

石狩市まちづくり実践インターンシップ 活動報告書

令和 8 年 8 月 21 日（金）

活動者氏名	北村史織		
行動記録 (いつ・どこで・誰と)	午後・石狩市役所 403 会議室・市役所 の方々、サポートメンバー、インターン 生・オリエンテーションなど		
活動場所			
13:00～ 石狩市役所 403 会議室 18:00～ 活菜旬魚 さんかい			
活動内容（詳細）			
13:00～15:30 顔合わせ、オリエンテーション 15:30～16:30 市長表敬 18:00～20:00 懇親会			
1 日の感想			
私は札幌帰省を終えてからの参加だった。石狩に来るのは初めてだったが、自分が慣れ親しんだ札幌の住宅街と変わらないような街並みや、振り向けば必ず手稲山が見える環境で2週間活動ができることをとても楽しみに思った。 そして、初日に一番嬉しかったことと言えば、何と言ってもお世話になっている市役所の方たち、そしてサポートメンバーのみなさんにようやくお会いできたことだ。特にサポートメンバーのみなさんに関しては、私がインターン先に石狩を選んだ理由の一つに「地域の大学生と協働できる」ことがあったので、嬉しさもひとしおだった。2週間というインターン期間は長くはないが、活動を通して仲を深め、今後も続く関係を構築していけたらなと思う。みなさま、2週間よろしく願いいたします。 加藤市長にもお会いでき、お話を伺うことができた。最も心に残ったのは「今を大事にする」ということだ。2週間、石狩や北海道に没頭できるだけでなく、活動以外でもホテルや食事など、全ての面で手厚いサポートをいただいているこの環境は決して当たり前ではなく、自分にはもったいないくらい恵まれていると感じる。感謝の心を忘れず、2週間を充実させられるように、最大限頑張っていきたい。 今回宿泊する「たびのホテル石狩」には、フロントの扉をくぐる前から感動			

しっぱなしだった。まず外観がとても綺麗で、館内は樹のいい香りがした。部屋は清潔でとても居心地がいい。最も感動したのは室内に簡易洗濯機が洗剤と共に設置されていたことだ。石狩に来るまで、チェックインしたらまずやるべくは洗剤を買いに走ることだと覚悟していた私は、洗剤が備えられていることに深く感動した。そしてその洗剤を使わせていただき、札幌帰省中に溜まりに溜まった洗濯物を3回に分けて洗濯した。ハンガーも10本以上用意されていて、干すのにも全く困らなかった。このように、ホテルでも自分には勿体ないくらいのおもてなしを受け、ここで体調や生活をしっかりと整え、活動に励もうと思った。ホテルのみなさま、2週間よろしくお願いいたします。

待ちに待ったインターンがついに始まり、とてもワクワクしている。現場で見聞きして石狩市の様々なことについて学び、インターン期間の最後には良いプレゼンができるように頑張りたい。また、活動内外で沢山のひとと会話・交流し、石狩のことのみにらず北海道のありとあらゆる知識をつけていきたい。

石狩市まちづくり実践インターンシップ 活動報告書

令和 8年 8月 22日(土)

活動者氏名	北村史織		
行動記録 (いつ・どこで・誰と)	午前・たびのホテル石狩周辺・他の道外インターン生とサイクリング 午後・はまなす国体記念石狩市スポーツ広場・インターン生、市役所の方々		
活動場所			
10:30~12:00 たびのホテル石狩周辺 13:30~21:00 はまなす国体記念石狩市スポーツ広場			
活動内容(詳細)			
10:30~12:00 サイクリング 13:30~21:00 市制施行 30 周年記念 2026 石狩市民花火大会運営サポート			
1 日の感想			
午前中は、他の道外インターン生と、貸していただいている自転車でサイクリングに行った。最後に自転車に乗ったのがちょうど 10 年前だったため、久しぶりに乗りこなせるか正直不安だったが、いざ跨ってみるとその心配は杞憂に終わり、20 分後には完全に感覚を取り戻し乗りこなせるようになっていた。当初は海岸の方に行こうとしていたが、道中の国道 337 号線の交通量が多く危険だったので、引き返して茨戸川の河川敷に行った。途中では午後の花火大会の会場だったはまなす国体記念石狩市スポーツ広場の横も通り、風を感じながらのサイクリングは非常に気持ち良かった。ホテルに戻る前にはセイコーマートとコープによって昼食を調達した。ホテル近くにホットシェフのあるセイコーマートがあることがとても嬉しい。インターン期間中にホットシェフの食べ物を一通り食べるのが私の今回の裏目標である。 午後は花火大会の運営のお手伝いに行き、旗の設置や道の駅ブースの物販に参加させていただき、そして石狩市のキャラクターである「さけ子」の着ぐるみに入った。着ぐるみの中の人になる経験は初めてだったが、顔中から滝汗が噴出するほど暑かった。それでも、さけ子の皮膚越しに見る来場者やお子さんが喜んでくれている姿に励まされ、慣れない中でも楽しむことができた。 (この報告書がちびっ子たちの目に触れることがないように祈るばかりであ			

る。) また、石狩鍋の無料提供の呼び込みでは、訪れた方が「石狩鍋」と聞いてすぐにブースの列に並ぶ様子から、石狩鍋が市民から愛されている食べ物であることが分かった。19:30 には約 4,000 発の花火が盛大に打ち上げられ、インターン生みんなで観ることができた。石狩でこのメンバーで大輪の花火を見ることができたのは良い思い出となった。お祭り終了の片付けの際には私が日頃から応援している北海道コンサドーレ札幌の通訳士でもある鈴木ウリセスさんにもお会いすることができ、花火と同じくらい感動した。ウリセスさん、ありがとうございました。

まだ石狩に来て、2 日しか経っていないにも関わらず、参加しているインターン生との距離がぐっと近くなったように感じる。明日も厚田地域の見学の中でよりお互いのことを知っていきたい。

石狩市まちづくり実践インターンシップ 活動報告書

令和 8 年 8 月 23 日（日）

活動者氏名	北村史織		
行動記録 (いつ・どこで・誰と)	日中・厚田地区・インターン生と		
活動場所			
厚田地区内			
活動内容（詳細）			
10：00～11：00 飛ぶ鳥農場見学 11：00～12：00 厚田キャンプ場 12：00～13：00 お食事と民宿 八幡二さんにて昼食 13：00～14：30 道の駅石狩「あいろーど厚田」、厚田展望台 14：30～15：30 石狩油田を探す 15：30～16：30 石狩灯台、はまなすの丘公園			
1 日の感想			
今日は厚田地区の視察に連れて行っていただいた。北海道で海を見ることはこれまであまりなかったため、道中のドライブもとても楽しかった。 最初に伺ったのは「飛ぶ鳥農場」さんだ。大自然の中での暮らしで沢山の動物が飼育されており、ガチョウや羊は放し飼いにされているなど、短時間の見学でもとても癒された。伺ったお話の中で特に印象に残ったのは、鶏のエサのこだわりだ。材料は全て道産というだけでなく、白身の美味しさのためにミネラルが含まれる魚醤の粕を入れるなど、飼料の質を追求されていることに驚いた。しかも魚醤は北海道の水産加工会社である佐藤水産のものを利用し、採れた鶏卵が今度は佐藤水産の商品に利用されるという循環にも驚いた。夕方ホテルに戻った後、他のインターン生が買った卵を割ったところを見せてもらったが、黄身の部分もとても白っぽく美味しそうだった。 次に訪れた「厚田キャンプ場」では森林浴を楽しんだ。小川にも入り、心身ともかなりリフレッシュすることができた。普段関東ではなかなか体験することのないアクティビティで、しかもインターン生たちと楽しめたのは、昨日の花火大会に引き続き、いい思い出になった。また必ず来ようと思った。 「八幡二」さんで美味しいカレーとメロンをいただいた後、道の駅「あいろーど厚田」や「厚田展望台」へ行った。近くには「厚田海浜プール」や番屋が			

あった。増毛町や小樽市に鯨番屋があることは知っていたが、石狩にも番屋があることが分かり嬉しかった。恋人の聖地プロジェクト道内認定1号目の「厚田展望台」はロマンチックなのはもちろん、日本海の反対側にそびえている山々の景色が最高だった。一人ずつ幸せの鐘も鳴らした。素敵な人と出会えますように。。

その後油田探しに奔走し（様々な困難の末油田と思われるものを発見でき良かった）、「石狩灯台」のある「はまなすの丘公園」に行った。実際に砂州の上で、時期的にもう見られないと思っていたハマナスの花も見つけることができ嬉しかった。一面に広がる穂をつけたススキもとても綺麗だった。

明日からはいよいよ本格的なインターンが始まる。明日は昨日今日遠くから見るが多かった洋上風力発電の視察と、以前から関心のあった市内交通が特に楽しみだ。週明け月曜から元気に頑張りたい。

石狩市まちづくり実践インターンシップ 活動報告書

令和 8年 8月 24日 (月)

活動者氏名	北村史織		
行動記録 (いつ・どこで・誰と)	午前・石狩湾新港地域 午後・石狩市役所 とともにインターン生と		
活動場所			
午前 石狩湾新港地域 午後 石狩市役所			
活動内容 (詳細)			
10:00~12:00 新港西埠頭側で洋上風力と陸上風力の見学 株式会社 TJK で地域と風力事業の関わりについて、ブレードの見学 新港東埠頭で CTV/リサイクル機能/その他エネルギーについて見学 12:00~13:00 佐藤水産 (株) オールドリバー店で昼食、店舗見学 13:00~14:00 5工区の取り組みについて、データセンター周辺の見学 14:00~15:00 市内交通についてのご説明 15:00~16:00 HUNT プロジェクトについてのご説明			
1 日の感想			
活動が本格的に始まった今日は、午前中に石狩湾新港地域に行き、北海道を代表する風力発電を間近に見ることができた。洋上に 14 機、陸上に 23 機ある発電機で生産されるエネルギーは、一般家庭 83,000 世帯の一年間の使用電力を全て賄っても余るほどの発電力をもつということで、HUNT プロジェクトが掲げる、石狩市内の「自給自足の循環モデル」を実現している。ちなみに、発電機が立地しているのは実は小樽市だそうで、石狩の工業港の開港には土地や名声をめぐって確執があったそうだ。個人的には思いがけない小樽市初訪問となった。環境負荷や騒音を無視できない発電機設置の際には、建設に賛成でも反対でもない、いわゆる「無関心層」をどのように巻き込んでいくのが難点だったと伺った。このような「無関心層」に、どのように地域やまちづくりへの関心をもってもらうかということは私が普段大学で学んでいることにも共通しており、ビジネスプラン提案にも生かせそうだなと感じた。発電機のブレードをメンテナンスしている方にもお会いすることができ、石狩を自分の手で良くしようとしている方の想いにも触れることが出来た。			

佐藤水産で昼食をいただいた後は、コストコ近くの「RE ゾーン」に行った。現状は草が生い茂る原っぱだが、将来的は石狩市民が楽しめる施設が生まれる場所なのだという。単純な私は「ここにファイターズの2軍施設を誘致すればよかったのでは??」と思ってしまったが、公共交通の不十分さの面で難しかったとのことで、市内に鉄道がないことの影響がこんなところにも及んでいるのかと感じた。ハード面の整備はなかなか大変だと思うが、路線の重要性を再認識した。

市役所に戻った後は、石狩の公共交通の課題とデマンド交通のお話と、HUNT プロジェクトの掲げるビジョンについて改めて伺った。昨年路線バスが廃線になったことで、デマンド交通は市民の足としてなくてはならない交通手段になったという。採算がとれず赤字続きではあるが、必要な人がいる限り運用し続けなくてはならないという言葉が印象的だった。HUNT プロジェクトのお話では、市内で必要なものを市内で賄い、域内経済を回すことで石狩を盛り上げ、その利益も石狩に還元するという理想的な循環モデルに感銘を受けた。お話を伺いながら気になったのは、石狩市民が休日をどこでどのように過ごしているのか、ということだ。そんな行動パターンを把握すれば市側の提供する仕掛けもヒントが見えてくるのではないかと思った。

明日も企業訪問が続くが、特に興味があるのは大好きなセイコーマートの裏側を支えているという冷電工業株式会社さんを見学させていただくことだ。またインターン中お世話になっている中橋社長の会社である株式会社ツキモクさんでは道産木材を活用されているとのことで、明日もお話を伺うのが楽しみである。

石狩市まちづくり実践インターンシップ 活動報告書

令和 8年 8月 25日 (火)

活動者氏名	北村史織		
行動記録 (いつ・どこで・誰と)	午前 石狩開発株式会社 昼食 茨戸ガーデン・ノースヒル 午後 冷電工業株式会社、株式会社ツキモク、JA さっぽろ地物市場とれのさと インターン生と		
活動場所			
午前 石狩開発株式会社 昼食 茨戸ガーデン・ノースヒル 午後 冷電工業株式会社、株式会社ツキモク、JA さっぽろ地物市場とれのさと			
活動内容 (詳細)			
10:00~11:30 石狩開発株式会社 11:30~13:00 茨戸ガーデン・ノースヒル (昼食) 13:00~14:00 冷電工業株式会社 14:00~15:30 株式会社ツキモク 15:30~16:30 とれのさと			
1 日の感想			
今日は朝から土砂降りの雨だったが、心は快晴の状態で企業訪問に伺った。 午前中は石狩開発株式会社様で、昨日の風力発電やエネルギー生産、RE ゾーンを踏まえた上でお話を伺った。石狩新港地域の強みは札幌との近さだとは理解していたが、航空写真を見てそのアクセスの良さを改めて強く感じた。車から新港地域の案内をしてくださったが、地区内でも位置によって食品関係、物流関係などのように扱う分野が違ってくるのが分かった。東京でもよく食べるラーメンであるマルちゃんの工場があり嬉しかった。 昼食に「茨戸ガーデン」でサイコロステーキをいただいた後、まずは冷電株式会社様に伺った。セイコーマートの建設から開店までの全ての工程や機械等のメンテナンスを一手に受け持っている会社だ。地方の過疎化や高齢化が課題となっている北海道でも、セイコーマートは住民が 500 人の地域でも経営でき、ほぼ全ての市町村に店舗がある。一方事業所は石狩、函館、旭川の 3			

か所しかなく、メンテナンスの要請があればそこから現場に向かい、距離があるところであれば5、6日滞在しながらメンテナンスをしておっしゃっていた。降雪量が多い時期はすぐに現場に行くことが出来ない時もあり、お話を聴いているだけで大変そうだなと思った。これからセイコーマートに行く度にこのお話を思い返そうと思った。

続いてインターンを通してお世話になっている中橋社長が経営する株式会社ツキモク様の工場を見学させていただいた。ツキモク様が製造するシステムキッチンが板から作られていく過程を生で拝見でき、最初から最後まで驚きの連続だった。システムキッチンの他にも、試作的に動物の小屋やサウナハウス、ポータブルキッチン、自家用車の中につくるキャンプセットなど、アイディアに溢れた工房も見学させていただき、自前の工場があることで「こういうものがあればいいな」というアイディアを実際に形できることに興奮した。

伺った3つの企業様全てに共通していたのがやはり交通と次世代への技術の継承であり、私が興味を持っている「まちに留まってもらう仕組み」にもつながりそうだなと思った。

最後はJAさっぽろの地物市場である「とれのさと」でソフトクリームを食べ、野菜などを買った。朝には曇り空だった天気も夕方には晴れていた。毎日なんやかんやで就寝が日付の変わる頃になってしまっているので、今日こそ早寝してまた明日からの活動に備えたい。

石狩市まちづくり実践インターンシップ 活動報告書

令和 8 年 8 月 26 日（水）

活動者氏名	北村史織		
行動記録 (いつ・どこで・誰と)	午前・石狩地域バイオマス発電株式会社 昼食・茶房酒家你's 午後・さくらインターネット株式会社 石狩データセンター、石狩市役所 インターン生と		
活動場所			
午前・石狩地域バイオマス株式会社 昼食・茶房酒家你's 午後・さくらインターネット株式会社 石狩データセンター、石狩市役所			
活動内容（詳細）			
10：00～11：30 石狩地域バイオマス発電株式会社の見学 11：30～12：30 茶房酒家你's にて昼食 13：00～15：30 さくらインターネットの見学 15：30～16：30 石狩市役所にて三和交通株式会社のご説明			
1 日の感想			
今日は朝から晴れていて嬉しかった。しかし午後は雲行きが怪しいということで送迎をしていただけることになった。送迎をしていただけることを有難いと感じながらも、本音では自転車を漕ぎたかったなと思いながら最初の訪問先である石狩地域バイオマス発電株式会社様に向かった。 まずはバイオマス発電の仕組みについて伺った。発電のためには集まった木材をまずチップにすることから始まる。その工程に驚きを感じつつ、その手間やできたチップを他に使えないのか気になった。発電所内も見学させていただき、蒸気の通り道や北海道の寒冷な気候を活かした冷却の仕組みを知ることが出来た。道内には林業が強い地域がいくつかあると思うので、それらとのネットワークが今後より活性化されていくといいなと思った。工場の屋上に登らせていただいた時に大好きな札幌ドームが見れて嬉しかったのは秘密である。 昼食を「中華你's」でいただいた後はさくらインターネット様の石狩データセンターに伺った。これまでは外から見るが多かったさくらインターネ			

ットの内部は、目的の部屋にたどり着くまでの通路が複雑だった。後から万が一の外部からの物理的攻撃に備えているとお話を伺い、その一環として複雑な構造になっているのかなと思った。ところどころ自分には理解が難しい部分もあったが、一台何百万円もする機械やネオンのようなサーバー室を拝見し、日本のインターネットや情報網を支える裏側を知ることができ興奮した。休憩室にはレストランのカウンターのようなキッチンやハンモックがあったり、災害時に社員の家族も受け入れられるようにベッドも置いてあったりと、労働環境も良いなと思った。これまで全く聞いたこともなかったデータセンターだが、今回このように内部に入らせていただく経験ができ良かった。

市役所に戻り、石狩市のデマンド交通も支える三和交通様のお話を伺った。終始課題として出ていたのがドライバー不足だ。確かにドライバー不足は地域の死活問題であると深刻に思うと同時に、それなら自分でドライバーの職業選択をするかと問われたらなかなかできない自分がいるなと思った。ドライバー不足の問題は、時間的拘束による肉体的な負担などのイメージがあまり良くなく、それによりドライバーの仕事を選ぶ人が少なく、ドライバーの一人あたりの負担もますます大きくなるという悪循環が原因になってしまっているのではないかと考えている。石狩新港工業地帯があるという地の利を、どうにかして交通問題に生かせないかと思った。

一日の活動を終えた後は、インターン生間でインターンや学生生活のあれこれを赤裸々に話すという時間を設けた。それぞれ置かれた立場から自分の話を共有するのはなかなか新鮮で、有意義な時間となった。これから継続していきたい。そして夕食にはみんなでラーメンを食べに行った。他愛もない話をしながら仲を一段と深めることができた。ビジネスプラン提案に向け、試行錯誤、手探りの時間が続くが、みんなで乗り越えていきたい。

石狩市まちづくり実践インターンシップ 活動報告書

令和 8 年 8 月 27 日（木）

活動者氏名	北村史織		
行動記録 (いつ・どこで・誰と)	午前・花乃大道、学習塾 WEREER 昼食・鮎爽醇鳥ひだか 午後・ふれあいの杜こども館、石狩商工会議所		
活動場所			
10:00~10:50 花乃大道 11:00~11:40 学習塾 WEREER 11:45~12:45 鮎爽醇鳥ひだか（昼食） 13:00~14:30 ふれあいの杜こども館 15:00~17:00 石狩商工会議所			
活動内容（詳細）			
10:00~10:50 花乃大道 11:00~11:40 学習塾 WEREER 11:45~12:45 鮎爽醇鳥ひだか（昼食） 13:00~14:30 ふれあいの杜こども館 15:00~17:00 石狩商工会議所			
1 日の感想			
今日は石狩に来てから初めて、自転車で市役所まで行くことが出来た。朝のトンボが飛び交う空を見上げながらのサイクリングはとても気持ち良かった。 最初に伺ったのは花乃大道様だ。オーナーの酒井様は、まちと共に生きること、浮き沈みのある人生、そしてそれによって生まれてきた周りの人や地域に対する感謝の気持ちをお話してくださった。最後には励ましのお言葉と握手をしていただき、今後のビジネスプラン提案に向け一層気持ちが引き締まった。 続いて学習塾 WEREER 様に伺った。経営されているのは同じ学部の大先輩である飯塚様で、まさにインターンがきっかけで石狩に移住、まちづくりをされているとても偉大な方だった。商店街や駅がまちに与える利便性以上の意義や、まちにあるべき人と人の出会いの偶然性についてのお話がとても印象的で、ビジネスプランに繋げていきたいと思った。また、それまで関わりの			

なかった北海道への移住というとても大きな決断をされたことに関して、人生で何かを決断するのにベストタイミングなどないのだからと仰っていたのが心に残った。

昼食は「鮭爽醇烏ひだか」様でいただいた。石狩で二度目の石狩鍋をいただくことができ、汁の温かさが全身に染み渡った。

午後はまず「ふれあいの杜こども館」様に伺った。館内はとても広く、学童スペースや未就学児スペースなどの他、児童施設としては道内最大規模の体育館があり、とても素敵な環境だなと思った。スポーツに力を入れているとのことだったが、他のインターン生の意見として出た、市内企業のエンターテインメント色を入れた見学会などのイベントを実施してみても面白いし、子どもたちが自分の住むまちを理解することに繋がるのではないかと思った。また、石狩のご当地アイドルの育成プロジェクト構想も伺った。大学のゼミでも一度、地域のファンを増やすためにご当地アイドルを導入する話が出たことがあるが、その時は実現されなかったため、もし石狩で実現された場合、市にどのような経済効果があるのか興味深い。終始館内の子ども達が可愛すぎた。

最後は石狩商工会議所様に伺った。商工会議所のご説明をしていただいた後、商工会議所様が考える石狩の課題やポテンシャルを踏まえたワークショップを実施していただいた。本格的にビジネスプラン提案に向けた構想を練る前にワークショップを経験できたのは有意義だった。また、日頃大学で重点的に学んでいる内容を少しでも活かすことができ、今後もこの調子で頑張っていこうと思えた。

活動後はインターン生で一日の振り返りをした。明日は金曜日、ついにビジネスプラン提案の検討が本格的に始まる。そして明日も過ぎればインターンが始まってから初めての休日である。今日も早く寝て、来たる明日に備えたい。

※ 毎週木・日曜日に事務局あてにデータを送付してください。

石狩市まちづくり実践インターンシップ 活動報告書

令和 8 年 8 月 28 日（金）

活動者氏名	北村史織	
行動記録 （いつ・どこで・誰と）	午前	石狩市総合保健福祉センターりんくる、こども未来館あいぽーと
	昼食	活菜旬魚さんかい
	午後	石狩市役所 インターン生と
活動場所		
午前 石狩市総合保健福祉センターりんくる、こども未来館あいぽーと		
昼食 活菜旬魚さんかい		
午後 石狩市役所		
活動内容（詳細）		
10：00～10：45 石狩市総合保健福祉センターりんくる視察		
11：10～12：00 こども未来館あいぽーと視察		
12：00～13：00 活菜旬魚さんかい（昼食）		
13：30～16：00 ビジネス案検討ワーク@石狩市役所		
1 日の感想		
企業訪問最終日の今日は、午前中はりんくるとあいぽーとに行った。りんくるはインターン担当の職員の方が昔働いていた施設ということで、当時のエピソードも交えて案内していただいた。高齢者向けのデイサービスやジム、入浴施設など、ただの支援施設というだけでなく、地域のコミュニティの拠点としての役割も果たしているということが分かった。 続いてあいぽーとに行った。館内は中央にアスレチックがあったり、そこら中にイラストが貼られていたり、見ているだけでワクワクするような施設だった。ライジングザンロックフェスティバルの出演者が寄贈した自由に使えるギターや、HUNT プロジェクトが寄贈した椅子が置いてあった。地域や子どものことを真剣に考える大人の存在を知ってほしいという意図が込められているとのお話を伺った。自分も小さい頃に近くにこのような児童館があったらよかったなと思った。 昼食は石狩に来て 2 度目の「さんかい」でしゃぶしゃぶをいただいた。人生初のしゃぶしゃぶだったが（誰にも信じてもらえなかった）、美味しくいた		

だくことができた。

午後は石狩市役所に戻り、本格的なビジネスプラン提案に向けた説明を聞いた。来週以降より良い提案ができるように、休日の間も案を練っていきたい。

今日は天気がコロコロ変わる一日だった。土日で心身リフレッシュし、残り1週間頑張っていきたい。

石狩市まちづくり実践インターンシップ 活動報告書

令和 8年 8月 29日（土）

活動者氏名	北村史織		
行動記録 (いつ・どこで・誰と)	石狩市民図書館、たびのホテル石狩 一人で		
活動場所			
石狩市民図書館、たびのホテル石狩、その周辺			
活動内容（詳細）			
9：45～10：15 たびのホテル石狩周辺をサイクリング 10：15～12：30 石狩市民図書館にてのんびり 13：20～13：50 ファイヤーバーグ花川店（昼食） 15：00～17：30 たびのホテル石狩にてのんびり			
1 日の感想			
休日1日目。自分が想像している以上に疲労が溜まっていたことも踏まえ、今日はホテル周辺でのんびり過ごすことにした。 10 時の市民図書館開館の前に、ホテル周辺をサイクリングすることにした。住宅街の雰囲気は札幌で自分が過ごしていた場所とあまり変わらず、玄関前のガーデニングや家々の外装を楽しみながら自転車を漕いでいた。 昨日は訪れなかった市民図書館では、本の貸し借りや館内閲覧スペースはもちろん、野菜を売っているスペースや講演会が開かれるスペースがあり、朝から老若男女問わず多くの市民が訪れていた。また、土曜日の午前中にも関わらず、多くの子どもたちが勉強に励んでおり、自習できる席を探すのに一苦労したほどだ。また、郷土資料のコーナーでは、北海道の各市町村や石狩に関連する文献が揃っていたほか、私の応援するコンサドーレの昔のオフィシャルブックまで置いてあったのには少しびっくりした。今シーズン絶対 J1 昇格！ お昼は自転車で 30 分ほどかけて、行きたかったご飯屋さんの一つである「ファイヤーバーグ花川店」に行った。ファイヤーバーグに行くのは、先週の帰省中に行った宮の沢店に引き続いて 2 回目だが、2 週連続で行っても飽きない美味しさと安さだった。休日のお昼時だからか、はたまた今日が 29 日（にくの日）だったからか、店内はだいぶ混んでいた。私が頼んだのはインターン担当の市役所職員の方にお薦めしていただいた、ポテトサラダが入ったハンバーグ。ポテサラ in ハンバーグというのが最初はピンとこなかったが、			

ポテトと肉汁が良く絡んでいて美味しかった。インターン期間中にもう一度行きたいところだが、叶うか。

再び 30 分ほどかけてホテルに戻って以降は、机上にパソコンとノートを広げるも、課題等に集中することもなく、まったりと過ごしていた。特になにもない休日と言われればそうだが、予定を決めず体力も使わず、石狩でのんびり過ごすのも楽しかった。

ここからは少し趣向を変えて、石狩で 1 週間過ごしてきた中で私が感じた、活動以外の面での驚きを記しておきたい。とはいっても私は札幌で生まれ、今まで何回も北海道に帰ってきているので、あまり目からウロコな場面は多くなかった。それでも私が一番驚いたのは、石狩で出会った人たちの“方言”だ。少なくとも、私の経験に基づく印象では、北海道弁は「なまら（たくさん）」「したっけ（そうしたら）」などのいわゆる“ザ・北海道弁”と「～しょ」「～だべ」の“語尾に表れる北海道弁”に分かれる（と思っている）。私は北海道にそこそこの人数の親戚がおり、北海道出身の知人も割といるのだが、前者の“ザ・北海道弁”を使っている人は全くといっていいほど出会ったことがなく、ほとんど語尾から北海道を感じるが多かった。しかし石狩に来てみたら、まずインターン担当の市役所職員の方が対面で話す時でも LINE の連絡時でも「なまら」を多用されていた。最初は道外インターン生に北海道を感じてもらうために使われているのかなと思っていたらそうでもなく、普段から使っていらっしゃるようだ。また、道内インターン生もふとした場面で「したっけ」を使っており、これまであまり生きた“ザ・北海道弁”に触れてこなかった私は思わず感動してしまった。もちろん“語尾に表れる北海道弁”からも、自分が北海道に帰ってきていることを実感させてもらっている。語尾タイプは、他の方言、たとえば関西弁のように、明らかに方言だと分かりやすいものではなく、なんなら本州で使っても違和感はない（と私は思っている）が、他の道外インターン生も石狩で過ごすうちに、どこかのタイミングで語尾タイプに気がつくようで、勝手ながら私はその様子にも楽しませてもらっている。

明日も引き続き、嬉しい休日である。どのように過ごすかはまだ決めていないが、心身ともにリラックス、リフレッシュさせたい。まずは今日、札幌観光に出かけた他の道外インターン生の土産話を聴くのが楽しみだ。

石狩市まちづくり実践インターンシップ 活動報告書

令和 8 年 8 月 30 日（日）

活動者氏名	北村史織		
行動記録 (いつ・どこで・誰と)	日中 ホテル周辺 一人で 夕方以降 びっくりドンキー→旭山記念公園 インターン生と		
活動場所			
日中 石狩市民図書館、たびのホテル石狩、らーめん信玄（昼食） 夕方 びっくりドンキー→旭山記念公園			
活動内容（詳細）			
午前 石狩市民図書館 昼食 らーめん信玄 午後 たびのホテル石狩 夕食 びっくりドンキー 夜 旭山記念公園			
1 日の感想			
本日も日中は一人で過ごした。10 時開館前に図書館に着くようにホテルを出発したが、既に子どもたちが行列をなして開館を待っており、昨日に引き続き驚きっぱなしだった。お昼過ぎまで図書館で作業した後、お昼ご飯を食べに「らーめん信玄」に行った。高校 3 年生の時から信玄に行ってみたいと思っていたが、すすきのにある店舗にはなかなか行けず、今回本店に行くという形でようやく願いが叶った。噂に聞いていた通りの混みようで 1 時間ほど待ったが、無事に入店でき、看板メニューである信州コク味噌を注文した。普段ラーメンは基本的に醤油味しか食べないのだが、久しぶりに食べた味噌は文字通りコクがあって美味しかった。次回はすすきので醤油を食らう！！ 夕方からはインターン生みんなと合流し、2 回のルーレットを経て決まった「びっくりドンキー」へ行った。個人的には小学 2 年生以来の「びっくりドンキー」だった。そしてその後はインターン担当の市役所職員の方の提案で、みんなで旭山記念公園に夜景を見に行った。青春ムービーを撮ろうということになり、試行錯誤を繰り返しながら面白い動画が出来上がったのは良い思い出になった。 インターンも気づけば残り 5 日。終わりを意識する時期に入ってきたが、			

最後まで前向きに、そして妥協せず頑張っていきたい。

石狩市まちづくり実践インターンシップ 活動報告書

令和 8年 8月 31日(月)

活動者氏名	北村史織		
行動記録 (いつ・どこで・誰と)	終日 石狩市役所 インターン生と		
活動場所			
石狩市役所			
活動内容(詳細)			
終日 ビジネスプランの検討@石狩市役所			
1日の感想			
今日からビジネスプラン提案に向けた本格的な話し合いが始まった。最初は規模が大きすぎたアイデアも、ペア相手と話し合っていくうちに現実的なアイデアへと話がまとまりホッとした。自分では思いつかない視点や検討事項をペア相手が教えてくれるので、たくさん刺激をいただいている。しかしながらまだまだ詰めていかなければいけない内容が山積みなので、計画的に良い提案ができるようにしたい。また、活動終わりには以前に自分たちと同じ提案をした市役所の方からアドバイスをいただくことができた。発表会ではそんな方々にも喜んでいただけるようなプレゼンをしたい。			

石狩市まちづくり実践インターンシップ 活動報告書

令和 8 年 9 月 1 日 (火)

活動者氏名	北村史織		
行動記録 (いつ・どこで・誰と)	日中 石狩市役所 夜 イコロの会 インターン生と		
活動場所			
日中 石狩市役所 夜 花川北コミュニティセンター			
活動内容 (詳細)			
日中 ビジネスプランの検討@石狩市役所 夜 イコロの会食の祭典の運営サポート@花川北コミュニティセンター			
1 日の感想			
9月初日は引き続きのビジネスプランの検討だった。進めるうちに、現行のシステムや制度の範囲内のビジネスプランを検討するのか、その壁をどうにか乗り越えるのかという点でどうすればよいか分からなくなる場面があった。行政、市民、企業それぞれの面から考える難しさを感じた。また、今まで自分が利用したことのないデータベースや補助金などの行政資料をペア相手が当たり前のように使いこなしていてとても尊敬したのと同時に、私もそれくらいのレベルになれるようにもっと頑張らないといけないと思った。 夜はホテル近くの花川北コミュニティセンターでのイコロの会食の祭典の運営のお手伝いをさせていただいた。老若男女沢山の方が参加され、短い時間ではあったが終始賑わっていた。アイドルのステージイベントもあり、非常に賑わっていた。特にアイドルグループのフルーティーはもともと知っていたので、思わぬ形でお目にかかれてよかった。普段関東で過ごしては絶対に参加することのないような地域のイベントだったので、今回関わらせていただいて良い経験になった。			

石狩市まちづくり実践インターンシップ 活動報告書

令和 8年 9月 2日（水）

活動者氏名	北村史織	
行動記録 (いつ・どこで・誰と)	日中	石狩市役所 夜のたびのホテル石狩 インターン生と
活動場所		
日中 石狩市役所 夜 たびのホテル石狩		
活動内容（詳細）		
日中 ビジネスプラン検討に向けた話し合い@石狩市役所 夜 // @たびのホテル石狩		
1 日の感想		
今日は 10 時の活動開始から夜の 22 時半近くまでずっとビジネスプラン提案に向けた話し合いをしていた。ビジネスプランの内容決めから発表用スライドの作成までを一日で行うのは途方もなく思われたが、ペア相手に何度も助けていただきながら、22 時過ぎにようやく終わりの目途がついてとてもほっとした。また、メンターのお二人からは適宜アドバイスをいただき、自分たちの案の盲点や考慮しなければいけないことを教えていただいた。自分たちの案にいっぱいいいっぱいで見えていなかった部分も可視化され、それらの視点を今後の別のプラン検討の作業にも生かしていこうと思った。作業終わりにみんなで食べたお茶漬は、もしかしたらインターン期間中食べた中で一番美味しかったのではないかなと思うほど、全身に染みた。 話し合いの合間に、市の広報紙の表紙に掲載される写真を、インターン生 6 人全員で撮っていただいた。撮れた写真は、みんな良い笑顔で、私たちの仲の良さがそのまま表れたようだった。インターンが終わってそれぞれの場所に戻り、何か困難にぶつかった時は、この写真を見返そうと思った。		

石狩市まちづくり実践インターンシップ 活動報告書

令和 8年 9月 3日（水）

活動者氏名	北村史織		
行動記録 (いつ・どこで・誰と)	日中	石狩市役所	
	夕方	花川北コミュニティセンター	
	夜	打ち上げ	
		インターン生、市役所の皆さんと	
活動場所			
	日中	石狩市役所	
	夕方	花川北コミュニティセンター	
	夜	いろはにほへと→ゆめっくす	
活動内容（詳細）			
	日中	ビジネスプラン検討の話し合い・発表練習@石狩市役所	
	夕方	成果報告会@花川北コミュニティセンター	
	夜	打ち上げ	
1 日の感想			
ついにビジネスプラン発表の当日。午前中は主に発表原稿作成、午後は発表会直前まで発表練習や原稿の修正を行い、より良い発表ができるよう、できる限りの準備を行った。本番前はみんな緊張していたが、適度にふざけあったりするなど、良い雰囲気だったように思う。また、発表会開場直前にインターン生6人とインターン担当でいつも私たちをすぐ傍で見えてくださった市職員の方と7人で、気合い入れの円陣を組んだ。それまでも何かある度円陣は組んでいたが、この時の円陣は特に、それまでの2週間が全て凝縮されたようなもので、今思い出しても温かな気持ちになれる。 発表はどの班も大成功に終わった。私を含め悔しさを感じているメンバーも何人かいたが、それでも、ひとまずは自分たちを褒めてもいいんじゃないかなと思った。もちろん発表して終わりではなく、むしろ私たちの案が実現されるよう、これからが重要である。その時に北海道にいても、いなくても、プロジェクトに関わり続け、見届けたいと思う。 発表会が終わった後は、お世話になった市役所の皆さんとの、楽しい打ち上げだった。みんな発表のプレッシャーから解放され、ご馳走を食べるのもそこに、たくさんしゃべり、たくさん飲んでいた。また、その後にはカラオケに行った。私たち道外インターン生は、24 時間後にはもう石狩に居られない			

メンバーである。みんな名残を惜しむように、思い残すことがないように、全てを忘れて、声が枯れるまで歌っていた。いつもは早く寝たいと思う私でも、この日だけはこの時間がずっと続けばいいのになと、感慨に浸りながら思っていた。

石狩市まちづくり実践インターンシップ 活動報告書

令和 8年 9月 4日（金）

活動者氏名	北村史織		
行動記録 (いつ・どこで・誰と)	午前 石狩市役所 午後 新千歳空港→帰路に就く インターン生、市役所の皆さんと		
活動場所			
午前 石狩市役所 午後 新千歳空港			
活動内容（詳細）			
午前 修了式@石狩市役所 午後 新千歳空港→帰路に就く			
1 日の感想			
2 週間のインターンも、この日が最終日。個人的には、1 か月とも、3 日間とも思えるような、短くも長く、長くも短いインターンだった。 石狩市役所に集合したとき、みんないつもと変わらないながらも、どこか寂しそうだった。修了式ではインターン生一人一人が2週間の感謝を伝え、市役所の皆さまやメンターのお二人からお言葉をいただいた。最後、2週間ずっと、いつも一番近くで私たちを見ていてくださった市職員の方が涙された時、「いつも誰よりも明るい方が最後に誰よりも泣くのは反則でしょ〜〜」と思ったが、同時に、こんな風に泣いて別れを惜しんでいただけるなんて、なんて幸せだろうとも思った。2 週間共に過ごし、自分の中でかけがえのない存在になった道内の3人からは、お揃いのキーホルダーをいただいた。担当してくださった市職員の方を含めた最高の7人が写った写真が挟んであるキーホルダーだった。受け取った瞬間から大切な宝物になった。 市役所の皆さんに別れを告げた後は、道内の3人が新千歳空港まで車で送ってくれた。個人的な話になるが、私は小さい頃、北海道に帰ってきた時は親戚が空港まで送り迎えをしてくれた。最近は一人 JR で空港まで向かうのが常になり、私も大きくなったのだからそんなことは当たり前だと思っていた。今回、久しぶりに空港まで車で送ってもらえて、小さい頃の、未だ何も分かっていなかった時の、車に揺られていた感覚が蘇り、とても懐かしい気持ちになった。3人は保安検査場直前まで見送ってくれた。「またね」と手を振ってくれ			

る3人の姿がとても心強かった。3人、最後まで本当にありがとう！！

インターンは、自分の力不足や弱さに悔しくなることも多かったが、本当に楽しい2週間となった。しかし、ただの楽しい思い出に終わらせず、まずはその悔しい気持ちを大学の勉強やゼミ活動に繋げたい。そして、自分が情けなくなるくらい、沢山の刺激をくれた道内の3人に、今度は胸を張って会えるように、一旦は関東でより一層頑張っていきたい。

石狩は、確かに鉄道が通っていないなど、利便性には欠ける場所だとは思いう。しかしながら、少なくともこの2週間、振り返れば必ず手稲山が見え、海の方に目を向ければ風力発電機が回っていて、トンボが飛び交う空を見上げて風を感じながら自転車を漕いで、そして大好きな人たちに囲まれた生活は、本当に豊かで幸せだったなあと、高い建物と人工の光と情報であふれる東京に戻って、改めて思うだろう。また北海道が恋しい日々が始まるが、また帰ってくる日を楽しみに、前向きに励んでいきたい。

最後に、この場をお借りして…

市役所の皆さま、コーディネーターさん、メンターのお二方、2週間大変お世話になりました。そして、何から何までサポートをしていただき、本当にありがとうございました。もっと成長し、北海道に錦を飾れるよう、精進してまいります。