



今回は、「特定外来生物」のお話です。

「特定外来生物」とは、外来生物（海外起源の外来種）であって、生態系、人の生命・身体、農林水産業へ被害をおよぼすもの、またはおよぼすおそれがあるものの中から指定されます。指定された生物の取り扱いについては、輸入、放出、飼養や、譲渡などの禁止といった、厳しい規制がかかります。特定外来生物の規制は、生きているものに限られ、個体だけではなく、卵、種子、器官なども含まれます。

外来種は人間生活と密接にかかわりを持っていることが多く、その問題は日常生活に密着しているため、適切な対応が求められています。外来種に関わる際には、この3原則を理解し、ご協力をお願いします。

外来種被害予防3原則

入れない…悪影響をおよぼすかもしれない外来生物をむやみに日本に入れない

捨てない…飼っている外来生物を野外に捨てない

拡げない…外来生物を生きたまま別の地域に持ち出さない

【利根町で問い合わせの多い植物】

・オオキンケイギク（特定外来植物）

花弁（舌状花）の色は黄橙色、花の中央部（管状花）も同じ色をしていて、5月から7月にかけて花を咲かせます。



・アメリカオニアザミ（生態系被害防止外来種）

葉っぱがギザギザで、固く鋭いトゲがあるのが特徴、開花時期は7～10月で、紅紫色や薄紅色の花を咲かせます。枯れた後も鋭いトゲがあるため注意が必要です。



・ナガミヒナゲシ（外来種）

茎の高さが20～60cmくらいに成長し、4月～6月頃に道端や空き地などで3～6cm程の薄いオレンジ色の花を咲かせます。



※駆除方法については町公式ホームページをご参照ください

認知症地域支援推進員のつぶやき No.85 認知症予防と社会参加

誰もが認知症になり得る時代、社会参加と介護予防効果の関係が注目されています。厚生労働科学研究班の調査では、「スポーツ関係・ボランティア・趣味関係のグループなどへの社会参加の割合が高い地域ほど、転倒や認知症、うつ病のリスクが低い傾向がみられる」ことが分かっています。

高齢になり、社会や家庭での役割から少し離れると、人と接する機会が減ったり、限定されることがあります。こうした「人や社会との繋がりの希薄化」は認知症になるリスクを高めたり、認知症の進行に関わることが知られています。人や社会と関わるということは、それだけ脳を使います。会話をするためには、「言葉を理解する」「相手の気持ちを想像する」「適切な言葉を選んで会話をする」といった脳の働きが必要です。

私が教室などで出会う高齢者の方は皆、前向きでいきいきしています。その秘訣は何なのか話を聞いていくと、多くの方が人との繋がりをとても大事にしています。興味のあることへ積極的に参加して、コミュニケーションも楽しんでいます。教室へ参加し始めた頃はなんとなく元気がなかった方が、参加していくうちに表情が明るくなり、元気になっていく様子を見ると、人との繋がりの大切さを感じます。一つ新しいことを始めると、そこから人間関係が広がり、自然と情報が入り、また新たなチャレンジにも繋がります。人と関わることで、約束をしたり、計画を立てたり、新しい知識に触れることができ、脳が活性化されます。いつもの日常に、一つ、「仲間とともに」無理なく楽しめることを取り入れてみませんか。

私たちはここにいます！

認知症地域支援推進員配置施設

●利根町地域包括支援センター ☎68-2211

●複合福祉施設 響 ☎61-8500

●利根町保健福祉センター

●介護老人保健施設 もえぎ野

☎68-8291

☎84-6081

地域おこし協力隊通信



田井隊員

おかげさまで7月19日に「第8回走りの教室」を開催することができました。合計14名の皆さま、ご協力・ご参加ありがとうございました！今回は熱中症対策として、利根小学校体育館で行いました。障害物競争や、サーキットトレーニングを楽しそうに、そして所狭しと走り回る子どもたちのエネルギー！毎度のことながら圧倒されそうでした。また、今回「ママとこカフェ」様から、身体に優しいおやつを提供していただきました。疲れた身体に美味しくチャージ！運動、栄養、休息3つをバランスよく保ち、心も身体も健やかに成長することを願っております。今後も暑い日が続きます。無理せず、ご自身の身体と相談しながら運動していただければと思います。引き続き走りの教室やスポーツ関連事業、教育分野などを通じて町へ貢献していきたいと思っております。ご理解ご協力のほどよろしくお願い致します。

「走る協力隊」稲垣鉄平です。7月から「TONE駅伝プロジェクト」が始動しています。7月6日には第1回目の練習会を開催しました。(当日は10km走)今後も定期的に練習会を開催して個人のレベルアップを図るとともに、12月の県民駅伝出場を目指してみんなで成長できればと思います。「まずはお試しで参加」でも構いませんので、ご興味のある方はぜひともご参加ください。また、7月から健康増進等複合施設にて、フリートレーニングの時間帯にトレーニング指導・アドバイスをしています。週に1・2回実施します。マシンの使用方法に不安がある方は遠慮なくお声がけください。引き続き、利根町のスポーツ分野で町に貢献していきますのでよろしくお願いします。



稲垣隊員



藤田隊員

こんにちは！空き家担当の藤田です。利根町に移住して丸1年が経ちましたので、今回は、住んでみての感想をお話します。私が住む東文間地区は、ご先祖様の代から長く町に住んでいるようなご家庭の多いエリアです。移住者というと、ご近所さんとの関係、コミュニケーションの苦労を心配されることもありますが、ここでは全くそんなことはなく、むしろ私が今後も長く町に住む理由をあげるとしたら、その一番は「ご近所さんが良い人たちだから」だと思います。

関東周辺で農地付きの空き家、古民家を探していたとき、偶然今の家を見つけて移住を決め、ちょうどその頃募集のあった地域おこし協力隊にも応募しました。近隣の農地も初年度から1ヘクタールほど貸していただけて、想像した以上の規模で農業を始めることができました。

「田舎に住んで農業をし、動物たちと暮らしたい」という、人生の最終目標のような、本来ならもう少し年を取ってからやろうと思っていた夢が早々と叶いました。「消費のために稼ぐこと」や「自分のこと」が中心だったこれまでの生活。今後はもう少し周りの人のためにも生きてみたいと思います。

空き家コーディネーターの「ドゥーさん」こと安藤です。先日、茨城新聞社様に自身の空き家利活用の取り組みを取り上げていただきました。この記事は、利根町が直面する人口減少問題に焦点を当て、その中での具体的な事例として紹介していただきました。利根町は、県内でも高齢化率が2番目に高く、出生率も2番目に低いという厳しい現状にあり、増加する空き家は地域の活力低下に直結する問題だと感じています。その中でも空き家を「負資産」ではなく、新たな可能性を秘めた「地域資源」と捉え、その利活用に現在取り組んでおります。現在進行中の「空き家利活用PJ」の「お試し移住計画」もその一つであり、実際に体験し、町の魅力を知っていただくことで、移住への後押しをしたいと考えています。今回の新聞掲載は、自身の活動を多くの方に知っていただく貴重な機会となりました。これからも空き家利活用を通じて、微力でありながらも利根町の活性化、ひいては人口減少問題への貢献を目指してまいります。空き家に関するご相談も承っておりますので、お気軽にお問い合わせください。



安藤隊員