

北秋田市地域おこし協力隊 コラム Vol. 5

先日、とても貴重な出来事に関わる事ができました。それは、七日市のお父さんお母さんたちが新たにスタートさせた事業「朝採れ新鮮野菜で都会とつながる！“おさるべふるさとパック”」。

◆都会に出てしまった人たちにふるさとの味をお届けしたい

◆同じふるさと出身の人たちとささやかでもいいからつながりを失わずにいたい

そんな想いをみんなで話し合い、首都圏に向けて新鮮野菜を発送しました。大きな農園ではないけれど、家庭で消費するには少し多い野菜たちをおすそ分けしたい。当日は、新鮮なうちに発送するべく、早朝からミズや野菜を収穫し、丁寧に梱包し、発送しました。

私がお手伝いできることは、パソコンを扱うことくらいなので、チラシ作り、SNSでの宣伝・情報発信をしました。そして、野菜作りの先輩が多い地域ですから、到底かないませんが、私は家で作ったわずかながらのじゃがいもを提供しました(笑)。そんな役割でも少しは地域のお役に立つことができたかな？と嬉しく思っています。こんな輪が少しでも広がるといいな♪

〒018-4301 北秋田市米内沢字七曲23 ☎72-5243
北秋田市地域おこし協力隊 九島 千春



七日市地区の農家のみなさん

● Facebook・ブログもご覧ください ●



Facebook→



ブログ→

ショーン ヨリガン

「阿仁の花火」

私が初めて北秋田市に来たのは、花火シーズン最中のお盆でした。私の出身地であるアメリカ・ニューハンプシャー州では、年にたった1回、7月4日の独立記念日に花火祭りがあるだけなので、秋田の花火祭りの豊富さにとても驚き、花火好きな私にとっては夢のようでした。

花火祭りの中で一番感動したのは、間違いなく「阿仁の花火」です。河川公園の夕暮れを浴びながら、阿仁川のせせらぎを耳にし、反対側の林に目を向けるときれいな花火が…。

もちろん手元にお気に入りの馬肉シチューも！コロッケも一押しです！どの祭りでも食べ

私が見た北秋田

Kitaakita from My Eyes NO.2

物は欠かせませんね！飲み物は私が好きなしゃっこいビール。だから帰りは必ず鷹巣方面の内陸線臨時列車です。

一発目の花火で、夜の闇は突然に明るくなり、弾ける音は胸に響き、なかなか言葉にできない感覚！花火の打ち上げもすごく近いため迫力満点です！

花火に限らず、日本の祭りを見てると感じることもあります。昔の人もこのような光景を観て、このように感動したのだろうな…と。



平成28年10月1日から

国保の被保険者証が新しくなります！

新しい保険証を9月末までにお手元に届くように世帯主宛て（世帯ごとにまとめて）に郵送します。保険証が届きましたら、まずは内容・枚数（加入者）の確認をお願いします。

国民健康保険証は、毎年10月1日に更新されますが、有効期限が平成29年9月30日以前となる場合があります。その主なものは次に該当する方です。

◆平成29年9月30日までに75歳になる方

誕生日から後期高齢者医療制度へ移行しますので、有効期限は誕生日の前日までです。

◆平成29年9月30日までに65歳になる退職国保の方
一般国保へ移行しますので、有効期限は誕生月の末日（1日生まれは前月の末日）までです。

詐欺にご注意ください！



市の職員が保険証の回収を目的に訪問する事はありません。古い保険証は、お手数でも必ず切断して破棄してください。

国民健康保険 退職被保険者証	有効期限 番号
氏名 北秋太郎	昭和〇〇年〇月〇日
生年月日 北秋一郎	秋田県北秋田市
世帯主名 北秋一郎	秋田県北秋田市
住所 秋田県北秋田市	秋田県北秋田市
資格取得年月日 交付年月日	秋田県北秋田市
保険者番号	秋田県北秋田市

一般＝小豆色

退職＝緑色

国保窓口からのお願い

次のような場合には、忘れずに届出をしてください。

◆資格異動：保険証を担当窓口までお持ちください。

①社会保険への加入や転出など、国保資格の異動（脱退）があった場合～異動する人の保険証

②世帯主の変更や住所変更の場合～国保に加入されている全員の保険証

◆学生の場合：世帯に学生の方（住所が市外）がいる場合は、在学証明書又は学生証（有効期限があるもの）を添えて担当窓口申請してください。

◎お問い合わせ

◎市民課国保年金係（市役所本庁舎） ☎62-1118

◎合川総合窓口センター市民生活係 ☎78-2112

◎森吉総合窓口センター市民生活係 ☎72-3115

◎阿仁総合窓口センター市民生活係 ☎82-2112

地産地消の推進／第3回 北秋田市産を食べよう

今回は、9月から旬を迎える食材「マコモダケ」を紹介します。その名前からキノコの種類かと思われがちですが、実はイネ科の植物で、稲のように田んぼで栽培される農作物です。成長すると高さは2m程になり、根元の肥大した茎部分が主に食材として利用されます。北秋田市内では旧鷹巣町今泉地域で主に生産されています。まだあまり知られていない食材ですが、近年本格的な栽培を始め、紹介されたことから徐々に注目されている「マコモダケ」。食物繊維やカリウムが豊富で、生活習慣病予防や便秘予防、老廃物排出（デトックス）に効果的とされており、美容にも非常に効果があります。タケノコのような食感とトウモロコシのような甘味を持ち、癖がなく、炒め物や天ぷら、味噌汁など様々な料理に使える食材です。



▲マコモダケ



▲大勢の買い物客でにぎわう店内

農産物等直売所「産直おおいこ」には、マコモダケも店頭並びます。スーパーではあまりお目にかかれない食材ですので、マコモダケを見たことがない、あるいは食べたことがない方も農産物等直売所に足を運んで、北秋田市産「マコモダケ」を一度お試しください。みてはいかがでしょうか。

道の駅たかのす地内に完成した農産物等直売所「産直おおいこ」が、7月27日に待望のオープンを迎えました。店頭には、えだまめやきゅうり、スイカなどの農産物を中心に数多くの商品が並び、朝早くから多くの方が来場され、入場制限が必要になる程の盛況となりました。