



協力隊
フェイスブック
更新中

4カ月間を振り返って ~松元 げん さん(野田)~

新年あけましておめでとうございます！地域おこし協力隊の松下です。

和水町に来てから4カ月が経ちました。家族共々和水町での新しい生活を楽しんでいます。お水もお米も空気もおいしい。温泉も気持ちいい。何より温かい人たちがたくさんいて、助けられてばかりです。いつも声をかけて下さる皆さん、ありがとうございます！

さて、私はこの4カ月の間、フェイスブックなどのSNSを使っの町の観光やイベントの情報発信を行いました。その他、なごみの郷高野の大豆コーヒの製造現場立会いや上板楠地区でのかかし作り活動への参加など、さまざまな町内の地域づくり団体の活動に積極的に参加し、町内の地域づくり活動を地域の皆さんから学ばせてもらっています。

その中で、一番大きかったイベントは「金栗四三翁マラソン大会」でしょうか！私はランナーとして10キロのコースに参加し、せっかく走るので

カメラを2台持ちインタビューしながら、走りまわりました。

しかし、ただでさえ起伏の激しいコースで大変だったのに、それがさらに僕を苦しめました。(笑)それでも沿道から応援していただいた皆さんに励まされながらなんとか1時間2分で走り切れました!!来年は1時間切れるように頑張ります！

最後になりますが、和水町の皆さんこれからもよろしく願いいたします。



金栗マラソンのときのようすは、YouTubeにアップしています。下のQRからぜひご覧ください！



問い合わせ先 本庁 まちづくり推進課 地域振興係 ☎0968・86・5721

始めてみよう！「お茶の間筋トレ」~vol.8~

新しい年になりました

寒さに負けない身体を作るためにもお茶の間筋トレを行ってください。

「調整の体操」

調整の体操は、筋肉深層部から骨を動かすことで体の歪みやくせを正しくしていく体操のことで、**A)肩甲骨 B)背骨 C)受け身 D)骨盤**の4つに分かれます。

今月から、**B)背骨**の体操を紹介します。

※長座の姿勢で行います。

※「 」は、声を出しながら(呼吸を吐きながら)動きます。

① 上下

へそに手を置いて、あごを引き、肩を前に寄せ背中を丸めて息を吐きます「ニャン」

手を太ももの横に着いて、腰を立て、胸を張り上に伸びて息を吐きます「ワ〜ン」

② 左右

右尻を上げ、お尻の下をのぞくように見て息を吐きます「コケコッコー」

左尻を上げ、お尻の下をのぞくように見て息を吐きます「コケコッコー」



未来に向かって輝け！

我が町のがんばる企業！

～和水町企業等懇話会 企業訪問～



有限会社高木食品 (和水町西吉地)

和水町の魅力をたっぷりお届けします。今回はとても美味しい取材をさせていただきました！



まちづくり推進課 担当 ● 嶋田真吾 (41歳)

和水町企業等懇話会は、町内企業の繁栄と町の振興を目指すことを目的として設立し、現在23社の会員企業が加入し、さまざまな交流活動を行っています。今回は、会員企業の有限会社高木食品さんを紹介します！



- 1 あつあつ出来立ての小籠包 2 黄色い看板と白い湯気が目印の本店 3 小籠包をイメージしたマスコットキャラクター「ぽこぞう」
- 4 カフェレストランmotoの白いハンバーガー「ピース」。もちもちしたパンズ(小籠包の皮)に挟まれたメンチカツのサクサク食感の中に、お肉のうまみが広がります。
- 5 かわいい雑貨もおすすめのカフェレストランmotoの店内 6 里山の風景を眺めながら、本格的なスイーツも楽しめる「フォンダンショコラセット」。

39年間変わらない味 湯気立ち始めるあつあつの小籠包

和水町西吉地の有限会社高木食品は小籠包を販売して39年。「好吃の小籠包」と書かれた黄色い看板と、勢いある湯気が目印です。まず、好吃(はおつ)って？という意味だろうと興味を湧きますが、実は台湾語で「美味しい」という意味なのです。そして現在、この高木食品の各店舗を切り盛りするのが、代表取締役の高木久美さんです。「もちもちの皮、うまみたっぷりの肉汁をあつあつで味わって欲しいです。酒まんじゅうや、いきなり団子も美味しいですよ」と笑顔で紹介してくださる久美さん。店内に入ると何とも可愛いマスコットキャラクターの「ぽこぞう」がお出迎え。訪れる多くのお客さんの心をほっこり癒してくれます。

大切な想いを受け継ぐ場所 カフェレストランmoto

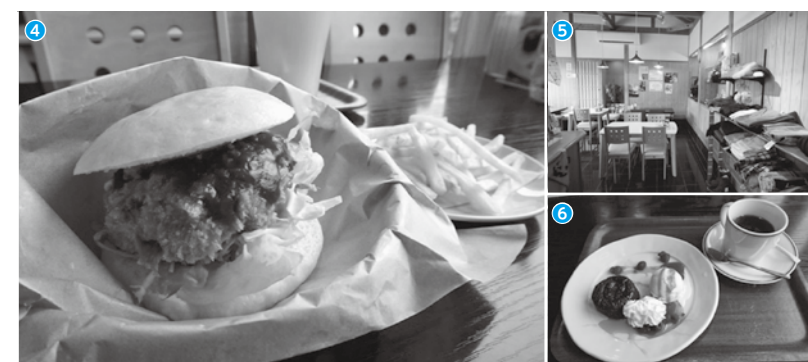
平成23年には大田黒の「栗山温泉紅ざんざん」横に「カフェレストランmoto」をオープン。こちらの人気メニューは、もちもちの小籠包の皮に黒豚100%のメンチカツやハンバーグを挟んだ白いハンバーガー。その名も「ピース」です。ボリュームたっぷりで、食べごたえ十分。久美さんがセレクトした、かわいい雑貨も並んでいます。「店名のmoto(もと)は、亡くなった父、基次(もとつぐ)からいただきました」と会社を築いた先々代への想いを語る久美さん。南関町にも「釜揚げうどん麦の花」や「moto2号店」を営業し大忙しの日々の中、高木食品は来年創業40周年を迎えます。厳しくも優しくあったお父さんへの感謝を胸に、今日も現場を駆け回る久美さん。「仕事は楽しまなきゃもったいない！」。どこまでも前向きなその言葉が、とても印象的でした。(問 まちづくり推進課 企業誘致係 ☎0968・86・5721)



～ぎらり★輝くなごみびと～

有限会社高木食品 代表取締役

たか き く み
高木 久美さん



有限会社高木食品

〒861-0906 熊本県玉名郡和水町西吉地2628-1
TEL / 0968-34-2665

営業時間 / 午前8時～午後5時 定休日 / 火曜日

カフェレストラン moto

〒861-0924 熊本県玉名郡和水町大田黒284
TEL / 0968-34-4244

営業 / (平日) 午前10時～午後6時 (土日祝) 午前10時～午後8時 定休日 / 木曜日