

ながはま
長浜の活性化

暮らす人がわくわくする町づくり

大洲市地域おこし協力隊 はまだ みほ
濱田 美穂

はじめまして。

はまだ みほ
濱田 美穂と申します。

昭和62年1月6日 生まれ
大洲市長浜町出身

とても簡単な経歴

2005年	18歳	大学進学で大阪へ
2015年	28歳	結婚
2023年	35歳	出産
2025年	38歳	大阪⇒長浜へ戻る

好きなこと

美味しいものを食べながらおしゃべりをする事、
散歩、サウナ、漫画、海を上から眺めることなど

前職は自然食品店で
約10年間勤めていました。
特技はゆるいイラスト、
わかりやすいPOPを
描くことです。



ながはま
長浜ってどんなところ？

交通

大洲市街地から 20 Km
車で⇒約30分 電車で⇒約40分

人口

867世帯 1,586人
(データー：令和7月31日)

名物 & 名所

赤橋、肱川あらし、長浜高校水族館、青島、
天然のトラフグ、夕日、末永家住宅、夕日、
じゃこ天、しぐれ、川と海と山



△
赤橋

なぜ長浜に帰ってきたの？

帰省するたびに寂しくなっていく商店街の姿に何か自分にできることはないかと思い、①実家の魚屋の跡継ぎをすること②大洲であまり買える場所がない自然食品の販売店をすることを夢に、長浜に帰ることにしました。

地域おこし協力隊に応募したきっかけは？

長浜に帰ることを決めた後、市のHPで大洲市地域おこし協力隊（長浜地区）の募集を知りました。自分の夢と同時進行で、町の活性化のためにできることをやろうと思い応募しました。



自治会の人たちと顔あわせ ➡ 面接 ➡ 着任

自治会作成の募集要項▷こんなことをやってほしいな

- ①地域住民を巻き込んだイベントの運営・企画
- ②子どもたちの学習と遊びの機会の確保
- ③空き家を改修し事業展開
- ④長浜の広告塔になること

私の応募履歴書▷こんなことをやってみたいな

地域の人たちが長浜で暮らすことにわくわくし、より好きになることで起きる好循環を生み出し活性化につなげたい。

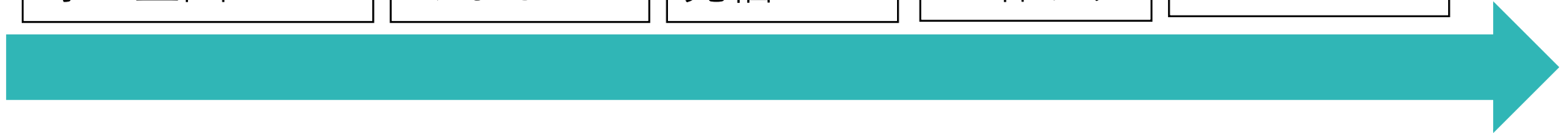
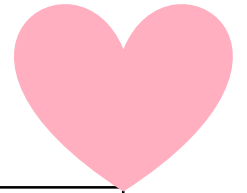
暮らす人が
わくわく
するイベント
等の企画

長浜で
暮らすこ
とが楽し
くなる

楽しそう
な長浜を
発信

長浜
いいね！
を増やす

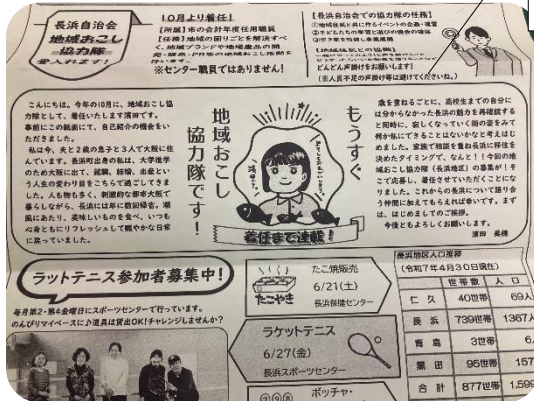
より長浜を
好きになる



地域を大切にしよう、盛り上げよう、次世代につなげていこう

活動報告

着任までのこと



自治会だよりで着任までの
5か月間コラムを連載



△先輩協力隊もきてくれました



『ウェルカム！協力隊』という会を開催
いただき地域の方、これからお世話になる
方々、約80名に挨拶をしました。

令和7年10月1日～

辞令交付式



- ・ 地域の人に挨拶まわり
- ・ 総務省主催 地域おこし協力隊むけオンライン研修
- ・ 自治会広報に掲載する自己紹介文の作成
- ・ 長浜小学校家庭科の授業お手伝い
- ・ 長浜高校防災の授業見学、参加
- ・ 自治会主催ハロウィンイベントポスターの作成
- ・ 長高フェス内にて物産展の開催企画・打ち合わせ
- ・ ゴジラを愛する長浜高校の生徒が制作した特撮の上

映会企画



活動の予定



ながは○ぐらし
令和7年11月1号

△大洲市地域おこし協力隊インスタ
長浜コムセン
TEL:0893-52-1138

メールアドレス
miha.hamada@city.ozu.chime.jp

募集 本町商店街で使っていない空き店舗を貸してくれませんか???

昔はお店だったけど今は使っていないよ。という空き店舗や、土地をお持ちの方へ。
有志で改修し、誰もが気軽に集まれる場所づくりをしたいと考えています。
貸してあげてもいいよという方は濱田まで。一度見に行かせてください。
(長浜コムセン-0893-52-1138)

(特任人データー) 大洲市地域おこし協力隊 濱田実穂
昭和42年1月6日生まれ。長浜町出身。令和7年9月に長浜の活性化をしたいと思い、大浜から家族で戻ってきました。美味しいものを囲みおしゃべりすること、リウナが大好き。長浜に暮らす人たちが、もっと長浜を好きになるようなことを場所やイベントを企画予定。実家の魚屋のことも継行し、長浜本町商店街「漁屋」の斜向かいのお店で「ニッー長浜」という自然食品店も開店予定中。この絵画では、私の最近あったこと、こんなことをしています、私の目で見た長浜の魅力を伝えていければと思います。

地域の人にむけた、活動の報告、長浜の魅力の再発見を目的に、『ながは○ぐらし』という新聞の発行をします。

お昼を食べるところが少ないという地域の方のお話から、まずはみんなでおべんとうを食べる日を企画しました。



回覧

おべんとうの日

2025年11月21日(金)12時から
場所:長浜コムセン1階ギャラリー
持ち物:お弁当とお茶など

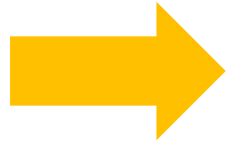
こんにち! ♪

ニッー長浜おこし協力隊の濱田です。
みなさんと一緒に「おべんとう」を食べながら
おいおい交流できればいいなと思い、
「おべんとうの日」を企画しました。
申し込みは不要です。お茶とおべんとうを
持って12時前にコムセンに集合ぞ。
どんなでもお誘いあわせの上お越し下さい。

(問い合わせ先)
長浜コムセン ☎52-1138
地域おこし協力隊 濱田

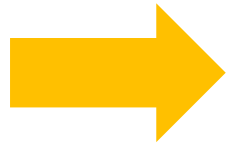
- ・ハロウィンイベント
- ・長浜高校水族館の開放日にあわせて開催するマルシェで、ガラスに絵を描くブースを担当⇒準備
- ・竹灯籠を使用した商店街のキャンドルナイト計画中
- ・長浜高校の文化祭でおもしろいこと企画中
- ・ゴジラが大好きな長高生が制作した短編特撮作品の上映会 & 企画展の主催

長浜のことを知る



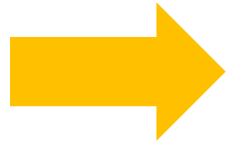
長浜町史、大洲市立博物館、詳しい人の話を聞く、
長浜のいろんな場所に行ってみる

仲間づくり



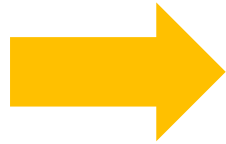
おべんとうの日、ランチ会、カフェ、若手が集まる会、
などを企画し、交流する

商店街の空き家活用



まずは物件探し。有志で直し、コミュニティース
ペースや、カフェ、ギャラリーなどにする

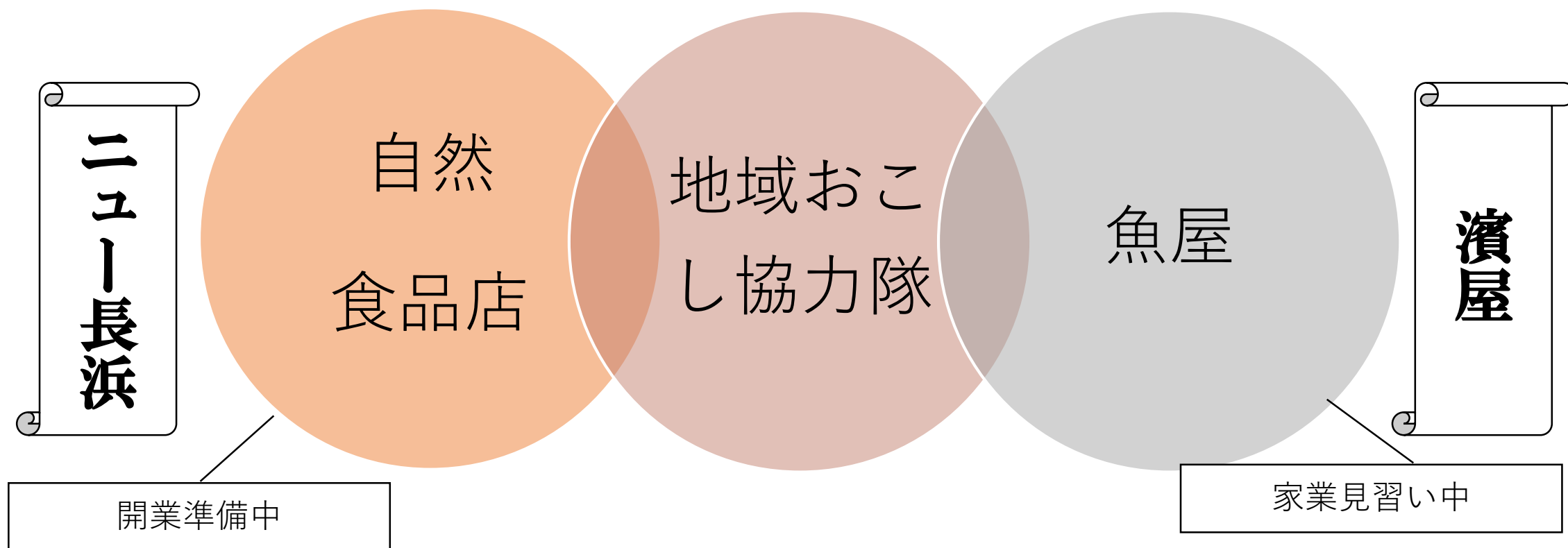
イベント企画



長浜の古い写真を持ってきてもらい展示、映画鑑賞会、
家に眠っている使っていないものを販売する古物市、
のど自慢大会、魚をさばくワークショップなど

これからの展望

長浜で暮らしていくための生業づくり、地域の人たちとのつながりづくり



海も川も山もあり
魚も野菜も果物も美味しくて、
歩いて行ける距離に学校がある
最高の環境の長浜で、
わくわくしながら暮らすこと。
その波紋が広がりわくわくする人が
増えたらいいなとやっています