

篠栗九大の森



メタセコイヤによく似た「落羽松」。この幻想的な姿がSNS映えすると話題になり、訪れる人も多い。約17haの森には約50種の常緑広葉樹と約40種の落葉広葉樹が生育している

篠栗町

篠栗町では森林浴を心と体の健康に生かす「森林セラピー」に力を入れており、平成21年に「森林セラピー基地」の認定を受けている。その代表的なコースを、森を熟知した案内人とともに見学。目をつぶって深呼吸をすれば爽やかな気分になる



ファスティング旅館若杉屋



休業した旅館を活用し、九州初のファスティング旅館として平成28年にオープン

※ファスティング…断食を意味する「fast」に由来した言葉。自分たちが本来持っている体の機能を回復させることが目的



宿のコンセプトは「内臓・こころ・脳のお手入れ」。脳の活性化、集中力アップなどが期待できる写経にも挑戦



ファスティングや森林セラピー、お遍路などのプログラムが用意されており、滞在中はさまざまなスキルを持った6人の女将がサポートしてくれるため、安心して過ごすことができる。ハンモックセラピーを初体験した知事は「ブランコに乗っている感覚で楽しいですし、気持ちがいいです」

久山町ヘルスC&Cセンター



定期的に行われている認知症予防カフェで折り紙を体験。「指先を使うことは、脳に刺激を与えますね」と知事

久山町

町の健康づくりの拠点。九州大学と連携し、町ぐるみで実施している久山町研究（健康診断、追跡調査、病理解剖）は世界的にも有名



平成29年11月7日

Café「いちしろ」



14年前に久山町に移住してきたオーナーの中山さんが平成26年に自宅敷地内にオープンしたカフェ。近所で採れた季節の野菜をたっぷり使った体に優しいランチが人気



静かな時間が流れる居心地の良いカフェは、町内外を問わず、たくさんの人の出会いと交流の場となっている

「知事のふるさと訪問」。健康と癒やしに取り組み久山町の健康づくりの拠点や篠栗町の森林セラピー基地などを訪れました。

久山町立山田小学校



町ではグローバルな視点を持つ人材育成を目的に地元企業と連携してオリジナルの英語学習を実施している



5年生の外国語学習に参加して一緒にゲームを楽しむ知事。「皆さんが大きな声で英語を話すのを聞いて、心強く思いました」と笑顔で語った



団体紹介

森の風・篠栗 森の案内人の皆さん

平成23年発足。篠栗の森の魅力を発信するために町ではガイドを養成。メンバーは現在、30代から80代までの男女31人。訪れた人と一緒に森を歩き、幅広い知識で癒やしの旅の手伝いをしている



久山町と篠栗町に共通しているのは都心から近く、自然豊かで過ごしやすいこと。今日も自然の中で心が洗われ、体もすっきりしました。地域のために力を尽くす皆さんの活動が点から線になり、面に発展していくと面白いと思います



森の風・篠栗 森の案内人の品川静さん。町と協力しながら森林セラピーの活動に積極的に参加している。ファスティング旅館若杉屋では、女将たちのリーダーとしても活躍



糟屋郡の若手新規就農者によるグループ、「かすやグンジーズ」の今泉拓美さん。食育の一環として篠栗町で年間約30品目の野菜を育てる体験農園を運営



食品関係の会社での勤務を経て、今年3月から篠栗町地域おこし協力隊で活躍する平野亜理沙さん。町内のお店や景観などを再発見し、話題に。音楽フェスティバルや婚活イベントなども構想中



上久原かかし愛好会の仲村敏也さん。地区内に100体以上のかかしを設置して昔ながらの原風景を再現し、話題に。音楽フェスティバルや婚活イベントなども構想中



久山町ショートショートフィルムフェスティバル実行委員会委員長として企画運営に携わった梶原茂則さん。町の商工会青年部の部長でもあり、豪雨災害時は被災地に支援物資の提供も



Café「いちしろ」オーナーの中山哲代さん。14年前に久山町に移住し、10年間野菜を育てる中で「地元の野菜を生かした店を」と3年前にカフェを開業。「人とのつながりが楽しみ」と語る

皆さん 頑張り 地域で

対談 小川知事