロやサーモンなど、美味しいお寿司をいっぱい食べました。どれも新鮮で、大満足です！

ご飯を食べた後は、札幌ファクトリーへ向かいました。ここでは、いろいろ

なお店を周り、水鉄砲をゲットしました！水遊びがしたくてずっと探していたので、休みの日にみんなで水鉄砲で遊びたいなと思います！

とても充実した一日でした。
また明日も楽しみたいです！

地域実践型インターンプロジェクト　活動報告書

令和６年８月１４日（水）

活動者氏名	野平虹乃歌
行動記録 （いつ・どこで・誰と）	定山渓　温泉

活動場所

定山渓、温泉

活動内容（詳細）

カフェ巡り、温泉

活動・生活所感

今日は、7 時 2 分のバスに乗り、真駒内駅から出ている無料送迎バスで「湯の花」というお風呂屋さんへ行きました。

ついたらまず、色々とぶらぶらすることになり、２つのカフェへ行きました！一つは「坂ノ上の最中」というお店です。ここは、畳の席と洋風な席に非常に風情を感じました。そして、上品な最中は、甘さ控えめでとても美味しく、上に乗っているイチゴは本当に甘くて全てが大好きな場所でした！

二つ目に行った場所は、「j.glacee」というアップルパイが有名なお店です。ここでは、テイクアウトでアイスアップルパイを頼みました！雨の中ではありましたが、心が癒されるような、そんな優しい味でした。温かいアップルパイに乗せるアイスは格段に美味しく、ペロリと食べ切ってしまいました。

　そしていよいよ、お風呂へ行くことになりました！北海道に来てから湯船に入れていなかったので、本当に癒されました！入った後は、体が軽く、お風呂ってすごいなあと感心しました、、、。　30 分ほど入った後は、いちご牛乳を一気に飲み干しました。あったかくなった体に冷たい飲み物が流れ込み、思わず「ぷはあ」と言ってしまいました笑
　そのあとはバスの時間まで卓球をして過ごしました！みんなでたくさん動き、お風呂の後なのに汗までかいてしまったけれど、とっても楽しめました！

　心も体も癒された休日でした。
また温泉に行けたらいいなあと思います！

地域実践型インターンプロジェクト　活動報告書

令和６年８月１５日（木）

活動者氏名	野平虹乃歌
行動記録 （いつ・どこで・誰と）	東農園さん・北商工会

活動場所

東農園さん、北商工会

活動内容（詳細）

取材・会議

活動・生活所感

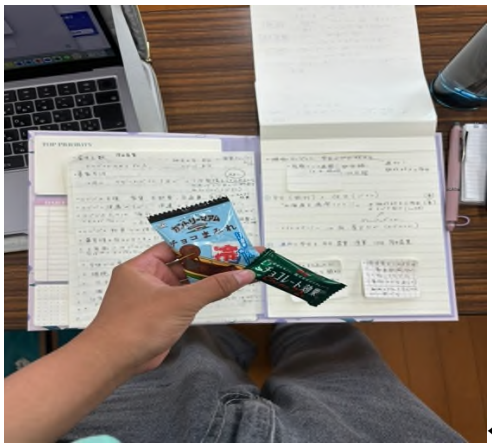
今日は、午前中は取材、午後は話し合いをしてきました！

まず、朝ごはんを食べた後、市の担当者さんに車を出していただき、東農園さんに向かいました。東農園さんでは、人手不足に対する解決策として、機械の導入を進んで行なっている様子でした。実際に、トラクターや田植え機、農業用ドローンなど、さまざまな大きい機械が置いてありました。
そのほかにも詳しく聞かせてもらった後、「トマトいる？」と言ってくださり、袋にたくさんのトマトをいただきました！東農園さんのトマトはとても美味しく、夕食前には全て食べ切ってしまいました！

取材をさせていただき、ありがとうございました。

次に、空いた時間で「浜益」へ連れて行って頂き、海と山と木々の景色を堪能しました！そして、ふじみやさんのどら焼きを食べることができ、これがまたものすごく美味しかったです！皮は甘さ控えめで、あんこはなんだかとろとろしていて、今まで食べた中でいちばんのお気に入りになりました！
お土産で買って帰りたいなと思います！

　最後に、13 時から北商工会での話し合いがありました。地域おこし協力隊の方なども一緒に話し合いをしてくださり、参考になる意見をたくさんいただくことができました！
　休憩時間にはお菓子もいただき、有意義な時間を過ごすことができました。ありがとうございました！


←「チョコまみれ」と「チョコレート効果」

　その後はみんなで今後の流れを話し合い、八幡二へ戻りました。そして夕飯はなんと、ラーメンでした！！みんなで「やばいやばい」と騒ぎながら美味しく頂きました！食後にはアイスも出してくださって、本当に身にしみる夕飯でした！
　八幡二さん、いつも美味しいご飯をありがとうございます。

明日からはまた就労が始まるので、気を引き締めて頑張りたいです！

地域実践型インターンプロジェクト　活動報告書

令和６年８月１６日（金）

活動者氏名	野平虹乃歌
行動記録 （いつ・どこで・誰と）	厚田キャンプ場

活動場所

厚田キャンプ場、道の駅

活動内容（詳細）

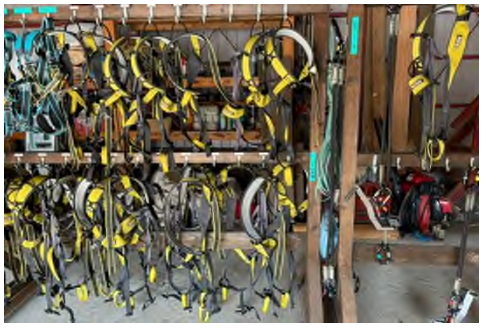
厚田キャンプ場でのジップライン。お客様対応。
道の駅でのアンケート調査

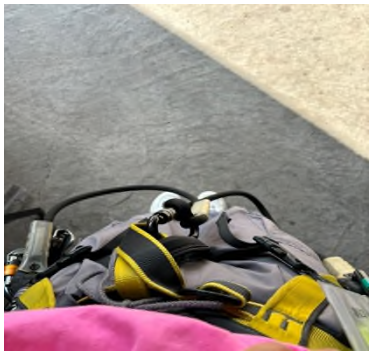
活動・生活所感

今日は、厚田キャンプ場のジップラインでの就労日でした。朝から全ての時間でお客さんが埋まり、色々な人にジップラインの楽しさを伝えられたかなと思います。大人の方も子供の方も、最後には楽しかったと言ってくれてとても嬉しかったです！また、ジップラインのやり方についてお客さんにお伝えする場面では、もちろん少しは緊張しましたが、お客さんが「うんうん」と丁寧にお話を聞いてくださって、とても話しやすかったです。

今まで厚田キャンプ場で働いてみて、全ての人がおおらかで、親切な方ばかりでした。それはきっと、この広大な自然や、スタッフの方々の優しさから成り立つものだなと感じました。

あと一回しかキャンプ場で働けないけれど、その全ての優しさを感じることで、今後の活動に活かしていければなと思います。





そして、今日のお昼ご飯は唐揚げでした！甘酢が使われているであろうその唐揚げは、暑い今日にぴったりで、あっという間に食べ終えてしまいました！とても美味しかったです！

厚田キャンプ場での就労が終わった後、一度宿舎に戻りましたが、ご飯まで時間があったので、道の駅にアンケート調査へ行くことにしました！
アンケートでは、「道の駅あいろーどは素晴らしい場所よ」と言ってくださったお姉さんに出会うことができました。エレベーターがあるところや、景色が綺麗なところ。そして、厚田にはトンボがたくさんいるところもいいところだと教えて頂きました。特にトンボは、水の綺麗な場所にしか生息しないらしく、厚田は自然も水も、全てが大切な存在であることに気づかされました。
色々なお話を聞けてよかったです！

また、歩いて帰る途中、寄り道をして綺麗な景色を楽しみました！今日は雲は多いものの、よく晴れていたので、とても綺麗に写りました！
また散歩も兼ねてアンケートに出かけたいと思います！

明日の就労も頑張ります！！

地域実践型インターンプロジェクト　活動報告書

令和６年８月１７日（土）

活動者氏名	野平虹乃歌
行動記録 （いつ・どこで・誰と）	厚田海浜プール

活動場所

厚田海浜プール

活動内容（詳細）

駐車場の集金、ゴミ拾い、シャワーの案内、トイレ掃除

活動・生活所感

今日は、厚田海浜プールでの就労でした！
午前は、駐車場での集金とご案内をして、午後はシャワー室のご案内やトイレの掃除を行いました。今日はお客さんが比較的少なかったので、職員の方たちとお話しする時間が多くあり、色々なことをお話しすることができました！
みなさんとても優しく、とても楽しい時間を過ごすことができました。
今日で海での就労が終わったことがとても悲しいです、、、。

そしてお昼ご飯は、天津飯でした！これが本当に美味しくて、幸せな昼食になりました！

　就労が終わり、帰った後は、八幡二の方がトマトをくださり、本当に美味しかったです！

　また、砂浜で「ハンドクラップ」という痩せるダンスを踊りました！美味しいものがたくさんあり、絶対に太ってしまったので、運動は欠かせないです笑

　明日は最後の就労日、頑張ります！

地域実践型インターンプロジェクト　活動報告書

令和６年８月１８日（日）

活動者氏名	野平虹乃歌
行動記録 （いつ・どこで・誰と）	厚田キャンプ場

活動場所

厚田キャンプ場

活動内容（詳細）

トイレ掃除、流し場掃除、受付案内

活動・生活所感

今日は、キャンプ場での就労でした。
お仕事の内容は、主にトイレと流し場の清掃と、受付の案内でした。

お客さんはそこまで居なく、職員の方と色々なお話をしました。その中でも、印象深かったお話があります。それは、厚田の昔の様子についてです。昔は、厚田には栄えた通りがあり、散髪屋さんや、大人気のお寿司屋さんなど、様々なお店があったそうです。ですが、高齢化が進み、お店は閉まっていき、何もない通りになってしまいました。そうなると、働き場所がなくなってしまい、若い人は厚田から離れていってしまいます。また、学校が中学までしかないことも人が減る原因だとおっしゃっていました。

そして、もう一つお話ししていたことがありました。それは、厚田は海や山や川、なんでもあるけれど、「厚田といったらこれだ！」というものがないそうです。

このようなお話を聞き、どうしたら厚田の魅力を伝えられるのか、考えていきたいと思いました。

「厚田といえば○○！」を、多くの人に伝えられるような存在になりたいです！

今日でラストの就労でしたが、無事、やり切ることができました。優しくしてくださった職員の方には感謝の気持ちでいっぱいです。本当にありがとうございました！
今後の活動も頑張って参ります！

（今日のお昼はイカリングとハンバーグが入った贅沢弁当でした！）

地域実践型インターンプロジェクト　活動報告書

令和６年８月19日（月）

活動者氏名	野平虹乃歌
行動記録 （いつ・どこで・誰と）	小樽観光
活動場所	
小樽	
活動内容（詳細）	
小樽での観光	
活動・生活所感	

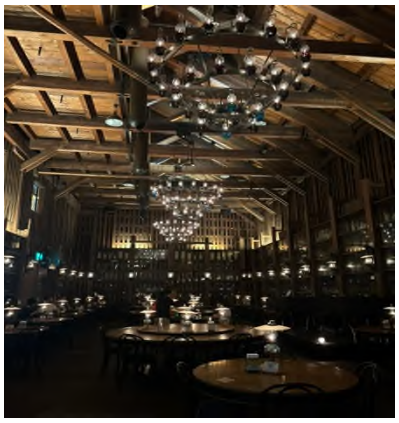
今日は、小樽へ行き観光をしてきました！

まず初めに行った場所は、「かま栄」という、かまぼこやさんで、２つのかまぼこを買って食べ歩きしました！一つが味噌南蛮、もう一つが何やらパンに包まれたかまぼこでした。どちらもとての美味しく、熱々のままペロリと完食してしまいました。

次に向かった先は「北一ホール」のおしゃれなカフェへ入りました！

ここでは、ミルクティーを頼み、みんなと１時間ほどお話を楽しみました！

本当に幸せな空間でした～



そのあとは、オルゴール堂へ行き、さまざまな素敵なオルゴールを見てきました。なかなか手を出せない値段でしたが、楽しむことができました！

いつかこのようなオルゴールをゲットしてみたいものです、、、。

　そして、色々な場所を廻り歩き、食べ歩きもして、最後は小樽のルタオのカフェへいき、美味しいチーズケーキを食べました！
本当にほっぺが落ちそうなほど美味しかったです。

　なんだかのびのびして、休日らしい 1 日になった気がします！
明日からの活動の活力にして、頑張っていきたいです！

地域実践型インターンプロジェクト　活動報告書

令和６年８月２０日（水）

活動者氏名	野平虹乃歌
行動記録 （いつ・どこで・誰と）	厚田灯篭流し
活動場所	
旧厚田小学校	
活動内容（詳細）	
会場設営、屋台の手伝い、子供盆踊りの景品配り	
活動・生活所感	

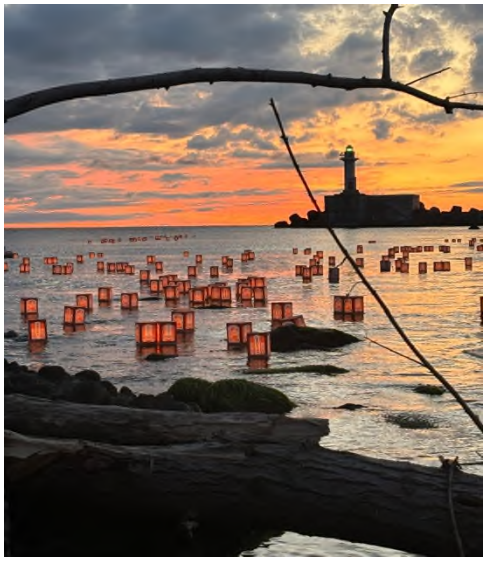
今日は、灯籠流しに参加してきました！

テントの設置から片付けまで、最初から最後までお祭りに関わることができてとても貴重な体験でした！

テントの設置では、皆さんの連携がすごく、掛け声ひとつ一つが重なるたびに、あっという間に会場が出来上がっていきました。全ての人の協力と、声がとても重要だということに気づかされた時間でした！

屋台のお手伝いでは、タロットで占いなどもやっていて、面白い出し物だなと思いました。もっとお客さんを集めたかったです・・・。

最後の灯籠流しでは、初めて見る不思議な光景に、なんだか心が穏やかになりました。なんだか皆さんの思いがどこかに届く気がして、とても嬉しい気持ちです。灯台と空に照らされた灯籠は、とても幻想的でした！またみたいです！



会場に戻った後、みんなと盆踊りを踊りました。この間に行ったお祭りで振り付けをなんとなく知っていたので、楽しく踊ることができました！最後まで本当に楽しめました！

地域実践型インターンプロジェクト　活動報告書

令和６年８月21日（水）

活動者氏名	野平虹乃歌
行動記録 （いつ・どこで・誰と）	商工会、道の駅

活動場所

商工会、道の駅

活動内容（詳細）

取材、話し合い

活動・生活所感

今日は、朝から商工会での話し合いでした。
だいぶ話はまとまってきたものの、まだまだ結果には程遠いので、これからも話し合いを重ねて、より良いアイディアを提案できるよう努力したいです。
次に今日のご飯の紹介です！！
朝ごはんは、こちらです！

朝からとても贅沢なお食事で、幸せでした～

お昼では、道の駅の一純さんでねばとろろそばを食べました！

暑かったので、冷たい麺が本当に美味しかったです！また、結構量もあり、大満足でした！

おやつでは、ソフトクリームを食べました！
綺麗な海を眺めながら食べるソフトクリームは濃厚で身にしみるおいしさでした！

夕飯では、カラオケに招待していただき、カレーをいただきました！
やっぱりカレーは正義です、、、美味しかったです！

**　また、今日は二三一さんへの取材の日でした。取材では、繁忙期の人手不足について、何か行なっている取り組みや、対策についてお聞きしました。非常に有意義な時間を過ごすことができました。ありがとうございました。**

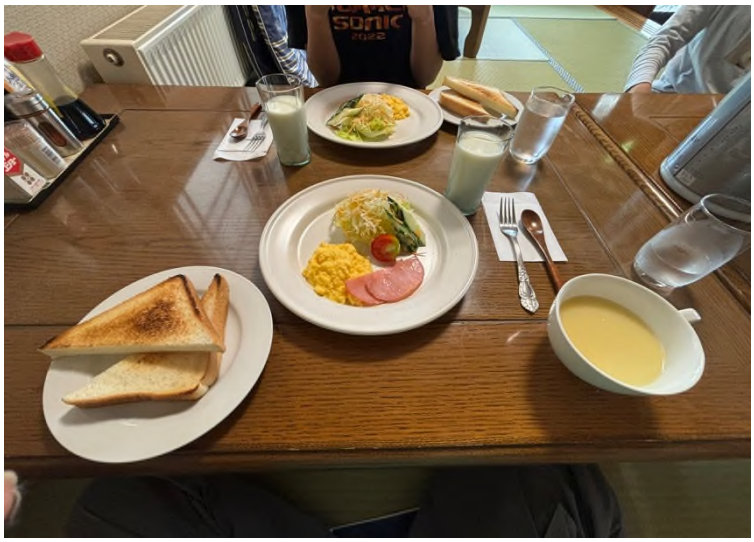
**　今後の活動にぜひ活かしていきたいです！**

地域実践型インターンプロジェクト　活動報告書

令和６年８月２２日（木）

活動者氏名	野平虹乃歌
行動記録 （いつ・どこで・誰と）	宿舎
活動場所	
宿舎	
活動内容（詳細）	
報告会の連絡	
活動・生活所感	

朝は美味しい八幡ニさんのご飯をいただきました！パンはカリフワで美味しく、幸せな朝食でした！



その後、私達インターン生の報告会に来て下さるか、電話で確認しました。皆さんとまたお話しすることができて、嬉しかったです！

夜は、バーベキューに招待してくださり、ジンギスカンやお野菜やカルビなど、沢山のご飯をいただきました！本当に美味しかったです！

明日は人手不足解消のため、調べ物を中心に活動するので、テーマに基づき有意義な時間を過ごしたいです！

地域実践型インターンプロジェクト　活動報告書

令和６年８月２３日（金）

活動者氏名	野平虹乃歌
行動記録 （いつ・どこで・誰と）	石狩市民図書館

活動場所

石狩市民図書館

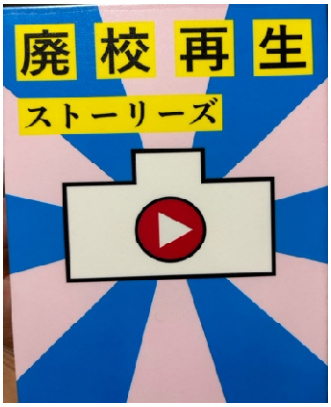
活動内容（詳細）

調べ物

活動・生活所感

今日は、図書館で調べ物をしてきました。人手不足解消のための事例や方法を調べてきました。広い図書館で、探し求めている本が見つかりました！また、個人的に図書館が大好きなので、行くことができて嬉しかったです！

本では、廃校活用について調べ、水族館にしたり、カフェにするなど、夢の溢れた内容でした。もっと現実味を持たせるため、引き続き調べていきたいです。また、それぞれが調べたいことを共有し、効率的に調べ物を進めることができたのではないかなと感じています。ですが、参考にしたい文書が多いので、要点をしっかりと抜き出し、早く読めるように心がけたいです！



お昼は、雅で味噌ラーメンを食べました！しっかりとした味がついていて、さらにマヨ肉丼との相性は抜群でした！お腹いっぱいです！！

明日は休みですが、体調には気をつけて楽しんできます！

地域実践型インターンプロジェクト　活動報告書

令和６年８月２４日（土）

活動者氏名	野平虹乃歌
行動記録 （いつ・どこで・誰と）	カラオケ、水遊び
活動場所	
麻生、海	
活動内容（詳細）	
カラオケ、水遊び	
活動・生活所感	

今日は、お休みだったので、みんなでカラオケをしてきました！11 時ごろから３時間、ずっと歌い続け、喉はカラカラになりましたが、気持ちは生き生きとして、本当に最高な時間を過ごすことができました！
もう少しでみんなと過ごす時間も無くなってしまうことが寂しいですが、残りの時間を有意義なものにしたいと強く思いました。
帰りは疲れて爆睡でしたが、そんな瞬間にも大きな幸せを感じます。

また、帰ってきてすぐに、「天気がいいから水遊び日和だね」という話になり、この間札幌で買った水鉄砲を片手に、海へ向かいました！
厚田 T シャツの色でグループ分けをして、T シャツの厚田のロゴに水がかかった面積が多い方が負けというルールで、砂浜を駆け回りました。ザ、青春という感じでした笑
結局は負けてしまいましたが、鮮やかな思い出を作ることができました。

地域実践型インターンプロジェクト　活動報告書

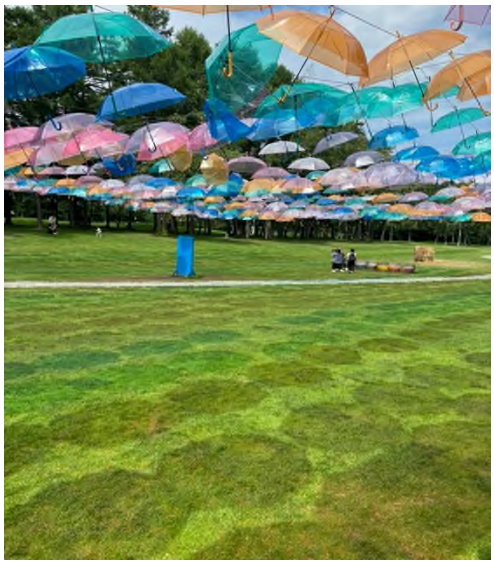
令和６年８月２５日（日）

活動者氏名	野平虹乃歌
行動記録 （いつ・どこで・誰と）	富良野
活動場所	
富良野	
活動内容（詳細）	
観光	
活動・生活所感	

今日は、富良野まで行きました！

まず初めに行った場所は、「ツリーアドベンチャー富良野」です！ここでは、ハーネスをつけて、足場が不安定な場所を歩いていくというものでした。久しぶりにちゃんと運動をして、とても楽しめました。

また、傘がたくさん並ぶスポットや、かわいいショップも立ち並び、可愛らしい場所でした。



次に向かった場所は、「唯我独尊」というオムカレー屋さんです。少し辛いカレーは、ふわふわのオムレツとよくあい、ジャガイモとも相性抜群でした！また、ルーをおかわりできるのですが、その時に「ルールルルルルー」？というような掛け声をかけるのが面白かったです！

　また、その後にファーム富田へ行き、綺麗に並んだお花を見てきました！ラベンダーはいっぱいはありませんでしたが、それぞれのお花の良さが際立っていて素敵な空間でした！

そのあとは、四季彩の丘にも行き、お花を堪能しました！！

　そして、ずっと行ってみたかった、青い池も見に行けて、観光をいっぱいした一日になりました！

北海道をより楽しむことができて嬉しかったです！

地域実践型インターンプロジェクト　活動報告書

令和６年８月 26 日（月）

活動者氏名	野平虹乃歌
行動記録 （いつ・どこで・誰と）	商工会
活動場所	
商工会	
活動内容（詳細）	
話し合い	
活動・生活所	

今日は、午前中から商工会で話し合いをしてきました。
もう時間がないので、みんなでパワポ作りに取り掛かりました！ですが、内容の認識が違っていたなど、まだまだ発表できない状況です。そのため、話し合いの頻度を高め、きちんと形にしていきたいです。

ちなみに今日のお昼ご飯は、セコマで五目あんかけ焼きそばを買いました！初めてセコマでご飯を買って食べましたが、とても美味しかったです！

朝と夜のご飯は、いつも美味しい八幡ニさんでいただきました！
朝は写真を撮れませんでしたが、夜はカニのパスタを頂きました！本当に幸せでした！

明日ももっと話し合いを進められるように努力して参ります！

地域実践型インターンプロジェクト　活動報告書

令和６年８月２７日（火）

活動者氏名	野平虹乃歌
行動記録 （いつ・どこで・誰と）	話し合い
活動場所	
商工会	
活動内容（詳細）	
報告会に向けた話し合い	
活動・生活所感	

今日は美味しい朝ごはんでエネルギーを蓄え、みんなで商工会に向かいました。

どのような内容にするか、具体的に方針を決め、パワーポイントの作成に入りました。いろいろな課題がありましたが、個人個人で調べたり、みんなで話し合ったりすることで、より現実的な内容になりました。

お昼ご飯はアンさんのミックスフライを食べ、本当に幸せでいっぱいになりました！

　そのあとはまた商工会に戻り、作業をしたのですが、途中で地域おこし協力隊の方が差し入れで飛ぶ鳥農場さんの卵プリンとシフォンケーキを買って来てくださり、優しい味に心と体が癒されました。
本当にありがとうございます！

　作業を終え、夜ごはんは中華丼でした！
今日は色々たくさん食べてしまっているけれど、それでもすんなり胃袋に入

ってしまい、美味しいものに囲まれて胃袋が大きくなったことを実感しました・・・。

明日は作業できる最後の日です。気を引き締めて取り組みたいです！

地域実践型インターンプロジェクト　活動報告書

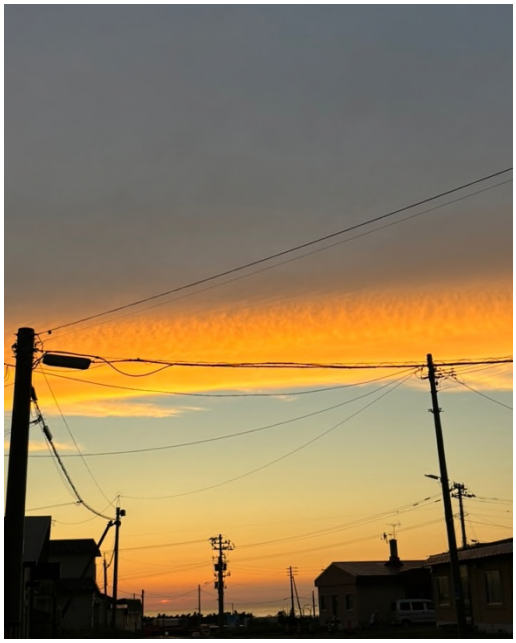
令和６年８月２８日（水）

活動者氏名	野平虹乃歌
行動記録 （いつ・どこで・誰と）	商工会
活動場所	
商工会	
活動内容（詳細）	
パワポ作り	
活動・生活所感	

今日も朝は美味しいご飯を食べ、商工会で発表に向けた準備を行いました。

お昼ご飯には、前浜のタコ天丼を食べ、量は多かったですが、おいしく最後までペロリと食べてしまいました！

夕方には綺麗な空もみんなで見ることができ、最高の思い出となりました。



色々と考えることは盛りだくさんでしたが、みんなと一緒に作業ができたおかげで、無事報告会までには作業を終わらせることができました！
明日の報告会、頑張ります！

地域実践型インターンプロジェクト　活動報告書

令和６年８月 29 日（火）

活動者氏名	野平虹乃歌
行動記録 （いつ・どこで・誰と）	報告会
活動場所	
商工会、厚田支所	
活動内容（詳細）	
読み原稿作り、報告会	
活動・生活所感	

今日は、いよいよ今までのインターンを通して考えたことを発表する報告会がありました。今まで関わってくれた方々が来てくださるため、とても緊張しましたが、同時にまた皆さんと会えることが楽しみでした。

どきどきしながらも、最後のお昼は八幡二さんでカツカレーをいただき、美味しすぎて黙々と食べてしまいました。おかげで緊張も少し和らぎ、まるで魔法だなと感じました笑

そしてリハーサルなどを終え、いよいよ報告会が始まりました。沢山の方が私たちの考えを聞いてくださり、今までのデータが無駄ではなかったと感じ嬉しかったです。また、終わった後には「よかったよ」と様々な方に言っていただき、頑張って良かったと心から感じました。

報告会後、お疲れ様会を開いてくださり、カントリーキッチンアンさんで美味しいご飯をたんまり食べました。

明日は千葉に帰らなくてはならないことを考えると、少し侘しい気持ちにはなりましたが、皆さんと過ごせる最後の時間を大切にすることができたと思います。

本当に最後まで手厚くしてくださりありがとうございました！

地域実践型インターンプロジェクト　活動報告書

令和６年８月 30 日（金）

活動者氏名	野平虹乃歌
行動記録 （いつ・どこで・誰と）	市長との挨拶、解散
活動場所	
石狩市役所	
活動内容（詳細）	
市長との挨拶、解散	
活動・生活所感	
今日は、いよいよ帰る日になってしまいました。 車でお世話になった場所に挨拶に行かせて頂き、そのあとは石狩市役所にて、市長とお話をさせて頂きました。主に報告会の内容をお話しさせて頂き、そのあとは修了証書も頂きました。 なんだか最初と同じ光景に、もう終わってしまうのだということを実感し、寂しくなってしまいました。ですが、最後までみんなで乗り越えられたこと、本当に幸せでした。また、沢山の人に支えていただいたこと、笑い合えたこと、間違えなく一生の思い出となりました。 この夏、厚田に来ることができて本当に良かったです。 あまり知らなかった地域だったけれど、実際に訪れ、過ごすうちに、厚田の人のあたたかさやご飯のおいしさ、空の綺麗さ、それらを知ることができました。今ではずっと厚田にいたいと強く思います。 厚田の皆さん、仲良くして頂き、本当にありがとうございました！！ また絶対に厚田に行きます！	

↑お疲れ様のケーキも、ありがとうございました！
贅沢に４等分して頂きました！