

# あさくら

public relations of Asakura

令和3年  
2021

3/1

No. 354

## contents

- 02 地域おこし協力隊紹介
- 06 新型コロナワクチン情報
- 08 女王卑弥呼を募集
- 12 年度末・年度初めの日曜開庁
- 26 最高を超える山田錦プロジェクト

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、掲載している内容は変更・中止もありえますので、必ずご確認ください。



朝倉の魅力  
見つかる、つながる

地域おこし協力隊を  
紹介します





うめの かざさ  
梅野 風紗 さん

ミッション：朝倉グリーンツーリズム協議会の活性化

出身地：福岡市  
特技：茶道



## グリーンツーリズムで朝倉と都市部の懸け橋に

地域おこし協力隊として約1年活動してきました。朝倉に住んでみて感じた良さは、地元の人の朝倉に対する思いがとても強いことです。昨年10月に関わった「朝倉再興未来マルシェ」では、皆さんの「朝倉をもっと盛り上げたい」という気持ちが大成につながったのだと思っています。

私のメインの活動は、都市部の修学旅行生にグリーンツーリズムを体験してもらうことです。子どもたちの目線から見た朝倉の魅力や受け入れ家庭の皆さんの楽しそうな姿を見て、この活動の

良さをより多くの人に知ってもらいたいと思いました。今は子どもたちを迎えるのは難しい状況ですが、別の方法で朝倉の魅力を伝えるためにオンラインでの活動を行うなど、朝倉でのグリーンツーリズムを継続できる道を見つけていきたいです。

コロナ禍で思うような生活ができず、我慢すること多いと思いますが、こんな時こそ朝倉の美味しいものを食べたり、きれいなものを見つたりして心にゆとりを持ち、もう少しの間頑張っていきたいと思います！

あさかわ はなこ  
浅川 華子 さん

ミッション：サイクルツーリズムの推進

出身地：朝倉市（最近まで福岡市居住）  
趣味：サイクリング



## あさくらサイクル

### フェスティバル開催！

サイクルスタンプラリー期間  
3月8日(月)～3月21日(日)  
最終日にはキッズレースも開催！



▲詳しくはこちらへ

## 自転車で隠れた魅力を掘り起こしたい

普段から朝倉を自転車で走る機会も多く、その気持ち良さを知っていました。サイクリングを通して、隠れた魅力を掘り起こし、それを広げる活動がしたいと思い協力隊に応募しました。

朝倉の良さやサイクリングの楽しさを知ってもらえるようなルートを作り、それを皆さんに体験してもらい、意見を集約して、さらに良いカタチにしていきたいです。また、自転車に

乗る人に限らず、自転車に乗らない人も、たくさんの方が朝倉に来てもらえるようなPR活動も行っていけたらと思っています。まずは、3月に開催予定の「あさくらサイクルフェスティバル」へ、ぜひお越しください。

自転車を使って朝倉を盛り上げていけるように頑張ります。いろいろなところにお邪魔すると思いますので、アドバイスなどをもらえるとうれしいです。どうぞよろしくお願いします！



あさかわ はなこ  
浅川 華子 さん  
令和3年2月採用

ナヘド・ベルキリア さん  
令和2年8月採用

うめの かざさ  
梅野 風紗 さん  
令和元年10月採用

シャム・クオクヘイ さん  
令和2年8月採用

なかしま はるの  
中嶋 明野 さん  
令和2年8月採用

## それぞれの視点で朝倉の魅力を発見し

## 朝倉の輪をつなげていく——。

### 地域おこし協力隊とは？

地域おこし協力隊は平成21年度に始まった国の制度で、人口減少や高齢化が進む地方自治体が都市部から住民を受け入れ、地域おこし協力隊として委嘱します。

隊員は生活の拠点や住民票を移し、地域おこしの支援や、農林漁業の応援、住民の生活支援などに従事しながら、その地域への定住・定着を目指しています。令和元年度現在では全国1071の自治体で制度が導入され、約5500人の隊員が活動しています（総務省調べ）。

### 朝倉市では5人の協力隊が活躍中！

市では令和元年10月に地域おこし協力隊の制度が初めて導入され、現在では5人の隊員が活躍しています。任期は最長で3年。この限られた時間の中で隊員それぞれに“ミッション”が与えられ、その達成に向けて日々地域協力活動を行っています。

今回は各隊員にスポットをあて、それぞれの顔をのぞいてみましょう。もし、まちで見かけたら気軽に声をかけてください。

問 市ふるさと課 (☎ 28-7603)



なかしま はるの  
中嶋 明野 さん

出身地：神奈川県川崎市  
趣味：ビールを飲むこと（もちろんキリン！）

ミッション：チームで観光業の振興



## 人口減少問題を解決したい

元々、多文化共生や外国人定住支援の仕事がしたかったのですが、地方の人口減少の問題を外国人受入れという形で解決できないかと思い協力隊に応募しました。また、前の職場が東京の中心地で、コロナ禍での生活に閉塞感を感じていたので、地方で生活してみたいと思ったことも決め手です。実際に朝倉に住んでみて便利などころだと思いました。

観光業務の他に、チーム内の日本人として、チームの生活支援や通訳・翻訳、周りとの調整役なども行っています。現在はコロナ禍

で旅行ができない状況です。そこで、九州近郊や市内在住の外国人にも情報が届くように、SNSを使った情報発信をしています。コロナ収束後は、国際理解のための授業やワークショップなどを開催して、地域の方とふれあう機会を作りたいです。

朝倉は、人を大切にする温かさがあがり、私たちのチームはいつもサポートしてもらっています。また、自然や歴史、文化にあふれた素晴らしい場所なので、その良さを世界にも届けられるように頑張りたいです。よろしくお願いします！

シャム・クオクヘイ さん

出身地：香港  
趣味：写真撮影（ロンドンで1年間勉強）

ミッション：チームで観光業の振興



## カメラ片手に外国人向けに情報発信

以前は名古屋市に住んでいましたが、地方で生活してみたいと思い、朝倉を選びました。朝倉は香港と比べてとても静かで、夜は暗くて家の窓から見える星がとてもきれいです。移住してからは毎日、新鮮な体験ができて楽しいです。

メインの仕事は、朝倉の外国語観光ウェブサイト「Visit Asakura」の開発をしたり、外に出て取材を行ったりすることです。ただ、現在は活動が難しいところもあるので、朝倉のきれいな風景などの情報を外国人向けにオンラインで発信しています。コロ

ナ収束後は、世の中の健康に対する意識が一層高まっていると思います。そこで、原鶴の温泉でゆっくり休んで、新鮮な野菜料理を食べるといったコンセプトの観光スタイルを提案したいと思っています。

朝倉の皆さんには、いつもお世話になっています。朝倉の観光に対する意見や提案がありましたら、あさくら観光協会へぜひご連絡ください。皆さんとの交流を楽しみにしています。

ナヘド・ベルキリア さん

出身地：チュニジア  
趣味：サイクリング

ミッション：チームで観光業の振興



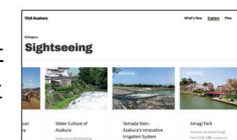
## 大好きな自然を満喫し英語で情報発信

日本の田舎と自然が好きです。朝倉は、レストランや衣料品店など生活に必要なものがすべてそろう一方で、山や川などの素晴らしい自然と秋月などの豊かな歴史があります。自転車に15～20分乗るだけで、そういった場所へ行けるところに惹かれました。食べ物もとてもおいしいですが、時々、故郷チュニジアの食べ物（クスクス）や海が恋しくなることもあります。

メインの仕事は、「Visit Asakura」のアカウントでSNS（フェイスブック、Instagram）を使った情報発信です。外国人へ

朝倉の魅力が伝わるように、ウェブサイトで英語の記事を作成したり、趣味のサイクリングを生かして写真を撮ったりしています。コロナ収束後は、日本人・外国人観光客へ自転車ツアーを企画し、市内を自転車で周遊して新しい朝倉を発見し、ゆったりとした雰囲気を楽しんでもらいたいです。

活動をしていく中で朝倉の皆さんの優しさに触れ、市民の一員である実感しています。これからもよろしくお願いします。



▲ Visit Asakura のサイト

## 地域おこし協力隊の活動はホームページをチェック→



隊員の今後の活動は市ホームページで紹介していきますので、ぜひチェックしてみてください！

また、各個人・チームのSNSアカウントなどもあります。各隊員は任期満了に向けて、それぞれに朝倉の魅力の輪をつなげていきます。皆さんと一緒に朝倉の未来を考えてみませんか？







**「誰も自殺に  
追い込まれない朝倉市」  
を目指して**

自殺は、その多くが追い込まれた末の死——。  
その背景には、精神保健上の問題だけでなく、過労、生活困窮、育児や介護疲れ、いじめや  
孤立などさまざまな社会的要因があります。  
特に3月は、就職や転職、転居など、生活環境が大きく変わる時期で、自殺者数が増える  
傾向にあります。こころの健康を守るために、私たちにできることを考えましょう。

問 市健康課(☎ 22-8571)

## 3 月は自殺対策強化月間

**11年ぶりに増加に転じた自殺者数**

令和2年の自殺者数は、全国で2万919人(前年比750人増)、福岡県で874人(前年比58人増)と11年ぶりに悪化しています(警察庁速報値)。

これは、①新型コロナウイルスの影響で、雇用、暮らし、人間関係などの問題が悪化していること、②相次ぐ有名人の自殺やその報道が大きく影響した可能性が高いと考察されます。

自殺者全体では、男性の自殺者が女性の2倍以上となっています。しかし、7月以降は特に女性の自殺の増加が目立ちます。この背景には、経済生活や勤務の問題、DV被害や育児の悩み、介護疲れや精神疾患など、さまざまな問題が潜んでいます。コロナ禍で、そうした問題が深刻化しており、女性の自殺者数の増加に影響を与えている可能性があります。

**新しい生活様式を実践しながら、こころの健康も守りましょう**

新型コロナウイルスの感染拡大に伴う外出自粛や休業などによって、私たちの生活には大きな変化が生じています。この影響が長期化する中、さまざまなストレスが生じ、心身に不調を来す人が増えています。自分自身や周囲の人の不調に気づき、ストレスなどをため込まないようにならねばなりません。また、一人で抱え込まず、どこかに相談することが大切です。

今、一番つらいときに、つながる。話しているうちに、こころがほっとする。

### こころの健康相談会

精神保健福祉士などが相談に応じます。  
不安、恐怖、イライラ、不眠など、つらい気持ちが続くときは気軽にご相談ください。

■日時…3月17日(水)14時～16時  
■場所…ピーポート甘木 第2学習室  
※相談時間は30分程度。無料。事前予約もできます。氏名、希望時間帯、相談の概要をご連絡ください。

問 申 福岡県精神保健福祉センター(☎ 右記)

### 電話やSNSで、まずは相談を

【こころの健康、悩みに関する相談窓口】

- ・ふくおか自殺予防ホットライン(☎ 092-592-0783)(24時間)
- ・福岡いのちの電話(☎ 092-741-4343)(24時間)
- ・福岡県精神保健福祉センター(☎ 092-582-7500)
- ・北筑後保健福祉環境事務所(☎ 22-3965)
- ・市健康課(☎ 22-8571)

【生活困窮の相談】市福祉事務所(☎ 28-7552)  
【SNS相談】こころのほっとチャット【新型コロナ関連】  
※NPOによるチャット形式のカウンセリング。



▲厚生労働省SNS相談

## 新型コロナ ウイルス感染症 関連情報

### [ワクチン接種情報など]



※写真はイメージです

### 新型コロナワクチン接種の準備を進めています

現在、国を挙げ準備が進められている「新型コロナワクチン接種」。市では、2月から「新型コロナウイルスワクチン接種対策室」を設置し、その準備を進めています。現時点での接種の予定は、

□ 無料で、1人2回接種

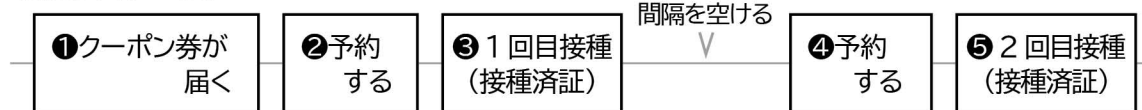
□ 3月下旬以降、65歳以上の高齢者を対象にクーポン券を郵送

※クーポン券は接種が開始するまで、大切に保管をお願いします。  
※65歳未満の対象者には、4月中旬以降、順次発送予定です。また、ワクチンが流通した場合、速やかに接種できるよう準備を進めています。

### 新型コロナワクチンに期待される効果

ワクチンを接種することで、個人の発症予防と重症化予防による社会全体でのまん延防止や、医療機関などの負担を減らすことが期待されます。

《接種のイメージ》



※接種順位や開始時期、会場など詳しくは、国の発表に合わせ、市ホームページへの掲載や対象者へ個別に通知する予定です。

問 市新型コロナウイルスワクチン接種対策室



### コロナ禍で日々の健康を維持するために……

「動かない」状態が続くことで、心身の機能が低下して「動けなくなる」心配があります。今こそ健康づくりに取り組みましょう。

### □ 30分に一度立ち上がろう

座っている時間の長さは、運動機能低下に関係し、生活習慣病につながります。立ち上がるだけで血流が良くなり、多くの骨格筋が働きます。さらに、足踏みや歩くことで太ももの大きな筋肉が働き、血流が促進します。

感染予防に「30分に1回以上、数分間の換気」も推奨されています。窓を開けて換気する間、立ったついでに5分程度の足踏みやストレッチを取り入れてみましょう。



### 発熱など心配な症状があるときは……

「かかりつけ医や地域の診療所」に、まずは電話で相談ください。相談先に迷った場合は、受診・相談センターへお問い合わせください。

【受診・相談センター

(旧帰国者・接触者相談センター)】

・北筑後保健福祉環境事務所  
(☎ 22-9886) 平日8時30分～17時15分  
・相談窓口(24時間対応)  
(☎ 092-643-3288 FAX 092-643-3697)



# 「女王卑弥呼」

朝倉市は邪馬台国の有力な候補地の一つ。市では、邪馬台国の女王「卑弥呼」をモチーフにした観光大使「女王卑弥呼」を認定して観光PRをしています。今回は、その活動を身近に感じてもらうため、第38代女王卑弥呼を務める2人の「これまでの活動を振り返って」や「第39代を目指す人へのメッセージ」を紹介します。



## 第39代女王卑弥呼を募集

**2人の活動をSNSでもチェック!**

2人の活動を追いつつ、朝倉の魅力を発信しているYouTube「Asakura ひみこチャンネル」や、若者目線で映えるようなオススメスポットなどを紹介するInstagram「@asakura0946」も、あわせてご覧ください。

朝倉市が大好きな人!  
PR活動に興味がある人! **大募集!!**

第39代 **女王卑弥呼**としてあさくらを盛り上げよう!



■応募資格…次のすべてを満たす人

- ① 満18歳以上の女性（ただし、高校生を除く）
- ② 朝倉市に在住または通勤・通学している、もしくは朝倉市に在住していた、両親が出身など、ゆかりがある
- ③ 諸行事（年間10回程度）に参加して、積極的に朝倉市の魅力をPRしたい

※女王卑弥呼に選ばれた人は、女王卑弥呼認定式（4月）、博多どんたく港まつり（5月）、筑後川のめぐみフェスティバル（9月）、あさくら祭り（11月）に出演してもらいます。開催月は予定であり、詳細は、日程などが決まり次第調整。

■申込方法…申込書を郵送・持参・メール（顔写真を同封）。

※自薦・他薦は問いませんが、他薦の場合は推薦される人の了解を得てください。申込書はあさくら観光協会ホームページからダウンロードできます。

※書類・写真は返却しません。

■申込期限…3月31日（水）必着

■賞金…女王卑弥呼2人 各10万円

■選考方法…面接による選考（日時・場所などの詳細は後日連絡。一般公開なし）

問 申 あさくら観光協会

（〒838-0068 朝倉市甘木1320 ☎ 24-6758 ✉ info@asakurakankou.com）

### 第38代女王卑弥呼

米倉 奈那子 さん

Nanako Yonekura



自然豊かな朝倉のことがもっと大好きに  
まだまだ知らない朝倉の魅力を体感

第36・37代女王卑弥呼の川波菜月さんが友人で、声を掛けてもらったのが応募のきっかけです。

新型コロナウイルスの影響で、過去に比べるとあまりイベントには参加できませんでしたが、ユーチューブやインスタグラムなどで情報を発信し、たくさんの人に見ていただけたのが良かったです！また、どこへ行っても気さくに話しかけてもらい、市民の皆さんの温かさを改めて実感できました。

一番印象に残っているのはベイサイドプレイス博多で行われたフラダンスのイベントで、市の特産物を販売したことです。たくさんの人に柿や梨、米を買っていただき、朝倉をPRできたと思います。

女王卑弥呼の活動を通して、普段の生活では知ることのできない朝倉の魅力にきつと気付くことができます。私は生まれてからずっと朝倉に住んでいながらも、初めて三連水車の通水式などに行って、今まで知ることのなかった歴史も学ぶことができました。

一年後にはきつと朝倉のことをもっと好きになつていきたいと思います！自身も学び、楽しみながら情報発信頑張ってください！



▲令和2年10月18日、BAYSIDE HAWAIIAN HULA での出演

### 第38代女王卑弥呼

武澤 真奈美 さん

Manami Takezawa



とても有意義な一年間  
自分の言葉で朝倉の魅力を語れるようになった

きっかけは、母の応募でした。面接の数日前に知らされてとても驚きましたが、大好きな地元で貢献できる人になりたい、また家族が喜んでくれたらうれしいと思い、就任を決意しました。

就任前はただ住んでいるだけで、魅力を探そうとしてもいなくて、知識もありませんでした。女王卑弥呼となり邪馬台国について学ぶことで、朝倉市は邪馬台国の候補地で、歴史に名を残すすごい地域だというイメージに変わりました。

活動では、テレビやラジオにも出演し、普段の生活ではできないような経験ができました。特に、アビスパ福岡とのフレンドリータウン協定のイベントが印象に残っています。反響も大きく、今でもア

ビスパポーターの皆さんが私たちの活動をチェックしてくれています。SNSでは、友人だけでなく、不特定多数の人にも魅力を伝えることができたと思います。活動する一年間は、とても有意義な時間になります。積極的に朝倉の観光を勉強すること

で、より朝倉のことが好きになります。貴重な経験がたくさんできるの、楽しみにしながら活動してほし

いです。



▲令和2年9月13日、アビスパ福岡朝倉市応援デー(©avispa fukuoka)