

地域 おこし 協力隊 だより

Vol.122



今月の担当

沖野 匠吾

出身：大阪府
協力隊：2年目
ミッション：起業家支援
コーディネーター
休みの日は：アプリ開発に
いそしんでいます

大 阪から八幡平市へ移住し、2度目の夏を迎えました。大阪の厳しい暑さに慣れていた自分にとって、八幡平市の夏の過ごしやすさには、今も驚かされます。

私 が協力隊として取り組んでいるミッションは、市内事業者へのDX(デジタルトランスフォーメーション)支援です。依頼いただいた市内の事業者を訪問し、実際の現場を見ながら、業務内容に合ったAIやデジタル技術の活用方法を事業者の皆さんと一緒に考えています。業務の効率化で生まれた時間を、新たな業務に使ってもらえるようになればうれしいです。

その他に、プログラミングやITに関することにも対応できます。困りごとや相談したいことなどがありましたら、ぜひ気軽に声をかけてください。

地 域おこし協力隊の任期終了後は、私がスパルタキャンプに参加し、プログラミングを学んだ目的でもある、障がい福祉に関するアプリ開発を軸にした事業の立ち上げを考えています。

今のうちから、自分の力で挑戦を続けていくためのさまざまな準備を進めていきたいと考えていて、発達障がいのある人向けに、日々の習慣づくりや予定管理といったことをサポートするアプリを鋭意開発しています。アプリを使った人が円滑に日常生活を送ることができるようになればうれしいです。



アプリ開発に取り組む沖野さん

誰かの役に立つアプリをたくさん開発できるようこれからも頑張ります。

市食生活改善推進員連絡協議会

Vol.30

八幡平キッチン

～伝えよう郷土料理～

今月は

手打ちそば



調理時間

約 40 分

- 今月の担当 -
安代地区

冷涼な気候の安代地区では、古くから、そばが盛んに栽培され、そば粉を使った料理が食べられてきました。中でも、手打ちそばはごちそうで、冠婚葬祭には欠かせないものでした。

手打ちそばは、手早く作り、手早くゆでて、ゆでたてを食べるのが一番おいしい食べ方です。



- 材料 - 【6～7人分】

そば粉…500g
熱湯…130cc
水…130cc
打ち粉…ひとつかみ



作り方

- ① こね鉢にそば粉と熱湯を入れ、おから状にもむ。
- ② 水を少しずつ入れ、まとめていく。
- ③ 生地が耳たぶ程度のやわらかさになったら、丸くまとめる。
- ④ 打ち粉をしたそば台の上で、生地を少しずつ伸ばし、広げていく。
- ⑤ ほどよく伸ばしたら折りたたみ、まな板の上で切る。
- ⑥ 切り終えたら、多めの熱湯でゆでる。
- ⑦ お好みで薬味を添え、ざるそばやかけそばで食べる。

食生活改善推進員に料理教室などを依頼する場合は健康こども課(☎・内線1191)まで