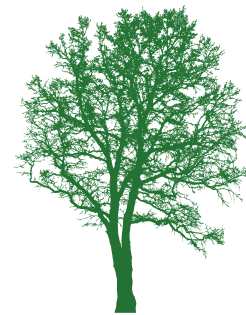


NAKANOHO

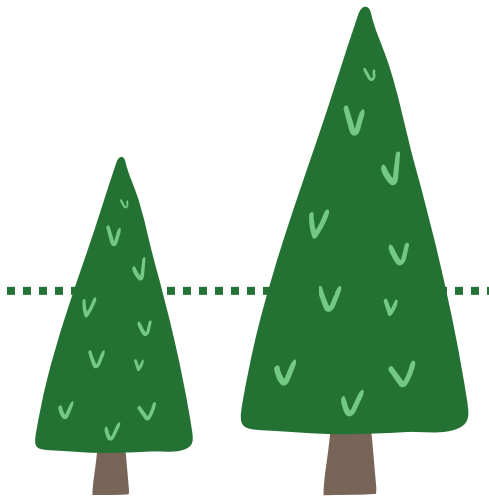


恵那市中野方  
地域おこし協力隊  
相澤 将士



# 目次

---



- 01 自己紹介
- 02 なぜ恵那に？
- 03 1～3月 単身赴任
- 04 4月～ 家族で移住
- 05 これからのビジョン

Table of  
Contents



# 相澤将士

起業家 レストランプロデューサー

HANBE co.,ltd. 代表取締役社長

会社経営10年目、田舎暮らし1年生。

恵那市中野方に帰国子女の子ども達4人のふるさとを創りに来た43歳。人が好き、田舎が好き。この地で食に関するスモールビジネスを起ち上げて、魅力たっぷりの笠周地域を更に盛り上げるべく画策中です。

出身地 茨城県

略歴 銀座の料亭からキャリアをスタートさせ、イタリア料理の道へ進み、東京・横浜の店で研鑽を積む。シェフ、支配人を経てヨーロッパで学び、渡タイ。タイ、ベトナム2ヵ国で飲食、有機農場、広告業など展開。

専門領域 レストランプロデュース、マーケティング、事業企画、商品開発、経営管理・収支改善

業態・プロジェクト 炭火屋半べゑ、Coffee Roastery Y'est Works, 地鶏の鶏右衛門、餃子の将士、膳代味聞、他

コミュニティ 大人の学びBar 主催、エシカルカフェ運営  
親と子のためのお金の学校 主催

協力隊の活動内容 恵那の食に関することで起業型。  
食とビジネスの仕組みを作りで都市と笠周地域を繋ぐお手伝いをさせて下さい。

受賞歴他メディア出演 TV番組 マツコ会議  
GLN 『ビジネスリーダー21 Book』  
雑誌 `BRUTUS、 バンコク特集掲載  
雑誌『料理通信』全国お宝コンテスト審査員  
日本食糧新聞 『海を渡った日本食』掲載  
神奈川県商業先進国海外派遣団選出

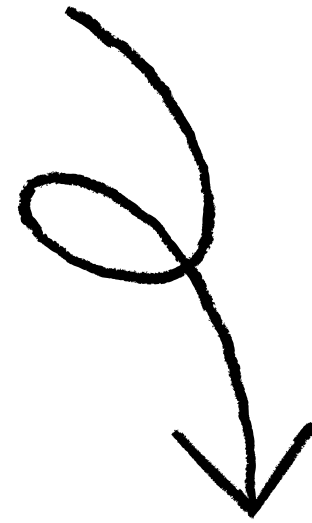
なんで恵那？

タイ生まれの子ども達に、四季のメリハリがしっかりした  
日本の田舎での暮らしをさせてあげたい。  
日本人としてのアイデンティティーや  
非認知能力を伸ばしてあげたい。



協力隊としてのミッション

「中野方の最高の食をつくる」



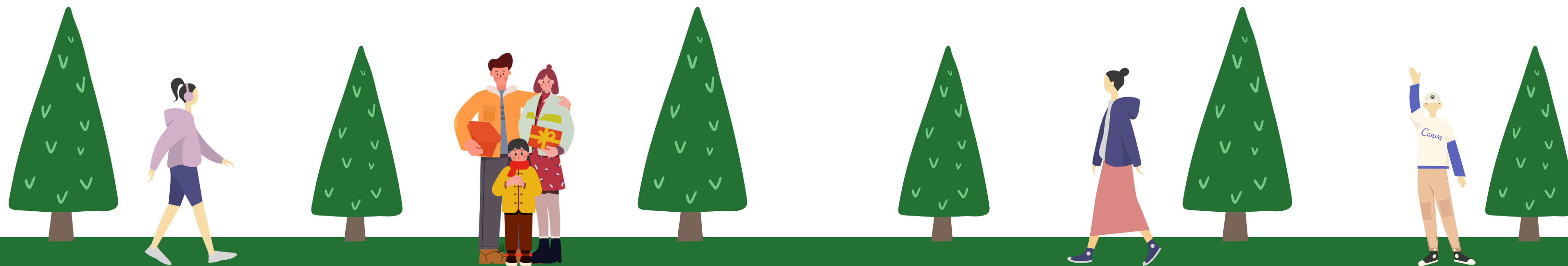
「農と食に関わる課題解決と地域のブランディング」

1～3月

# 活動スタート。 単身赴任で中野方に移住。

(スタートダッシュしたくてウズウズ期)

末っ子は0歳2ヶ月





色々な場所で歓待され、  
嬉しさと共に身が引き締  
まる想い。







インターンでお世話になった  
農泊の女将さん。



笑

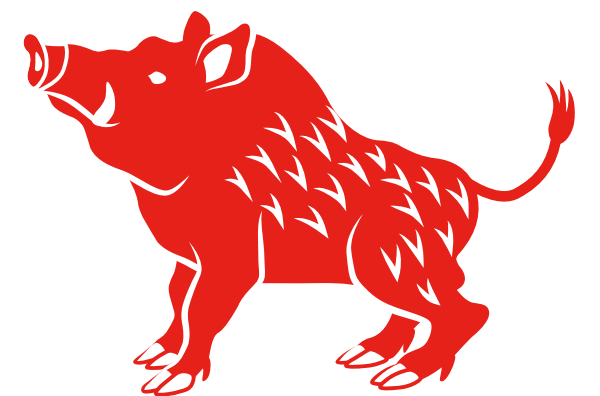






地元の野菜と  
山で獲れた

# 獣 肉





炭火で焼かれた鮎の美味しそうな  
香りと共に、  
人の和も広がる











実家感

『ただいま～笑』

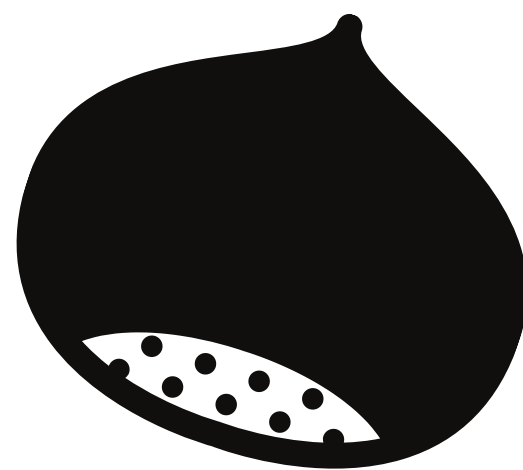


最速で結果を出したるぞー🔥





栗園にまつわる色々





待てど暮らせど返信が来ない。  
サンプル完成期限を過ぎても音沙汰なし。  
やっとの事で到着したペーストの品質が。。





後継者?  
居たらイイネ～

岐阜県ってどこ?  
エナシ??

人脈、信頼、コネ、信用、実績、  
何者でもない個人事業主の自分

キョウリョクタイ?  
なにそれ旨いの?

恵那市から出たら  
誰も知らない



そもそも6次化とか、PLの改善とか、  
後継者とか、求められているのか？(中の人に)  
自分の中野方の事を、どこまで理解しているんだろうか？  
今の状態で商品を形にしたとして、そこに練り込む  
想いを自分に語れるのか？  
こんな自分本位な商品開発を進めても、  
ブランドが創れるわけがない。  
ましてや事業に育てるなんてなんて出来っこない。

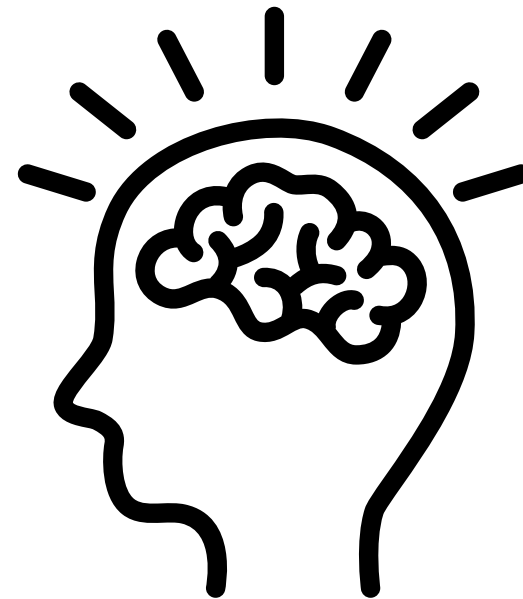


まず、何者で  
もない自分を受け入れよう。  
早く登る事ばかり考えずに、  
梯子をかける場所をしっかりと  
考えよう。その為に、中野方  
や恵那の食文化、歴史、学び  
直そう。



**ビジネスのネタ探し、まず何からやろう？**

**農作物、発酵食品、オーガニック、腸活、ジビエ、食文化、  
飲食店、郷土料理、  
地酒、地ビール、まちづくり、珈琲、道の駅etc...**







# 中野方の米で糍作り



混ぜ  
混ぜ







糞





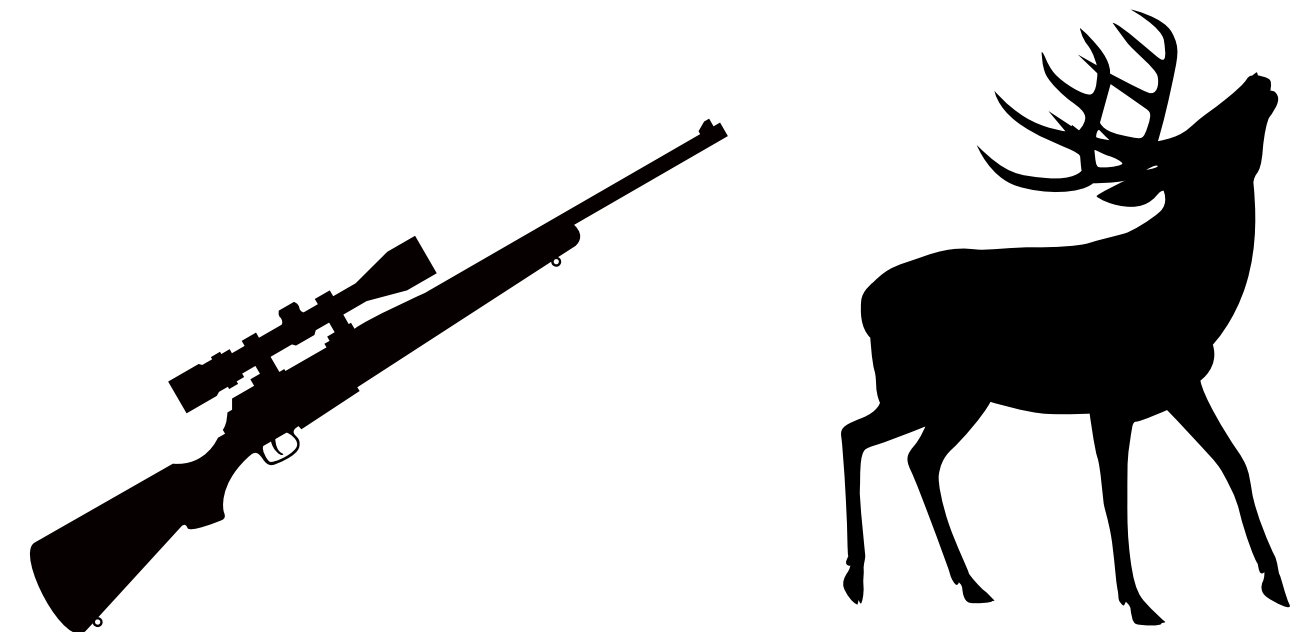
／ 農作業のお手伝い





ローカル起業カレッジ

Hilton JAPANグループ  
初の女性総料理長  
石井まなみシェフ

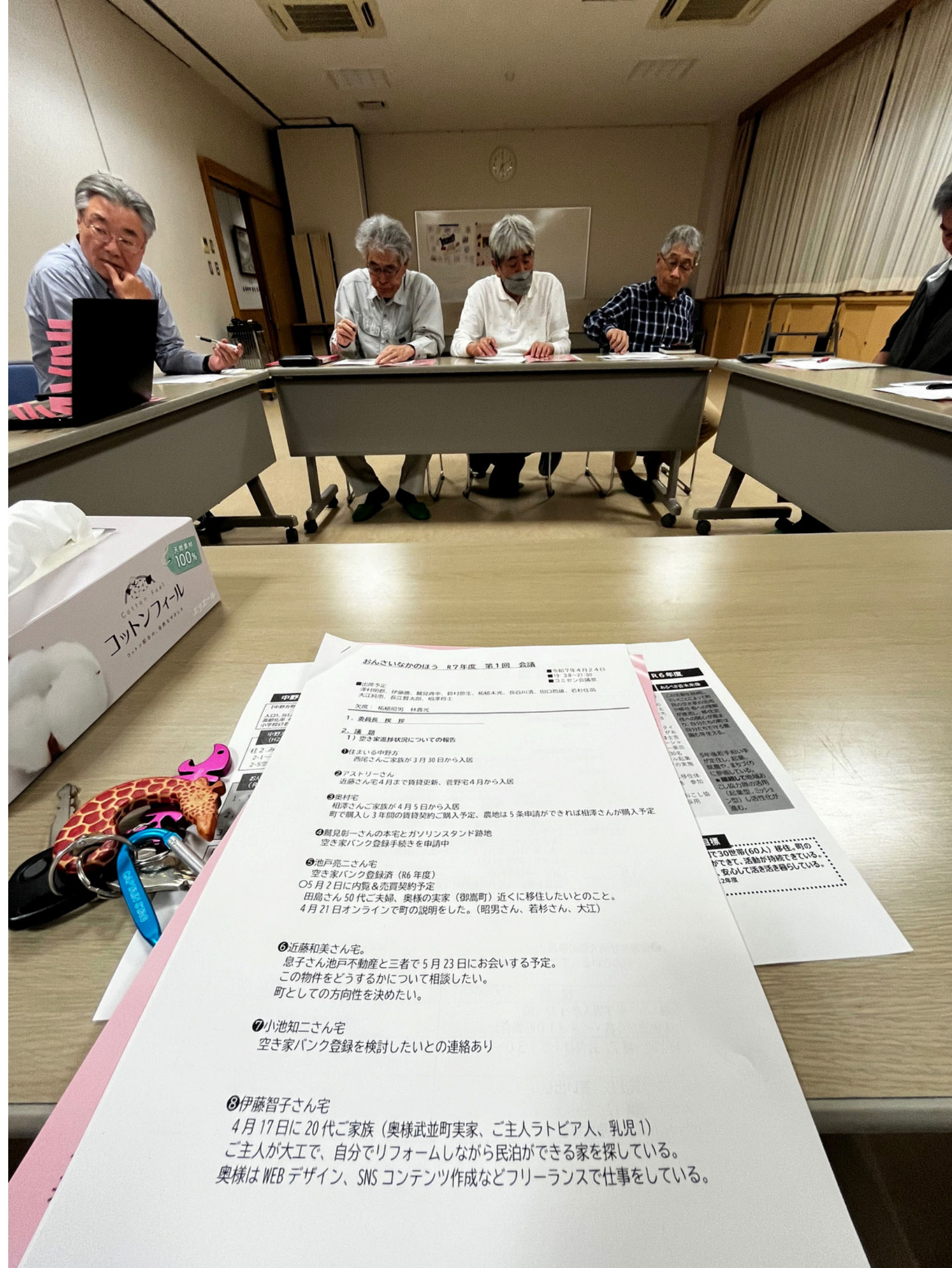




# ジビエ料理を堪能







会議、打ち合わせ

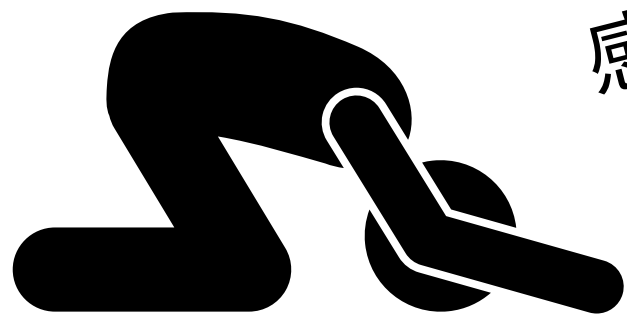
ミーティング、会議、  
会議、会議、カイギ

多い月は100h～





築100年の古民家の  
お片付け、掃除、ゴミ出し



感謝です







中野方の町外や  
恵那市外の視察も



# ジンの副原料



ジエニパー  
ベリー  
北マケドニア産



チコリで蒸留した焼酎に

ジュニパーベリーを漬け  
込みジンにする



笠置の柚子も

発見





ちなみに、今だから笑えるこんな事も。。





不動滝やさいの会  
で購入した大量の  
ふきのとうを姫路  
に持ち帰り、  
ケーキやパスタソ  
ースなどいろいろ  
試作。

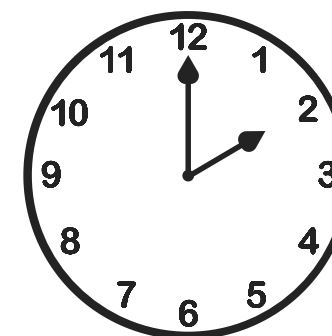


同じ日に試作と  
試食を繰り返してた  
ら、、、



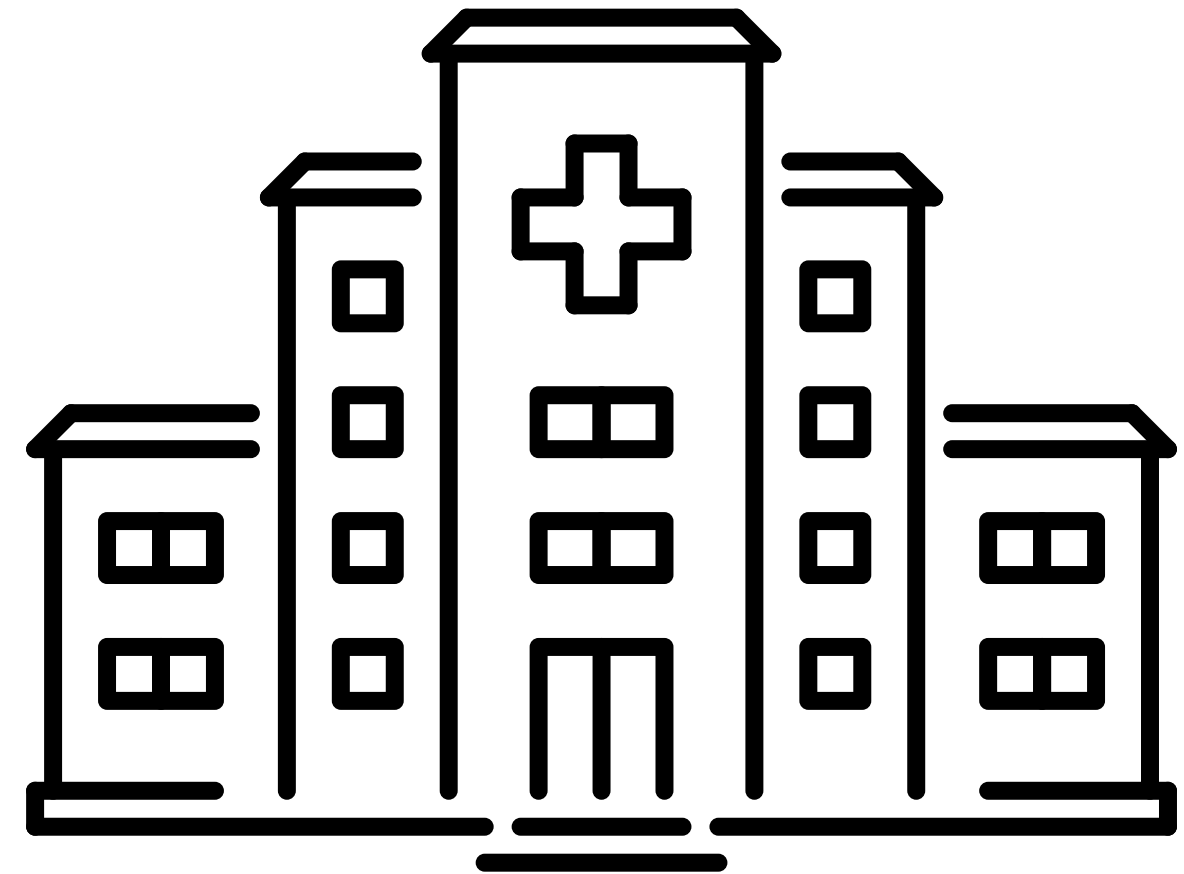
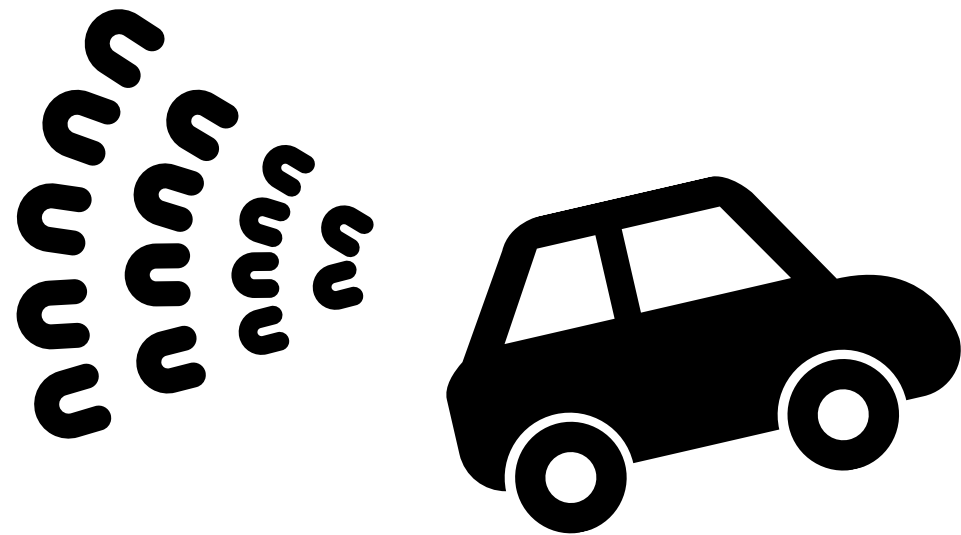
突然、全身に  
蕁麻疹。

強烈な痒みで  
気が狂いそう  
になり、、、





深夜に病院へ



山菜のアクに身体が反応したのか。。。



山菜の食べ過ぎにはくれぐれもご注意を。

