



総務省

# 耕すシェフ (地域おこし協力隊) の活動



島根県邑南町

## 耕すシェフ 第4期生

なばら

えつこ

# 南原 悦子



ここからの活動は  
私が報告します！

# プロフィール

---



- ・広島生まれ広島育ち

両親は邑南町出身

邑南町は“田舎の祖父の家”

- ・食べること、料理することが好き

- ・料理人を夢見て専門学校～飲食店の道へ

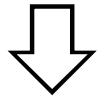


都会で暮らす私

# 広島での生活



夢 広島で自分の店を  
だしたい！



しかし…

現

- ・夕方～早朝までの夜間勤務
- ・休みが少ない
- ・休みは友達と遊びでストレス発散 楽しいけど「浪費」
- ・疲れ、考える余裕なし、家は寝るだけの場所

働くためだけに  
生きている？

の～んびり

人、自然

豊かな暮らし

## 田舎に転居した両親

あなたもこっちに来てお店を開いたら？  
私たちも一緒に手伝うよ！  
「耕すシェフ」が募集中って聞いたよ



# 夢の実現に向けて

夢

自分の店を  
だしたい！



そのためには..



今の生き方じゃ  
だめだ！！

- ・皆が集まれる店、人の輪を作りたい
- ・出店地域に慣れたい、根付きたい
- ・「自分の時間」、「考える時間」がほしい
- ・人として「豊かな自分」でいたい

田舎で  
本格的な料理が学べて  
経営まで学べちゃう！

おおなん町なら  
夢の道が開ける！！



応募！



# 邑南町にきてみて…

感動しました！



- ・ **楽しい！！**
- ・ **昔は苦手だった野菜**が食べられるように
- ・ 作り手を見ることが出来る
- ・ 『**人**』を感じる事ができる
- ・ **家族**と一緒にいることができる
- ・ 自分の**時間**があって『考えられる』
- ・ やっていることが**夢の実現**につながる！



素材香房ajikuraで調理を担当。  
邑南町の『**食材**』や『**地産地消**』を学んでいます



生産者と仲良くなって将来の仕入れのために  
『ツナガリ』を広げています！



ツナガリ



私の目標



研修修了後の  
3年後 + 半年で  
自分のお店をオープン  
すること

現在、夢に向かって  
奮闘中！

是非、自然とチャンスがあふれる  
邑南町にお越し下さい！

ご清聴ありがとうございました