

地域実践型インターンプロジェクト 活動報告書

令和7年8月1日（金）

活動者氏名	江口 詞葉		
行動記録 (いつ・どこで・誰と)	オリエンテーション・各所 挨拶		
活動場所			
石狩市役所、厚田支所、厚田産業、石狩北商工会、道の駅あいろーど厚田、 八幡二			
活動内容（詳細）			
顔合わせ、活動内容説明、各所挨拶			
活動・生活所感			
厚田区の皆さん、今日から約1か月お世話になります！！ 今日は新千歳空港に到着後、初上陸の北海道にワクワクしながら、電車と路線バスに揺られて石狩市役所へ向かい、実習生と担当者の方々と顔合わせを行いました。素敵なユニフォームを頂き、これからの活動がより一層楽しみになりました🌟 オリエンテーションの後、車で就労場所の下見やお世話になる各所へ挨拶に伺いました。厚田の皆さんは私たちを温かく迎えてくださいました。 道中で、「カシオペアの丘」にも寄り道しました！石狩の海は穏やかで空は広くて、白い花と木々の緑に心が癒されました。 最後に立ち寄った道の駅石狩「あいろーど厚田」のミルクジェラートとリンゴサイダーや、夕食で頂いた民宿「八幡二」さん特製のホタテ入り夏野菜カレーは本当に美味しかったです！ お腹も心も満たされて元気になったので、実習生4人で電動自転車に乗って近くの浜まで行き、水切りをしたり夕陽を見たりして楽しい時間を過ごしました！北海道で見る初めての夕日はキラキラしていて綺麗でした！ 明日から早速、厚田海浜プールで活動が始まります。北海道は想像より暑いですが、元気に頑張ろうと思います！これからよろしくお願いします！			



地域実践型インターンプロジェクト 活動報告書

令和7年8月2日(土)

活動者氏名	江口 詞葉		
行動記録 (いつ・どこで・誰と)	実習生と厚田海浜プールで就労体験		
活動場所			
厚田海浜プール			
活動内容(詳細)			
受付(シャワー、駐車場) 清掃(シャワー室、更衣室、トイレ)			
活動・生活所感			
就労体験初日の今日は、厚田海浜プールでの勤務でした。始業時間は早かったのですが、八幡二さんの美味しい朝ごはんを食べるために頑張って早起きをしました！今日は入道雲が広がる夏らしい空で、暑かったけれど海風が冷たくて気持ちよかったです。 午前中は駐車場の受付をしました。車両ナンバーの確認と料金の受け取り、領収書のお渡しが主なお仕事でした。高崎や仙台、鹿児島ナンバーもあり、全国各地からこの場所に人が集まっていることに驚きました！平日は50～60台、土日は200台くらい来るそうです。今日は土曜日ということもあって、正午頃の時点で100台、最終的には126台だったそうです。朝市の駐車場と間違えて入場してくる方も多かったので、駐車場の整理と分かりやすい案内が必要だと感じました。 午後は管理棟でシャワーの受付をし、シャワー室や更衣室、トイレの清掃を行いました。清掃の仕方を教えていただいたのですが、職員の方は隅々までとても丁寧に掃除していたり、トイレ清掃をこまめに行ったりしていて、お客様を大切にする気持ちが伝わってきました。観光業はこうした方々の思いやりの上に成り立っているのだと実感し、自分の活動へのモチベーション向上にもなりました。 勤務中に厚田の方とお話しをすることも多く、北海道の人の先祖はほとんど入植してきた方たちであること、バスの運転手不足で厚田への路線バスが廃線になる予定で困っている、ということなど、生の声を聴くことができるのでとても勉強になります。多くの学びがある一日でした！			



地域実践型インターンプロジェクト 活動報告書

令和 7 年 8 月 3 日（日）

活動者氏名	江口 詞葉		
行動記録 (いつ・どこで・誰と)	キャンプ場で就労体験		
活動場所			
厚田キャンプ場			
活動内容（詳細）			
管理棟で受付、初回利用者へのご案内、電話対応 清掃（トイレ・炊事場）			
活動・生活所感			
今日はキャンプ場での勤務でした！到着してすぐに、トイレと炊事場の掃除を行いました。その後、併設されているジップラインのハーネスのつけ方を学び、一度滑らせてもらいました！初めての経験だったのですが、風が気持ちよくてとても楽しかったです！ キャンプ場での主な業務は受付でした。案内図を持ちながら、初めてご利用されるお客様にエリアの説明やごみの捨て方などの利用案内を行いました。聞いていた通りアブが多かったのですが、お手伝いに来ていた子がアブよけになるオニヤンマのストラップを貸してくれました！アブは水辺に生息している虫なので厚田には多いけれど、札幌などでは滅多に見られないそうです。 16時ごろから再びトイレ清掃をし、片づけを行って業務は終了しました。 キャンプ場はリゾートバイトを募集していたそうで、参加者の中には群馬でキャンプ場を開いた人もいます。厚田の観光業や生活はこのように誰かを魅了し、人生の転機のかっけになる可能性を持っているのだと思いました。 また、お世話になっている厚田産業さんはキャンプ場の護岸工事なども請け負っていると伺い、様々な面から厚田を支えていることを知りました。 就労後は、BBQに招待していただきました！カニや貝類、エビ、羊の肉、お米など、北海道の美味しいものをたらふく食べることができて幸せでした！近くの川で花火をしたり、星を見たりもしました。厚田の星空はとても澄んでいて、普段は見えない小さな星々まで見ることができました。写真には写らないので、精一杯目に焼き付けました。毎日一生忘れられない思い出や景色が増えていきます。暑さで疲れていたけれど、そんなことも忘れてしまうくら			

い楽しくて、厚田の方々の温かさに包まれた素敵な夜でした！



地域実践型インターンプロジェクト 活動報告書

令和 7 年 8 月 4 日 (月)

活動者氏名	江口 詞葉		
行動記録 (いつ・どこで・誰と)	区内見学会 & 内部打ち合わせ		
活動場所			
厚田港朝市、厚田十字街、飛ぶ鳥農場、ありす café、 望来浜、焼肉おおむら			
活動内容 (詳細)			
厚田区縦断ドライブをしながら区内を見学			
活動・生活所感			
今日は厚田区内の見学をしました！ 【厚田港朝市】 朝市では、「タコエラ」や「豆いか」など初めて見るものばかりで楽しかったです！土日に比べると営業しているお店が少なかったのですが、平日は来客も少なく、網の設置などの作業に追われているために営業しているお店が少ないことを知りました。一次産業は観光業とは違い、平日の人手不足が深刻に現れていると感じました。次は土日に来てお買い物をしてみたいです！ 【厚田十字街】 十字街を歩いていると、比較的古い民家には煙突があることに気づきました。また、「番屋」と呼ばれる漁師小屋もいたるところに見られ、これらは寒い地域の漁師町ならではの景観だなと思いました。しかし十字街のお店の多くは空き家であることを知りました。素敵な景観なので、活用したいです。 【飛ぶ鳥農場】 ここではニワトリが 1600 羽ほど飼育されていました。卵の販売だけでなく、売り物にならない卵はプリンやシフォンケーキにして道の駅のショップに並べているそうです。ニワトリ以外にもブタ、ウマ、ヒツジ、ヤギ、ガチョウなどさまざまな動物を飼育していました！ 【ありす café】 手づくりの陶器でほうじ茶を頂きました。同じ材料で作られていても一つ一つに個性があって素敵でした。このお店は、厚田出身厚田育ちのオーナーさんが空き家をリノベーションして営業しているそうです。厚田の土や、稲、シーグラス、りんごの木など、厚田の物を使うことにこだわっているそうで、厚田に対する愛着が感じられる素敵なお店でした！その想いを感じ、思わず猫			

の絵が描いてある箸置きを買ってしまいました！大事にします！

【望来浜】

近くの浜でカフェの陶器の材料にも使われているシーグラスを集めました。海岸線に沿って露出した地層と、海が作り出す景色は珍しく綺麗でした。貝の化石も落ちていました！

【焼肉おおむら】

お昼ご飯は焼肉おおむらさんで頂きました！人生で初めて羊の肉を焼肉で食べました。想像していたような臭みはなくて美味しかったです！

厚田支所に戻って内部打ち合わせを行いました。実習生の厚田に対する思いを聞けたので良かったです！

夜は歓迎会を開いていただきました！ごはんがどれも美味しくてつつい食べ過ぎてしまいました！厚田の皆さんは本当に温かくて毎日幸せです！



地域実践型インターンプロジェクト 活動報告書

令和 7 年 8 月 5 日 (火)

活動者氏名	江口 詞葉		
行動記録 (いつ・どこで・誰と)	インターン生と札幌観光		
活動場所			
札幌時計台、テレビ塔、二条市場、白い恋人パーク			
活動内容 (詳細)			
札幌市内を観光、日用品の買い出し			
活動・生活所感			
今日は初めての休日だったので、札幌に遊びに行きました！大通駅についてすぐにテレビ塔と時計台を見てとても札幌を感じました。そのあと日用品の買い出しをし、二条市場に行きました。インバウンドが多かったです。大きな生牡蠣を初めて食べました。実が大きくて美味しかったです！ そのあとは地下鉄で移動して、宮の沢駅に到着し、ラーメンを食べました。白い恋人パークへの道はほとんど地下でつながっており、簡単にいくことができました！白い恋人の歴史を勉強し、白い恋人のグルメを食べたりお土産を買ったりして楽しみました。札幌で写ルンですを買ったので、これから厚田の思い出を残していきたいです！			



地域実践型インターンプロジェクト 活動報告書

令和 7 年 8 月 6 日（水）

活動者氏名	江口 詞葉		
行動記録 (いつ・どこで・誰と)	インターン生と菅原農園で就労体験		
活動場所			
菅原農園			
活動内容（詳細）			
イチゴの選別、トウモロコシの雄しべを切る、除草剤噴霧作業			
活動・生活所感			
今日は「菅原農園」で就労体験でした！「四季成りイチゴ」という名前の、主にケーキに使われる少し酸味のあるイチゴを育てていらっしゃいます。 イチゴだけでなくトウモロコシやカボチャなども栽培しているそうで、最初にトウモロコシの余分な葉を切る作業をしました。ご主人がそのトウモロコシを道の駅に運んでいる間に、イチゴの選別方法について教えていただきました。専用の機械があり、それにイチゴを載せると重さを判別して部屋に振り分けてくれるので、それを形や色の基準に応じて人の手で「秀品」と「優品」に判別する方法でした。実際に体験させてもらったのですが、すごく難しくて何度やっても慣れませんでした！10 年ほど働いている方でもまだ難しいそうです。イチゴは足が早いので、一見美味しそうに見える赤いイチゴでも、規格外品になってしまうことが分かりました。しかし菅原農園さんでは、規格外品を無駄にせず、熟れすぎたイチゴはパックに詰めて道の駅石狩「あいロード厚田」で販売したり、道の駅の「GERATO LicoLico」でイチゴジェラートに活用されているそうです。 畑に移動して、トウモロコシの雄しべを切る作業をしました。受粉が終わった雄しべに虫がついていないかを確認し、切り落とすことで害虫がつくのを防ぐそうです。切った雄しべにトンボが止まり、今までで一番近くでトンボを見ました！ お昼は菅原農園さんのお家で、とれたてのトマトやトウモロコシ、キュウリなどをいただきました！トウモロコシは「ドルチェドリーム」という種類だそうで、身がはじけるような食感で甘みがありとても美味しかったです！！			



最後に畑に戻り、除草剤を噴霧するお手伝いをしました。ご夫婦にもお話を伺うなどして、厚田の一次産業の現状を把握できるとても貴重な経験でした。

夕食は八幡二さんで北寄貝やヒラメ、ホタテなど新鮮な海鮮の盛り合わせをいただきました！贅沢でしあわせでした！



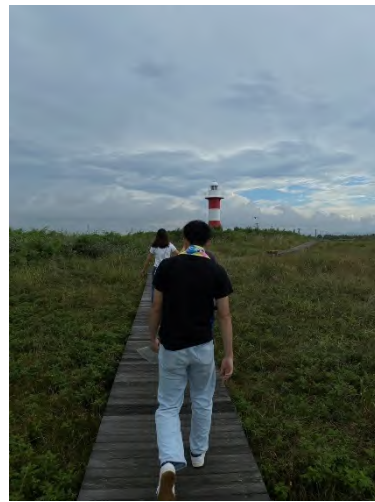
地域実践型インターンプロジェクト 活動報告書

令和 7 年 8 月 7 日（木）

活動者氏名	江口 詞葉	
行動記録 (いつ・どこで・誰と)	インターン生と海浜プールで遊ぶ 市役所役員と石狩市内見学	
活動場所		
厚田海浜プール、砂丘の風資料館、ハマナスの丘公園、石狩湾新港（ライジ ングサン・ロック・フェスティバル会場）、恋人の聖地		
活動内容（詳細）		
午前：厚田海浜プールで海水浴、 午後：石狩の観光地巡り		
活動・生活所感		
今日は休日だったので、午前中はインターン生と厚田海浜プールで泳ぎました！水風船をしたり野崎さんを砂に埋めたりして遊びました。たくさん笑って楽しかったです！八幡二に帰ってずっと食べたかった名物の「浜ラーメン」をいただきました！ホタテやイカ、エビなどの海鮮がたくさんあって満足でした！ 午後は市役所の方々に迎えに来ていただき、石狩市内を見学しました。たくさんおしゃべり出来て楽しかったです！まず最初に「いしかり砂丘の風資料館」に行き、石狩の歴史を展示で学びました！石狩は初めてサケの缶詰を作っていたり、古くからサケ漁がおこなわれていた痕跡があり、サケとの結びつきが強いことを実感しました。 次に「はまなすの丘公園」に行きました。ハマナスソフトをいただいたのですが、お花の香りが口の中に広がるようでした！灯台の周りの遊歩道はどこまでも続いているようで、一面に広がる緑に吸い込まれてしまいそうでした！今度は晴れている日に夕陽を見たいです！ その後、ライジングサン・ロック・フェスティバルの会場にお邪魔して、設営中のステージを見ました。市役所の方と好きなアーティストが同じだということが判明しました！！来年は絶対にフェスに行きたいです！！ 最後に厚田の「恋人の聖地」に行きました！綺麗なステンドグラスで彩られた遺跡のような展望台の上からは、厚田の景色を一望することができました。厚田の広い海と雄大な森を同時に見ることができる素敵なスポットでした🌟		



夕食は先日お世話になった菅原農園さんのお家にお邪魔させていただきました！イチゴやタコ、ザンギ、トウモロコシのフライやトウモロコシご飯など、野菜をふんだんに使った料理が次々と出てきました！本当に美味しくてみんな箸が止まりませんでした！懐かしいアニメをテレビで見ながら、私たちの厚田に対する思いを話したり、菅原さんの思いを聞いたりすることができて、それに応えたいと強く思った夜でした。インターン生と帰り道を歩きながら、たった一週間で大好きになった厚田のために一丸となって頑張ろうと誓いました！



地域実践型インターンプロジェクト 活動報告書

令和 7年 8月 8日（金）

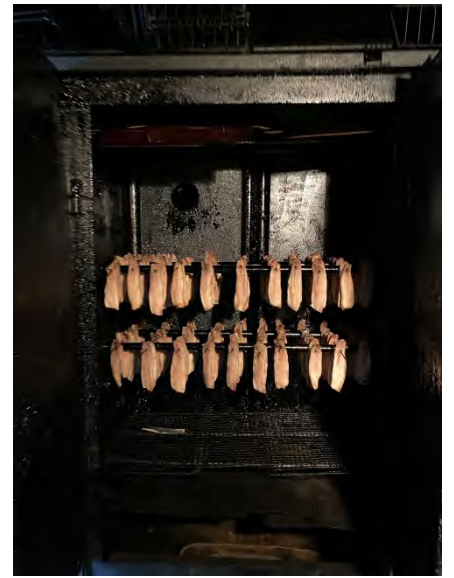
活動者氏名	江口 詞葉		
行動記録 (いつ・どこで・誰と)	インターン生と加藤水産と厚田くんせいで就労体験、話し合い		
活動場所			
加藤水産（朝市）、厚田くんせい、北商工会			
活動内容（詳細）			
午前：加藤水産で朝市のお手伝い（商品準備、シール張り） 午後：厚田くんせいで燻製づくり、北商工会でミーティング			
活動・生活所感			
今日は、朝7時から加藤水産さんの朝市で販売のお手伝いをしました！平日であるうえに、天気も悪かったので、営業しているお店は4軒ほどで、お客さんの数も少なかったです。加藤水産さんでは、ワタリガニ、丸干し子持ちニシン、たこ、ほっけなど厚田で捕れた海鮮を販売していました！今は鮭漁準備期間中で、鮮魚が上がっていないため、冷凍商品のみを取り扱っているそうです。私たちは、商品を新聞紙に包み、ビニール袋に入れてお渡しする作業をお手伝いしました。手が空いた時間にはビニール袋に専用のシールを貼りました。ウニやホタテをお目当てに来ているお客さんが多かったです。 雷雨にしては想像以上にお客さんが来ていましたが、営業しているお店の少なさに驚いているお客さんも多かったです。一次産業を活用した観光資源は、時期や天候によって活気や集客が左右されることが課題だと感じました。鮭がとれる時期は網外しや選別などのお仕事があるそうです。魚の種類によって作業の難易度にもばらつきが出ることを知りました。 午後は厚田くんせいにお邪魔しました！ここではニシンや豆イカ、玉子、カレイなどの燻製を作っています。私たちは燻製にするカレイの五枚おろしに挑戦しましたが、骨や皮が硬くて切りづらかったです！ 次にニシンの燻製づくりを体験しました！ニシンの切り身を棒に刺し、それを燻製器にいれるところまで行いました。魚を下ろすのも、燻製を作るのも初めての経験だったので楽しかったです！豆イカの燻製をいただいたので、みんなで美味しく食べます🌟 その後北商工会へ移動し、みんなで燻製の匂いを漂わせな			





がら進捗確認と市役所の方からのフィードバックをいただきました。前回の話し合いよりもスムーズに出来て、意見のぶつかり合いを経て成長できたと感じました！

今日の八幡二ごはんには加藤水産さんで頂いたワタリガニと、厚田くんせいさんで頂いた蕨が出てきました！毎日厚田の美味しいものをたくさん食べられて幸せです！



地域実践型インターンプロジェクト 活動報告書

令和 7 年 8 月 9 日（土）

活動者氏名	江口 詞葉		
行動記録 (いつ・どこで・誰と)	キャンプ場で就労体験		
活動場所			
厚田キャンプ場			
活動内容（詳細）			
厚田キャンプ場で受付、案内、トイレ清掃			
活動・生活所感			
今日はキャンプ場でのお仕事でした！三連休初日ということもあり、受け付け開始前から列ができるほど混んでいました。私は前回同様、初めてご利用になるお客様に地図や留意点をご説明しました。この仕事は二回目だったので、前回よりスムーズに行えたし、お客さんが多かったのでとても達成感がありました！受付の客足が落ち着いた後、キャンプ場内の見回りをしたのですが、沢山のテントに気を取られていて意図せず泥沼に足を突っ込み、泥だらけになりました！ 手が空いた時間には、キャンプ場で貸し出しているモルックで遊ばせていただきました！フィンランド発祥のゲームで、初めて遊んだのですがとても楽しかったです！ジップラインのお手伝いもしました。明日はジップラインで就労体験なので、予行練習ができました。 最後にトイレ掃除とごみ捨てを行い、今日の就労は終わりました。仕事に慣れると気持ちに少し余裕ができて、楽しかったです！ 今日は天気が良かったので、八幡二に荷物を置いて海まで歩いて夕陽を見に行きました！厚田の海は広くて穏やかで、そこに沈む夕日とピンク色の空を眺めていると本当に幸せな気持ちになります。日を追うごとに、厚田が私たちにとって大切な場所になっています！			





地域実践型インターンプロジェクト 活動報告書

令和 7 年 8 月 10 日（日）

活動者氏名	江口 詞葉		
行動記録 (いつ・どこで・誰と)	キャンプ場のジップラインで就労体験		
活動場所			
厚田キャンプ場			
活動内容（詳細）			
トイレ・シャワー室清掃、交通整理、 ジップライン受付・補助			
活動・生活所感			
今日はジップラインのお仕事でした！キャンプ場へは何度か行っているのですが、ジップラインは初めてでした！ 受付開始前はトイレやシャワー室の掃除をしました。次にキャンプ場の入り口に立って交通整理をしました。キャンプ場の前の道は一方通行で、帰り道は道の駅に続いている事を知り、この動線はもっと活かそうだなと思いました。交通整理員の誘導棒に憧れていたもので、とても嬉しかったです！ ジップラインでは、受付やハーネスなどの装備を付ける手伝い、運営のお手伝いなどを行いました。ジップラインの仕事は移動するときにも自分も滑ることができるので、飽きずに楽しくできます！🌟外でのお仕事なので体力が必要だし、事故のリスクを伴うので神経を使いますが、お客さんの笑顔を一番近くで見ることができるお仕事だなと思います！楽しくて時間があっという間に過ぎていきました！ 夜は海浜プールのお仕事で仲良くなったライフセーバーの方々に BBQ に誘ってもらいました！私たちが来るからと言ってシカの肉を用意してくれていたらしく、初めて食べたのですが美味しかったです！ 三連勤二日目でしたが、昨日四人で夜更かしして作り合ったミサンガが可愛くて頑張れました！			





地域実践型インターンプロジェクト 活動報告書

令和 7 年 8 月 11 日 (月)

活動者氏名	江口 詞葉		
行動記録 (いつ・どこで・誰と)	インターン生と厚田海浜プールで就労体験		
活動場所			
厚田海浜プール			
活動内容 (詳細)			
海岸清掃、ごみ集め、トイレ清掃 駐車場 (受付、精算)、シャワー (受付、清掃)			
活動・生活所感			
今日は、厚田海浜プールでのお仕事でした！海岸のごみ回収から始まりしました。BBQ ができる浜なので、漂流物以外のごみも多くありました。 海浜プールは、午前中は駐車場の受付が忙しく、午後はシャワーの受付が忙しくなるという特徴があります。そのため私たちは駐車場→シャワーの流れで仕事をします。 最初に駐車場の受付をしました。前回と同じ業務内容だったので、基本的なことに加えて接客態度であったり素早さや的確さを意識して取り組みました。今日受付したのは 199 台でした。200 台を目標にしていたので少し悔しかったです！ 次に管理棟に戻ってシャワーの受付をしました。受付をしてシャワーを素早く掃除して 次の人を案内するというのは人手が必要な業務だと実感しました。最後にトイレ掃除をして、今日のお仕事は終わりでした。キャンプ場にも共通することですが、ごみ集めやトイレ掃除は大変だし少し抵抗があることだけど、お客様が気持ちよく使うためには大切なことだし、これをいつもやってくれている人がいることのありがたみも感じます。 お仕事終わりにライフセーバーの方に SUP で遊ばせてもらいました！初めてやったのですが、ボードの上で立つことはできたけど漕いで進むのは難しかったです！ライフセーバーの方と二人乗りをして、海浜プールを一周してもらいました。海の中で見る夕日はとても綺麗で心が洗われました。			



厚田は本当に夕日が綺麗です！！

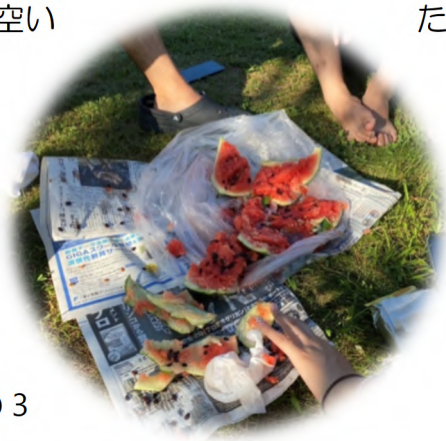
海で遊んで疲れて帰ってきた後に食べる八幡二のご飯はより一層美味しかったです！！毎日私たちに幸せな体験をさせてくれる方々に感謝の気持ちでいっぱいです！



地域実践型インターンプロジェクト 活動報告書

令和 7 年 8 月 12 日 (火)

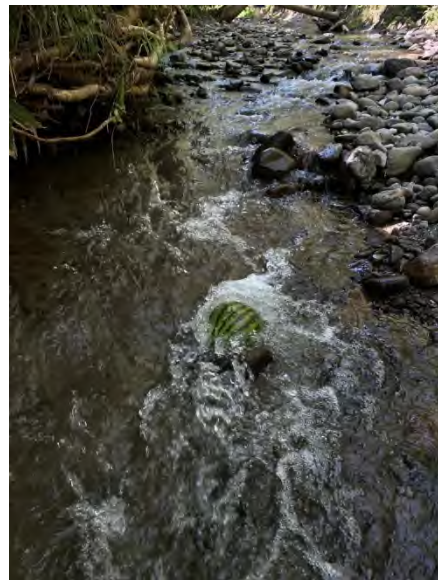
活動者氏名	江口 詞葉		
行動記録 (いつ・どこで・誰と)	厚田を満喫した休日↓		
活動場所			
前浜、キャンプ場、海			
活動内容 (詳細)			
午前：前浜で昼食 午後：キャンプ場で川遊び・スイカ割り、海浜プールで海水浴			
活動・生活所感			
今日は、厚田を満喫しようと決めていました！休日だったのでゆっくり寝て、お昼ご飯にずっと行って見たかった「前浜」に行きました！開店と同時に満席で、私たちは 30 分ほど経ってやっと入ることができました。私が頼んだのは人気メニューの「たこかき揚げ天丼」で、その名の通りサクサクのたこのかき揚げが丼からはみ出るくらい乗っていました！とてもボリュームで満腹になりました！二階席からは海浜プールが見えて、とても景色が良かったです。その後は二手に分かれて、女子はスイカ割りができる川探し、男子はスイカを割る棒拾いに出かけました。キャンプ場近くの川で合流し、スイカを冷やしていたのですが、虫が多すぎて男子が怯えてしまったので、キャンプ場内の川に移動しました。移動している途中に木村さんがスイカを落して割ってしまうというハプニングは発生しましたが、何とか誤魔化してスイカ割りがスタートしました！4 人順番に目隠しをして行い、私だけスイカにあたりませんでしたでしたが楽しかったです！！みんなでスイカを食べたり写真撮影会をしたりして楽しみました！遊び足りなかった私たちは、なんとその後海まで行って泳ぎました。満足するまで遊んで、お腹が空いた ので 八幡二に帰ってご飯を食べました。今日は、味噌バターコーンラーメンと蟹チャーハンでした！たくさん遊んで疲れた体に染みわたりました…。みんな無言で食べ進めてしまうくらい本当に美味しかったです！マスターは何でも美味しく作れて凄いです🌟 夜はみんなでトランプをしました。私以外の 3			



人は「大富豪」が強くて、私は途中から傍観者になりました！みんなで作った「やりたいことリスト」の中のことがたくさんできた日で、厚田を満喫できてとても楽しかったです！

p.s.柔軟剤事件

先日私がお風呂から上がると、木村さんが洗濯機の前に立っていたので様子を伺っていたところ、慣れた手つきで小山内さんの柔軟剤を洗濯機に注いでいました。「これ、誰のかわからないけどいつも使ってるんだよね」と、彼は話しかけてきました。すぐにチクリしました。こんな仲間と出会えて幸せです。



地域実践型インターンプロジェクト 活動報告書

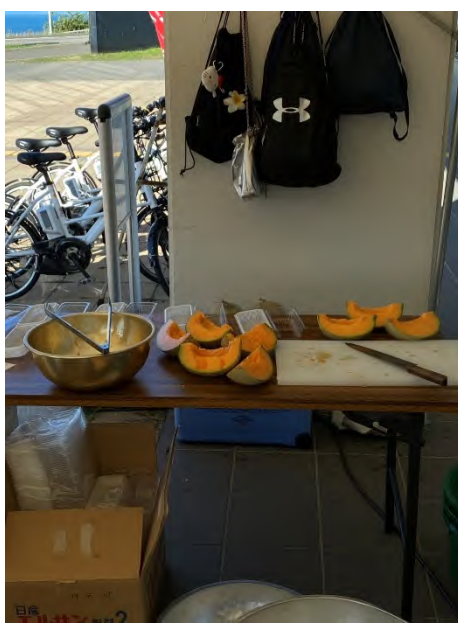
令和 7 年 8 月 13 日 (水)

活動者氏名	江口 詞葉		
行動記録 (いつ・どこで・誰と)	道の駅で物販補助		
活動場所			
道の駅石狩「あいろーど厚田」			
活動内容 (詳細)			
商品の準備 (カットメロンのパック詰め・トウキビ包み) 外での物販補助			
活動・生活所感			
今日は、道の駅の外に建てられている臨時テントで限定ドリンク・カットメロン・ゆできびの販売を行いました。 最初にテーブルと椅子を設置して飲食スペースを作成しました。その後、商品の準備に取り掛かりました。私は厚田産のメロンをパックに詰める作業をし、他の実習生は朝採れのとうきびの皮むきや、ドリンクケースへの氷の補充などを行いました。準備が整ったところで商品を店頭に並べ、商品の説明を受けた後、物販が始まりました！お盆シーズンということもあり、道の駅には車が絶え間なく入ってきてとても賑わっていました。他の屋台も出店しており、私たちも元気よく声を張って販売しました！道の駅が開館してから客足がやや落ち着きましたが、屋台の方やお客様から差し入れをいただいたり、声をかけていただいたりするなど、厚田の温かさを感じながら活動をしていました。 お昼には「望来豚」を使った丼をいただきました！お肉がモチモチしていて美味しかったです！スタミナがついて元気になったので午後の販売にも元気に取り組むことができました。			
 暑い日だったので冷たいメロンは早々に完売しました！限定ドリンクのりんごサイダーや、ゆできびも好評で、多くのお客様に手に取っていただけました。商品については、味だけでなく歴史や特徴を知っておくことで、お客さんに興味を持ってもらえるような呼び込みができると実感しました。また、「売り場を清潔に保つ」「お客様の目線から配置を見る」といった工夫も重要であることを学びました。ゆできびも無事に売り切ることができ、とても達成感がある一日でした！			

【あいろーど厚田に関する気づき】

今日の活動を通じて、「あいろーど厚田」前のスペースには大きな可能性があると感じました。常設ではない売り場には希少性があり、集客力も高いと感じたので、今後も季節やイベントに合わせて活用していく価値があると思います。こうした取り組みによってさらに賑わいが創出され、お客様も通り道の寄り道ではなく道の駅を目的にいらっしゃる可能性を考えるとさらなる集客にもつながると思います。

また、地域の誰もが自由にお店を出せる仕組みがあれば、地元の人や地域外の人にとっても新たな挑戦や交流の場になると感じます。



地域実践型インターンプロジェクト 活動報告書

令和 7 年 8 月 14 日（木）

活動者氏名	江口 詞葉
行動記録 (いつ・どこで・誰と)	飛ぶ鳥農場で就労体験
活動場所	
飛ぶ鳥農場	
活動内容(詳細)	
午前: ジャガイモ掘り 午後: スズメバチ対策ネットづくり、ニワトリにエサやり	
活動・生活所感	
今日は、飛ぶ鳥農場さんで就労体験でした！今日はジャガイモの収穫をお手伝いさせていただきました。私たちは雑草とジャガイモの茎を見分けることができず、作業は難航しましたが無事にお昼前に大量のジャガイモを掘り終えることができました！掘り起こす際に傷つけてしまったジャガイモはニワトリの餌として再利用しているそうです！飛ぶ鳥農場さんには 6 人のお子さんがいらっちゃって、皆自然の中でのびのびと育っていました。途中から 5 歳の娘さんも一緒に作業をしましたが、元気いっぱい可愛かったです！ お昼ご飯を待っている間に、道の駅などで販売されている「たまごプリン」の蓋を留めるゴムを縛る作業をしました。その後、みんなで机を囲んでお昼ご飯を頂きました！農場で育った新鮮なトマトや私たちが収穫したジャガイモを使ったお料理や、飛ぶ鳥さんならではの白い卵をつかった玉子かけご飯、だし巻き卵は本当に美味しかったです！卵の黄身が白いのは、着色料不使用の餌を与えているからだそうです！ 食後の休憩時間には、外のベンチで昼寝をしたり、農地拡大のために育てていらっしゃる向日葵を摘ませていただいたりして自然の中でゆっくりと過ごしました！ 飛ぶ鳥さんは養蜂もしていらっしゃるのですが、ミツバチの巣をスズメバチの襲撃から守る必要があるそうです。そのため、午後はミツバチしか通れない網目のネットを木の枠に固定してオリジナルのスズメバチ対策ネットを作りました！	





はちみつが取れなくなるかもしれないので責任重大でしたが、100点満点をもらうことができました✧

途中でなんと幸せなおやつがあり、飛ぶ鳥さんで採れた卵で作ったカスタードクリームと、バナナやマンゴーを包んだクレープをいただきました！たまごの味が感じられるすっきりとした甘みのカスタードはとても美味しかったです！

最後にニワトリのエサやりを体験させていただきました！木村さんはニワトリにとっても怯えていましたが、怯えながらも立ち向かう姿はとても勇敢で、きっと彼は強くなったと思います。

飛ぶ鳥農場さんで自給自足の生活の一部を体験し、命の尊さや自然のありがたさを身をもって実感することができました。動物や自然が好きで、大切にすることが生活の中に現れていました。食べることや育てることを通して、私たちは、普段は見えない命を「いただいて」生きているということを改めて考えさせられました。命に感謝する気持ちとその重みを肌で感じることでできる貴重な体験でした。

八幡二では、待ち望んでいた、マスターの十八番の「ワタリガニのトマトソースパスタ」を食べました！東京ではなかなか食べることのできないその味は絶品でした。もう一回食べたいです！いつもより気持ちのこもった「いただきます」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 7 年 8 月 15 日（金）

活動者氏名	江口 詞葉		
行動記録 (いつ・どこで・誰と)	美瑛・富良野・旭川ドライブ		
活動場所			
北星山ラベンダー園、白金 青い池、豚丼カフェ ばっくやーど、白ひげの滝、 麺屋 柊			
活動内容（詳細）			
美瑛・富良野・旭川の観光名所をドライブで巡った休日			
活動・生活所感			
今日はずっと前から楽しみにしていた休日でした！就労体験で知り合った厚田のお兄さんに朝 7 時に迎えに来てもらい、出発！三時間ほど車を走らせ、最初の中富良野にある「北星山ラベンダー園」にいきました。ラベンダーは時期が合わず枯れてしまっていたのですが、リフトから見下ろす富良野の景色はのどかで癒されました。リフトのチケットを持っているのに徒歩で下山する野寄さんを横目に私たちも下山し、紫色のラベンダーソフトを食べました！（右の写真が野寄さん） 次に「青い池」に行きました。インバウンドに人気があるようで、池の周りは多くの人で賑わっていました！この日は曇りの予報だったのですが、私が晴れ女だったので、青い池を見ている間はとても晴れていました！次はいつ来られるかわからないので、写真で見ていたような綺麗なエメラルドグリーン状態で見られて嬉しかったです！ お昼ご飯は「豚丼カフェ ばっくやーど」という上富良野にあるお店に行き、豚丼をいただきました！豚肉は柔らかくて、濃いめのタレと温玉がよく絡んで本当に美味しかったです！ そのあとは、白金温泉にある「白ひげの滝」に行きました。つり橋の上から滝を見下ろしたのですが、迫力があり、水も青くて綺麗でした！ 旭川へ移動し、温泉やサウナを楽しんだ後、シメに「麺屋 柊」で味噌ラーメンを食べました。帰りの車の中ではみんなで恋バナをしたり、歌を歌って大騒ぎしたりして、インターンに来ていることを忘れてしまうくらい楽しい日			



でした！

広い空と田んぼ、二車両編成の電車や、道路に突然現れるキツネやアライグマなど、車窓からも北海道を満喫できました！北海道は観光地同士が離れていて車が必須なので、運転してくれたお兄さんには感謝の気持ちでいっぱいです。心も体も満たされて、明日からまた頑張れそうです！



地域実践型インターンプロジェクト 活動報告書

令和 7 年 8 月 16 日 (土)

活動者氏名	江口 詞葉
行動記録 (いつ・どこで・誰と)	「一純」で就労体験 厚田学園でイベントのお手伝い
活動場所	
一純、厚田学園	
活動内容 (詳細)	
一純：そばの生地をこねる、お皿洗い 厚田学園：肝試しの運営補助 (お化け役)	
活動・生活所感	
今日は、道の駅にある「一純」という飲食店で働きました！インターン生全員、一純で働いた日は八幡二で死んだように寝ていたり、疲労困憊！といった顔をしていたので、4 人の中で最後だった私は覚悟を決めて出勤しました。 開店前は蕎麦の生地をこねて一人前の大きさに分ける作業をし、開店後は洗い場を担当しました。返却口に返されたお皿をひたすら洗う作業で、回転率が高いため、洗っても洗っても終わらないお皿地獄でした。はじめは時間がかかってしまいましたが、だんだんコツを掴んできたのと、普段のアルバイトの経験が生きて、お皿地獄にも対応できるようになりました。 休憩では、冷たい「ニシンそば」とイクラ丼とスイカまでいただきました！「ニシンそば」を初めて食べましたが、甘辛いニシンは噛めば噛むほど味が出て、コシのあるお蕎麦とよく合い、とろろもかかっていたのでサラッと食べられて絶品でした！！いくらプチプチ弾けて本当に美味しかったです！ お皿洗いは確かに楽なものではなかったけれど、従業員の方々が「無理しないでね」「頑張ったね」などと優しい声をかけてくださったので、めげずにやり切ることができました。最後にイチゴのソフトクリームも自分でまいて食べさせてもらいました！お盆期間ということもあり、15 時 30 分の時点で整理券は 526 番で、インターン生 4 人のなかで 1 番混んだ日だったそうなので、帰ってみんなに自慢しました！最終的には 600 番を超えたと報告いただき、誇らしい気持ちでした！	





一純は今までの就労体験とは少し違い、普段のアルバイトに近い感覚でした。厚田は一次産業が盛んで、地域の繋がりも強く、労働力を親族で賄っている場合が多いため、こうした三次産業に係るオープンな働き先は厚田では珍しく、新しく移住してきた人や学生アルバイトに向けた雇用の創出につながると思いました。

みんなが言う通り忙しくて大変だったけど達成感があり、なによりも厚田の方々の温かさに励まされながら仕事のできたので疲れを感じませんでした！帰り道の夕日といつもの景色がなんだかいつもより輝いて見えました！



夜は、先日「菅原農園」さんに就労体験で伺った際にお父さんからお話をいただいていた厚田学園での「お楽しみ会」のお手伝いをしました！まずは焼肉をいただきました！そのあとは子どもたちとブランコや鬼ごっこをして遊んだり花火をしたりしました！久しぶりに小さい子と遊べて元気をもらえました！男子は久しぶりに体育館でバスケができて、いきいきしていました。

時間になり、私たちの本来の目的である肝試しのお化け役の打ち合わせが始まりました！夜の校舎に私もワクワクしながら、生首のマネキンを投げて子どもたちを驚かす係をしました！仲良くなった子どもたちだったので正体がバレバレでしたが、楽しんでもらえてうれしかったです！子供たちにとっても私たちにとっても素敵な夏の思い出ができました🌟



地域実践型インターンプロジェクト 活動報告書

令和 7 年 8 月 17 日 (日)

活動者氏名	江口 詞葉		
行動記録 (いつ・どこで・誰と)	海浜プールで就労体験		
活動場所			
厚田海浜プール			
活動内容 (詳細)			
駐車場の受付、シャワーの受付券づくり			
活動・生活所感			
今日は、朝から雨でした。そのため予定ではキャンプ場での就労体験でしたが、海浜プールに変更になりました。午前中は管理棟にいましたが、雨がひどく車も一台しか来ず、シャワーの利用もなかったので仕事がありませんでした。そのため成果物作成のために実施しているアンケートを職員の方に回答していただいたり、ライフセーバーのお友達にメロンをもらって食べたりしながら時間を過ごしました。厚田に小さいころから住んでいる方とお話をしている中で、厚田の名前の由来などの歴史や、昔の話を聞きました。ニシン漁が盛んだったころは、水揚げの際に漁師網からこぼれたニシンが海浜プールあたりの浜に流れ着き、それを「拾いニシン」と呼び、袋一杯に詰めて持ち帰って食べていたそうです。地元の人から話を聞くのはとても面白いです。午後は八幡二の美味しいお弁当を食べて、駐車場で受付をしました。しかし一台も来なかったため、15 時で打ち切り、管理棟に移動してシャワーの受付券づくりをしました。早めに終わってしまったので、終了時間までインターン生 3 人で海沿いのごみ拾いをしました。雨で海が荒れた後だったので、普段は見ることのない海藻たちがたくさん打ち上げられていました。この日は結局車一台分の駐車料金しか収益がなく、晴れている日の収入との波があると感じました。キャンプ場も海浜プールも天候に左右されやすいため、不安定な仕事だと思いました。 夜は八幡二でパーティーが開かれていて賑やかだったので覗くと仲間に入れてもらい、美味しいカレーを夕飯に頂いたのにも関わらず料理をまたまたいただいてしまいました！厚田は本当にみんな温かくて優しい人ばかりです！明日は休日なので、休みつつ課題も頑張りたいと思います！			





地域実践型インターンプロジェクト 活動報告書

令和 7 年 8 月 18 日 (月)

活動者氏名	江口 詞葉		
行動記録 (いつ・どこで・誰と)	八幡二で作業する休日		
活動場所			
八幡二、道の駅			
活動内容 (詳細)			
提案内容まとめ、意見交換 道の駅視察			
活動・生活所感			
今日は休日だったので、みんなと八幡二で作業をしました。少しゆっくり寝るつもりでしたが、朝早く起きる習慣がついてしまって、朝の 7 時に起きてしまいました！朝ごはんを食べて、午前中は提案内容について情報収集を行いました。お昼になりお腹が空いたので、小山内さんと一緒に道の駅へ行き、「一純」でにしんそばを食べました。というのも、活動報告書を書いていたら自分の食レポのせいで食べたくなったのです。暑かったので、さっぱり食べることができて美味しかったです その後、道の駅でアンケートをしたり、一階のショップを社長の解説を聞きながら視察したりしました。人気のお土産や商品の製造元に関するお話も聞くことができました。 八幡二へ帰ってきてから少し作業の続きをして、夜ご飯を食べました。今日はとんかつでした！衣がサクサクしていて美味しかったです！マスターの料理は何を食べても美味しいです。 ごはんを食べたあとは、意見交換をしました。まだ自分の提案があまりまとめられていないので、みんなの意見を取り入れつつ形にしていきたいです。そのあとは先日ドライブに連れていってくれた厚田のお兄さんとドライブをしたり人狼ゲームをしたりして遊びました！この生活もあと 10 日しかないと思うと寂しいです。残りの毎日を大切に生活したいです。			



地域実践型インターンプロジェクト 活動報告書

令和 7 年 8 月 19 日 (火)

活動者氏名	江口 詞葉		
行動記録 (いつ・どこで・誰と)	ジャージー牛体験・見学会		
活動場所			
Cocoro dairyfarm			
活動内容(詳細)			
牛のお散歩、柵づくり、除糞作業			
活動・生活所感			
今日は、「cocoro dairyfarm」という厚田にある牧場で就労体験でした！今年新規就農されたご夫婦で、ジャージー牛を飼育していらっしゃいました。 まず牛のお散歩を体験させていただきました！牛の方向転換をするには顔の向きを強制的に変えなくてははいけなかったのですが、力加減が分からず苦戦しました。さらに背中を向けると攻撃されるし、少しでも踏まれるととんでもなく痛いので最初は恐怖心がありました。しかし、牛とこんなに近くで触れ合うことは滅多に経験できることではないので、新鮮で楽しかったです。 次に、放牧地の範囲を拡大するための柵づくりをしました。まず柵の縦部分を作るために、単管と呼ばれる鉄の棒をハンマーで等間隔に地面に埋め込むのですが、とても力のいる作業でした。ハンマーを振り上げるのにも力があるし、地盤がしっかりしているとなかなか刺さらず大変でした。 一度作業を切り上げて、お昼ご飯を頂きました。メニューはカレーライスで、ジャガイモがゴロっと入っていてスパイシーで美味しかったです！cocoro dairyfarmさんの近くの農家さんから頂いた牛乳を飲みました！普段飲んでいるものよりも甘くてまろやかでした！食後にはスイカもいただきました！ 午後は、柵の横部分を作るために、午前に埋め込んだ単管に横向きに単管を固定する作業でした。最初は斜めになってしまったり、位置を変えたりするのに苦戦していましたが、最終的にはみんながコツをつかみ、とてもスムーズに作業が進みました！とてもきれいな柵ができました！			



最後に、現在の放牧地内の除糞を行いました。牛の糞はいい肥料になるため、集めているそうです。無駄を作らない努力と、牛を大切にする思いが見えました。

就労が終わった後は、ご主人のギターに乗せてみんなで大合唱しました。私の大好きな「スピッツ」を、牛とみんなと歌いました！目の前に広がる景色に致死量の幸せを感じて涙が出ました…！とても素敵な思い出になり、絶対にまたここに帰ってきたいという気持ちになりました！

夜はインターン生4人で自転車を漕ぎ、「恋人の聖地」で天体観測をしました。厚田は本当に小さい星まで見えます。今日一日の思い出と、明日からの残り少ない日々思いを馳せ、星を眺めました。素敵な一日でした！



地域実践型インターンプロジェクト 活動報告書

令和 7 年 8 月 20 日 (水)

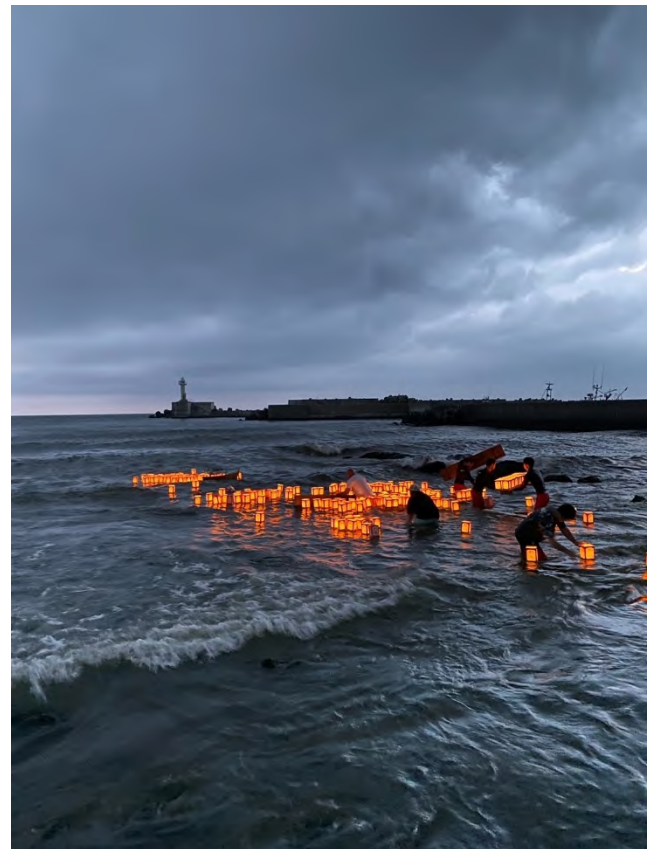
活動者氏名	江口 詞葉		
行動記録 (いつ・どこで・誰と)	北商工会で作業・灯籠イベントお手伝い		
活動場所			
石狩北商工会、旧厚田小学校			
活動内容 (詳細)			
午前：北商工会で作業 午後：灯籠イベントお手伝い			
活動・生活所感			
今日の午前中はみんなと北商工会で作業をしました。報告会までもうあまり時間がないので、気合を入れて頑張りたいと思います。 午後は「厚田灯籠流し」のお手伝いをしました。旧厚田小学校のグラウンドが盆踊り会場になっていて、キッチンカーや屋台などが出ていました。私たちは子ども向けの屋台の設営や運営のお手伝いで、男子は射的と輪投げ、女子はキャンドルすくいとお菓子釣りを担当しました。ポップを作ったり飾ったり、店番をするのが主な仕事で、子どもたちとたくさん触れ合うことができて楽しかったです！また、今年は夏祭りに行けていなかった ので、キッチンカーのグルメや、屋台の焼きそばや身が大きいホタテ、かき氷などのお祭りっぽいものを食べられてうれしかったです！ 北海道ならではの「子ども盆踊り」も踊りました！私たち以外のみんな踊っていて、文化の違いを感じました！とても楽しかったです。 会場には、インターン中にお世話になった方々がたくさん来ていて、みなさん声をかけてくださいました。厚田の方々の優しさが温かくて、残り少ない日々に寂しさを感じて、この1カ月間がどんどん蘇ってきて、まるでドラマの最終回のように、涙がでました。 海まで移動し、灯籠流しを見ました。暗い海に浮かぶ灯籠は温かくてきれいで、私たちも一つずつ海に流させてもらいました。この日はあまり天気が良くなかったので波も荒く、浜に打ち上げられる灯籠もありました。しかし波に負けず水平線に向かって流れていく灯籠もあり、それを静かに眺める厚田の方々の姿にまた涙がこぼれ、このまちがずっとなくなりませんようにと、願う			



ばかりでした。

会場に戻り、少しすると雨がひどく降ってきたので、予定より早めに片づけをしました。雨が上がった後は、残った皆さんと一緒に最後に子ども盆踊りをもう一度踊りました！みんなで円になって、楽しく賑やかに踊りました！

今日は本当に心に残る日で、自分の厚田に対する思いを再確認できた日でした。残り約一週間、厚田のために頑張ります！



地域実践型インターンプロジェクト 活動報告書

令和 7年 8月 21日(木)

活動者氏名	江口 詞葉		
行動記録 (いつ・どこで・誰と)	北商工会で作業 みんなでバスケ		
活動場所			
北商工会、厚田学園			
活動内容(詳細)			
北商工会で成果物作成 厚田学園の体育館でバスケ(夜)			
活動・生活所感			
今日は北商工会で作業でした。一日中作業をした日は初めてだったので、新鮮な気持ちでした。報告会まであと一週間なので、気を抜かずに最後まで頑張りたいです。 お昼ご飯は八幡二で食べました！私は海鮮が食べたかったので、「気まぐれ丼」を頼みました。具材は日替わりで、今日はタコ、マグロ、サーモン、ネギトロ、とびこでした！新鮮で美味しかったです！「カスベ」という魚の煮凝りと、魚を米麹や野菜と一緒に漬け込んだ「飯寿司」という郷土料理も食べさせていただきました！初めて食べましたが、不思議な味でした！ 作業終わりの八幡二でご飯を食べました。メニューは待ちに待ったマスター特製の「ザンチリ」でした！！！！ザンチリは、ザンギにエビチリのソースがかった料理で、ピリ辛で何個でも食べたい美味しさでした！ 夜は厚田学園の体育館をお借りして、バスケットボールをしました。男子二人は厚田に来た時からずっとバスケをしたいと言っていて、出来る場所を探し続けていたので三週間越しに夢がかなって本当に嬉しそうでした。私は二人がバスケをしているところをしっかりと見たのは初めてだったのですが、かっこよかったです！少し参加させてもらいましたが、すぐに疲れてしまいました。しかし、みんなで体を動かすのはとても楽しかったし、とてもいい気分転換になりました！帰りは自転車でセイコーマートに行き、アイスを食べました。みんなの楽しそうな笑顔がたくさん見られて幸せな日でした！！			



地域実践型インターンプロジェクト 活動報告書

令和 7 年 8 月 22 日 (金)

活動者氏名	江口 詞葉		
行動記録 (いつ・どこで・誰と)	北商工会で作業		
活動場所			
北商工会、カントリーキッチン・アン、八幡二マスターの実家			
活動内容 (詳細)			
北商工会で成果物作成 八幡二マスターの実家でプチトマト収穫のお手伝い			
活動・生活所感			
今日も北商工会で一日作業でした。お昼は「カントリーキッチン・アン」に行きました！歓迎会をしていただいた際にアンのご飯は頂きましたが、ランチを食べてみたかったので、タイミングを伺っていて、やっと今日行くことが出来ました！私は、「ミックスフライ定食」を注文しました。内容は、エビフライやクリームコロッケ、帆立や牡蠣のフライでした！ほかに私の大好きなトマトサラダや、厚田の人気店「妹尾豆腐店」の冷奴が、「ありす café」の素敵な器に盛りつけられている贅沢で厚田の良さがぎゅっと詰まったランチでした。ボリュームで本当に美味しかったです！食後には、アイスコーヒーとシュークリームもいただきました！疲れていたのが甘いものがうれしかったです。途中、工事の関係で停電してしまいましたが、自然光がさす店内でアンママとゆっくりおしゃべりを楽しみました。心も体も休まり、厚田に帰ってきたら絶対にここに来ることを誓い、アンを後にしました。 道の駅で取材を済ませた後、お土産屋さんを見てみると、今日入荷というシーグラスで作ったネックレスがあり、一目惚れして買いました🌟 作業が終わり、八幡二のマスターのお迎えで発足にあるマスターのご実家にお邪魔しました！山の中にあるぽつんと一軒家ですが、とにかく土地が広くて、沢山の野菜やメロンを育てていました！プチトマトの収穫をお手伝いさせていただいたのですが、たくさん生りすぎて大変でした！しかし、私はトマトが大好きなので、食べるためにせっせと収穫しました！ 帰り道にはシカを二頭見ました！北海道は道でいろいろな動物を見ることが			



が出来て楽しいです！そして八幡二に帰ってきて、夜ごはんでかつ丼と蕎麦を食べました！デザートはメロンでした！マスターのご飯を食べられるのも残り少ないと思うと寂しいです。毎日噛み締めようと思います！



地域実践型インターンプロジェクト 活動報告書

令和 7年 8月 23日(土)

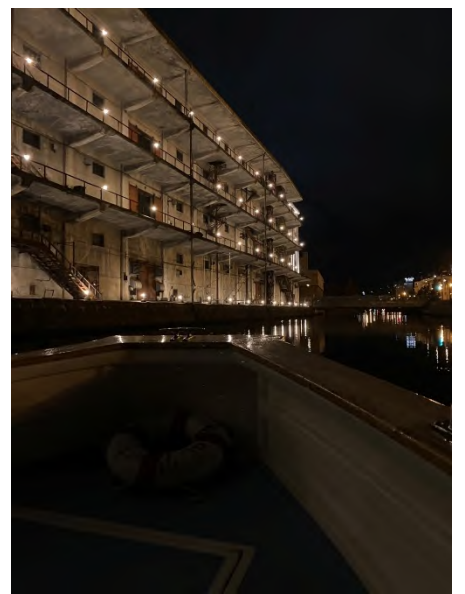
活動者氏名	江口 詞葉	
行動記録 (いつ・どこで・誰と)	定山溪・小樽観光	
活動場所		
定山溪・小樽		
活動内容(詳細)		
定山溪・小樽観光		
活動・生活所感		
今日は休日でした！朝 7 時に八幡二を出発し、バスに乗りました。先日就労体験でお世話になった「cocoro dairyfarm」のご夫婦に途中で合流して、ドライブに連れて行っていただきました！最初に定山溪に行きました！ご夫婦お勧めの「ホテルミリオネ」にあるパン屋さんで朝ごはんを食べました！ここは、足湯に入りながらパンを食べることができるテラス席があり、私たちもそこで優雅にモーニングをしました！あんクロワッサンはサクサクで、ジャージー牛乳のカフェオレとよく合いました。天気がとてもよかったので足湯は少し暑かったけど、定山溪で足だけでも温泉に入れてよかったです！そのあとは二見吊り橋まで行き、景色を眺めました！生い茂る緑に橋の赤色がよく映えてとても綺麗でした！ 次にご夫婦お勧めの「RAMAI」というスープカレー屋さんに行きました！北海道はスープカレーが有名ですが、私はまだ一度も食べたことがありませんでした。私は、「ブヒッ」という面白い名前のスープカレーを選びました。豚しゃぶのお肉が入ったスープカレーで、レンコンやかぼちゃ、なすやウズラの卵など、具材たっぷりです！とっても美味しかったです！！ その後小樽へ移動し、最初に手宮線跡地へ向かいました。昔使われていた北海道最古の線路がそのまま残っていて、その上を人が歩いている光景はなんだか不思議でしたし、北海道の歴史を感じました！ 次に、「小樽浪漫館」に行きました。ガラスで作られた小さな置物やストラップがたくさん置いてあり、ワクワクしました！そのあとは「LeTAO」でお		



土産を買い、フロマージュのソフトクリームを食べました！チーズが大好きなので、とても美味しかったです！ここでご夫婦とお別れをして、私たちは小樽運河に向かいました！SNS でよく見る景色が広がっていて、思わずたくさん写真を撮りました！小樽のまちを散策しながら、気になったお店にも入ってみました。「大正ガラス館」「キャンドル工房」「オルゴール堂」「北一硝子」など、小樽の特産品をたくさん見て回りました！繊細なガラス細工や、オシャレなキャンドル、可愛いオルゴールなど、素敵なものが沢山あって何時間でも見ていられそうでした！最後に小樽運河に戻り、「小樽運河クルーズ」に乗りました！小樽運河の端から端までと、小樽港にも出るルートで、運河の中から小樽の街並みを見ることが出来ました。ナイトクルーズにしたので、町全体がオレンジの光でライトアップされていてとても風情のある景色でした。ガイド付きだったので、建物の名前や歴史も学びつつ船旅を楽しみました！運よく一番前の席に座ることが出来て、心地よい潮風を浴びながらゆったりと小樽のまちを眺めることが出来て幸せでした！

小樽と言ったら海鮮！なので、お寿司を食べて帰ろうと思っていたのですが、時間が遅かったようでどのお店も受付終了でした。しかしどうしても海鮮が食べたかった私たちは、駅前のドン・キホーテで刺身用のタコのパックを買い、小樽駅で丸かじりしました。海鮮を食べ損ねて悲しかったですが、これもいい思い出です。

小樽はずっと行きたかった場所なので最後に行くことができて良かったです！北海道に詳しいご夫妻のガイドで私たちでは思いつかないような素敵な場所に連れて行っていただけて本当に楽しかったし、またこうしてお世話になった方とお会いできるのがうれしかったです！



地域実践型インターンプロジェクト 活動報告書

令和 7 年 8 月 24 日（日）

活動者氏名	江口 詞葉		
行動記録 (いつ・どこで・誰と)	厚田で過ごす最後の休日		
活動場所			
朝市、古潭会館周辺、Diamant Pur、支笏湖			
活動内容（詳細）			
朝市視察、古潭音楽フェス&BBQ 参加、Diamant Pur 訪問、支笏湖で星空観察			
活動・生活所感			
今日は、最後の休日でした！朝は早く起きてしまった木村さんと二人で朝市に行きました。今まで休日は就労日で平日の朝市しか見たことがなかったので、ほとんどのお店が開いている光景は厚田に来て初めて見ました！ホタテやタコキムチなどの加工物もたくさん売っていてとても活気があり、楽しかったです！自宅にホタテなどを郵送しようとしたのですが、鮮度が落ちてしまうのと送料がとても高かったので諦めました。帰りながら漁港周辺を散策し、番屋なども見に行きました。今日初めて知ったのですが、八幡二の隣は土日しか営業していないお店だったそうで、厚田産のホタテの炊き込みご飯を売っていました！朝ご飯を食べるつもりはなかったのですが、お店が開いているのはレアだったし、美味しそうなので迷わず買いました。八幡二に戻って、谷さんのお味噌汁と一緒に炊き込みご飯を食べました！甘めの炊き込みご飯で、ホタテのうまみがよく出ていてとても美味しかったです。こんなに有意義でゆっくりした朝は厚田に来て初めてでした！  そのあとは、地域おこし協力隊の方に古潭の音楽フェスに連れて行っていただきました。音楽が鳴り響く賑やかな会場で BBQ にも参加し、ホタテやお肉、手作りの梅酒など、美味しいものをたくさんいただきました！ そのあとは厚田にある「Diamant Pur」に行きました！夕日が綺麗に見えると聞いて、ずっと行ってみたいと思っていたので天気が良くてうれしかったです！窓際のカウンター席に座り、海と夕陽を眺めながら塩キャラメルパンケーキとザクロジュースをいただきました！美味しかったです、店内もかわいくて素敵なお店でした ✨ 食べ終わってテラスに出て、ブランコに乗りなが			

ら海を見てゆっくりしました！白いブランコやベンチは夕日や芝生との相性がよく、まるで絵画を見ているようでした。その後道の駅に移動し、夕日が沈むのを眺めました。厚田の夕日は本当に綺麗です！！あと何回見られるのかを数えるととても寂しかったです。

夜は八幡二でご飯を食べました。オクラや揚げナス、トマトが乗ったそうめんで、さっぱり食べられて美味しかったです！マスターはご飯のメニューや量、好き嫌いなども考えていつもご飯を作ってくれます。本当にありがたいし、私たちがここまで一度も体調を崩さずにこられたのは絶対にマスターのご飯のおかげです。大好きです。

ごはんを食べてまたまた地域おこし協力隊の方のオープンカーで支笏湖まで連れて行っていただきました！私の大学の友達三人も別のインターンで石狩に来ていたので、その子たちも誘って行きました！久しぶりに会えて話が止まらなかったし、あと少し頑張ろうと思えました！曇ってしまって星はあまり見えませんでした。支笏湖から帰る道でたくさんの鹿を見ることが出来てうれしかったです！最後にすすきのの夜景を見て帰りました！

2日間の休日で行きたかったところに行ったり、みたい景色を見たりできたので、これから報告会まで、最後の追い込みで頑張ります！



地域実践型インターンプロジェクト 活動報告書

令和 7 年 8 月 25 日 (月)

活動者氏名	江口 詞葉		
行動記録 (いつ・どこで・誰と)	北商工会で作業		
活動場所			
石狩北商工会			
活動内容 (詳細)			
報告会資料作成 就労ガイドブック作成			
活動・生活所感			
今日は石狩北商工会で作業でした。就労ガイドブック制作は順調に進んでいます。私はガイドブックの編集長なのですが、部下たちは日を追うごとにどんどん編集のレベルが上がっていて、編集長の座を乗っ取られそうになっています。レイアウトも細かいところまでこだわって修正を重ね、納得のいくものができています。しかし、報告会で行う自分の提案内容はまだ考えが固まっておらず、少し焦っています。お世話になった厚田のためにも、しっかり考えて頑張りたいです。お昼ご飯は前に食べてみてお気に入りになったセコマのパスタを食べました！石狩北商工会に戻り作業をしていると、今日も私たちお得意の議論が勃発しました。市役所の方を巻き込みながらしっかり落ち着いて（いつも有難うございます！）セコマでちょっといいアイスを買って、石狩北商工会の駐車場に座りながら5人で食べました。大変だけど成長できる毎日です。 八幡二の今日の夜ごはんは天丼でした！カボチャやナスなどの野菜や鶏肉などがたくさん載っていてボリュームで、信じられないくらいサクサクしていました！インターン生の中にはこれが一番好きだという人もいたほど美味しかったです！食べ終わった後に少しくつろいていると、店主がなにやら怪しげなお皿をもって現れました。そこに乗っていたのは4本の唐辛子でした。店主の家で育てているもので、以前畑にお邪魔した際に食べてみたいといっていたものの、本当にそのまま出てくるとは思いません			



でした！木村さんと野寄君さん1本丸々食べて悶えていたので、私は先の方を少しかじることにしました。それでも口が痺れて痛かったです！店主は楽しそうに眺めていて、途中で牛乳を持ってきてくださり、4人で1パック飲み切りました！楽しい時間でした。

八幡二で夜ごはんを食べられるのはあと1回ということが今日判明して、すごく寂しくなりました。朝ごはんも昼ご飯も毎日噛み締めて食べようと思います。



苦しむ2人↑



地域実践型インターンプロジェクト 活動報告書

令和 7 年 8 月 26 日 (火)

活動者氏名	江口 詞葉	
行動記録 (いつ・どこで・誰と)	石狩北商工会で作業 最後のドライブ	
活動場所		
石狩北商工会、札幌、石狩市街地		
活動内容（詳細）		
就労ガイドブック・報告会資料提出 ドライブでラーメン・夜景・温泉 八幡二締め出し事件		
活動・生活所感		
今日も石狩北商工会で作業でした。今日の夜は男子と女子でそれぞれどうしても諦められない用事が夜にあったのですが、あまり作業が進んでいない状況でした。しかし私たちは気合を入れ直し、今までにないくらい集中して頑張ることができました！ガイドブックはほぼ完成、報告会資料はベースが出来上がりましたが、まだ改善の余地がある内容なので、明日もっと頑張ります！ 17時ちょうどに提出を終わらせた私たちは、晴れやかな気持ちで八幡二に帰りました。出かける支度をして、ご飯は食べずに八幡二を出ました。しかし、夜ごはんを八幡二で食べられなかった日はもったいないことをした気持ちになるし、なんだか不良少女になった気持ちになるので、夜ごはんに作ってくださるはずだったほっけの干物をお昼ご飯にしてもらい、無事に食べることができていました！そのため、夜はお世話になっている「厚田のお兄さん」の運転ですっと食べてみたいと思っていた「信玄」のラーメンを食べました！普段は味噌ラーメンをあまり選ばないのですが、北海道に来てからは味噌ラーメンしか食べていません！いろんな人におすすめされただけあって本当に美味しいです。お腹が満たされたので、旭山記念公園まで行き、夜景を見ました。高いところから見下ろす札幌の夜景は綺麗でした。北海道に来て星空は何度も見ていたけど、夜景は初めて見たので新鮮でした！再び車に乗って、石狩にある温泉に行きました。小山内さんとおしゃべ		



りしながらゆっくり入り、お風呂上りには瓶コーラを飲みました！連日の作業で疲れた体が癒され、リフレッシュできました！

温泉を出て車を走らせていると、どんどん雷がひどくなっていました。あまりにも光りすぎていたので、カシオペアの丘に車を止めて雷観察をしました！雨がひどくなってきたので車に戻り、帰るのが寂しいのでゆっくり走ってもらい、八幡二に到着しました。とてもいい一日でした！



で終わると思っていたら、八幡二の鍵が閉まっていました。大好きなバスケットとサウナにより疲れた男子による犯行でした。彼らはもう寝てしまっていて電話に出なかったなので、市役所の方に連絡して、厚田でお世話になっている方の家に泊めていただくことになりました。明日帰ったら叱ろうと思います。



↑ 野寄さんが大好きな灯台お兄さん作っていただきました。



を

地域実践型インターンプロジェクト 活動報告書

令和 7年 8月 27日(水)

活動者氏名	江口 詞葉		
行動記録 (いつ・どこで・誰と)	石狩北商工会で作業		
活動場所			
石狩北商工会、カントリーキッチン・アン			
活動内容(詳細)			
就労ガイドブック・報告会資料最終確認			
活動・生活所感			
今日の朝、八幡二に帰ると男子二人が土下座でお出迎えをしてくれました。昨日のことはあまり覚えていないのですが、反省していそうだったので許しました。石狩北商工会に向かう途中にセコマに寄ると、男子がお菓子や飲み物を買ってくれたり、石狩北商工会のドアを開けてくれたり靴を閉まってくれたり、暑いと言ったら手で仰いでくれたり、相当反省しているようでした。 今日も市役所の方々が足を運んでくださり、私たちの成果物に対するフィードバックをして下さったので、各自早速修正作業に取り掛かりました。 午前の作業が終わり、あまり時間がなかったのでお昼ご飯を迷ったのですが、最後にどうしてももう一度カントリーキッチン・アンのご飯が食べたかったので行きました。アンのママは一人でお店を経営しているので、調理から配膳まで全て一人でやられています。本当にすごいです！店内は少し混んでいたため、私たちも配膳のお手伝いをさせていただきました。私たちは全員若鶏の唐揚げの定食を頼みました！鶏肉がジューシーで本当に美味しいです。私はママが作るトマトサラダが大好きなので、食べられてうれしかったです！時間に迫られて食べることが出来なかったため、唐揚げはパックに詰めてもらい、アイスコーヒーはグラスごと持って出ました！ 午後の作業では就労ガイドブックを無事完成させることが出来ました！全			

員で協力して、全員が納得いくものができました。早く皆さんの手に届けたいです。報告会資料は裏表紙にこだわり、人文字で「THANK YOU」の文字を作りました！

八幡二に帰ると、楽しみにしていた海鮮丼が待っていました。最後の晩御飯ということで、店主が気合を入れて作ってくださいました。豪華すぎる海鮮丼（たこ、サーモン、マグロ、いか、ホタテ、えび、とびこ、あじ）だけではなく、豆イカの煮つけ、ワタリガニの味噌汁も作っていただきました！贅沢でキラキラしていて、本当に美味しかったです。八幡二では新鮮な海鮮をいろいろな料理でたくさん食べさせていただいて、いつもとてもおいしく最後の晩御飯では寂しい気持ちになりました。

食事が終わり、作業の続きをしました。八幡二の一階は私たちにとって北とても集中できて、いい考えが浮かぶ場所です。みんなで報告会資料を最初から最後まで1ページずつ読み、スライドのレイアウトや提案内容に対する意見交換をしました。内容がだんだんまとまっていき、明日が少し楽しみになりました。眠気と闘いながらみんなで夜遅くまで作業し、私と野崎さんは原稿を作って結局4時ごろ寝ました。納得いくまで資料を作ったので、報告会では自信をもって悔いのない発表をしたいです。



地域実践型インターンプロジェクト 活動報告書

令和 7 年 8 月 28 日（木）

活動者氏名	江口 詞葉		
行動記録 (いつ・どこで・誰と)	活動報告会 送別会		
活動場所			
石狩北商工会、八幡二			
活動内容（詳細）			
石狩北商工会で活動報告会、八幡二で送別会			
活動・生活所感			
今日は、活動報告会本番の日でした。朝ごはんは、私が店主におすすめしたオクラのお味噌汁が出てきました！とっても美味しかったです！ 午前中は、石狩北商工会の会場設営とリハーサルを行いました。ついにデータではなく冊子として形になった就労ガイドブックを手にとったとき、感動とワクワクが同時に押し寄せました。報告会資料も私たちの頑張りの分だけ分厚くなっていました。 お昼ご飯は、唐揚げを店主が黒酢炒めのようにリメイクしてくれました！既に美味しい唐揚げがもっと美味しくなっていて、緊張していたけどペロリでした！最後のお昼ご飯にふさわしいごはんを味わうことが出来ました！ 石狩北商工会に戻り、原稿の最終確認をしました。私たちにはそれぞれのペアにハンドシェイク（いくつかの動作を組み合わせた挨拶のようなもので、男子発案です）があり、一カ月間何度もやっていました。最後はそれを活かして、4人のハンドシェイクを考えて、円陣を組む代わりにやりました。私は、インターン生を代表してガイドブックの説明と総括を言わせてもらうことになっていたのととても緊張していましたが、ハンドシェイクで笑い転げたおかげで緊張が吹き飛びました！ 時間になると会場にはお世話になった方々が次々とお見えになり、みんなで受付をして報告会が始まりました。皆さんが真剣に資料を読んだり私たち			



の発表を笑顔で聞いてくださっていて嬉しかったです。私もみんなも後悔のない発表ができたと思います。報告会が終わった後も優しく声をかけていただいたり、成果物を褒めていただいたりしました。本当にどうなることかと思ったけど、何とか最後まで、納得いく形でやり遂げられてよかったです。

最後の日、初日と同じように4人で海に行き水切りをするとずっと決めていたので、送別会が始まるまでの時間で、電動自転車を漕いで海に行きました！厚田でたくさん成長しましたが、水切りの腕だけは成長していませんでした。初日と同じく曇っていて厚田の綺麗な夕日は見えませんでした。道の駅にも行ってガチャガチャを回してお土産を買いました。

久しぶりに乗る電動自転車の感覚と、前を走る3人の後ろ姿がなんだか懐かしくて、寂しかったです。

八幡二に帰ると、私たちのために「お疲れサマー会」を開いてくださっていました！美味しそうなご飯がテーブルいっぱい並べられていて、カンントリーキッチン・アンのママが私のために私の大好きなトマトサラダも作ってくれていました！お世話になった方々とおしゃべりしながら美味しいご飯をもりもり食べていると、なんと市役所の方々がケーキを持って登場してきました！

贅沢にも2つ用意して下さったケーキのプレートには、「お疲れさま」と「なかよく」。私たちが意見の食い違いでたくさん迷惑をかけてしまった市役所の方々からのこの言葉は説得力がありすぎるほどでしたし、私たちのイ



ンターンの一か月間がこの言葉にぎゅっと詰まっている気がします。サプライズ嬉しかったです！有難うございました！最後には八幡二の店主やあい風の社長など、厚田でお世話になったたくさんの方々から暖かい言葉をもらい、ハグをしたり写真を撮ったりしました。まだ作り終わっていなかったミサングも4人で急いで編んでお渡しし、またここに戻ってくることを約束しました。お別れするのが寂しかったです。

大好きな人たちと大好きな場所で大好きなごはんをお腹いっぱい食べて、最後の夜を過ごせて幸せでした！本当にありがとうございます！

夜は4人でトランプをする約束をしていたのですが、疲れて寝てしまいました。最後の夜を有意義に使えないところも私たちらしいなと思いました。



地域実践型インターンプロジェクト 活動報告書

令和 7 年 8 月 29 日（金）

活動者氏名	江口 詞葉		
行動記録 (いつ・どこで・誰と)	修了式 北海道から出発		
活動場所			
石狩市役所			
活動内容（詳細）			
厚田内のお世話になった各所へ挨拶 市役所で修了式・市長へご報告			
活動・生活所感			
今日は、インターン最終日でした。最後の朝でしたが、いつもと変わらず4人で店主の作ってくれるいつもの朝ごはんを食べました。急いで荷造りをして、部屋を片付けました。たくさんの思い出が詰まった部屋とお別れ惜しんでいる時間もなく、バタバタと一階に降りて八幡二のご夫婦に挨拶をしました。そこで、昨日の夜に作ったミサンガと手紙を渡して、お礼をしました。谷さんご夫婦は、感極まって泣いている私たちを温かく見守りながら、「行ってらっしゃい！」と送り出してくださいました。4人で支所まで歩いて向かい、その後に厚田産業さんにもご挨拶をしました。車窓から見える、すっかり見慣れて愛着の沸いた景色に寂しさを感じつつ、大好きな厚田を後にしました。 市役所へ向かう車内では、私たちが北海道で何度も繰り返し聞いて口ずさんでいた大好きなスピッツの「優しいあの子」と、市役所の方が私たちを思って聞いてくれていたという曲を聴きました。私たちはどうやら涙腺が崩壊してしまったようで、ずっと泣いていました。今思えば泣きすぎなくらい泣いていました。 一カ月ぶりの石狩市役所に少し緊張と懐かしさを感じながら、打ち合わせをした後に、市長にご挨拶をしました。就労ガイドブックや報告会資料をお見せしながら、一カ月間の成果をご報告しました。私たちの提案内容をどうにか活かそうと考えてくださっていて、嬉しかったです！そして修了証書を授与していただき、市長とはお別れをしました。その後、お世話になった商工労働課の方々とお話をしました。ここでもまた4人全員泣きながら感謝の気持ちを伝えました。			



市役所を出発し、市役所の方がおすすめのお店で焼肉を食べました！久しぶりの焼肉は最高でした🌟デザートに食べたゴマアイスも、口の中がさっぱりして美味しかったです！たくさんお世話になった市役所の方と最後と一緒にご飯を食べられてよかったです！札幌駅まで車で送っていただき、お別れをしました。やっぱり泣きました。



新千歳空港ではお土産を買ったりラーメンを食べたりして、みんなとも北海道ともお別れをしました。

この一カ月間、毎日予定をパンパンに詰めて、毎日倒れるように寝ていました。そのおかげで本当に充実していたし、楽しかったです！意見の食い違いもたくさんありましたが、おかげで強くなることができました。大学3年生の夏の一月を厚田に捧げる選択をしたことを最初は少し不安に思っていたが、今は胸を張って頑張ったといえる経験になったので、このインターンに参加して本当に良かったです。

出会って1日目で部屋の仕切りのふすまを全開で寝て、4日目に意見の食い違いで衝突した3人と、毎日自由奔放に過ごすことが出来たのは、様々な面から支えて下さった方々のおかげだと思っています。私たちをあたたかすぎるほどあたたかく迎え入れてくださり、本当にありがとうございました！八幡二は私にとって第二の実家で、厚田は第二の故郷です。一カ月間、本当にお世話になりました！！必ず4人で戻ってきます。

私たちのインターンはまだまだ終わりません！11月30日、まずは東京から！厚田を広めてきます！



