

令和7年度 地域おこし協力隊 活動報告

上越市板倉区 筒方地区

前倉 善和

ミッション・略歴

活動地域：板倉区筒方地区

活動期間：令和 5.4.20～令和 8.4.19

ミッション：そばを活用した地域活性
特産品の販売・開発

15年（個人事業）
パソコンサポート

スマホ普及傾向に
ニーズ減少を予測



そば店・福祉施設
調理師 12年

子どもの独立
第二の人生



美味しい水と農地
のある筒方へ移住

活動1 そば

特産品のそばを使った地域おこしのミッション

過疎化・高齢化による
担い手不足

そば打ち・製粉・栽培

そば打ち
育成講座・体験講師

イベント運営管理

認知度・販売機会

そばを使ったレシピ
そば御膳

イベント出店

販売機会の模索
動画配信

生そば販売

すぐ食べられない・うまく茹でられない

美味しい茹で方の周知

生そば販売
→茹でて提供へ

出店要員削減のため
キッチンカー導入

活動2 特産品

その他特産品を使った地域おこしのミッション

山菜

誰かの土地
→山菜畑

下処理・調理・保存
そば御膳

味噌漬

味噌

麴づくり

大豆栽培

味噌屋

加工品

干し大根
干し柿

漬物・梅干
味噌漬

よもぎ香

活動3 耕作放棄地

荒れていく農地を活用できないか

畑

田んぼ

農業

草

栽培手順

補助金と税制
狩猟

土と微生物

機械と場所

農地法と取得/貸借

作物と季節

水

採算と大量生産
6次化・観光農園

活動4 広報

上越をアピールするミッション

Youtube 配信

会員登録不要
長く見てもらえる

不真面目
検閲

意外な効果
自己紹介

広告宣伝

ふるさとギフト

創業塾

次期協力隊募集

農泊事業

上越南
農泊推進協議会

そば打ち体験
観光農園

集落体験

3年間の振り返り

1年目：現状把握

地域を活性化させることができる魅力を探すことから始めることにしたが、すぐに、魅力だらけなのに活かす人員や活力が圧倒的に足りないことに気づく。人員はすぐに増やせないため方法を工夫する必要があることが分かる。

2年目：新たな課題

魅力を活かす方法を試行錯誤しながら
所有権・資金だけでなくこれまで培われてきた地域感情が壁となることに気づく。

3年目：まずは自分から

多くの人が幸せに暮らす方法のために自分一人が働きかけるよりも
自分が地域の中で「助けてもらいながら」暮らすことがはじめての一步だと気づく。
多くの関心や親切をすぐに恩返ししようとせず、力をつけ話題を提供しながら
自分にできることを見つけてもらいそれに応えるのを積み重ねていくことが
最終的に地域おこしにつながっていくというのが3年間の最終結論となる。

退任後の活動

はちろえもん **Yoshikazu 前倉** **Maekura 善和**

みそや はちろえもん
自然栽培大豆と自家製生麴の越後味噌製造

本格そば打ち道場 はちろえもん
職人技を磨き、仲間と技術を高めあう

体験交流施設 はちろえもん
そば打ち・畑・山菜・手仕事体験



関連団体・以下もお気軽にご相談下さい

コットン工房 上越産そば粉販売 玄そば製粉	どうがたの郷特産物生産組合 そばのキッチンカー 生そば販売
上越南農泊推進協議会 三和・牧・清里・板倉の 宿泊・体験ツアー	タイマッサージスクール&サロン タイマッサージ/木槌療法トークセン ビギナー向け養成講座
ゑしんの里記念館 そば打ち体験・イベント 特産品販売・ホール使用	いたくら亭 板倉区の歴史的民家で 地元産手打ちそばランチ

筒方集落の古民家で以下 3 点を柱に、

- ・味噌/漬物加工場 (保健所認可済)
- ・本格そば打ち道場 (リフォーム中)
- ・体験交流 (畑体験・手仕事体験)

- 特産品の復活・放棄地活用
- 次世代そば打ち職人育成
- 関連人口増加

3 年間の活動でご縁のあった関連団体の活動を継続していく。