

田舎暮らしの

ススメ 3

交流居住の先進自治体事例集



生まれる場所は

選べないけれど、

暮らす場所は

「わたし」が選ぶ。

高層ビルや繁華街はなく、地下鉄も通っていない。
夜、輝く街灯やネオンは僅かで、深夜まで営業するレストランも見当たらない。
田舎には、都市にはあるあらゆる利便性や娯楽性がない。
それなのに、人は田舎が好きだ。

水面に羽を広げて鳥が舞う青空が映る。その美しさに思わずため息をこぼし、
静かに打ち寄せる波に心癒される。
木々の香りを帯びた風には懐かしさを覚え、
熟した野菜や果物の甘さについ笑みを浮かべる。
田舎には、都市には揃えることのできないすべてがある。

誰もが、自分の町にはない環境を求めてしまう。
`贅沢、かもしれないが、それが本音。
時には、明るい表通りでショッピングをしたいし、
せせらぎの音を聞きながらのんびり歩きたい時もある。
多忙な日常を過ごしたら、ふと落ち着ける時間が欲しい。
「追われる」ではなく「流れる」時間。
「会う」ではなく「出会う」。

「交流居住」は、やっぱり`贅沢、なのかもしれない。
でも、その新しいカタチにこそ、長らく私たちが忘れていた
`おいしい時間、がある。

田舎暮らしのススメ

おいしい時間を いただきます。



「交流居住」の推進

現在、我が国では、人口の都市への集中が進んでおり、地方は大幅な人口減少と高齢化の更なる進展により一層厳しい状況におかれる一方、価値観の多様化、団塊の世代の定年退職やロハスブームに伴い、田舎暮らしへの関心が高まっています。そうした中、総務省では「交流居住＝交流を主たる目的として田舎と都市を行き来するライフスタイル」を提案し、田舎暮らしを求める皆さんのニーズに応えるとともに、地域間交流の促進により過疎地域をはじめとする地方の活性化を支援しています。

総務省調査において都市にお住まいの方々に対するアンケートを実施したところ、交流居住に興味を持っている方は団塊の世代を中心に、3割程度いることがわかりました。

また、目的としては、「景色や環境がいい」「静かにのんびりと過ごしたい」「家庭菜園やガーデニング」など、自然溢れる「ふるさと回帰」への想いを強く持っている人が多いことがわかりました。さらに、受け入れ先の地方自治体に対しても「交流居住に関する情報発信」を望む声が多いこともわかりました。

以上のようなことから、平成18年7月に交流居住ポータルサイト『交流居住のススメ～全国田舎暮らしガイド～』を開設し、インターネットを通じて、全国各地の地方自治体についての交流居住に関する様々な情報（地方自治体における生活関連情報や滞在施設、体験プログラムなどの情報、田舎暮らしのノウハウ）を提供しているところです。

また、都市住民の皆さんが、

各地方自治体の担当職員と直接相談のできる場も設けています（平成20年度は東京で9月20日（土）、大阪で10月4日（土）に開催される、ふるさと回帰フェア2008の中で「ふるさと回帰自治体相談コーナー」を設置します）。

本誌は、交流居住に積極的に取り組む地方自治体の活動内容や実践者の生の声をお伝えすることにより、これから交流居住をはじめようとする際の参考になることを願って作成いたしましたので、皆さんにご活用いただければ幸いです。

また、この場をお借りしまして、本書の制作にあたり御協力いただきました皆様方に心から厚くお礼を申し上げます。

総務省自治行政局過疎対策室

交流居住のタイプ

総務省自治行政局過疎対策室では、交流居住の目的や都会と田舎とを来訪する頻度、あるいは、田舎での滞在期間等を踏まえて、交流居住のタイプを5つに分類している。

〔短期滞在型〕^① ちょこっと、田舎暮らし

目的	田舎ならではの生活体験や自然体験、地元の人たちとの交流等
来訪頻度・滞在期間	特定の田舎を年に数回、あるいは毎年繰り返し訪れる。（1回当たりの滞在期間は1～3泊程度）
滞在居住施設	ホテル、旅館、民宿など
イメージ	ハイキングやスキー等の自然探勝・スポーツ、田植えや稲刈り、果樹収穫等の農業体験、お祭りや年中行事などの生活文化体験を楽しむ生活

〔長期滞在型〕^② のんびり、田舎暮らし

目的	都会の喧騒とストレスから離れて、環境のよいところでゆっくり休むなど、静養・病気療養、避暑、避寒
来訪頻度・滞在期間	滞在期間が1・2週間～3ヶ月程度と長く、行き来する頻度はあまり高くない（年1～数回程度）
滞在居住施設	セカンドハウス、貸別荘など
イメージ	貸別荘を夏や冬に1ヶ月程度借りて滞在する生活

〔ほぼ定住型〕^③ どっぷり、田舎暮らし

目的	仕事場も生活の場も田舎に置き、用事があれば時々都会の住居（こちらがセカンドハウス）を利用する
来訪頻度・滞在期間	都会の滞在時間よりも田舎での滞在時間が長い
滞在居住施設	戸建て住宅、リゾートマンション等（いずれも賃貸含む）
イメージ	田舎の家でホームページの制作や翻訳、執筆活動などの仕事をし、打ち合わせなどで都会に出かける生活。あるいは退職金で田舎に住宅を構え、年に数回、都会の家に暮らす生活

〔往來型〕^④ 行ったり来たり、田舎暮らし

目的	仕事や教育など日常生活は都会で行いながら、余暇時間の多くを田舎で過ごす
来訪頻度・滞在期間	週末毎～月1回程度の頻度で都会と田舎を行き来する。（1回の滞在日数は2～3日程度）
滞在居住施設	セカンドハウス、貸別荘、クライנגアルテンなど
イメージ	都会では集合住宅に住み、田舎に所有するセカンドハウスに金曜の夜から車で出かけ、土日は田舎での暮らしを楽しみ、日曜の夜に都会に戻る生活

〔研修・田舎支援型〕^⑤ 田舎で学んでお手伝い

目的	田舎ならではの仕事や技術の習得、あるいは援農や森林保全、自然環境保全などに関わる活動への参加を目的とする
来訪頻度・滞在期間	一定の長期期間（1週間～数ヶ月）
滞在居住施設	寮や研修施設、社宅など
イメージ	農林業等の期間雇用や農業技術研修、染色や織物等伝統技術習得のための弟子入りなどで、学び働きながら田舎に住む生活



交流居住のポータルサイト、 発信中!! →<http://kouryu-kyoju.net/>

交流居住ポータルサイト「交流居住のススメ」。全国約700の自治体が、田舎と都市を行き来するライフスタイルの情報を提供しています。生活関連情報、滞在施設、体験プログラム、その地での暮らしのノウハウなど、掲載プログラムは、全国で約4,000件。3種類の検索方法より、必要な情報をお探しいただけます。また、毎月第1・3水曜日にメールマガジンを発行

し、最新の田舎暮らし情報、モニターツアーなどの情報を紹介しております。

ポータルサイト「交流居住のススメ」は、交流居住をスタートしようとしている方のサポーターです。田舎暮らしにご興味があるなら、一度ご覧になってみてはいかがでしょうか。素晴らしい日本の故郷が、お待ちしております。



交流居住のタイプから探す

5つの交流居住タイプのアイコンにマウスの矢印を重ねると、交流居住タイプの紹介・地域名が登場します。その地域名をクリックすると、検索できます。



- 5つの交流居住タイプ
- ・ちよこっと田舎暮らし [短期滞在型]
- ・のんびり田舎暮らし [長期滞在型]
- ・どっぷり田舎暮らし [ほぼ定住型]
- ・行ったり来たり田舎暮らし [往來型]
- ・田舎で学んでお手伝い [研修・田舎支援型]

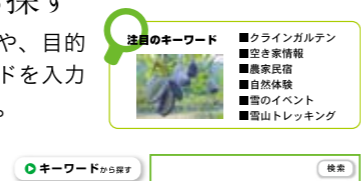
地域から探す

行きたい地域が決まっている場合は、地図から選択し検索できます。



キーワードから探す

注目のキーワードや、目的に応じたキーワードを入力して検索できます。



お問い合わせ…交流居住サポートセンター 03・3580・5547

目次

01 ——— 田舎暮らしのススメ

おいしい時間を いただきます。

07 ——— 特集1

私の田舎暮らし「物語」

ふれあうほどに、知るほどに。(山形県・西川町)
畑を耕し、囲炉裏を囲む田舎暮らしを通してできるコト。(茨城県・大子町)
能登半島の最先端、ありのままの自然がキャンパス。(石川県・珠洲市)
人も生き物も作物も、すべての自然が回る喜び。(福岡県・黒木町)

15 ——— 特集2

ようこそ、我が町へ

北海道八雲町／岩手県花巻市／秋田県男鹿市／山形県西川町／茨城県大子町／栃木県那珂川町／埼玉県秩父市／東京都三宅村／富山県南砺市／石川県珠洲市／福井県おおい町／山梨県富士河口湖町／長野県売木村／岐阜県高山市／静岡県川根本町／三重県紀北町／滋賀県余呉町／京都府綾部市／和歌山県白浜町／鳥取県日南町／島根県安来市／岡山県西粟倉村／香川県小豆島／愛媛県愛南町／福岡県黒木町／佐賀県多久市／長崎県雲仙市／大分県九重町／宮崎県日之影町／鹿児島県西之表市

◎居住タイプでお探しの方はこちらから…

77 ——— 受け入れ窓口一覧

『ちよこっと、田舎暮らし [短期滞在型]
7,17,21,27,29,31,33,37,41,43,45,47,49,51,53,55,57
59,63,67,69,71,73,75

『のんびり、田舎暮らし [長期滞在型]
19,23

『どっぷり、田舎暮らし [ほぼ定住型]
9,17,19,23,25,35,39,43,49,51,69,71,75

『行ったり来たり、田舎暮らし [往來型]
13,25,29,39,61,63,65,73

田舎で学んでお手伝い [研修・田舎支援型]
11,35,57,59,61,65

編集…ASOBOT / レイアウト…文京図案室
写真…小原太平(表紙,02,07-10,13-14) / 磯部昭子(03-04,11-12)

特集1 私の田舎暮らし「物語」

「田舎暮らし」を始めるのに、決まった理由はない。
都市の喧騒を忘れたい人もいるし旅先での楽しい思い出がきっかけになった人もいる。
子どもの頃からの夢だった人もいるかもしれない。人生の数ほどに、その「物語」は始まっている。



左から4番目後列に長澤さん、8人目前列中央に小山さん



山形県内陸部に広がる羽黒山、月山、湯殿山。これら出羽三山は古くから山岳信仰の地として知られ、関東以北から大勢の参詣客が訪れた。山岳信仰が盛んだった室町・江戸時代に参詣客で賑わったのが庄内地方と内陸を結ぶ六十里越街道。この山岳道路は山形城下と鶴岡を結ぶ道として1300年前に開かれたもので、物資を運ぶ経済の道、信仰の道、また時には軍役の道として無数の人馬によって踏み固められてきた。

梅雨入り間近の6月の週末、この六十里越街道を歩くトレッキングイベントが行われた。主催したエコプロは山形県西川町の地域コンシェルジュも務めるNPO法人で、月山と朝日山麓を中心に登山、トレッキング、キャンプなど様々な自然体験プログラムを企画実施している。

この日のコースは「田麦俣七つ滝から仙人沢越え」。六十里越街道のなかでも歩きやすく整備されている区間で、距離にして約8km。数々の旧跡、石碑を辿り、湯殿山の山並みを眺めながら歩くことができる。

集合は朝8時。ガイドしてくれるエコプロの副理事長・真鍋雅彦さんに行程の説明を受け、軽く準備体操をした

らいよいよ出発だ。この日の参加者は40代から60代まで11人。山形市、寒河江市など近隣の市からの参加が多く、夫婦、友人、個人参加と様々だ。歩き出して間もなく、ムードメーカーの小山威子さんが話し始める。別の誰かが話に加わり、パーティー全体に笑い声が広がっていく。「ただ黙々と登山をするわけじゃなくて、話しながら、笑いながら歩けるのがいいんだよね」と、前を歩く男性が笑顔でそう話す。

鳥のさえずりを聞きながらブナの森を歩く。途中、街道脇の様々な石碑、V字型の切り通し「大堀抜」、「小堀抜」などの見所ポイントはもちろんだが、珍しい草花などを見つけたときも、しばし歩みを止めて話に花を咲かせる。花や木の名前を知れば知るほど、山歩きは楽しくなりそうだ。

山形市内から夫婦で参加していた長澤重憲さんは、月山やブナの森が好きで山歩きを始めたという。

「昨年山形県立自然博物館でブナの案内人をやっているのですが、始めたばかりだから知識を深めるためにこのプログラムに参加しました。来週もまたブナの森に行く予定です。この時期の新緑も良いけれど、冬は冬でまた良いですよ。低木は雪に埋まってブナ

しか見えなくなるんです。季節によって景色が全く違って来るから、しょっちゅう来てしまう（笑）」

大石田町から1人で来たという前出の小山さんも週に1回ほどのペースで参加している。「山歩きをして、家に帰ってグッタリ疲れるかというところじゃない。逆に元気になれるの。悪いものが出て、新しいものをしっかり吸収して帰ることができる。だからまた来たくなるのじゃないかな」。途中で小山さんが小さく丸まった木の葉をくれた。「今日が初めての山歩きでしょ。これは『オトシブミ』というのよ」。

巻紙に書かれた手紙のようなそれは、小さな虫が卵を産みつけて自分で葉を巻いたもの。小山さんが初めて山歩きに参加したときに、先輩がそれを手渡してくれたことが今でも忘れられないという。

午後3時。約6時間のトレッキングを終えて全員でストレッチ。青空に向かって伸びをする。「ああ、気持ちいいなあ」。皆の気分を代弁するかのようにつぶやいた。

知ることで、そして人と触れあうことで「山歩き」の魅力はどんどん増していく。「田舎暮らし、もまたしかり、なのかもしれない」。



山形県西川町
やまがたけん・にしかわまち
私の田舎暮らし「物語」
[短期滞在型]
「ちょっと、田舎暮らし」

ふれあうほどに、知るほどに。

長澤重憲さん(64歳) 山形県山形市在住、小山威子さん(67歳) 山形県大石田町在住



大きな提灯が掲げられた玄関をくぐると、ひんやりとした気持ちのいい空気が流れている。土間と囲炉裏のある古民家。

「どうぞ、上がって座ってください」。作務衣を纏ったご夫婦に出迎えられて上がった畳の部屋。そこに置いてあるのは、車のシートを再利用した座椅子。「田舎暮らしにルールはないから」。河合眞英さんは、笑いながらそう言う。

「畑をやりたい」。夫婦揃っての願いから、住居を構える水戸市とは別に、田舎暮らしを考えて大子町に辿り着いたのが、2006年5月のこと。町の施策を通じて4年間住人がいなかった空き家に出合い、約300坪の畑を借り、農業生活をスタートさせた。

当時は、自宅のある水戸市から約90分かけるの「農業通勤」。炎天下の中、朝から夕方まで畑を耕し、その後自宅まで運転する「農業通勤」は、楽ではなかったという。

「地元の方の方に言われましたよ。サラリーマンは朝から夕方まで働けばいいと思うけど、農業はそれじゃダメなんだ、って。僕らが朝、大子に到着する頃には、地元の人たちは一仕事終えて休憩している。その頃には暑くなっていて、体力的にキツくなるんですね」

「農業通勤、をはじめて約3ヶ月の間に、空き家をリフォーム。その間、大家さんは毎回顔を出し、畑仕事を教えてくれたという。そうして、徐々にリフォームは進み、念願だった土間と囲炉裏を復活させた。「友達を呼んで、皆で作務衣を着て、囲炉裏を囲んで酒を飲みたかったんです」。

現在、眞英さんは町から依頼を受け『大子町田舎暮らしアドバイザー』として、また信子さんは、ボランティア団体『大子ツーリズム推進会』の代表として活動に携わっている。

『大子ツーリズム推進会』の軸は3つ。田舎暮らし希望者のために空き家や遊休地の紹介・サポートを目的とした支援事業『ふるさと回帰大子倶楽部』。2つ目は、草木染めや籠作りなどを体験できるグリーンさとやま楽校『農家民宿：上岡塾』。そして、河合さん夫婦の古民家を利用した農家民泊『古民家の宿かわい』だ。

「僕らのように田舎暮らしを考える人は、何回も現地を訪れるでしょう。その度に、温泉宿やホテルに泊っていたら高くなってしまいます。僕らも「農業通勤」は辛かったから、安く田舎を感じられるスタイルでやっています」

その言葉通り、田舎暮らしを検討している人を対象に、会員制として

1泊3,500円で提供している。希望なら、夫婦が育てた野菜中心の食事も提供。そしてもちろん、囲炉裏を囲んで酒を交わすこともできる。

「自炊もできるし、お酒を持参して囲炉裏で飲んでもらってもいい。僕らがやりたかったことだけだね」

今、水戸市の自宅には娘さんが住んでいる。二地域居住のつもりだったが、『大子ツーリズム推進会』の活動が忙しく、水戸には帰れていないという。

「よく、なんでこんなに忙しい活動をしてるの？ って聞かれる。なんでだろうね」と、夫婦で顔を見合わせて笑う。しかし、信子さんが健やかな笑顔で「けっこう楽しんでますよ」と大子の暮らしを形容するように、澄んだ空気の中で農業に勤しみ、太陽を燦々と浴びた安全な収穫物をいただく暮らしを、一人でも多くの人と分かち合いたいと思っているのだろう。

「60歳は人生の折り返し地点。これからは、世の中のために還元しようかな」

活動の根底に流れるそんな想いが、今日も人々を大子町へと引き寄せている。河合夫婦の、屈託のない笑顔が待つ町へと。



畑を耕し、 囲炉裏を囲む田舎暮らしを 通してできるコト。

河合眞英さん(61歳)、信子さん(60歳) 茨城県大子町在住





石川県珠洲市
いしかわけん・すずし

私の田舎暮らし「物語」
[研修・田舎支援型]
田舎で学んでお手伝い

能登半島の最先端、 ありのままの 自然がキャンパス。

野村進也さん(33歳) 石川県珠洲市在住、宇都宮大輔さん(33歳) 石川県珠洲市在住

澄んだ目を海へ向けながら佇むウミネコと、羽根をいっぱい広げて優雅に空を舞うトンビが出迎えてくれる、能登半島のとある漁港。風力発電の風車がそびえ立つ山を片側に、心地よい潮風を頬で感じられる場所が、能登半島の先端、石川県珠洲市にある。

2006年10月、珠洲市にあった廃校を金沢大学の学舎として利用し、『能登半島 里山里海自然学校』が開設された。2007年10月からは、『能登里山マイスター養成プログラム』も同じ学舎で始まった。このプログラムでは、環境配慮型農林漁業の一次産業を中心に、地域の活性化を担うリーダーを養成することを目的とし、毎週金曜日の夜には、能登空港のターミナルビル内の会議室で『地域づくり支援講座』が、そして翌土曜日には、能登学舎で珠洲の自然に触れる実習や各分野の専門家を招いた講義が組まれている。

この2年間の養成プログラムに、2008年4月から参加している野村進也さんは、神奈川県横浜市から珠洲市に移住してきた。「4月から大学院に入り、昆虫の生態

の研究を始めました。今まで、横浜市から外に出て暮らしたことはなかった。でも、貴重な生き物がここにはいるというのを聞いて、珠洲に来たんです。本当は里山を目的に来たんですが、海がこんなに間近にある。いろんな実技をやらせてもらっています」

里山里海が比較的ありのままの姿で存在する能登半島には、美しい自然と、その地域資源を活かす文化が地元の人々に根付いている。『能登里山マイスター』を特徴づけるのは、その自然と共存している地元の「プロ」が、指導に参加することだ。

晴天の土曜日。珠洲市の蛸島漁港では、地元で捕れたハマチの3枚下ろしと鰯の開き方を課題とした実習が行われていた。野村さんを含むマイスター受講生は、地元の漁師と魚屋さんの見事な魚捌きを真剣に見つめ、プロの手捌きを拝見してから、実際に一人一人が魚を使って実技をする。

「能登に根ざした実技を、地元の人と一緒にやってもらうのが、プログラムの方針です」と言うのは、教員としてマイスターのプログラム運営を担う宇

都宮大輔さん。「このプログラムは、直接僕たちが教える部分もありますが、地元の人たちに実際のコトを教えてもらう機会を重視しています。それが、ふれあいにもなれば」。

宇都宮さんは現在、拠点は珠洲に置きながらも、金沢大学のある金沢市と行き来する多忙な日々を送っている。

教員と生徒という立場である、宇都宮さんと野村さん。二人は現在、珠洲市が交流居住の一貫として取り組んでいる「ちよい住み、物件で、共同生活をしている」。

生態の研究を目指している野村さんは、「先のことはこれから考えなければいけない。でも、生き物が好きなので」と、マイスターのプログラムに一生懸命取り組んでいる。そんな野村さんを「来年は、畑も田んぼも借りられるかもしれないよ」と、応援しながら見守る宇都宮さん。

二人は珠洲での素朴な暮らしを楽しみつつ、里山マイスターの道を歩んでいる。



左から宇都宮さん、野村さん





黒木町では、福岡県と大分県との県境にある釈迦ヶ岳を源とする矢部川が、いくつかの支流と合流して町の中央を貫流している。これらの清流は人々にとって命の源となり、生活に潤いを与えてきた。谷あいの集落では、水を引いて棚田を築き、作物を実らせる。また、周囲の山では瑞々しい山菜を採り、竹材や木材を生産したり、良質な木炭を焼いて生業としてきた。つまり、この町には豊かな自然の恵みと、その恩恵にあずかった人々の叡智が息づく農山村として、豊かな暮らしが培われてきた歴史を持っている。

小森耕太さんは、そんな恵みある山村や里山の環境を守るために発足した民間団体『山村塾』へ、大学在学中の頃から関わってきた。

「それまで、なんとなくキレイだと感じていた田舎の風景が、実際に現場へ行って汗を流してみると、風景がより鮮明に見えてきたのを今でも覚えています。作物の収穫、農作業、植物が育つ様子など、自然の変化を感じながら生活していくことに、喜びとやりがいを感じられたんです」

『山村塾』は、地元の農家がボランティアの受け入れ先となり、稲作や山仕事などの体験を通じて、豊かな山村の環境を保全する組織として1994年に発足した。きっかけは、前

年に発生した大型台風による森林の被害と米不足。合わせて、高齢者や後継者不足によって荒れ果てていく農山村をこのままにできないと、都市に住む人たちと地元の人々の交流を通じて、農山村のあるべき姿を取り戻そうと動き出していた。

「大学在学中も『山村塾』へ通い、卒業後にIターンをして4年間の住み込み。結果的に、時間をかけてこの町にふれ合ったからこそ、今のようにとけ込んで居住できたのだと思います。町の人とゆっくり交流して、地域事情も理解し、逆に私自身のことも理解してもらえたから」

この日、西村茂さんも小森さんとともに棚田へのアイガモ進水式の進行で忙しかった。黒木の町に連日続いていた大雨も、棚田やアイガモにとっては恵みの雨。放たれたアイガモが、まるで水遊びで戯れるように、雨でいっぱいになった棚田を往来していく。その中を、子供たちも泥まみれになって駆け回っていた。

「こうやって懸命にカラダを動かした後、みんなでワイワイがやがやと一緒に食事をするんですが、その度に『こんなに健康的で、幸せ生活はない、と思います。』『山村塾』から帰る時はいつも体重が増えているんですよ（笑）」

福岡市内から車で1時間半かけて、定期的に『山村塾』へ通う西村茂さんは、楽しそうにこう話してくれた。8年前に勤めていた会社を退職した後、ボランティアとして県内外を巡り、それぞれの地域と交流してきた。農業や山仕事などを豊富に経験した今では、山村塾のリーダー的存在として日々活躍している。

「実は、ボランティアを始めるまで農業の経験はありませんでした。でも、今では家庭菜園をするほどまでになった。土に肥料を入れて、混ぜて、種をまいて、作物が実る。秋に燃やした山木の灰が、また来年の土の肥料となって作物を実らせる。自然はそうやって回っているということ、肌で感じられるようになりました」

私たちにとって最も幸福を感じる瞬間は、人間も自然の一部だと肌で感じる時なのかもしれない。この春に入水したアイガモは、秋の米の収穫とともに引き上げられ、焼いて食される。小森さんも西村さんも、特別なことは何もしていない。ただ、自然の中に生きて、生かされているだけなのだ。人の営みとは、本来こういう交流や生活のことを指すのだろう。

私の田舎暮らし「物語」

[往來型]
行ったり来たり、田舎暮らし



人も生き物も作物も、すべての自然が回る喜び。

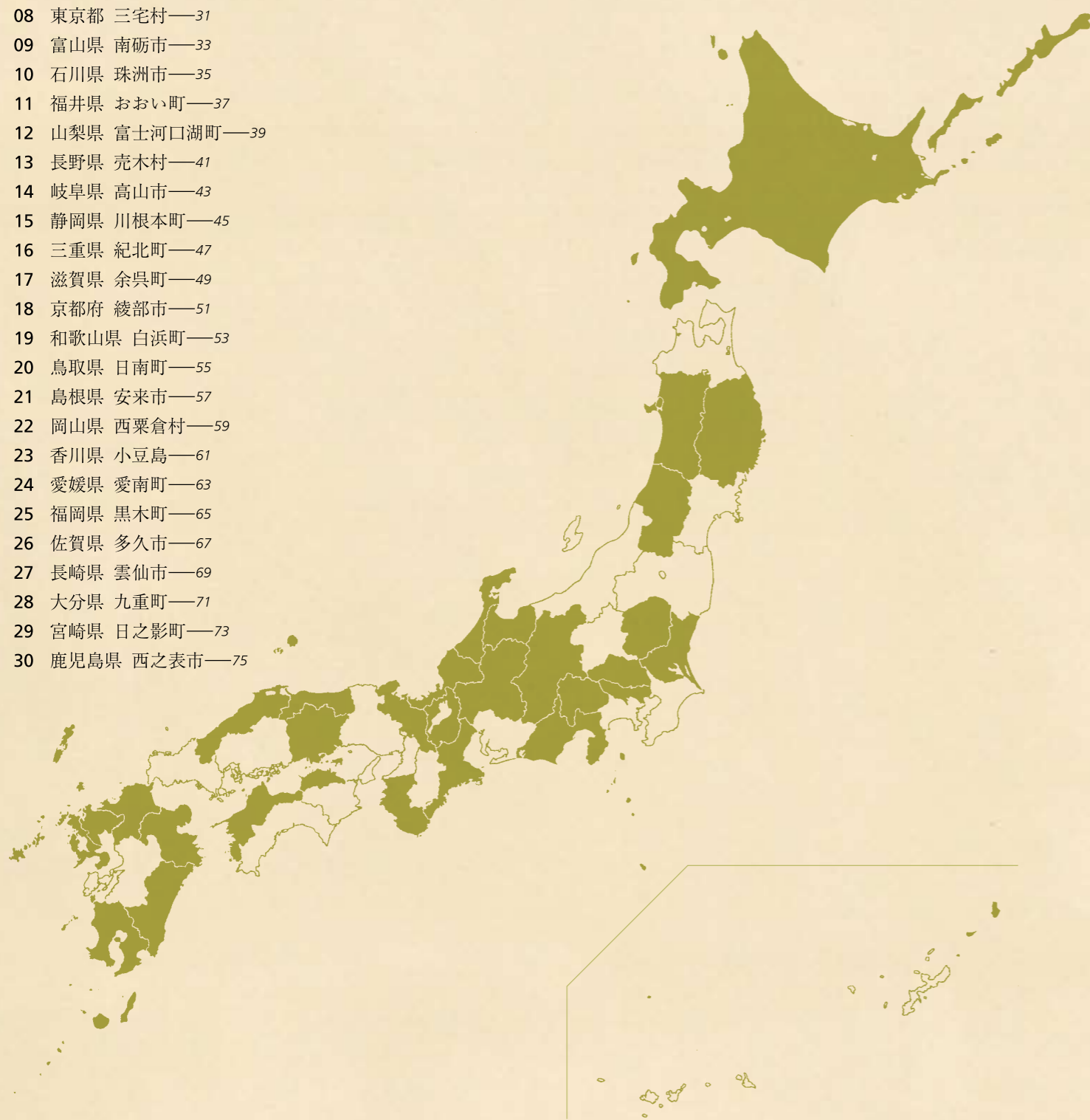
小森耕太さん(32歳) 福岡県黒木町在住、西村茂さん(55歳) 福岡県福岡市在住



左から小森さん、西村さん

ようこそ、我が町へ

- 01 北海道 八雲町—17
- 02 岩手県 花巻市—19
- 03 秋田県 男鹿市—21
- 04 山形県 西川町—23
- 05 茨城県 大子町—25
- 06 栃木県 那珂川町—27
- 07 埼玉県 秩父市—29
- 08 東京都 三宅村—31
- 09 富山県 南砺市—33
- 10 石川県 珠洲市—35
- 11 福井県 おおい町—37
- 12 山梨県 富士河口湖町—39
- 13 長野県 売木村—41
- 14 岐阜県 高山市—43
- 15 静岡県 川根本町—45
- 16 三重県 紀北町—47
- 17 滋賀県 余呉町—49
- 18 京都府 綾部市—51
- 19 和歌山県 白浜町—53
- 20 鳥取県 日南町—55
- 21 島根県 安来市—57
- 22 岡山県 西粟倉村—59
- 23 香川県 小豆島—61
- 24 愛媛県 愛南町—63
- 25 福岡県 黒木町—65
- 26 佐賀県 多久市—67
- 27 長崎県 雲仙市—69
- 28 大分県 九重町—71
- 29 宮崎県 日之影町—73
- 30 鹿児島県 西之表市—75



01



02



03



04



05



06



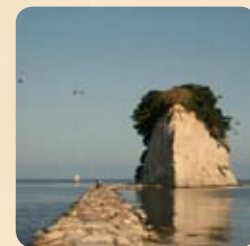
07



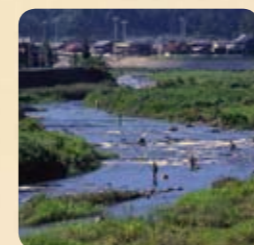
08



09



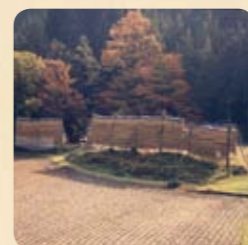
10



11



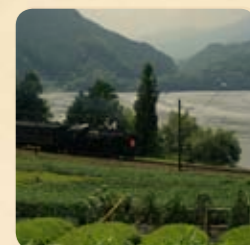
12



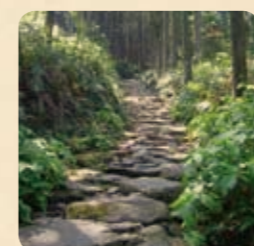
13



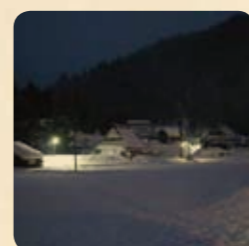
14



15



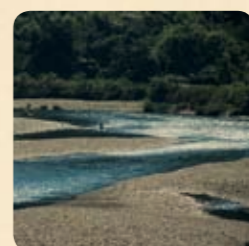
16



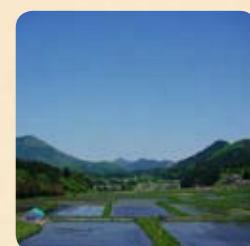
17



18



19



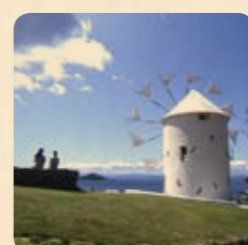
20



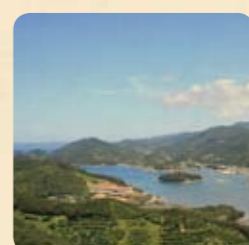
21



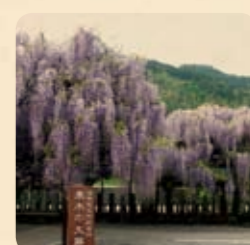
22



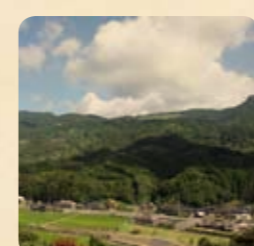
23



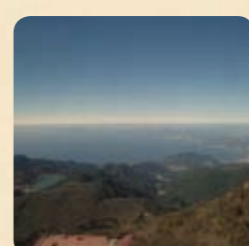
24



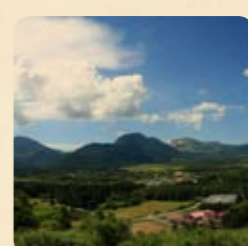
25



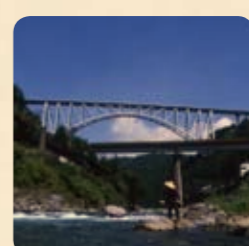
26



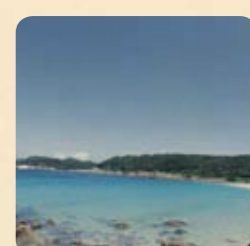
27



28



29



30



01

日本で唯一、太平洋と日本海を持つ町 北海道八雲町 ほっかいどう・やくもちょう

渡 島半島の中央を占め、太平洋と日本海の二つの海に面している日本唯一の町、八雲町。太平洋では帆立、日本海では鮑を養殖し、ふたつの海が育む北の幸は、牡丹海老、鮭、桜鱒、海胆などが豊富に採れ、1年を通して豊かな食材に恵まれている。「寂れてはいないけれど、都会ではない」ちょうどいい田舎暮らし、を満喫できる場所がこの町の魅力です。定年退職後移住されるケースはもちろん、若い夫婦が子供

の教育を考えて自然豊かな環境で育てたいと、移住の相談をされることもよくありますね」と八雲町企画振興課の佐藤保さんは話す。そんな八雲町の交流事業は、特に『八雲町移住体験ツアー』や移住者用に町有地の一部を無償で提供している『スロータウン花浦』などに力を入れており、道外からも問い合わせが多いという。また、移住希望者の様々な希望や相談窓口となるよう、町役場には「ワンストップ窓口」を設け、一括して

企画振興課企画係が対応。相談ケースによってより具体的な情報を必要とする人には、町職員の中からその分野のノウハウを有する者がアシスタントとなり、移住までの完全サポート体制を整えている。移住者のなかには、『高齢者能力活用センター』を利用する人も多い。これは60歳以上を対象に、定年後も経験や趣味・特技を活かして仕事をしたい人向けに、就業ニーズに対応した臨時的・短期的な仕事を提供する組織だ。東京都

「交流居住」施策の概要

2005年、北海道が提唱した『北の大地への移住促進事業』に参画するため、移住の総合窓口「ワンストップ窓口」を設けて移住者との相談業務をスタート。その後、町民から土地の寄贈があったことで、移住者向けに無償譲渡事業『スロータウン花浦』の取り組みを立ち上げ、2007年10月から受付を開始、現在も進行中。ほかにも『空き屋の情報提供』や短期滞在用の生活拠点を用意する『お試し暮らし制度』など、多方面から移住相談者の問い合わせに応える取り組みを実施している。

目的別滞在タイプ

[短期滞在型] *ちよこつと、田舎暮らし

八雲町移住体験ツアー

町役場の担当者と地元団体が構成する移住推進協議会と合同で『八雲町移住体験ツアー』を3泊4日・年3回で実施。2008年で3年目を迎える。交通費・宿泊費などは参加者負担だが、千

歳空港までの送迎付きで、移住施策・北方型住宅セミナーを開催。スロータウン花浦をはじめ、おすすめスポットの案内や町民・移住者との交流会なども行われる。



[ほぼ定住型] *どっぷり、田舎暮らし

スロータウン花浦

八雲町では、町外から移住を希望する人に、2年以内に住宅を建築することを条件に町有地の一部を無償で提供している（スロータウン花浦）。第1期は完

了、現在、第2期9区画の募集の準備中。予定地の確認のため八雲町に訪れた際には、現地までの案内が可能。詳しくは、町のホームページにて確認を。



八王子市で40年以上暮らし退職後、2007年4月に移住した桜井紀彦さん・享子さん夫妻もこのセンターの会員になっている。「除雪や雪囲い・取り外しなど軽作業的なものが多いけど、地域の人々との交流が生まれるし、そういう意味でやりがいがあります。交通安全パトロールなどもあって、子供たちとのコミュニケーションが本当に楽しいね」と紀彦さん。生まれは旭川、札幌市に25歳まで暮らしていたという紀彦さんにと

って、八雲での暮らしは移住後すぐに馴染めたと話す。「これからただ田舎暮らしをするだけでなく、若い人たちをつなぐ何かを作っていけたら。地元の人よりも移住者の方がこの町の良さに気づける部分ってたくさんあると思うし、町の活性化に貢献できる何かを今模索しているんです」移住者のこうした想いが、これからの八雲の町を彩っていく。

data
北海道における酪農発祥の地である八雲町。農業では酪農が中心で、郊外に行けばのどかな牧場風景が出迎えてくれる。南北海道交通の要衝であり、函館市と札幌市を結ぶ幹線道路（国道5号線）が走り、また鉄道ではJR函館本線が通り、青函トンネルによってダイレクトに本州と結ばれている。八雲町の面積は955.98km²、南北海道最大の面積を持つ。
●人口…20,133人/世帯…8,002世帯(2006年3月31日現在)
●交通…JR函館駅から約1時間、JR札幌駅から約2時間20分



02

人と町の想いをつなぐイーハトーブ 岩手県花巻市

いわてけん・はなまきし

「合唱コンクールの課題曲では、宮沢賢治の歌を歌ったんですよ」と、花巻市役所の観光課・薦谷千春さんはにこやかに花巻を案内してくれた。彫刻家・高村光太郎や国際連盟事務次長を務めた新渡戸稲造など、花巻ゆかりの碑もあるが、日本の代表的な文学者・宮沢賢治の生家や、「下ノ畑ニ居リマス」の看板が出されていた住処の跡地を訪れるファンや研究者は、今も後を絶たない。岩手県の県央に位置する花巻市。

米どころ・温泉どころ・祭りどころとして、年中観光客で賑わい、北部には花巻温泉、南部には古くからの湯治場などが残る台温泉など、14箇所の温泉群があり、その種類も様々だ。そんな温泉地に惹かれて移り住んできた北原淳さんは、「田舎が苦手、だったにもかかわらず、関西から越えてきてすぐに花巻の大ファンになった。「大阪で仕事をしていましたが、単身赴任で花巻へ異動命令が出てしまっ

て。住んでも数年だから、という思いで家族と共に越してきたところ、地元の方と仲良くなり始めた途端に大変気に入ってしまいました。人は優しいし、四季の変化はきれいだし、何より温泉が最高。心の贅沢ができる」。

同様に、花巻の魅力に改めて気づき、この地で無農薬米販売などを行う『株式会社 惣兵衛』を興した畠山さゆりさんはこう話す。「父の死を機に、1996年からUターン生活を始めたのですが、インターネットを利用すれば地域や年

齢に関係なく好きなことができる」と思い、まず体験農業を呼びかけるホームページを作りました」そのホームページがきっかけで、インターネットが事業になり、今では会社の隣にレストランも作った。無農薬農家やお客さんにとってもお馴染みの地元の顔となっている畠山さんは、「田舎に帰るということは、自分が好きだったことを思い出すということ」と田舎の良さを語る。便利な時代を逆手にとり、悠々自適なライフスタイルを送る実践者は、好きなことを見つけて、この街を発展させることに日々取り組んでいる。

花巻市としての交流居住の取り組みは、まだ始めたばかり。しかし行政が枠組みをつくる間に、既にお手本となる移住者がこの地で生活を愉しんでいる。人が人をつなぎ、町をつくる。花巻・イーハトーブはそういう意味での「理想郷、になるかも知れない。

data
岩手県のほぼ中央に位置する。早池峰国立公園や花巻温泉県立自然公園など、県を代表する豊かな自然環境が広がると共に、寒暖の差が大きい内陸性気候の特色を活かし生産された農産物の美味しさも魅力の一つ。
●人口…104,801人/世帯数…35,783世帯(2008年5月末現在)
●交通…東北新幹線新花巻駅より釜石線で約10分、花巻駅下車

「交流居住」施策の概要

2008年より花巻市役所・商工観光部観光課が中心となり、グリーンツーリズムや他地域からの定住促進に力を注ぎ始めた。また、市と企業が協力して新規起業や新分野への進出、研究開発を目指す起業をサポートする「花巻市起業化支援センター」を1992年に立ち上げたほか、「花巻市ビジネスインキュベーター」(IT産業や都市型企業を行う事業者へのレンタルオフィス)を設置するなど、働く人々に対する地道な活動も続けている。そのほか、住まいの情報として市役所のホームページより「ふるさと定住支援」を閲覧することができ、温泉付き物件などは人気が高い。

目的別滞在タイプ

[長期滞在型] 〴〵のんびり、田舎暮らし

現代湯治

花巻の湯治文化を代表するのは開湯600年、創業222年の鉛温泉旅館『藤三旅館』。80室の『自炊部』と共に、湯治の宿泊メニューを残している。もともと林業や農業に従事する人々が身体

を休めるために、長期間自ら炊事をしながら宿泊し、保養していた。現代では多くの旅館で、街で働く人たちが2・3泊していくことが主流という。



[ほぼ定住型] 〴〵どっぷり、田舎暮らし

温泉つき物件

敷地面積549坪の居住物件や、温泉つき物件など、セカンドハウスとしても利用できるような物件を市や県の住宅公社が斡旋。広さも様々。移住者の家族構成

やライフスタイルにあった暮らしが選択できる。花巻市の特性を生かした、地域ならではの受け入れ物件である。





03

なまはげの伝統息づく美しき箱庭 秋田県男鹿市

あきたけん・おがし

奇 岩怪石や洞窟が連なる男性的な海岸線、『日本の渚・百選』にも選定されている遠浅の鵜ノ崎海岸、芝生で覆われ360度のパノラマが楽しめるなだらかな寒風山、地質学的にも貴重な爆裂火口湖の一ノ目瀉など、日本海に突き出た独特の地形を有する男鹿市には美しい景観が市全域に点在している。西海岸から眺める日本海に沈む夕陽も、ここ男鹿の絶景ポイントのひとつだ。「海もあるし山もある。様々なタ

イプの絶景があちらこちらに転がっている箱庭みたいなイメージ」そう話すのは、総務企画部企画政策課主事の三浦大成さん。さらに男鹿市は重要無形民俗文化財に指定されている奇習「なまはげ行事」でも広く知られている。どちらかといえば観光地としての印象が強いかもしれない。そんな同市が本格的に交流居住施策に着手したのは2007年度。「まずは短期滞在型の交流プログラムをきっかけに男鹿の魅力に触れて

もらい、最終的に定住へと結び付けていけたら」と三浦さん。実は、こうした市の施策がスタートする以前に男鹿にやって来て定住している人も少なくない。秋田県能代市出身のネイチャークラフト作家、すみよしよしえさんは男鹿に住み始めて10年目。東京での舞台製作の仕事を経て帰郷し、秋田でサーフショップの経営をしていた彼女に男鹿を選んだ理由を尋ねてみた。「海と山が近い場所を探していて、

「交流居住」施策の概要

2007年度、秋田県が交流居住に関する協議会を立ち上げたことを受け、同年男鹿市でも本格的に交流居住施策を推進している。男鹿市に適した施策内容を研究し、2008年度より具体的に実施していく計画で、当面は短期滞在型の交流プログラムを主力に展開する。男鹿温泉郷で行われている『ナマハゲふれあい太鼓』、特に歴史が古いとされる真山地区のなまはげを体験学習できる『男鹿真山伝承館』や『なまはげ館』など、同市に今も息づく「なまはげ行事」にスポットを当てたプログラムで交流促進を図っていく。

目的別滞在タイプ

[短期滞在型] 〆ちよこつと、田舎暮らし

男鹿真山伝承館

男鹿を代表する冬祭り、「なまはげ柴灯まつり」が行われる真山神社の近くにかやぶき屋根の曲家民家がある。真山地区のなまはげ行事を体験学習できる。奇声を上げ、刃物を「泣ぐ子いねがー」と唱えながら家の中を

歩き回る姿は鬼のようで恐ろしいが、実は豊漁、豊作、吉事、無病息災をもたらす神の使いなのだそう。大晦日の夜に行われる行事をいつでも体験できる人気スポット。



[短期滞在型] 〆ちよこつと、田舎暮らし

ナマハゲふれあい太鼓

2007年7月、男鹿温泉郷に男鹿温泉交流会館『五風』がオープン。この施設で地元の和太鼓集団『なまはげ郷神楽』を主体とした『ナマハゲふれあい太鼓』の公演が行われている。なまは

げ太鼓とは20年ほど前に始まった創作太鼓。定期公演は4月～11月の毎週金曜、土曜の夜8時30分から。ゴールデンウィークやお盆休み、イベント時などは臨時公演も実施する。



沖縄や海外への移住も選択肢として考えていました。思い当たる場所は一通り出かけて1週間ほど滞在しましたが、長く住みたいと感じたのが男鹿でした。灯台下暗しですね(笑)。作られた自然じゃなくて、昔からの自然がそのまま残されているのがいい。何もない、と思う人もいるかもしれないけれど、私は海にも山にも空にもすごくパワーを感じるんです」男鹿の自然は彼女の創作活動のインスピレーション源でもある。

客人に対し、〆うちには何もないんだけど、というのが秋田の人の口癖だそうだが、ここには変化に富んだ美しい自然と今も色濃く残る伝統・文化、そして山海の恵みがある。美しき箱庭、あるいは、趣向を凝らした料理を少量ずつ味わえる懐石料理のような贅沢な場所。観光で訪れるだけではもったいない。

data
北緯40度付近、秋田県臨海部の中ほどに位置し、日本海に突き出た男鹿半島の大部分を占めている。男鹿半島は、米代川と雄物川の運搬土砂の堆積によってできた砂州で本州と結ばれた「陸繋島」で、東部は沖積地および砂丘、西部は山岳地形で周囲は海岸段丘となっている。対馬暖流の影響もあり、秋田内陸部より降雪が少なく比較的温暖。『なまはげの里』としても知られる。
●人口…34,328人/世帯数…13,257世帯(2008年4月末現在)
●交通…JR秋田駅から男鹿線に乗り換えて1時間、男鹿駅で下車、秋田市から車で約45分



04

月山に抱かれた名水の町 山形県西川町

やまがたけん・にしかわまち

西川町のシンボルといえば月山だ。標高1,984m。日本では珍しい楯状火山で、緩やかな稜線が印象的な日本百名山のひとつ。この月山をはじめ湯殿山、羽黒山からなる出羽三山は古くから山岳信仰の地として栄え、今日でも多くの参拝者が訪れる。冬は最大12mの積雪があり立ち入ることはできないが、毎年4月10日にはその豪雪を活用した月山スキー場がオープンし、7月下旬まで滑走可能という。7月からは登山シーズ

ンが始まり、夏は高山植物、秋は紅葉、冬から春にかけてはスノーレッキングや新緑レッキングと、四季折々の自然の魅力を存分に堪能することができる。月山や朝日連峰といった雪深く緑豊かな山々に囲まれた西川町は、水に恵まれた土地でもある。県内6市6町に飲料水や農業用水を供給する寒河江ダム（月山湖）を擁し、1983年には全国に先駆けて『月山自然水』を、1998年にはその水を使った『地ビール月山』を発売

するなど「水、にこだわった町づくり」を展開している。集落は主に寒河江川とその支流の川沿いに点在し、町の主要施設は役場周辺に集まっている。が、町外からの移住者は、便利な町の中心部ではなく農山村の原風景が残る大井沢地区に居を構えるケースが少なくない。大井沢自然博物館で学芸員を務める武浪秀子さんもそのひとりだ。「横浜で住宅メーカーに勤めていた頃は、ほとんど休みもなく仕事

ばかりの毎日。10年前にこちらに越して生活は一変しました。忙しいけれど、毎日楽しいんですよ。この地区は雪が3mくらい積もるので冬は大変ですが、ここで暮らす「苦勞、は「楽しみ、と表裏一体。晴れた日の朝の霧氷なんて、住んでいないとなかなか見られないですし」地元の人とボランティア活動をしたり、伝統食を習ったりと、自分らしいスタイルで田舎暮らしを楽しむ様子が伝わってくる。

総務企画課企画係主任の佐藤尚史さんは町の魅力を「四季の移り変わりを五感で味わえること」と話す。新緑の頃を過ぎ、梅雨を経て山がぐっと濃い緑に変わる。秋になって色づき、葉が落ちると、やがて真っ白な雪にすべてが覆い尽くされる。移り変わる山々を眺め、自然が与えてくれる旬のものを食す。そうやって四季のリズムを体で感じる暮らしこそ健康の源なのだろう。

data
山形県のほぼ中央に位置し、月山や朝日連峰などの秀麗な山々に囲まれた緑豊かな町。総面積の95%が山地で、寒河江川とその支流沿いに広がるわずかな平地に集落が点在する。県内有数の豪雪地帯で、積雪が5mを超える地区もある。町のシンボルでもある月山では4月上旬から7月下旬までスキーを楽しむことができる。山形自動車道の完成で、県内はもとより宮城県など他地域へのアクセスも便利。
●人口…6,812人／世帯数…1,952世帯（2008年3月末現在）
●交通…JR山形駅から左沢線で30分、寒河江駅下車、そこから車で20分。またはJR山形駅から山交・庄内交通バス（高速バス）で西川ICまで40分

「交流居住」施策の概要

「定住人口の維持・確保」を目標に3ヶ年の中期実施計画を策定し、関係事業を展開している。その柱のひとつとなるのが「町の核となる拠点地の形成」。教育、医療、消防、銀行などの機関が集中する役場周辺を人口集積地として整備する計画で、2012年度には統合小学校の開校、住宅団地の分譲を行うなど「住みたい」と思える町づくりを進める。また、四季を通じて観光で町の魅力に触れ、長期滞在で試し、その後の居住を考えてもらえるよう、観光プログラム、長期滞在プログラム、連泊システムの確立、空き家情報の発信など各段階の施策を充実させていく。

目的別滞在タイプ

[長期滞在型] 〆のんびり、田舎暮らし

ステイタス

長期にわたって滞在しながら様々なメニューを通じて西川町の自然、文化、伝統工芸、歴史等をじっくり楽しめるプログラム。暮らす感覚で地域の人々と触れ合えるのも魅力のひとつ。菊麻呂こけしの絵付やメノウ石

加工体験、きのこ収穫体験、六十里越街道トレッキングなど、この町ならではの多彩なメニューが楽しめる。地域コンシェルジュに相談しながら好きなように長期滞在プログラムを組むことができる。



[ほぼ定住型] 〆どっぷり、田舎暮らし

空き家情報システム

町内の空き家を調査し、売りたい、貸したいと考えている所有者と、買いたい、借りたいと考えている人とをマッチングする『空き家情報システム』が2008年スタート。現在の空き家情報

は20数件。兼業農家が多いため大きめの家を中心だが、今後も継続的に地域住民にヒアリングして潜在的な空き家情報を収集し、移住希望者のニーズに応じたサポートを行っていく。





清流に想いをのせて 茨城県大子町

いばらきけん・だいごまち

6月、鮎漁が解禁になると、大子町には県内外から大勢の釣り人たちが集う。八溝山系から湧き出る清流久慈川は鮎釣りのメッカだ。きらきらと輝く川の両岸には田園が広がり、遠くに八溝山が望める景色に、日本の昔話に出てくるような景色が見える。「昨年、鮎釣りに来た時に、この町が気に入ってしまって。山に囲まれたロケーションは、ほっとする」と話すのは、大子町田舎暮らしアドバイザーである河合眞英さ

んのお宅に遊びに来ていた中原省吾さん。千葉県に居住しているが、大子町にある『おためし田舎暮らし』の制度を新聞で知り、6ヶ月ほど空き家に仮住まいをしている。日々、畑仕事をしたり散歩をしたりと、悠々自適な時間を過ごしていて、「できれば家族と一緒にここで住みたい」と話す。しかし、そんな想いを抱いてこの町を訪れる人を数多く見てきた河合さんは、「田舎暮らしはそんなに甘くないよ」と笑って答えた。

大子町で、空き家の利活用の取り組みを始めたのは2006年から。その報道をきっかけに、当時水戸に住んでいた河合眞英さんは「思い描いていた田舎暮らし、を実現させたいと、妻の信子さんと共にこの町に移り住んできた。初めは会社勤めをしながら、水戸と大子町の二地域居住だった。しかし、作物が思うほどうまく実らない畑を耕していたところ、近所の人に「農業は朝から昼までが勝負。サラリーマンはだからだめだ」と本

音をもらい、一念発起し、この町に定住した。以来、改築して囲炉裏を据えた旧農家を民宿として提供しながら、移住希望者への空き家物件オーガナイズや、居住にあたってのアドバイス役を行っており、行政にとっても心強い大切な住民となっている。「田舎暮らしは大変な反面、外部の人たちとの仲間づくりや、畑のことなどを行っている」と話す河合さん。奥さんの信子さんも最初は興味が薄かった田舎暮らしに、

今では誰よりも積極的に楽しんでいるという。田舎に住むという選択は、都会の便利な生活に慣れた人々にとっては大きな決断かもしれない。しかし、人との関係を築き、自分なりの生活スタイルを見つけ出せば、こんなに恵まれた環境はない。農園付きの土地貸与や、デザイン町営住宅の建築など、積極的な取り組みを続ける大子町。それもやはり、町と人をつなぐ想いがあったからこそその実りだ。

data
茨城県の北西部に位置し、栃木県と福島県に接した面積約325km²の広大な町。スギ・ヒノキなど豊富な山林資源を有する自然環境に恵まれており、温泉も魅力のひとつ。特産品であるコンニャク・米・茶は、北限産地であり様々な品評会で日本一でもある。
●人口…21,539人/世帯数…7,753世帯(2008年7月1日現在)
●交通…上野駅よりJR常磐線で水戸駅乗換え、JR水郡線で常陸大子駅下車

「交流居住」施策の概要

茨城県全体の20分の1を占める広大な町の土地を活かし、利用者の好みに応じて区画内を農園など自由に利用できる住宅用地を開発。16世帯の募集に対し、全国から179組の応募が来るほどの人気を博した。また、空き家の利活用についても、入居にあたっての契約などサポートを、民間のアドバイザーに委託し取り組んでいる。グリーンツーリズムも盛んで、県及び『(財)グリーンふるさと振興機構』と連携し、そば打ちやこんにゃく作りなど土地の特色を活かした体験メニュー『いばらきさとやま生活、体験ツアー』を行っている。

目的別滞在タイプ

[往來型] 〓行ったり来たり、田舎暮らし

山田ふるさと農園

町有地を16区画に整備し、農園付きの住宅用地として20年間無償で貸与する事業。別荘や滞在型市民農園とは異なり、800~1,700m²の広大な敷地に、居住

者自らが住宅を建築し、農作物を育てたり芸術・創作活動を行ったりと自由に使用できる。2008年4月に契約調印式を行い、1年以内に居住する予定。



[ほぼ定住型] 〓どっぷり、田舎暮らし

空き家の活用

茨城県及び県の出資団体である『(財)グリーンふるさと振興機構』と連携し、都市などからの移住、二地域居住のための空き家物件を希望者に紹介している。また、機構が運営している『お

試し田舎暮らし』(空き家体験モニター制度)の紹介や、町で取り組む『空き家バンク』では、新たな物件の調査や情報の提供を行っている。





06

人がまんなかの町 栃木県那珂川町 とちぎけん・なかがわまち

「自分たちの手で、無理をせずできる範囲でおもてなししようと楽しんでいます」と話すのは農林振興課・農政係の齋藤貴之さん。年一回、那珂川町で開催される『花の風まつり』は、町民がそれぞれのもてなし方で観光客を迎えるお祭りだ。2003年から毎年、4月29日より5月6日までのゴールデンウィーク期間中に開催。町内約70ヶ所に手づくりのカフェを出す家もあれば、廃校になった校舎を利用した作品展や、

私有地の竹林で筍ほりを体験させてくれる農家もある。それぞれが等身大のもてなし方で祭りに参加し、その数は年々増えている。那珂川町は栃木県の東北東に位置する。鮎釣りで有名な清流那珂川が町の中央を南流し、河川沿いに平坦な沃野が開け、市街地が形成されている。産業は古くから地形を活かした農林業を基幹産業として発展してきたが、近年では豊かな自然や道の駅・温泉・小砂焼・史跡などの地域資源を活かし

た地場産業の展開が活発化してきた。そんな那珂川町に惹かれ、東京で生まれ育った梶原紀子さんが「四季を感じる暮らしをしたくて」と、家族と共にこの町に移り住んできたのは1998年のこと。町の暮らしにも慣れた頃、あるきっかけで知的なハンディを持った人たちの作品・表現のエネルギーを展示する場を作りたいという想いが募り、『もうひとつの美術館』設立発足に向けて動き出した。「アー

「交流居住」施策の概要

行政は交流居住施策の取り組みを始めたばかりだが、農家を中心とした民間の団体などが活動を盛り上げている。専業農家で構成される『西部営農集団』や『和見村おこし協議会』『那須川町馬頭観光協会』などが主催となって、みそや芋焼酎づくりなどの体験ワークショップが開かれており、那珂川の味覚と共に四季を感じられるメニューが人気だ。2009年には、町有地を20年間無償で貸し付ける制度の実施に向けて整備を進めている。

目的別滞在タイプ

【短期滞在型】[＊]ちよこっと、田舎暮らし

芋焼酎、みそづくり体験

町のホームページで募集し、おいしい特産物の製造を楽しみ、味わってもらおうと2007年より開始。教える側には専業農家などがあたり、関東から体験に来る人々を中心に交流を深めてい

る。主な体験は芋焼酎やみそづくり、そば打ちなど。また、田植えから草取り、稲刈りなど年に4回ほど町の田んぼで稲作体験を行なう『田んぼのオーナー制度』でも参加者を募集中。



【短期滞在型】[＊]ちよこっと、田舎暮らし

田んぼのオーナー制度

2008年から始めた、民間団体の『ほのぼの営農集団』が主体となって開催されている事業。「田植え」「草取り・野菜の収穫体験」「稲刈り」「収穫祭」の年4回、町の田んぼに集合し、地元の農

家に農作業の講習をしてもらいながら米作りを体験するプログラム。収穫祭で振舞われる新米のおにぎりや手打ちそばは絶品で、収穫の喜びもひとしおとなる。年会費は12,000円。



トを通して自分と対峙することから、人々がつながってコミュニティ形成の場になればいいな、と考えています」と話す梶原さん。廃校となった小学校の木造校舎を作品の売り上げや寄付金、助成金などでコツコツと修繕しながら、同時に志を同じにする仲間も集めた。2001年、美術館として開館し、展示のほかにダンスや粘土などのワークショップも開催している。日本でも珍しいこの美術館は様々なメディアで取り上げられ、町内だ

けでなく全国各地からも入場者が訪れる場となった。地域の人々が、自分たちの暮らしの中で理想を考え、行動していく那珂川町。梶原さん以外にも、オートキャンプ場を作るため移住した家族や、定住後に福祉施設でワークショップを行う夫婦など、新たに住み始めた人々もまた、地元人と同様、優しいコミュニティを築いている。[＊]人と[＊]やさしさ、をキーワードに掲げる町政のあり方が、住民にも広がっている。

data
栃木県の東北東に位置し、八溝県立自然公園内で那須の山々を源にゆったりと流れる那珂川を中心として形成される町。2005年に馬頭町と小川町が合併して誕生した。豊富な自然、農作物のほかにも焼きもの、鮎釣りなどで観光客が集う。
●人口…19,734人/世帯数…6,025世帯(2008年6月1日現在)
●交通…JR宇都宮駅より車で約1時間



07

都会にも田舎にも、人にも近いいなか町 埼玉県秩父市 さいたまけん・ちちぶし

東京を出発して車で約2時間弱、電車なら池袋駅から78分で秩父市に着く。秩父駅を中心に延びる商店街は、明治から昭和初期にかけての建物が残り、どこか懐かしさを感じさせる。「移住はもちろん歓迎ですが、まずこの町に何度も来てもらって、いいところと不便なところの両方を知ってもらいたいと思っています」と受け入れへの心構えを話すのは、秩父市役所市長室ふるさと創造課の宮城敏さん。そんな想い

から生まれた『ふるさと秩父カード』は、秩父ミュージックパークや観光文化施設などの利用料金が割引されるカード。1枚のカードで6人まで対応しているため、家族、友人らと一緒に利用できる。秩父市が、観光から交流へと視点を移しはじめたのは2005年。地域住民からも『ちかいなか秩父®』やNPO法人『ちちぶまちづくり工房』など、様々な活動が展開されはじめた。「交流を目的としてからは、訪れ

てくれる人に対して『おもてなしの心』が増したように感じます。秩父のいいところを共有したいという個人の気持ちが前に出るようになったからかもしれません」そう宮城さんが話すように、『ちかいなか秩父』は、すでに移住者のオーガナイザーとしての役割を担っている。建築、不動産、設計などの専門職を本業とする人たちが集まって運営しているため、現場、でしか得られない情報を交流居住希望者に提供できる。「メン

「交流居住」施策の概要

「ちょこっと、田舎暮らし」や「行ったり来たり、田舎暮らしがしやすいような施策を展開。2007年より『ふるさと秩父カード』を1枚1000円で発行。また、秩父そのものの魅力にふれてもらうため、『秩父びとと訪ねる小さな旅』や『歩きたくなる秩父』、『ディーブな秩父ツアー』など、NPOを中心に市民自らが交流を図るプランも多数。市の公式サイトには、秩父夜祭や芝桜の丘、札所巡礼、ホテル観賞スポットなどの魅力を紹介した『ちちぶ観光ナビ』が開設されている。2008年から、各団体が情報共有するために『交流居住促進協議会』が新設された。産官学の連携によって、さらに新たな展開が可能となる。

目的別滞在タイプ

【短期滞在型】「ちょこっと、田舎暮らし」

ふるさと秩父カード

ちちぶ交流市民である登録証として『ふるさと秩父カード』を1枚1,000円で発行。1枚で6人まで利用できる。交流市民は、『秩父ミュージックパークコテージ』の宿泊料金、『スポーツの森ブ

ール』利用料、観光文化施設見学料、登録店舗での特典割引など、様々なサービスが充実。今後さらに利用箇所、特典内容の充実を図っていく。



【往來型】「行ったり来たり、田舎暮らし」

ちかいなか秩父

一過性の交流事業を推進するのではなく、町の人たちの正確で最新の情報を提供しながら、行ったり来たりするうえでも最適な条件を整えていく。地元の建設、不動産、設計などの専門家が『田舎生活創造工房』として集まって活動しているため、地元ならではの情報提供ができる。

また、賃貸物件の紹介、土地・建物の紹介、住宅建設までサポートできるため、受け入れ窓口の役割を果たしている。実践者にとって、最初に「近い仲」になるのが『ちかいなか秩父』のメンバー。
<http://www.chikainaka.com/>



撮影/バウハウスネオ 後関

バーの役割分担ができていますから的確な情報を伝えられます。秩父は広いですから、希望に沿った場所、家のかたちまで提案できることが大切なんです」と、一級建築士の廣瀬正美さんは説明する。同じくメンバーで不動産業を専門にする依田英一郎さんは付け加える。「私たちの情報をもとに体験してもらおうのが一番。顔なじみの料理屋さんや行きつけの飲み屋さんも知っています。そういうところか

らじゃないと町に馴染めないし、逆に町の人も自然に受け入れられないでしょう」『ちかいなか秩父』という名前には、東京や神奈川の都市部から「近い田舎」というだけでなく、お互いにとって「近い仲」という意味がある。東京を流れる荒川の源流にあたる秩父を訪ねて、少しずつ、新しいライフスタイルのきっかけを見つけていくのには最適な場所かもしれない。

data
都心より約60kmから80kmの埼玉県北西部に位置し、北は群馬県、西は長野県、南は山梨県と東京都に接している。地域のほとんどが県立自然公園区域に指定されており、自然環境に恵まれた地域。日本一風が弱い地域といわれ、快晴日数も全国屈指。
●人口…70,558人/世帯数…26,337世帯（2008年7月1日現在）
●交通…池袋駅より西武秩父線特急で1時間13分、西武秩父駅下車。関越自動車道花園ICから国道140号を利用、秩父市内へ（花園ICから約35km）



08

自然豊かなバードアイランド、

東京都三宅村

とうきょうと・みやけむら

三宅村の朝は賑やかだ。至るところから鳥の鳴き声が聞こえ、まるで森の中で目覚めたよう。これまで観察された野鳥は、約250種類。野鳥の生息密度が高いことで知られる、別名「バードアイランド」。島の民宿では、バードウォッチャーと釣り人、ダイバーが宿泊し、食堂では垣根を越えて会話が弾む。ほぼ円形の火山島は、一周が車で約40分と、移動し易いのも利点のひとつ。

2000年の三宅島雄山の噴火によ

り、約5年の全島避難が続いたが、2005年に避難解除が出され、現在、約2,900人が島に戻り生活を送っている。現在も火山から大量の火山ガスが放出され続け、火山との共生が住民の大きなテーマ。

「回復してゆく木々の様子を見てみると元気づけられ、みんなあっけらかんとしています。むしろ、これから三宅島をよくしていこうと前向き」と語るのは、村営の野鳥観察施設『三宅島自然ふれあいセンター・アカコッコ館』のレン

ジャーを勤める(財)日本野鳥の会の篠木秀紀さん。『自然ガイド養成講座』を無料で開催し、住民の力で、島のよさを伝える仕組みをつくろうと奮闘中だ。島の復興を目指したコミュニティサイト『みやけエコネット』では、復興する自然の営みを記録すると共に、野鳥や火山活動といった自然観察の宝庫を発信している。

黒潮の恩恵を受けた日本有数の魚場。珊瑚の種類も90種類と豊富で、素もぐりでテーブル珊瑚が見

「交流居住」施策の概要

「人と自然にやさしい健康で豊かな村」を将来像に掲げ、これから交流居住の施策を展開予定。その準備として、三宅島の自然を広く全国に知らせ、島の復興を目指すコミュニティサイト『みやけエコネット』を2005年に立ち上げ、再生へと向かう自然の様子やイベント情報を発信。運営は、NTTデータ、(財)日本野鳥の会、三宅村が共同プロジェクトとして行っている。また、島ならではのエコツアーとして、『ドルフィンスイム』がある。

目的別滞在タイプ

[短期滞在型] ちよこっと、田舎暮らし

ドルフィンスイム

三宅島の隣、南に約18km離れた御蔵島にはバンドウイルカが生息。三宅島近海でもイルカを見ることができ、より自然に近いかたちで触れ合うためにも、御蔵島に移動しての体験を行っている。現在約160頭の個体数が確認されており、島を1周す

るとほぼ100%の確率で遭遇できる。15のダイビングショップが受け入れ先。「DOLPHIN CLUB」では、撮影したビデオをもとに、イルカの生態や泳ぎ方のレクチャーなども行っている。

<http://www.miyakejima.gr.jp/>



撮影/SUGISAKI

えるほどだ。ダイビングショップ『DOLPHIN CLUB』を営む田口周一さんは移住歴13年。「この島だと、40、50代は鼻たれ小僧。70歳でやっと一丁前。アシタバを採ったりしながら自然や島の人に助けてもらって生活し、自分ができることをやる。そうやって暮らしていけるのが一番。健康であれば、一生現役でいられる場所ですね」と、島の自然に「お邪魔している、感覚で生活することが大事だと語り、その延長線上でドルフィン

スイムを行っている。

こうした住民の活動を受け、政策推進室長の佐久間忠さんは「この3年は、インフラ整備など復旧に力を入れてきましたが、これからは豊かな自然を活かし、観光、交流を増やす基盤づくりをして以前のように多くの人に来てもらえるようにしたい」と語り、今後の展望に期待がかかる。

data

東京から南南西へ約180kmの太平洋上にある、周囲約38km、面積55.5km²のほぼ円形の火山島。黒潮の影響を受け温暖多雨な気候で、冬は暖かく夏は涼しく暮らし易い。海に囲まれ、釣りやスキューバダイビング、海水浴などが楽しめる。また、野鳥も多く、バードウォッチャーにも親しまれている。

●人口…2,903人/世帯数…1,760世帯(2007年3月1日現在)

●交通…東京竹芝桟橋から、船で6時間半。羽田空港から飛行機で45分



09

世界遺産と、ひとつになる 富山県南砺市

とやまけん・なんとし

深い山間に車を走らせ辿り着いた先には、まるでタイムスリップしたような風景が広がっていた。そこは、ユネスコの世界文化遺産に登録されている、五箇山の合掌造り集落。

南砺市は、2004年11月に8つの町村が合併し誕生した。南東隣には岐阜県飛騨市、そして西には石川県金沢市が隣接。歴史情緒のある町に囲まれているが、南砺市にも素晴らしい歴史文化が遺されている。井波地域にある、1390年に

建立された瑞泉寺とそこから伸びる石畳の八日町通りも、そのひとつ。また、城端地域にも重厚な建築の善徳寺があり、その周辺には小京都と呼ばれる町並が存在する。どちらも、規模こそ大きくないが、ゆっくりとした時間の流れと歴史の重さを体感できる。

そしてやはり、五箇山の合掌造りは、特筆するに値する。合掌造りとは、「小屋内を利用するために、又首構造の切妻造り屋根をした茅葺き屋根」のこと。日本では、

五箇山地域と隣村の岐阜県白川村のみしか存在しない家屋。五箇山には、『相倉合掌造り集落』と『菅沼合掌造り集落』の2つがある。「茅葺き屋根の家屋には、今も住民が実際に生活されています。ここでは棚田でお米も作っています。しかも、品質の良いお米です。昔からの風景と生活を守り続けているこのエリア全体が、(世界遺産選定の際に)評価されたんだと思います」と、南砺市農政課・谷口繁慶さんは言う。その言葉通り、

「交流居住」施策の概要

『みんなで農作業の日 in 五箇山』と題し、2000年より旧利賀村で耕作放棄田の復旧と中山間地域の棚田保全の必要性を訴えることを目的としてスタート。2005年より五箇山地区へと拡大。事業には、行政・農政公社・NPO法人・民間・住民がそれぞれ役割を担い、実行している。

目的別滞在タイプ

[短期滞在型] ちよこつと、田舎暮らし

放棄田の復旧とこだわり営農事業

年一回、村民総出で、特産のそばの種を播き、地域内外の人々が協働で農作業をすることで、耕作放棄田の復旧をはかる。『世界遺産・五箇山棚田コーリャク隊』のメンバーも参加。「コー

リャク」とは、手伝う、助けるを指す方言。2007年には「紅そば」の種が播かれ、紅いそばの花がいっぱい咲いた。参加者は170名(うち、コーリャク隊は20名)。



[短期滞在型] ちよこつと、田舎暮らし

オーナー事業

『世界遺産・五箇山棚田オーナー』『合掌の里・赤かぶオーナー』そして『そばオーナー』と、五箇山地区の風土を活かした農作物のオーナーになることができる。中でも、世界遺産・相倉合

掌造り集落内の棚田で作られた米は『世界遺産米』としてブランド化され2日間で完売する程の人気がある。2007年より貸し農園の『ふるさと農園開設実験事業』も開始。



合掌造り集落に足を踏み入れると、歴史錯誤を感じるほどの風景が広がる。優しい印象の茅葺き屋根と、田植えを終えた棚田。家屋の背景には、緑深い山が連なり、ここだけ別世界のよう。まるで絵画のような、日本の昔の風景だ。この五箇山では、米のほかに、寒暖差が美味しさを生む赤かぶや、どっしりとして力強い五箇山豆腐など昔ながらの郷土の味がある。「ここの棚田オーナーで作られるお米は、今でも天日干しをしてい

るんです。それを、地域外から来られた方は、珍しい風景だと喜べられます。地元の方にとっては当たり前のことでも、参加者にとってはすべて新鮮なこと。双方の笑顔が見られます」世界遺産の風景に溶け込んで、郷土の作物にたずさわると、特別な経験になるに違いない。現代を生きる私たちにとって、失いたくない賜物が、ここで待っている。

data
8つの町村合併により2004年に誕生。歴史を感じる風土が残っており、中心地には生活に必要な店舗や病院などの施設がある。また、2008年7月に東海北陸自動車道が開通し、名古屋へも90分ほどで行き来できる。
●人口…58,137人/世帯数…16,980世帯(2005年現在)
●交通…北陸自動車道で富山ICから砺波ICまで32km、金沢市より国道304号線約1時間



10

贅沢な能登半島の先端で 石川県珠洲市

いしかわけん・すずし

右 手には穏やかに広がる海、左手には風力発電の風車が建つ深い山。贅沢な風景に挟まれながら車窓を全開にすると、聞こえてくるのは、ウミネコとウグイスの鳴き声。ここは、昔ながらの能登の風景が変わることなく残る、能登半島の先端・珠洲市。

かつてこの地を訪れた、万葉の歌人である大伴家持は「珠洲の海に朝びらきしてこぎ来れば長浜の浦に月照りにけり」と、〘真珠のようなきれいな海を持つ所、と詠

った。その風景は、現代になっても朽ちていない。

金沢市からUターンした珠洲市企画財政課・西靖典さんは、「ここで育ったら、市外に出てもやっぱり帰ってきたいと思うはずですよ」と言う。この景色の中で育まれた心には、色褪せない特別な情景が刻まれるのかもしれない。

第二の人生としてこの地を選ぶ人のために、市の取り組みとして『空き家バンク』を実施。移住希望者への物件はもちろん、珠洲で

の暮らしを試したい人のために〘ちよい住み、物件も扱う。この取り組みの基盤を作ってきた同・金田直之さんは、「移住するのは一大決心。だからこそ、何度も来てもらうことが大事だと思うんです」と語る。加えて、観光協会と行政、民間が一体となった『NPO法人 能登すずなり』が主体となり、暮らし体験ツアーなども計画している。市内を走る公共のバスを使う実験なども思考中だ。

珠洲市へ移住を希望する世代は、

「交流居住」施策の概要

空き家の増加をうけ、2006年に交流事業の取り組みとして『空き家バンク』をスタート。また、今までは体験型の窓口が観光協会・民間・行政と様々だったが、一体化を図り『NPO法人 能登すずなり』を2008年に設立。地域の暮らしに根付いた体験ツアーを実施している。

目的別滞在タイプ

[ほぼ定住型] 〘どっぷり、田舎暮らし

空き家バンク

オーナーと賃貸・購入希望者との仲介役を担っている。その時により、オーナーの事情や家の状況は変化するため、市はそれに合わせた対応をしている。20件ほどの空き家を確保し、成約済みもある。定住だけでなく、1週間程度から利用可能な〘ちよい住み、物件も用意。水道・ガス・電気の手続きは市が行い、すぐに生活できる環境を整えている。



[研修・田舎支援型] 田舎で学んでお手伝い

能登里山マイスター

能登半島で生態学と環境配慮型農業を2年間学び実践し、地域リーダーを養成するプログラム。金沢大学のカリキュラムの一貫で、金曜日の夜と土曜日に授業

を行っている。農産物に二次、三次の付加価値をつけて市場に出すこと、またグリーン・ツーリズムの拠点を創り出せる地域リーダー養成を目的としている。



比較的若い人が多い。それは、珠洲にあった廃校舎を学舎とし、金沢大学のカリキュラムの一貫として2007年にスタートした『能登里山マイスター』が大きな要因だ。貴重な動植物が生息する能登半島で、生態学と環境配慮型農業を学び実践する養成プログラム。毎週金曜日の夜と土曜日に行われる授業には、様々な業種の人が参加している。西さんも、1期生の一人。「地元の人が指導する時もある。お金では買えない人の繋がりがあ

るんですよ」と言う。能登の自然をふんだんに使った実技プログラム、そして地元の人との交流を通して、一次産業の若い担い手が誕生することを願っている。

海も山もあり、その自然と共存してきた人々から成る珠洲市。「この2年で、〘新生珠洲、になると思います」と金田さんが言うように、自然はそのままに住みやすさを形に変える展望を進めている。

能登半島の先端には、贅沢な可能性が秘めている。

data

三方を海で囲まれ能登半島の最先端に位置する。暖流である対馬海流の影響もあり、同緯度の地域に比べ、夏は涼しく冬は暖かい。積雪も10~20cm程度。『宝立七タキリコまつり』をはじめ盛大な祭りも必見。

●人口…18,915人/世帯数…6,691世帯(2006年12月末現在)

●交通…金沢市から能登有料道路・珠洲道路経由で市内まで約2時間30分



11

美しい景観、若狭湾に抱かれて 福井県おおい町

ふくいけん・おおいちょう

おおい町は2006年3月3日、若狭湾内の入江に臨む大飯町、丹波山地北部の山々に抱かれた名田庄村が合併して誕生した新しい町。町域の90%以上を山林が占めると同時に美しいリアス式海岸も眺望でき、町全体どこを見渡しても豊かな自然に溢れている。

そんなおおい町の交流事業は、2003年に立ち上がった『名田庄体験教室』が軸となっている。この教室は地元にある資源を活かしながら、田舎暮らしの在り方を子供

たちに伝えていくために旧名田庄村で生まれた。

「自分が小さい頃は魚釣りをしたり、薪を割ったり、小刀で竹細工を作ったりして遊んでいたけれど、今の子供たちはそんな機会なんてほとんどないし、大人に危険だからとセーブさせられる。でも本来はちゃんと使い方や遊び方を教えてあげることが大切なんです」

そう語るのは、体験教室の拠点場所である『八ヶ峰家族旅行村』を管理する尾花幸次さん。現在、

田舎料理や農業体験はもちろん、魚釣り、竹細工体験など合わせて10以上のプログラムに発展し、県内外から親子づれで体験に訪れる。

1997年、大阪府からIターンした萩原茂男さんもまた、エコ・ツーリズムの視点から町の活性化を図っている。普段は森林組合で働きながら、NPO法人『森林楽校・森んこ』の代表として、森林資源の新たな利用についてのサポートや情報交換を目的とした応援サイトを運営、そして様々な場所で自

然講座を行っている。

「山、川、海という3つの自然がここには揃っているのに、このなかで遊ばないのは本当にもったいないことです」

一昔前、おおい町は農業・漁業・林業といった第一次産業が盛んだった。けれど時代の流れとともに、一般企業や町外で働く人々の割合が増えていき、第一次産業離れの結果、田舎の人が「都会人化、していった。だからこそ尾花さん、萩原さんといった活動家の人々は、

地元の資源を活用し、都心部から訪れる人に限らず地元の人も新たな「気づき、を得られるような、体験プログラムを企画している。尾花さんは語る。

「地元の人がこの町の良さを知り、生き生きと暮らしていなければ、どんなに県内外の人たちに来てもらっても何もつながっていかない」

地元の人の意識を変えていくこと。それが新しい町、おおい町の地域活性化の第一歩となる。

「交流居住」施策の概要

2003年、地域活性化を目的に旧名田庄村にて、『名田庄体験教室』を設立。子供達が川や森でのびのびと遊べ、炭焼きや染め物など様々な体験教室（予約制）も楽しめるようにと、集落跡を利用して整備された施設『八ヶ峰家族旅行村』を利用してスタートさせた。以後、NPO法人『森林楽校・森んこ』が主催するエコ・ツーリズムなども立ち上がる。2006年大飯町との合併を迎え、行政を交えて今後の交流事業の展望を図っている。

目的別滞在タイプ

[短期滞在型] 〆ちよこつと、田舎暮らし

名田庄体験教室

自然の中でのキャンプを目的とした施設『八ヶ峰家族旅行村』が主催。高い技術・技能を持った地元の人たちが集まり、地元の資源を活用しながら体験教室を開き、県内外者との交流を図

る。主に、木工・炭焼き・農業・竹の和紙作り・竹細工・鱒の産卵・藤細工・山菜料理教室などが行われ、子供から大人まで楽しめるプログラムが年間通して充実。



[短期滞在型] 〆ちよこつと、田舎暮らし

里山遊木民プロジェクト

自然体験（活動）を通じて、楽力を、を身につけていくことを目的とした、NPO法人『森林楽校・森んこ』が中心となって活動するプロジェクト。伝統文化、水田・畑の保存、ツリークライミ

ングや植樹体験などを行いながら、都市民へ山村の生活文化を伝える。森林資源の新たな利用を求めて、エコ・ツーリズムも行っている。

<http://www.npo-morinko.com/>



data

福井県の南西部に位置し、面積は212km²。佐分利水系と南川水系が西から東へ向かって流れ、小浜湾に注ぎ、青戸の入り江を挟む大島半島とは青戸の大橋によって結ばれている。また、原子力発電施設設地の町であり、大島地域には大飯発電所が設置。西日本最大の電力供給基地としての役割を担い、関西エリアの約1/4の電力をまかなっている。

●人口…9,049人/世帯…3,094世帯（2008年5月1日現在）

●交通…JR大飯駅から約2時間30分。車の場合、大阪から約2時間（約150km）



12

日本一を臨む、絶景のふもとで

山梨県富士河口湖町

やまなしけん・ふじかわぐちこまち

東京のマンション群を横目に車を走らせること、約90分。周囲に緑が増えてきた頃、突如目の前に、美しい日本一の山が姿を現わす。富士山に導かれるようにふもとの街へ入っていくと、そこには湖と高原が広がっている。富士河口湖町は、観光地として名を馳せている。富士山はもちろんだが、富士五湖のうち、河口湖・西湖・精進湖・本栖湖の4つを有す湖水の街としても有名な街だ。特に、河口湖の周囲には多くの文

化施設があり、近年では様々な音楽イベントなどが開催されている。また、生い茂る木々が神秘的な青木ヶ原樹海もあり、大自然を全身で感じることができる。日本でも有数の観光地であり、東京都心からも近いため、富士河口湖町への移住を考える人は少なくない。2008年5月に東京から移住してきた高柳全孝さん・志津子さんご夫婦も、そのうちの一組だ。「ここには小さいときから遊びに来ていたんです。月に1、2回は

来ていたかな。ゴルフをやるようになってからは他の所もいろいろ回ったんだけど、やっぱりここは良い所だなと思ったんです」定年退職後を考え、町が施策として取り組んでいる『空き家情報』を通し、2年程前から家を探していたという。結果、町の中心街から近く、夫婦で楽しんで畑仕事ができる程の庭付きの一戸建て物件に出会えた。引っ越してきてまだ日が浅いというこの日、朝から夫婦揃って庭へ出て、畑を耕し、採

れたふきを日干しにしていた。太陽の日を燦々と浴び乾燥したふきは、志津子さんの手により美味しい家庭料理へと生まれ変わる。「夢だったんですよ。ちょうど良い広さの庭があって、自分たちで作物を作って、快適に過ごすということがね。ここには、水もあるし、山もある。なによりも、この景観美ですよ」新居の庭からは、まだ雪を纏った美しい円錐形の富士山が見える。実際、ここは暮らすのにも優

い町だ。ショッピングセンターやスーパーは中心街に集中し、総合病院をはじめ17の病院・診療所、児童福祉や高齢者福祉の環境が整っており、充実した生活が約束されている。年々、移住の問い合わせが後を絶たないのは、生活のしやすさが大きな要因なのだろう。富士山を望む絶景を目の当たりにしたときの感動と、快適な日常生活。このバランスこそが、富士河口湖町での暮らしの最大の魅力。

data
富士山の北麓に位置し、4つの湖、青木ヶ原原生林や御坂山系を有する自然の豊かな町。避暑地として国内から多くの人が訪れるだけでなく、国際観光地でもある。町内では福祉バスの運行や、各種健康教室、75歳以上は温泉施設の無料化など、高齢者福祉にも積極的に取り組んでいる。
●人口…25,866人/世帯数…8,943世帯(2008年6月1日現在)
●交通…東京・高井戸ICより中央自動車道河口湖ICまで約1時間15分

「交流居住」施策の概要

首都圏から100km圏内、そして富士山と4湖のある景観美という魅力を活かし、都市生活者への移住を全面的にサポートする体制「IJU計画」を整えている。また、民間で実施している定住促進宅地造成事業に対し、行政が支援している。元々、観光や民宿などで人の出入りが多い土地柄だけあり、地域の人々の姿勢が柔軟で親切なことも、交流居住地として人気のある理由のひとつ。

目的別滞在タイプ

【往來型】^{*}行ったり来たり、田舎暮らし

空き家情報

2006年に開始。町のホームページに空き家情報を掲載、随時紹介している。問い合わせの数はとても多く、2006年度は約160件、2007年度は約210件にも及んだ。希望ならば見学も可能。

その後は所有者と当事者間で納得いくまで話し合い、成約となる。定住はもちろんだが、二地域居住として空き家を使うこともできる。



【ほぼ定住型】^{*}どっぷり、田舎暮らし

定住促進助成金

2005年度よりスタートした制度。条件は、(1)町外から夫婦で転入し、住宅を新たに建築、または新築を購入すること。(2)町民であっても、富士河口湖町か

ら転出して5年以上経過しており、UIターンして今後5年以上住むこと。条件を満たしている場合、1人1回限り40万円が住宅取得支援される。





13

「人もうけ」の根付く小さな村 長野県売木村

ながのけん・うるぎむら

草木の間を風が吹き抜け、山と田畑に囲まれて家がひっそりと佇む景色は、時が止まったかのような印象を受ける。冬の寒さは厳しいが、夏は涼しいため「中京の軽井沢、と呼ばれ、トマトなどを栽培。冷涼な気候のため、甘みが凝縮された農作物が採れるのが特徴だ。

「村長は、いまだに扇風機を持っていないんですよ」と教えてくれたのはIターン歴24年の産業課・菊川和広さん。「街道に沿って

ないため宿場として発達せず、農業をやってきた地域。温厚で人懐っこい人が多く、自然と受け入れてくれました」と語る。

現在、村の人口は677人。顔が見え、人のつながりがあるという良さはあるものの、高齢化率が45%を越え、遊休農地の多さが深刻な問題となっている。そんな中、「できることから始めよう」と村の団塊世代が集まり『有限会社ネットワークうるぎ』を起し、遊休農地を耕し管理しながら、農

業体験事業をはじめた。仕事の合間を縫っての農作業は重労働だが、「一度来てくれた人が、お米を買ってくれたり交流が続いてくれるのが嬉しいですね」と語るのは清水秀樹さん。村が取り組む『小中学生農業体験民泊』では、子供たちとシイタケの種駒打ちを行う。「〴〵ともうけ、ってどうゆう字を書くか知ってます？」と切り出したのは、農家民泊に参加している小野田しげ子さん。「都会の人が田舎の人に、田舎の人が都会の

「交流居住」施策の概要

有限会社ネットワークうるぎが中心となり、農業体験事業などの都市農村交流を推進。季節に合わせて、竹そりや薪割り、焼き芋などのイベントも開催している。売木村役場では、団塊世代向けIターン促進DVD『定年さん、おいなんよ!』を作成。『小中学生農業体験民泊』では、29の農家が受け入れ先となり、村ぐるみで都会の子供たちの「ふるさと」になっている。

目的別滞在タイプ

[短期滞在型] 〴〵こっと、田舎暮らし

うるぎ米そだて隊

農業体験事業。田植えから脱穀まで、お米ができるまでの一連の作業を手間暇かけて行う。実際に土に触れて体を動かすこと

単発での参加も可能。参加費各1,000~1,500円。参加者には、お手伝い費として毎回うるぎ米1kgをプレゼント。お昼ごはんは、うるぎ米のおにぎりを用意してくれる。



[短期滞在型] 〴〵こっと、田舎暮らし

小中学生農業体験民泊

修学旅行や林間学校での農家への民泊体験。29の農家が参加。シイタケの種駒打ち、薪づくり、山菜摘みなど、家庭毎に農家の生活を体験する。〴〵ふるさと、

のなくなってきた現代の子供たちにとって、貴重な田舎暮らしが経験できる場になっている。2007年は、718人の生徒を受け入れた。



人に良いところを教え合う。互いに支え合うことが、「人もうけ。都会の人が来る度にこの話を思い出します」と受け入れの心を語ってくれた。村では「いらっしゃいだけでは失礼じゃないか」と、移住者に向けた村の紹介DVDの作成や受け入れ体制をつくるためのマニュアルづくりをしている。

DVDに登場するのは、移住歴3年の近藤忠彦さん。「こちらに来たばかりの時に、人が多くなるのは嬉しいね、と声を掛けてもら

ったのが本当に嬉しかったです。今は逆の立場で、人を迎えるお手伝いをしたいと思っています」と、ブルーベリー園を開きながら、交流居住アドバイザーとして相談会などに積極的に参加している。

売木村は、グリーンツーリズム歴約30年。グリーンツーリズムという言葉が入ってくる前、自然休養村事業と呼ばれた時代から、都会の人々を受け入れてきた。その歴史に培われた、人を迎える風土は今も変わらない。

data
信州の最南端、愛知県に接する人口700人以下の小さな村。年間を通した平均気温は、10℃。冷涼な気候を活かして、トマトなどの農作物の栽培やほざかけ米に力を入れている。平成に入ってから、温泉やオートキャンプ場、ゴルフ場の開発など観光業も進めている。
●人口…677人/世帯数…278世帯(2008年1月末現在)
●交通…東名高速名古屋ICから約2時間。中央自動車道飯田ICから国道153線経由、約1時間



14

風情ある故郷へかえろう

岐阜県高山市

ぎふけん・たかやまし

市 街地から歩くこと、約10分。宮川に架かる赤い中橋を渡ると、風情漂う城下町に誘われる。観光客で賑わう古い町並には、のんびりとした時間が流れている。飛騨高山が、日本有数の観光名所である所以は、飾らないのに日本情緒を感じさせてくれるところ。日本人なら誰もが心落ち着く故郷の風景が、ここにある。

2007年に発売となった、『ミシュラン・ボワイヤジェ・ブラティック・ジャポン』で、日本の観光

地として三ツ星を得た高山市。その影響からか、海外からの観光客も多く訪れる。観光パンフレットは、5ヶ国語に対応。京都よりも素朴で温かく、江戸情緒が残る東京・下町よりも自然が多く落ち着いた雰囲気は、国境を超えて人々に安らぎを与えるのだろう。

東京都が入ってしまう程の面積を誇る、高山市。広さは、日本一。それゆえ、各地域でそれぞれの楽しみがある。文化財指定建築物の宝庫である市街地、北東部の上宝

地域や奥飛騨温泉郷では飛騨山脈（北アルプス）を擁し温泉も点在する。南部エリアの荘川地域や清見地域は、別荘が建ち並んでいる。「たとえば、高山市の標高だけをとっても500~3,000mと様々です。市内各地域にはそれぞれの特徴がある。それだけ、たくさんの体験をしていただけたと思いますよ」

地域振興室・東田治さんが言うように、高山市では観光施設を見て回る観光型の観光に体験型グリーン・ツーリズムを融合させ、各

地域の民宿が受け入れ先となり交流を図ることで、観光地づくりに取り組んでいる。

さらに、^①住みよいまちは行きよいまち、として、誰もが住みやすい生活環境を整えている。たとえばバリアフリーのまちづくりに努め、街のあちこちでユニバーサルデザインが見られる。また、子育て支援としては、支援金や第3児以降の園児の保育料が無料になるほか、義務教育修了までは子供にかかる医療費を無料化するなど、

子育てしやすい環境を整えたり子育ての将来への不安を解消できるような、市がバックアップしている。「少子化や高齢化もふまえて、定住移住しやすい環境を構築中です。交流人口が増えることで、知識やノウハウを向上できれば」という地域振興室・直井真樹さんの言葉通り、市が描く都市像は、とても暮らしにやさしい。

そのやさしさが宿る、風情のある故郷へかえろう。この街は、そう思わせてくれる。

data
東西に81km、南北に55kmあり、日本一広い市。一日の寒暖差が大きい地域で採れる飛騨野菜は、全国へ出荷されブランド化されている。中でも、ほうれん草の出荷量は日本一。年間430万人（2007年調べ）の観光客が訪れる。その内、13万人（同）が外国人観光客。
●人口…95,281人/世帯数…34,301世帯（2008年5月1日現在）
●交通…名古屋より高山本線もしくは高速バスで約2時間、高山ICより約5分

「交流居住」施策の概要

近年、高速道路の整備が進み、都市とのアクセスが良くなったため、移住や二地域居住を求める人が増加している。そこで、移住やUIJターン就職などで転入する人のための政策や、移住のための助成、就職支援などを行っている。また木工産業が盛んなため、木工技術を修得するために移住するケースも多い。2008年には、定住移住経験者を集めての座談会を開催している。

目的別滞在タイプ

[短期滞在型] ^②ちよこっと、田舎暮らし

グリーン・ツーリズム

民間運営の『ふるさと体験 飛騨高山』が、森林・食・民泊（民宿）など、豊富な自然資源を活用し、地域間の連携も活かした体験プログラムを企画。一般家庭対象だけでなく、現在は修学旅行生の受け入れも行っており、

2008年度には『子ども農山漁村交流プロジェクト』の受け入れモデル地域に選定されている。『ふるさと体験 飛騨高山』
<http://www.furusato-takayama.jp>



[ほぼ定住型] ^③どっぶり、田舎暮らし

飛騨高山ふるさと暮らし・移住促進事業補助金制度

移住者の貸家賃や購入した中古住宅の改修にかかる費用に対して支援している。定住希望者の貸家賃への助成については、持ち家空き家賃借料の1/3以内

で15,000円を超えない額を補助。持ち家空き家購入に伴う改修費の助成については、1/2以内で、100万円を超えない額の補助を行っている。





15

人と水に学ぶ町

静岡県川根本町

しずおかけん・かわねほんちょう

トンネルを抜けると広がる青々とした茶畑。時折、SLも運行される大井川鐵道の車窓からは、美しく整った茶畑を至るところで目にすることができる。これに加え、南アルプスの雪解け水と湧き水を源に、町の南北を流れる大井川。この大井川源流部は、原生自然環境保全地域に指定され、屋久島と並び、本州では唯一の手つかずの自然が残された場所。その川の恵みを受けて育まれたのが、宇治茶、狭山茶と並ぶ日本三大銘

茶の『川根茶』だ。「町の良さを知ってもらうためにも、まずは住んでいる私たちがその良さに気づくことが大事だと思います」と語るのは、町をキャンパスに見立て、地域学の講座を開く『千年の学校』に取り組んできた企画観光課の小倉一孝さん。2005年の町の合併により、キャンパス、が広がったことで、より自分たちのいる場所を学ぶことに力を入れて行きたいと意欲的だ。『千年の学校』をきっかけに川根

本町に引っ越してきた浅野良之助さんは移住歴3年。「ずっと都会で暮らしてきましたが、この人たちはいろいろな意味でリッチ。川向こうから水を引くのも朝飯前だし、地元のお祭りの神楽の切り飾りを80歳のおじいちゃんが教えてくれたり、隣りに住む人は自分で獲った鹿の肉をくれます。みんな生きる能力が高くて、人から学ぶところが多いです」と話す。また、地域内の標高差が2,400m以上と、起伏に富んだ地形のため

「交流居住」施策の概要

「お茶と温泉 人が行き交いにぎわいのあるふるさとづくり」を掲げ、地域づくりに力を入れながら、都市との交流に取り組む。2001年に開校した地域学を学ぶ『千年の学校』の卒業生は300名を超え、県内外の注目を集めている。2005年からはじめた都市の独身女性のための『ちゃつきり娘養成講座』では、茶摘みやカヌーなど町の暮らしを知るため、年間を通じたプログラムが積極的に行われている。

目的別滞在タイプ

[短期滞在型] 〆ちよこつと、田舎暮らし

ちゃつきり娘養成講座

農作業体験と住民との交流を通して町のよさを知ってもらうため、20歳から45歳までの都市部の独身女性を対象とした縁むすび事業。月1回、土日を利用して1泊2日の講座を年間10回開催。年会費は、3,000円（通信費、

保険料）で、その他交通費、宿泊費、食費などは別途個人負担。季節に合わせた野菜づくりを中心に、茶摘み、カヌー教室、蕎麦打ちなどの体験メニューを用意している。



[短期滞在型] 〆ちよこつと、田舎暮らし

千年の学校

「人づくり、魅力づくり、活力づくり」を目指し、町全体をキャンパスとして月に一度授業を開催。〆誰でも先生、生徒、になれるのが特徴。新しい千年に向けて、かつての千年を振り返

り、地域の伝統、先人の知恵や技を学ぶはじめての一步。川根茶を使った草木染や匠に教わる炭焼き、野草摘みなど町の文化や歴史、生活に根ざした学びの場をつくっている。



道のカーブが多く、車を走らせると飛行機で着陸する気分を味わえ「贅沢な風景」だと教えてくれた。『ちゃつきり娘養成講座』は、都市に住む独身女性が地元の人との交流を通して、農業だけでなく川根本町の暮らしを学ぶ制度。町の人々が自分たちの居場所に誇りを持っていて、親しみ易く、お兄ちゃん、お母さんのような関係が自然と育まれるため、人気の講座だ。田舎暮らしや農業の良い面だけではなく厳しさも味わった上で、リ

ピーターは毎年半数を超える。

人が出会い、人から学ぶ姿勢を大事にしている川根本町。浅野さん宅の麓にある天狗石茶屋では、70歳のおばあちゃんたちが体の不自由なご老人へお弁当づくりとお届けのサービスをしており、地域のことは地域の人が教え、助け合う精神が息づいていた。「どんなに自然がすばらしくても、そこにいる〆人、が良くなかったら駄目だよ」と語る浅野さんの言葉に、川根本町の魅力が詰まっている。

data

静岡県のほぼ中央部、南アルプス国立公園の最南端に位置する。町域の約94%が森林。南アルプスからの水に恵まれ、日本三大銘茶である「川根茶」が名産。「静岡の自然100選」に選ばれたブナの原生林など美しい自然に加え、SL、日本で唯一のアプト式鉄道や温泉など豊かな観光資源に恵まれている。

●人口…8,936人／世帯数…3,118世帯（2008年7月1日現在）

●交通…東名高速道路相良・牧之原ICより約80分。東名高速道路静岡ICより約1時間20分。JR東海金谷駅下車、大井川鉄道に乗り換え、下泉駅より徒歩約30分



16

熊野の神、自然の恵みと生きる町 三重県紀北町

みえけん・きほくちょう

愛 知県にある自動車メーカーでの勤務を終え、定年退職した西田成一さんは、「田舎で静かな暮らしを」という思いから、偶然、三重県紀北町紀伊長島を車で走っていた。ところが、赤羽川上流にさしかかった山道で行き止まりになってしまい、Uターンをして引き返してきたところを近隣の人に声をかけられた。「名古屋ナンバーの車が通ったから、戻ってくると思っていたんですよ」

「その一言がきっかけで、話し込んじゃったんですよ。この地域のことから他愛のない話まで。結局、日が暮れてきて、そのまま泊めてもらったんです」
つい最近のできごとかのように笑顔で話す西田さんが、この地域に住みはじめたのは2000年から。仕事をしていた頃は一切やっていなかった菜園も今ではすっかり板についている。裏庭が小高い丘の斜面になっており、枝豆、トマト、きゅうりなど何でも採れる。近所

にスーパーもあるが、野菜はほとんど買わなくてすむという。「最初は、なかなかうまくできずに苦労しましたが、最近は慣れていきますよ。ただ、せっかくできた食べごろの野菜を猿や鹿が食べてしまうのには腹が立ちます。本当に明日採って食べようと思っているとその晩に食べられる」と言って悔しがる西田さんの顔は、それでも明るい。日々、新鮮な食べ物があり、求めている静かな環境があり、手作りの露天風呂まで

ある。そして何より、たくさんの友人がいる。西村さんの積極的な性格が、交流居住を成功させている大きな要因であることは間違いない。
三重県紀北町という地域は、紀伊半島南端の潮岬と志摩半島の間に位置し、世界遺産である熊野古道からほど近く、そこは美しい山と川と海に恵まれている。町はあるけれど、自然と共存するかたちでバランスが保たれ、それぞれが最大限の恩恵を受けながら生活

しているように見える。芳醇な甘さが口に広がる伊勢エビやウニなどの魚介類、あっさりしているのに濃厚な旨味を含んだ鮎、アマゴなどの川魚、そして季節の味を堪能できる山菜。豊かな自然と食が揃えば、後は人と人が幸せを作り出す。
西田さんの妻・正代さんの手打ち蕎麦と揚げたての天ぷらを食しながら、満面の笑みを浮かべる西田さんの表情が、そのすべてを物語っている。

data
三重県南部に位置し、東は入り江と黒潮の浸食を受けた特徴ある海岸線からなり、西は大台山系吉野熊の国立公園があるなど自然美に囲まれている。海、川で魚介類が豊富に採れ、温暖多雨な気候からは良質なヒノキが産出される。2004年に世界遺産に登録された「紀伊山地の霊場と参詣道」の熊野古道・伊勢路の5つの峠道が残る。
●人口…20,577人/世帯数…8,784世帯（2006年3月31日現在）
●交通…JR名古屋駅より特急で約2時間。最寄駅は紀伊長島駅。大阪方面からは西名阪・名阪経由で大宮大台1.Cから約40分

「交流居住」施策の概要

主に体験観光によるまちづくりを推進している。島勝浦体験型イベント交流施設『けいちゅう』では、干物づくりなどの地元料理の体験学習からスポーツ合宿まで、様々な用途で利用できる。また、紀北町役場の産業振興商工観光係が、交流居住実践者らを体験者や希望者に紹介することにより、そのメリット、デメリット、町の良さ、コミュニティの存在など、詳細な情報を直接知ってもらう機会をつくっている。

目的別滞在タイプ

【短期滞在型】[＊]ちよこっと、田舎暮らし

けいちゅう

2006年にオープンした島勝浦体験型イベント交流施設。白浜の海水浴場があり、周辺には自然観察ができる散策路が整備されているため、町の中心に残された廃校（桂城中学校）をそのまま再利用している。地元の人たちが教えてくれる地元料理体験もでき、運動場も自由に使える

ため、スポーツ合宿を目的とした利用も可能。料金は、日帰り1,050円、1泊3,150円と誰でも利用しやすい設定になっている。施設をサポートする女性のボランティア団体『りゅうびんたい』のスタッフとコミュニケーションをとることで町への理解を深めることができる。





17

滋賀県最北の雪の町 滋賀県余呉町

しがけん・よごちょう

織 田信長亡きあと、羽柴秀吉と柴田勝家の覇権をかけた『賤ヶ岳の合戦』の古戦場として有名な『賤ヶ岳』、羽衣伝説や菊姫伝説を生んだ神秘の湖でもある『余呉湖』を町のシンボルとして持つ、余呉町。歴史と伝統を継承するこの町は2007年、近隣の米原市、湖北町、木之本町、西浅井町の1市4町、湖北地域、で一体となり、交流居住・移住促進事業をスタートさせた。これは過疎化・高齢化が進む湖北地域において、

空き家等を活用した交流居住や移住を促進するため、滋賀県が中心に、そして滋賀県立大学の学生がサポートに入り始まった事業だ。これまで古民家の空き家見学や農業体験、移住者と田舎暮らし体験交流会などといった体験プログラムが行われている。
「現在、古民家に住みたいという人が増えているなかで、私たちの仕事は人と空き家を結びつけるだけではなく、地域の人との会話を育んでもらえるようなサポートを

したいと考えています」

そう語るのは、滋賀県立大学大学院で地域文化学を専攻しながら、交流事業サポートしている亀山芳香さん。

また文化交流の視点から、余呉町の魅力を町外の人々に発信している人もいる。この町にUターンした東野更正さんは、東野家が代々住んでいたという築250年の古民家で、妻の昌子さんとともに、2005年から自然環境を舞台にした演劇やコンサート、ギャラリーな

どを企画・運営している。その名も『古民家劇場『弥吉』』だ。

「古いものを残すだけではなく、活かしていかななくてはという思いがまずあった。そして人の集まる場所にしかかったんです」

弥吉では、かまどでご飯を炊いたり、漆塗りのお膳で食事をしたりと、昔ながらの生活を体験することもできる。

「ちょっとしたきっかけで地元の意識は変わると思います。そのきっかけ作りが行政の役割だと、そ

ういう想いで事業を行っています。また湖北地域では、地域と移住者をつなぐ応援団、いわゆるコーディネーターを募集しました。将来はコーディネーター主導による移住交流支援組織を作り、受け入れ体制を整えていきたい」と総務課の山根博行さんは話す。

暮らす人、学生、行政、そこに新たに将来の移住コーディネーターを加え、余呉町を始めとした湖北地域の交流事業の本格的な取り組みが今、始まろうとしている。

data
滋賀県の最北部に位置し、東は岐阜県揖斐郡、西は西浅井町、南は木之本町、北は福井県南条郡に接している。町の総面積の92%は森林で集落は高時川、余呉川沿いの平地に散在し、その周辺を農地が取りまき、のどかな田園集落を形成している。
●人口…3,931人／世帯数…1,230世帯（2005年5月1日現在）
●交通…JR京都駅から約1時間

「交流居住」施策の概要

2007年から滋賀県湖北地域による、都市との交流居住・移住促進事業がスタート。これまで湖北地域の4つの地区で、県と県立大学プロデュースによる『田舎暮らし体験』『空き家見学』『町家再生塾』といったプログラムを定期的実施。また、移住希望者をサポートするための現地コーディネーターを募集し、現在行政立ち会いのもと、研修を重ねている。湖北地域移住・交流事業実行委員会は、移住希望者の総合窓口として今後コーディネーターが中心となって運営する『移住交流支援センター（仮）』の設立を目指している。

目的別滞在タイプ

[短期滞在型] 〆ちよこつと、田舎暮らし

湖北地域での田舎暮らし体験

湖北の4地域で『田舎暮らし体験』『空き家見学』『町家再生塾』などを不定期に実施中。薪割りや芋掘り、豆腐づくり体験、集落散策、古民家暮らし実践者との交流など、地域に合った体験

プログラムが行われる。建築士や工務店、行政職員、研究者などが様々な立場からなる「湖北古民家再生ネットワーク」のメンバー指導のもと、古民家の修繕の体験などもできる。



[ほぼ定住型] 〆どっぷり、田舎暮らし

移住支援パック

「湖北地域での暮らし体験」などを通じて移住希望者が出た場合、湖北地域移住・交流事業実行委員会が中心となって、空き家の紹介・仲介・リフォームの

相談などを受け付けている。ゆくゆくは『移住交流支援センター（仮）』を作り、移住にあたっての相談受付や情報発信なども行う場を作る予定。





18

里山的生活を堪能できる地 京都府綾部市

きょうとふ・あやべし

京都府のほぼ中央に位置し、鮎や鮭が泳ぐ由良川の清流、里山、奥山、田園など都会にはない恵まれた自然環境が数多く存在する綾部市。京阪神からの交通の便も良く、その「適度な距離」から近年、定住者も増えている。「田舎暮らしがしたくて最初綾部を訪れた時、想像以上に田舎で寂しいところだなと思いました。でも、定住相談の対応が早かったですし、また定住者の方の声を聞いているうちに、この地で自分を切

り拓いていこうと決めました」生まれは神戸、移住する前は大阪で家族と暮らしていた安喰健一さんは、NPO法人『里山ねっと・あやべ』が行っていた空き屋の情報提供を通じて、2008年1月に綾部市に移住した。現在、安喰さんは工場働きながら、休日には5～6人で共同管理する田んぼでの米作りや移住する前に4年半修行して習得した、自身のライフワークである「そば打ち」に励んでいる。

安喰さんの移住をサポートした『里山ねっと・あやべ』は、移住希望者はもちろん、綾部の魅力を知りたいと願う短期滞在希望者にも、心強い情報発信基地となっている。米作りや茶摘み・収穫体験といった農作業体験を始め、市民農園や農家民泊など、年間通して綾部の里山的生活を体感できる。また、2007年にはグリーンツーリズムや地域ビジネス、地域づくりに実績のある指導者を講師に招く『綾部里山交流大学』を開校し、

「交流居住」施策の概要

2000年、綾部市は『里山ねっと・あやべ』を設立。廃校となった小学校を『綾部市里山交流研修センター』として整備し、この施設を活用して様々な交流事業に取り組んできた。2006年には綾部市へ滞在して綾部の文化、生活に触れることができるように施設の一部を宿泊施設に改装。2008年度からは、あやべ定住総合窓口の設置や『水源の里』への住宅建設、地域の定住者受け入れ支援組織として『定住サポート隊』を組織するなど、定住希望者への総合的な支援を行っている。

目的別滞在タイプ

[短期滞在型] 〆ちよこつと、田舎暮らし

里山ねっと・あやべ

官民協働で立ち上がった、都市農村交流の活動組織。田植えから稲刈りまで一貫した作業が体験できる『米作り塾』、種まきから収穫した実でそばを打つ『そば塾』などの農作業体験を中心に、『石窯パン焼き体験』

や荒れた山林を整備するための『森林ボランティア制度』など、様々な体験交流を図っている。2007年にはグリーンツーリズムや地域ビジネスを学べる『綾部里山交流大学』を開校。
<http://www.satoyama.gr.jp>



[ほぼ定住型] 〆どっぷり、田舎暮らし

水源の里

綾部市では過疎・高齢化が著しい集落を『水源の里』として位置づけ、水源の里条例を制定。現在は栃、大唐内、市茅野、古屋、市志の五集落が定住対策の促進、特産品の開発などの取り組みを行っている。移住希望者には、住宅整備補助金として住

宅の建設、改修又は購入に要した経費の1/2（150万円が限度額）、また定住支援給付金として12か月を限度として月5万円の補助が受けられる。お問い合わせ…上林いきいきセンター 0773・54・0095



主に2泊3日の講座を9月・11月・2月と年3回開催。この大学では、それぞれの舞台でまちづくりを志す新しい人材を輩出していくことを大きな目的としている。「定住者の方々が綾部にある資源を活かして、個々の能力を発揮してもらうことが大きな目標です」そう語るのは、綾部市職員であり『里山ねっと・あやべ』のスタッフの白波瀬正彦さん。その想いは、綾部に暮らす人々に少しずつ浸透している。事実、安喰さんは

言う。「ここではそば打ちを体験ができる『そば塾』が行われていて、移住してから僕も「そば打ち人」としてそば打ちの講師をやらせてもらっているんです。ゆくゆくは「そば職人」として綾部に工房を持つのが夢ですね」何か自分なりの志を持って、綾部に訪れる人は多い。綾部が取り組む交流事業は、そういった人々の想いをカタチにするきっかけになっているのだ。

data
京都府丹波地方に位置し、京都と舞鶴・若狭、福知山を結ぶ交通の要地である綾部市。明治以降蚕糸業により発展し、株式会社グンゼ発祥の地としても知られている。また、昭和25年には日本で初めて世界連邦都市宣言を行うなど「世界平和、にも力を入れた取り組みを行い、中国の常熟市とイスラエルのエルサレム市とは友好都市の締結を行っている。
●人口…36,821人/世帯数…14,597世帯（2008年6月1日現在）
●交通…JR京都駅から山陰本線（特急）で約1時間



19

奈良時代からの温泉リゾート

和歌山県白浜町

わかやまけん・しらはまちょう

和歌山県白浜町は、その名の通り、まるで雪のように真っ白な砂が広がるビーチを有している。古くから『白浜温泉街』は、日本三古湯のひとつに数えられ、その歴史は1350年以上前の飛鳥、奈良朝時代に遡る。『牟婁の温湯』『紀の温湯』の名で知られ、斉明、天智、持統、文武天皇をはじめ、多くの宮人たちが来泉したと言われている。

そんな白浜町の交流居住体験の拠点、温泉街から車で約40分南

下した日置川地域にある。熊野山岳地帯に水源を持ち、澄み切った美しさを『紀伊半島最後の清流』とまで讃えられる日置川は、訪れる人たちに町の良さを体験してもらう絶好の拠点となっている。

1999年に開催された『南紀熊野体験博』を機に、紀州備長炭など林業、海川での漁業など地場産業のありのままを体験できるツアー『ほんまもん体験』を開始。2004年、地域づくり協議会『大好き日置川の会』は、その体験メニューを60

種類以上まで開発した。

白浜町日置川事務所地域振興課の中本敏也さんは、町に体験ツアーをしにくる各地の学生や団体を案内するワンストップパーソン。

「朝、学生たちが町に到着した時は、嫌そうな表情なんです。でも、帰路につく時には、みんないい笑顔になっている。朝夕の表情の変化は、第一次産業の見方、白浜町に対する見方の変化でもあると思います。1年、2年後ではなく、10年以上先の未来のために、今は

「交流居住」施策の概要

約60種類のツアーメニューを数える『ほんまもん体験』を中心に展開。2004年、『ほんまもん体験』による交流人口の拡大を地域の産業のひとつに定着させ、若者の定住と地域の活性化を図るため、官民が一体となった地域づくり協議会『大好き日置川の会』を立ち上げた。2007年度の参加人数は1,615人。

目的別滞在タイプ

[短期滞在型] ちょこっと、田舎暮らし

ほんまもん体験

田舎の生活体験をはじめ、農林漁業体験、自然・アウトドア体験、地場産業体験などの60種類の体験メニューが用意されている。世界遺産として有名な熊野古道を巡る観光的なメニューから、紀州へら竿や紀州備長炭の製作体験まで、各目的に対応できるほどの充実度。修学旅行を

はじめとした、教育旅行の誘致も積極的に進めており、年々その数を増やしている。一般の団体客も対応可能。

地域コーディネーター『大好き日置川の会』
<http://www.daisuki-hikigawa.com>



種まきをしているという感じです」

移住者が増えることだけが目的ではないと考える中本さんは、ツアーで第一次産業に触れる学生たちが、いつかUターンしてこの地に戻って来ることを望んでいる。そのため、2007年だけで約1,600人の体験ツアーに立ち会った。

「都会より人口が少ない分、田舎町にとっては1人の人間の重みが違います。だからこそ、自分の力を活かせるチャンスも大きいんです。自然の中で悠々自適に暮らす

のではなく、人と自然と向き合って暮らしていくのが本当の田舎暮らしです」

何人もの移住者、移住希望者、ツアー体験者、そして町の人たちと向き合ってきたからこそ、白浜町における「人、の大切さが身に染みている中本さん。今後も、長い目で交流居住を進めていく。いきなり始めるのが不安なら、ゆっくりと対応してくれる町で、少しずつ町を知り、人と会い、自然を享受するのもいいのかもしれない。

data

白浜町は和歌山県の南部に位置し、大きくは紀伊水道に面した半島地域、富田川下流域及び日置川流域に分かれる。温暖で過ごしやすく、森林が全体の約81%を占め、南部では海岸地域まで山地がせまり、海岸、河川流域、谷間部に集落が点在している。

●人口…23,967人/世帯数…11,008世帯（2008年7月1日現在）

●交通…京都駅、大阪駅からJRきのくに線で白浜駅まで。JR天王寺駅から特急電車で約2時間、JR新大阪駅から特急電車で約2時間15分。車の場合、大阪から近畿自動車道、阪和自動車道を経て、御坊IC～みなべICへ。南紀白浜空港も利用可



20

日本の里山の原風景に囲まれて 鳥取県日南町

とっとりけん・にちなんちょう

岡山・広島・鳥根県境を分水嶺とする、鳥取三大河川の一つ・日野川が町の中央を流れ、北部にはなだらかな高原が位置する日南町は、豊かな自然と美しい風景に溢れた町だ。周囲には1,000m級の山々が連なり、谷間から流れる大小の河川流域を中心に田畑と集落が点在する、のどかな山村地帯。事実、文豪・井上靖に『天体の植民地』、松本清張に『記紀の国』と詠まれたように、歴史があり、自然に恵まれた風土

で、日本の里山の原風景を感じずにはいられない。「自然に囲まれた静かな里山には、不便なこともたくさんあります。だからこそ、田舎暮らしには、人と人との温かい関わり合いがとても重要になってくるんです」と話すのは、日南町企画課・長崎みよさん。「高齢化率が44%を超えている町だからこそ、古くからの隣近所の支え合いが地域の大きな力となります。交流居住を希望される方々には、何度も足を運んで、町をよく知っ

ていただき、暮らしの中での人と人との関わり合いの大切さをご理解いただけるよう心がけています」
県内都市部・米子市から、毎週末、故郷の日南町へ戻り古民家『かつみや』を営む宮本克範さんも、人と人とのつながりは、結果的に新しく発展した田舎のカタチを形成すると語る。「交流の中から、田舎の新しい発展が見えてくるはず。日南町へいらっしゃった方を、この町がどうやって受け入れていくのか。来訪者の一人

「交流居住」施策の概要

日南町では、まちを7つの地域で総括する自治組織『まちづくり協議会』を発足させており、その活動の中で町内の自然や文化を通して、人と人とのふれ合いや自然を体感してもらえる交流居住の模索がはじまっている。また、空き家への移住希望者に対しての情報提供、新規就農者への就農支援といったサポートのほか、大学と連携したグリーンツーリズムやエコツーリズムの研究も積極的に進めている。地域の豊かな資源を有効活用しつつ、まずは交流の機会をつくることから始めていこうとしている。

目的別滞在タイプ

[短期滞在型] 〆ちよこつと、田舎暮らし

古民家『かつみや』

〆採る、見る、食べる、遊んで、泊まって、五感を甦らせる体験型農家民宿。として2008年春よりスタート。季節ごとの農業体験や自然遊び、ものづくりを体験して、築およそ100年の伝統的な直屋造りの手入れの行き

届いた古民家で田舎暮らしが体験できる。地元住民がボランティアとして参加する機会もある。土日のみ営業。毎月第3土日については、季節に合わせたイベントを実施中。



[短期滞在型] 〆ちよこつと、田舎暮らし

まちづくり協議会 ツリーイング体験

2008年夏より、2つの地域の『まちづくり協議会』において森林を活かした交流イベント開催の取り組みがスタート。その内の一つ、多里地区ではインストラクターを招いて行う、樹木医の

技術を用いた木登り体験と、地域資源を知る活動を合わせて企画。今後も、自然と親しみ、人と自然が共生する暮らしが体感できるメニューの提案を模索していく。



ひとりを〆点、として見るのではなく、いかに〆線、や〆面、として考えて、多くの人々と交流を広げていけるかが、この町にとって今最も重要だと思います」。2008年春からはじめた体験型農家民宿でも、地域のまちづくり協議会や地元住民と都市部の人々との交流を繰り返す中で、地元住民も改めて農作業を楽しんだり、山菜などが売れる喜びを感じることができている。「だからこそ、ぜひ宿泊体験をしてほしい。この町の人とゆ

っくり話をして人と土地を知れば、より心が通じて好きになってもらえるはず」と話す宮本さん。自治体のみならず、まちづくり協議会や地元住民が、これまでの田舎の姿を維持、保全しつつも、交流居住に向けた積極的な姿勢を見せている。
一歩また一歩と、確実に交流居住に対しての距離が近くなってきた今だからこそ、訪れた人々と地元の人が膝を詰めて本音を語れるタイミングなのかもしれない。

data
東西25km、南北23kmという広大な土地を有する。中国山地のほぼ中央に位置し、西は鳥根、南は岡山、南西部は広島と3県に接している。裏日本型気候区の中国山地型気候で、冷涼多雨な気候。トマトや白ネギの生産が盛んであるほか、米は日南高原米として売り出し中。
●人口…6,071人/世帯数…2,314世帯(2008年6月現在)
●交通…米子空港よりJR1時間20分、車1時間10分。米子自動車道・江府ICから30分



21

優れた伝統を受け継ぐ里 島根県安来市

しまねけん・やすぎし

『どじょう掬い踊り』として全国的に知れ渡る民謡・安来節の発祥地であるほか、『かしら打ち』という伝統芸能の田楽や田植え歌、日本一と誉れ高い日本庭園を誇る足立美術館など、優れた民芸・美術文化と伝統芸能を地域の財産として継承する歴史ある町、島根県安来市。脈々と連なる山地とともに、飯梨川や伯太川の源流から河口まで続く平野一帯は、豊かで多彩な自然環境に恵まれて、随所で四季折々の風光に包

まれる。「とにかく、自然豊かな場所だけに、景色や風景の眺めに飽きることはありません。特に紅葉の時期など、茶畑が並ぶ山間部から見る山々は絶景です。ずっと地元に住んでいる私ですら、見る度に感動してしまいます」と話すのは、安来市商工観光課の岡本早智雄さん。「田んぼの裏作で生産するチューリップが咲く時期も見事です。ここ伯太庁舎の周辺でも春先には色とりどりのチューリップが咲き誇

ります」一方、山間部では寒暖の差が激しく、その気候を活かして高原に広がる棚田で良質米『比田米』が盛んに生産されている。比田地区にて交流居住を目的とした農業体験を推進する比田体験事業実行委員会会長の上廻芳和さんはこう語る。「過疎化が進んだ今、昔のように長男が農業を継ぐだけではなく、本当に農業が好きの人々に居住してもらって継いでもらうのが、田舎にとっては幸せなんです。こ

「交流居住」施策の概要

『(財)ふるさと島根定住財団』の補助事業のもと、『いきいき比田の里 農業体験ツアー』を毎年開催するほか、移住希望者への市営住宅や空き家情報の提供、定住ハンドブックおよび意識調査のためのアンケートを作成して、安来市縁故者などに送付するなど、積極的な交流居住施策を展開している。また、本格的に農業へ就きたい人々に対しての研修制度や資金支援制度、そのほかハローワーク安来による就職の斡旋といった、居住者に有益な具体的バックアップを行っている。

目的別滞在タイプ

【短期滞在型】[※]ちよこつと、田舎暮らし

いきいき比田の里 農業体験ツアー

市内中山間地集落が並ぶ比田地区に県外からの体験希望者を招いて、2泊3日のプログラムで実施する。稲刈り、きのこ狩り、アスパラ抜きといった農業体験のほか、地元の神社や民俗館への観光案内、定住住宅の見学な

ど、比田地域をまるごと体感できる。地元の方やUIターン者と食事をしながら交流する機会も設けられ、意見や情報の交換が気軽に、ゆっくりと計れるよう企画されている。



【研修・田舎支援型】田舎で学んでお手伝い

新規就農研修制度

新規就農を志す人のために、必要な農業技術や農業経営を実践的に体験実習できる研修制度。1年間の研修期間では、市が認定した指導農業師のもと、研修者が事前に選択した農業の栽培、飼育の技術を習得したり、簿記

やパソコンを使用した農業経営に関する研修も行われる。また、月額20,000円で借りられる滞在施設の提供や、就農準備から就農後にかかる資金までの支援などのサポートを最大限行っている。



こには便利なものはないけれど、人情だけは厚い人々が住んでいるから」

10年前に大阪府から家族とともにIターンした中村一人さんも、居住当初は老夫婦から田んぼや農機具を借りたり、上廻さんからトラクターを譲り受けたりなど、地元の厚い人情のもと就農の準備を重ねていったという。今では、子供たちの父母の会会長を任されている中村さんは、「地域のいろいろな人に温かく支えられた結果、現

在のような暮らしができるようになりました」と話す。「この町には、外からの人を受け入れる、また外からの人がとけ込みやすい風土がもともとあるんです。つまりは、町のことを愛してくれれば、それでいいんです」と語る上廻さんの表情からは、安来市を愛する気持ちが十分に伝わってくる。多くの人々が魅せられる田舎の風景は、きっとこんな人々との出会いからはじまっていく。

data
安来市は島根県の東部、鳥取県との県境に位置する。市南部は、中国山地に連なる豊かな緑に覆われ、そこを源流として中海に注ぐ飯梨川・伯太川全流域が市域に含まれる。下流域に形成された三角州平野には広大な耕地が広がり、上流域には豊かな森林と県東部の水瓶としての機能も果たす布部・山佐ダムがある。平均気温は約15℃前後。

●人口…44,174人/世帯数…13,867世帯(2007年3月31日現在)

●交通…米子空港から車で30分、JR岡山駅から2時間、大阪から2時間30分



22

若杉天然林に抱かれる、谷間の里 岡山県西栗倉村 おかやまけん・にしあわくらそん

岡山県の最東北端に位置し、中国山脈の南斜面にひらかれた谷間の山里。色濃い緑溢れる釣り鐘型の地形の中央を清流・吉野川が流れる。

森林のほとんどはヒノキやスギで、北端は世界的にも貴重な原生林『若杉天然林』に抱かれ、岡山県で最初に国の『森林浴の森日本100選』にも選ばれている。人々は昔から山々の木を利用して生活を営み、村の95%が山林、うち、人の手によって植えられた山林が、

85%を占める。

かけがえのない森林を大切に守ろうと、村が一体となり、植林や伐採という山の仕事に力を注ぎ、自然との共生を考えた山間地域ならではの新たな文化を目指す。

地域の自然環境を守り、木の温もりや薫りを多くの人に届けたいと、國里哲也さんにより立ち上げられた『木の里工房 木薫』。スギやヒノキを使った家具や食器、遊具などのデザイン・製造・販売までを一貫して手がける全国的にも

ユニークなベンチャー企業だ。現在、都会からの2名の就職も含めた9名で働く。國里さんは、都会からの人材の受け入れについて、「抵抗感はなく、逆に新鮮な感覚すら覚えますね。ここに来て彼らが直面する出来事、それを受け止める姿は自分にとっても今の西栗倉を再確認する意味で良い刺激になっている」と語る。都会から就職したひとり、横江孝雄さんは、京都出身。大学と大学院では、プロダクトデザインを学んだ。「就

「交流居住」施策の概要

就業希望者へは、数ヶ月の研修を設けて雇用を促進。研修期間中は、協議会などが、生活環境をはじめ各種をサポート。移住者への住宅として、智頭線あわくら温泉駅近くに、下水道、簡易水道、光ファイバーを完備した分譲宅地を整備。農業体験と交流を目的とした『湯の里 米づくりオーナー制度』では、年3回の農業体験を行い、参加者、実行委員会、ボランティアが交流を深めている。

目的別滞在タイプ

【短期滞在型】^{ちよこ}ちよこ、田舎暮らし

お父さん最高！

子供と遊ぶ機会が少なくても、家族のために一生懸命働くお父さんのための企画。春は、釣り竿作り、アマゴ釣り。夏は、川遊び、クワガタとり、夏休みの工作に挑戦。秋は、芋掘り、弓

矢やクス玉鉄砲作り。冬は、『木馬』と呼ばれる木製ソリを作ってソリ滑り。週末の一泊二日で、子供との時間を過ごすことができる。



【研修・田舎支援型】田舎で学んでお手伝い

あわくら村体験教室

自然や産業を教材にした宿泊研修。環境をテーマにした若杉天然林への長距離ハイキング、星空や野生動物の観察などの自然体験、農家・酪農家・果樹園での作業体験などができる。また、

中国地方随一のラジウム温泉『湯〜とびあ黄金泉』、かやぶき屋根の古民家を改装した農村型リゾート『天徳寺』でものんびりできる。



職のきっかけは、大学の先生の紹介。まだ、働き始めて数ヶ月ですが、将来は、自分の設計したものを形にできるように、また、幼児向けの玩具の製作にも力を入れていきたい」と思いは深い。都会から就職したもうひとり、米田健太郎さんは、神戸出身。「田舎暮らしには案外すぐに慣れ、今では電車で移動していた日々がありえないと思う。仕事は目の前のものをこなすのにまだ一生懸命ですが、多くの仕事を任せてもらえるよう

に頑張っています」。そんな二人を見守る國里さんは「視野を広く持ってもらいたい。そして、作業員の一部ではなく、新しい物事を作り進めていく人材となってほしい」と微笑む。

グローバルな人材育成を目的に、中学生を対象にした『オーストラリア海外語学研修』、高校生以上の住民を対象とした海外研修制度、西栗倉村森の村振興公社主催の『旬体験ツアー』なども実施され、村内外の人に喜ばれている。

data
岡山の最東北端にあり、北は鳥取、東は兵庫とに接している。若杉渓谷や中国自然道では素晴らしい景観や植生がみられる。なかでも、80年の歳月をかけて完成した林道ダケガ峰線は標高約1,000mと高地を走り、新緑や紅葉の時期には絶景が楽しめる。村の代表的な民族文化でもある獅子舞は、村の無形文化財にも指定される。
●人口…1,622人/世帯数…533世帯(2008年5月31日現在)
●交通…東京駅から姫路駅まで、新幹線で約3時間、姫路駅から西栗倉駅まで、電車で約1時間30分



23

潮風を深呼吸する、オリーブの島 香川県小豆島 土庄町・小豆島町

かがわけん・しょうどしま・とのしょうちよう・しょうどしまちよう

日本におけるオリーブ発祥の地、また、小豆島出身の女流作家・壺井栄の小説を基にした映画『二十四の瞳』の舞台として知られる小豆島。大小の島々が浮かぶ瀬戸内海の真ん中辺りに位置し、日本三大渓谷美に数えられる寒霞渓、18世紀頃にはじまり現在も伝承される農村歌舞伎舞台など、自然、文化ともに、遺産を数多く有している。

NPO法人『DREAM ISLAND』の代表・立花律子さんは、通称「り

っちゃん、の名で、島民からはもちろん、外から訪れる人々からも頼りにされる。「小豆島のありのままを知ってもらいたい。そして、島を好きになってくれる人、島で暮らしてみたい人を増やしたい」。そんなビジョンが共鳴した連河健仁さんと、『DREAM ISLAND』を、2006年秋に設立した。

生まれも育ちも小豆島、また、小豆島観光協会に務めていた22年の経験をもつ律子さん。一方、健仁さんは、熊本生まれ、北海道育

ち。アートスクールでの経験と持ち前の人間味を活かして、WEB制作、カヤックガイド、営業などを担当する。「小豆島に暮らそうと思ったのは、直感。勤めていた会社がITバブルに遭遇した年の夏、風に誘われるようにやって来た小豆島で、移住を即決しました」と笑う。「これまで世の中の役に立たないこともしたし、失敗もした。でも、そこで覚えた知識や経験を総動員して、あったらいいもの、人の役に立つものを作りたい

「交流居住」施策の概要

醤油、佃煮、素麺などの食品産業と共に、電照菊や柑橘系果樹などの農業、大阪城築城からの歴史をもつ石材業、オリーブ製品の製造業が盛んながら、人口減少は進んでいる。地域の活力を維持するために、香川県や四国経済産業局などと連携し、移住者や就業希望者の受け入れ先となる島内企業、並びに自治体、団体様の求人・雇用情報を収集しているほか、住宅不動産情報への充実を図っている。

目的別滞在タイプ

〔往來型〕[〓]行ったり来たり、田舎暮らし

特定非営利活動法人 DREAM ISLAND

〓個人と個人が出逢い、繋がり、響きあう、をテーマに、醤油や佃煮などの食産業が古くから栄える内海湾沿岸を訪ねる。大人の探検ツアー、名作「二十四の瞳」の軌跡を辿る追体験紀行、

シーカヤックでのサンセットリップなど、小豆島の魅力に触れる機会を提供。移住希望者を対象に、地域コミュニティーに関する不安を解決できるように情報交換の「場」を設ける。



〔研修・田舎支援型〕田舎で学んでお手伝い

小豆島移住・交流推進協議会

小豆島の2町（土庄町、小豆島町）が自治会や香川県とともにスタート。オリーブ栽培や収穫作業の手伝いをするモニター事業など、研修希望者の受け入れを充実させる。既に定住した人

の声を集めた読み物など、対応も細やか。おためし移住体験として、2泊3日「島暮らし体験」ツアー、空き家バンクでの情報提供も行う。



です。『DREAM ISLAND』は、移住希望者への情報提供、季節通信『小豆島だより』の発行、小豆島ならではのものを伝えるガイドツアーの実施などを行っている。

小豆島せっけん『良工房』の斉藤良子さんは、2007年秋に小豆島に移住した。オリーブオイルを自分で作りたいという一心で半年、オリーブ園で研修をした後、2008年の春、『良工房』を開業。「愛知生まれ、長野育ち。茨城、北海道、東京など各地を転々しましたが、

石けん作りに夢中になっているうち、石けんの原料であるオリーブオイルも自分で作ってみたいとなって小豆島に来てしまいました」。オリーブ植栽100周年を迎える今年、「小豆島探偵団」、「オリーブの丘めぐり」など多数の行事が用意されているが、良子さん自身も、せっけん作りや販売に加え、島内外の人との交流を深めている。

data

日本三大渓谷美ともいわれる寒霞渓から、日本の夕陽百選にも認定された夕陽ヶ丘からの夕焼け、潮騒奏でる海などの自然に恵まれる一方、島四国と呼ばれる霊場には、今も多くのお遍路さんが巡る。瀬戸内海のなかでは淡路島に次いで2番目に大きく、面積は153km²・島の風物詩となっている手延べ素麺、オリーブ、醤油は、島の素朴な特産品として、全国的にも知られている。

●人口…土庄町15,653人、小豆島町16,459人/世帯数…土庄町6,610世帯、小豆島町6,782世帯(2008年7月1日現在)

●交通…羽田空港から高松空港まで、飛行機で1時間15分、高松空港から高松港までリムジンバスで35分、高松港から小豆島までフェリーで1時間



24

五つの海を喰らう、西南端の地 愛媛県愛南町

えひめけん・あいなちょう

愛南町という町名には、愛媛県の南に位置し、暮らす人たちが町を愛し、地域、人を愛して、みんなが仲良く助け合って、元気な町になって欲しい、という願いが込められる。南に、黒潮躍る太平洋、西に、豊後水道に面して日本屈指の景勝地「足摺宇和海国立公園」、北東に、棚田の風景が広がる。

海、山、里、そして、人情の豊かさを通して、都市に暮らす人と親しくなりたい。都市の人に癒し

の場所にしてもらいたいと、2007年、7戸の家が名乗りをあげてオープンしたのが『農林漁家民宿』。離れの家をまるごと宿泊できるようにした農家民宿、カツオの水揚げで賑わう港近くの漁家民宿など、各家庭の持ち味を活かし、様々な体験や出会いができる。

農家民宿『西の家』を営む佐藤和彦さんは、定年退職を機に愛南町に帰ってきた元高校の数学教員。「実家に帰るように、泊りに来てほしい。だから、一度来てくれた

人が、翌年も来てくれたときは嬉しくてね」。その言葉通り、五右衛門風呂に入ったり、薪ストーブを囲むなど、ありのままの暮らしのなか、都会からの人を迎えている。

「若い人には、子供の教育、仕事もあるから、田舎暮らしを強制することはできない。でも、山の暮らしは豊かで楽しいことだと、棚田と一緒に歩いたり、蛍をみたり、野菜の収穫しながら感じてもらえたらいい」

「交流居住」施策の概要

2007年度『美しい日本の歴史的風土100選』にも認定された「石垣の里」をはじめとする歴史や文化、日本の柑橘類のなかでも大きさを代表する甘夏、発祥の地ともいわれる真円真珠など、愛南町ならではの資源を、実際に体感してもらえるメニューを多数用意。空き家、空き土地、農地情報の提供のほか、移住者のための総合窓口を設置し、細やかな相談を心がける。

目的別滞在タイプ

【短期滞在型】[＊]ちよこっと、田舎暮らし

農林漁家体験民宿

「のどかな風景のなかをゆっくり流れる時間、素朴で心温まる人たちとの出会い」。どこか懐かしくて心温まる農村の暮らしを体験してほしいという思いからオープン。農家民宿では、

里山案内、布ぞうりや古布の小物作り、地域の伝統料理。漁家民宿では、魚のおろし方、保存の仕方、魚類養殖見学や餌やりなど。各民宿の個性を活かした体験が春夏秋冬できる。



【往來型】[＊]行ったり来たり、田舎暮らし

グリーンツーリズム

農山漁村地域において休暇を過ごすし、自然、文化、人々との交流を目的に、スキューバダイビング、シーカヤック、川遊び、棚田散策といった「自然体験」、真珠アクセサリーづくり、こけ玉やリースを作る「アート・も

のづくり体験」、芋掘り、柑橘収穫、田植えや稲刈りができる「農業・漁業体験」、あいなん風じゃこてん、こんにやく、味噌などを作る「郷土料理体験」など、地域の暮らしに根付いたメニューを用意。



朝夕の食卓には、妻の美奈子さんが作った郷土料理が並ぶ。

『海里ダイビングスクール』の代表・古江英一さんは、60歳の還暦をきっかけに、2008年3月、千葉から移住。中学生のときに観た映画でダイビングに魅了され、27歳でダイビングをスタート、その後、インストラクターとして活躍してきた。

「老後をどこで過ごそうかと考えたとき、出身地の大分には親戚もいるし、いいと思いました。でも、

愛南町を初めて訪れたとき、住みたいな、と不思議と思い、そのまま役場で空き家を紹介してもらいました」

今後は、まず、地形や海流を覚えて海中清掃をするなど、できることから始めて、地域活性化につなげていきたいとのこと。サンゴの群生地としても知られる、愛南町の五つ海を見つめ思いは尽きないようだ。

data

愛媛県の西南端に位置する愛南町。「日本の美しいむら景観コンテスト農林水産大臣賞」を受賞、また、「未来に残したい漁業漁村の歴史文化財百選」にも選ばれた石垣の里、シュノーケリングでサンゴや熱帯魚などを楽しむことができる鹿島コーラルビーチなど、自然豊かな恵みを受け水産業や観光事業に恩恵を受けている。気候は、四季を通じて温暖で、梅雨期には雨が多く南海型気候の特色をもつ。

●人口…26,405人/世帯数…11,093世帯（2008年7月1日現在）

●交通…羽田空港から松山空港まで、飛行機で1時間20分、松山駅から宇和島駅まで、電車で1時間20分、宇和島から愛南町まで、バスで1時間20分



25

大樹のように人々の心が根付く町 福岡県黒木町

ふくおかけん・くろぎまち

「フルーツと八女茶の町」としても知られる黒木町は、町の中央を流れる矢部川の清らかな水源をもとに潤った大地から、イチゴやブドウといった果実、八女茶などの農産物を産出する豊穡の地である。また、山紫水明の奥八女の景勝地としても名高いほか、延々と広がった山中溪谷では、自然の造形美を感じさせる岩や滝の見事な景観が、訪れる者の心を魅了している。特に山間地・笠原地区の棚田風景は、この地域特有の

石垣で組まれた棚田で、幾何学的な地勢にも見え、とても神秘的だ。「田植えの時期は棚田が生き返るんです。それまで草木が生えて荒れていたのに、見違えるように様変わります。お越しいただく方には、平地では観られない、この自然の演出をぜひ堪能してもらいたいです」と話すのは、『えがおの森』事務局担当の松尾勝利さん。廃校となった校舎を都市と農山村の人々の交流場所として活用し、農業や伝統文化など多くの体験を

実施している。「この土地を体感した人が、口コミでまた別の人々に伝えてくれています。お米の体験で交流した農家の人に、とてもおいしいから、他の野菜なども一緒にください、とおっしゃってくれる人もいます。それは農家にとって、この上ない喜びです」。交流というコミュニケーションは、人々に輝きを取り戻している。都市と農村の住民が一緒になり山村の環境を守るグループ『山村塾』に、福岡市から定期的に通う

「交流居住」施策の概要

廃校となった小学校校舎を交流の場所『えがおの森』として活用するほか、『国際里山・田園保全ワーキングホリデーin福岡』と称して、国際交流を行うとともに都市住民と農山村住民とが棚田や山林といった豊かな里山環境を保全するという市民参加型ツーリズムを毎年実施するなど、自然を通じた交流居住施策に取り組んでいる。そのほか、2005年より大規模年金保養基地『グリーンピア八女』を国から町に移管して、新たな交流拠点施設として、地域と一体となった各種体験・交流事業を展開している。

目的別滞在タイプ

【往來型】〆行ったり来たり、田舎暮らし

山村塾里山ボランティア

都市と農村の住民が一緒になり山村の環境を守るグループ・山村塾が行う、環境にやさしい農林業の応援をするボランティア。山仕事講座や農業講座などの山村塾の技術講座を修了した人が

登録することができる。技術と気持ちを持ったボランティア精神と、農山村環境の保全を志す元気溢れる農林家とが連携することで、荒廃しつつある里山の自然を守ろうとする制度である。



【研修・田舎支援型】田舎で学んでお手伝い

えがおの森

廃校になった小学校を改装して、都市と農山村を繋ぐ交流の場として生まれ変わったのが笠原東交流センター『えがおの森』。本場・八女茶のお茶摘み体験や棚田の一区画オーナーとして田植えから収穫までを体験できるプ

ログラムを実施するなど、都市と農村の交流を目指している。四季に合わせた体験やオーナー制度を豊富に用意して、いつでも気軽に参加できる受け入れ体制を整えている。



西村茂さんも、その大切さを実感している人の一人だ。「山村塾では、農作業をした後にみんなで一緒にごはんを食べるんです。このごはんが格別においしい。地元の人や子供たちとのなにげない会話が楽しい」と話す。黒木町には樹齢600年の大藤があり、町の人々の誇りとなっている。大藤が花咲く春先には、県内外より多くの人々が訪れ、にぎわい、人の心に明るく優しい気持ちを根付ける。大樹の種子がゆっく

りと根付き豊かな森林を作ったように、今、黒木町の交流も少しずつ広がりを見せはじめている。西村さんが黒木町への往来をはじめた頃、「農家の人々も〆誰だろう？、という感じで、なかなかお互いの距離は縮まりませんでした。けれど、何度も通って話をし、作業をともにした結果、今は心が通じ合える存在になりました」。この町は、〆交流、という先にある〆喜び、を感じさせてくれる町なのだ。

data
福岡県の南部に位置し、東は観光百選となった日向神溪谷をへて大分県へ通じ、南は奥八女・黒木平を背に熊本県と接している。町面積の約7割を占める山林を背景に、農林業を基幹産業として発展してきた。「フルーツと八女茶の町」としても知られ、巨峰や苺は特に有名。
●人口…13,274人/世帯数…3,928世帯(2008年3月31日現在)
●交通…福岡空港から車で1時間20分。JR羽犬塚駅より車で30分。八女ICより車で20分



26

歴史が薫る、ふるさとへ 佐賀県多久市 さがけん・たくし

都 市部から車を6分あまり走らせただけで、木々が放つ美味しい空気をいっぱいに含んだ心地よい風を頬に感じることができる。ここは、佐賀県の県央に位置し四方を緑に囲まれた、多久市。多久市には、歴史の奥深さを感じさせる建物が点在している。中でも有名なのが、国の史跡及び重要文化財に指定されている『多久聖廟』だ。幼い頃から学問を好み、儒学を学んだ多久4代領主・多久茂文が、教育を振興し敬の心を育

むため、1708年に建設した聖廟。敷地に足を踏み入れると、不思議と心が落ち着く。それは、四季を体現する自然の中で堂々と構える聖廟に、300年の歴史を見守ってきた風格が漂っているからだろう。春と秋には、儒学の祖孔子を祀る中国式の祭典が行われる。歴史を感じさせる建造物の中には、「くど造り」の民家で、市の重要文化財の『森家』と、国の重要文化財である『川打家』もある。「くど造り」とは、屋根の棟が「コ

の字型で、かまど（くど）の形をしている民家のこと。佐賀県を代表する典型的な民家が、多久市西部の西多久町に存在している。西多久町は、山々に囲まれ合間には棚田が広がる純農村地域だ。「西多久は面白いよ」と、顔をほころばせて語る船津忠伸さんは、町民主体のまちづくりを目的として設立された『西多久町を考える会』の先導役として積極的に活動している。「多久は、農家が良くないと活性化しないというのが持論。

そのためにも、多久独自の伝統野菜を拡大していきたい」。船津さんが言う通り、近年全国で有機野菜と共に、地域の伝統野菜が見直されている。西多久の伝統野菜のひとつが、女山大根。江戸時代から栽培されてきた赤首の女山大根は、どれも大きく歯ごたえがあり、甘味が特徴。都市圏の料亭などからも注文が絶たない。船津さんは、甘さを活かした女山大根アイスを開発。今後も、特産物は大事に守りながらも様々なことに挑戦した

いと語る。「ここは遊ぶ要素がいっぱい。川釣りもできるし、竹で何か作ることできる。去年もグリーン・ツーリズムで大学生が民泊して、一緒にしめ縄を作った。僕は『のぼせもん、(得意なことを任せられると一生懸命になる人のこと)だね』と笑う船津さんだが、愛する地元の資源を活かすためグリーン・ツーリズムに取り組んでいる。『のぼせもん』が発信する西多久の魅力は、まだまだ尽きない。

data
山間・中山間・平坦の変化に富む地形を生かし、米麦、みかん、イチゴ、桃の生産が盛んな地域。『孔子の里』として訪れる人も多い。
●人口…22,602人/世帯数…7,792世帯(2008年5月1日現在)
●交通…福岡空港より車で約1時間、佐賀空港より約40分。鳥栖JCTより長崎自動車道で多久ICまで約30分

「交流居住」施策の概要

多久市では『市定住促進基本計画』を策定し、『多久市への定住のススメ』として2007年4月から2009年3月末まで、定住奨励金・雇用者定住促進奨励金・住宅関連施設整備補助金を交付。また、市内の西多久町では地域住民主体のまちづくりを目指し『西多久町を考える会』を1991年に設立。佐賀県地域づくりネットワークにも参加している。

目的別滞在タイプ

[短期滞在型] 〆ちよこつと、田舎暮らし

女山大根まつり

西多久町の地域住民が中心となって行う『品評会』のほか、『女山大根を味わう会』には多くの町外の人が参加。地元の婦人会らが作る女山大根を使った家庭

料理を、バイキングで味わう。開催日は、女山大根が収穫される2月初旬。2008年には74名が参加。このうち、町外からの参加者は60名。



[短期滞在型] 〆ちよこつと、田舎暮らし

七草粥会

一年の健康と無病息災を願う風習の七草粥を、市と国の重要文化財にそれぞれ指定されているくど造り民家『森家・川打家』で味わう会。当日は、西多久町で昔から各家庭で1月7日に行

う風習であった『鬼火焚き』も実施された。七草粥のほか、女山大根で作るふるふき大根、シシ汁を、地元の婦人会が中心となって調理。2008年には163名が参加した。





27

オトナが心豊かに暮らすまちへ 長崎県雲仙市

ながさきけん・うんぜんし

穏やかな水面に、眩い太陽の
日がキラキラと輝く島原半
島の西岸・橘湾と北岸・有明海。
半島の中央には、日本最初の国立
公園である雲仙天草国立公園が広
がり、美しい四季を体現する。湯
煙が立ち昇り硫黄の香りで包まれ
る雲仙地獄のように、こんこんと
湧き出る温泉は多くの人を呼び寄
せ、恵まれた湧水は人々の生活を
潤している。

2005年、島原半島の北西部に位
置する7つの町が合併し誕生した、

雲仙市。山と海、川、そして温泉
のあるこの街は、美しい自然の恵
みで満たされている。

2003年9月に宮城県仙台市から
移住した松本由利さんは、「ここ
は湧水が豊富。水があれば生きて
いける、そう思ったんです」と語
る。湧水をたっぷり浴びて育つ米
や農作物には、純粋な美味しさが
宿る。ここ島原半島の農作物の生
産量は、長崎県全体の約4割を占
めている。それは、芳醇な土壌と
良質な水が大きな要因だろう。そ

して、海の幸にも恵まれている。
ここでは、自給自足の生活も夢物
語では終わらない。また、山には
冬の間雪が降り積もるが、ほとん
どの地域で年間を通して外での作
業も可能なほどの気候だ。

とは言っても、自然があるだけ
では移住への決心はなかなか難し
い。元々、東京そして仙台と、都
市部で服飾の仕事をしていた松本
さん。ご主人の仕事の関係と義母
の静養を兼ねて、移住を検討。雲
仙市千々石町を初めて訪れた時に

「交流居住」施策の概要

雲仙らしいライフスタイルを創出することでUIターン者の増加へ繋げようと、様々な定住対策事業を展開している。民間のネットワークとして、『がまだすネット』では各種体験型メニューも用意。体験プログラムは約80種ある。また、温泉付きのウィークリー&マンスリーマンションを利用できる『お部屋レンタル』もある。HPでは不動産情報も提供している。

目的別滞在タイプ

[短期滞在型] 〆ちよこっと、田舎暮らし

雲仙暮らし体験施設

2008年3月より利用開始となっ
た、短期滞在のための施設。
UIターン希望者が雲仙への定
住を目的として、現地視察や調

査のために訪れる際、宿泊利用
できる。スイス風の外観で、台
所用品は完備。雲仙温泉街に立
地。



[ほぼ定住型] 〆どっぷり、田舎暮らし

雲仙市定住推進協議会

本文で登場した松本由利さんが
会長を務める、民間と行政が協
働で組織している協議会。「雲
仙らしさ」をテーマに、現地の

子供達との交流や、UIターンの
実践者との座談会を実施して
いるほか、定住のための様々な
事業を展開中。



は「コンパクトタウン」という印
象を持ったという。

「買い物も病院も、歩いて15分圏
内。コンパクト、なところが気
に入ったんです」

バイタリティ溢れる松本さんは、
現在、民間と行政が協働で組織す
る『定住推進協議会』の会長とし
て、また自身が主宰を務める
『TEAM GEAR』では、地域での
コミュニティビジネスづくりとラ
イフスタイル提案を目標に活動し
ている。それは、移住したことで

芽生えた意識があるからだ。「地
域を本当に愛して、その地域を拠
点に、〆オトナ、が集まって充実
した仕事をできるようにしたい。
〆オトナ、が、心豊かに楽しく暮
らしていなければいけないと思う
んです」。

地域資源が豊富な雲仙市。その
中から「本物の、の資源を活用して、
地域の魅力をどこまで引き出し楽
しむことができるか——。〆オト
ナ、たちのチャレンジが、始まっ
ている。

data

島原半島の北西部に位置する雲仙市。伊スロー
フード協会が進める『味の箱舟』に、エタリの
塩辛と雲仙こぶ高菜が登録されている。

●人口…49,935人/世帯数…16,464世帯（2008年
5月末日現在）

●交通…長崎市内・長崎空港から車で国道34号
線・251号線経由で約1時間



28

美しい風光に包まれた、自然豊かな高原地 大分県九重町 おおいたけん・このえまち

「京都でスポーツ・インストラクターをしていた私たち夫婦は、身体面も考えて、自然が多く環境の良いこの町に移住してきました」と話すのは、九重町居住歴10年の山本幸雄さん。当時、居住先を探していた山本さんは、日本各地の恵まれた環境を持つ地域を巡り、それぞれの自治体へも出向き交流を重ねた結果、最も「フィーリング」が合ったのがこの町だったという。「飯田高原や温泉群など、自然豊かなロケ

ーションが魅力的だったのももちろんですが、なにより役場や居住担当者の雰囲気が良かったこと。そして閉鎖的な感じを受けない町の雰囲気が移住を決意した理由です。九重町は、九州本土の最高峰である『くじゅう連山』が連なり、夏には町花であるミヤマキリシマのピンク色に染まる山々を持つ。また、裾野に広がる広大な飯田高原の牧歌的な風景や各地で噴出する豊富な温泉群があるほか、冬季には九州でも数少ないスキー

場があるという、豊富な自然資源を感じる美しい町だ。2006年にオープンした日本一の『九重「夢、大吊橋』の効果もあり、年間観光客が約500万人にも上り、九州有数の観光地として知られている。「観光客に対する親近感のようなものがすでに生まれていたから、外からの来訪者を受け入れる雰囲気が作られていたのかも知れませんが、こんな親しみのある町に出合えた私は本当にラッキーでした」と山本さんは話す。おそらく、移

「交流居住」施策の概要

「定住1万人、交流2万人。3万人の人々が集いふれあう町づくり」を九重町の将来像のテーマに掲げ、人口の減少に歯止めをかけると共に、交流居住の新しい施策を模索している。豊かな大自然を利用した乗馬やアウトドア、牧場などの体験や、農業体験のできるグリーンツーリズムを積極的にサポートし、田舎暮らしの魅力を伝えている。また、定住人口増加の施策として、UIターン者に向けた空き家紹介や情報収集を率先して行っている。

目的別滞在タイプ

【短期滞在型】^〆ちよこっと、田舎暮らし

九重グリーン・ツーリズム研究会 (九重GT研)

農家に宿泊して、農村の仕事や食事、散策、遊び、子育て、生き様の語り部など、農村のすべてを体験する「農村民泊体験」を実施している。都市と農村の心の通った交流を通じて、新しい農村経営を求めると同時に、地域環境との共生も模索してい

る。野菜の種まきをはじめ、田植えや稲刈り、牛飼い、盆栽作り、魚釣りなど、田舎暮らしの営みを多岐に渡って季節ごとに体験できる。2008年、宿泊できる農家・農泊許可取得者は、町内で19戸にもなっている。



【ほぼ定住型】^〆どっぷり、田舎暮らし

居住斡旋・案内

町内の空き家の情報収集および紹介を自治体実施。空き家紹介については、団塊世代向けサイト『セカンドライフおおいた』への掲載のほか、UIターン希

望者を実際に空き家へ案内するなどのサポートを行っている。また、定住促進施策の一環として宅地分譲も行っている。



住した人々だけでなく訪れた観光客ですらも、この雄大な自然に触れる喜びと共に居心地良い町の雰囲気を感じているだろう。

宝泉寺温泉で『山の湯』を経営する池部俊慈さんは、20代の頃に東京からUターンした一人。今では地元の『町民が考えるまちづくり委員会』や『ほたるを育てる会』など、具体的なまちづくりを検討・運営する会に参加している。

「一度、町から出たからこそ思いつく新しい発想や、残すべき町の

良き財産への気持ちが生まれるのだと思います。若い方や県外からいらっしゃった方などの貴重な意見も取り入れつつ、より良いまちづくりに協力していきたいです」

役場では現在、町づくりや環境に関する組織を数多く設置して、交流居住者が気軽に参加できる場を積極的に揃えている。居住すること自体が目的とならず、地元の人々とともに良い町をつくり、町を愛していけるかどうかは、きっとこの町を選ぶ本人次第だろう。

data

九重町は大分県の南西部に位置し、町内南西において熊本県に接している。また、町の中央部を筑後川の上流玖珠川が東西に流れ、東南方には九州の屋根ともいうべき名峰連なる九重山群がそびえる。町土の大部分を山林・原野に覆われ、気候の変化は激しい。地熱資源をはじめ豊富な資源を有し、変化に富んだ自然景観に恵まれた町である。

●人口…11,108人/世帯数…3,638世帯 (2005年国勢調査)

●交通…福岡空港から高速道路経由車で約1時間30分。大分空港から高速道路経由車で約1時間。JR博多駅から約2時間



29

九州初の森林セラピー基地で、深呼吸 宮崎県日之影町

みやざきけん・ひのかげちょう

九州の百名山に名を連ねる山々と溪谷によって、厳かなながらも温かな光を織りなす日之影町。東西に貫流する五ヶ瀬川を中心に深いV字谷が形成され、春は新緑、夏は清流、秋は紅葉、冬は静溪が楽しめる。北側の一部は、祖母傾国定公園にも指定され、動植物の森林生態系にとっても大切な場所となっている。

2008年4月には、森の癒し効果を健康づくりに生かすことを目的とした『森林セラピー基地』に、

九州では唯一、第1期で認定された。以来、「自然の恵みが人を呼ぶ里」をキャッチフレーズに町づくりがおこなわれ、多くの人が森林ウォーキングに訪れる。「生まれ育った日之影町の自然の中での出合いを通じて、たくさんの方が癒され、元気になって帰られるよう、少しでも手助けできれば幸いです」と、森の案内人・山本栄治さんは言う。

『緑のふるさと協力隊』の隊員として、大阪から移住してきた萩

田英爾さんは、育苗ハウスのあるフラワーパークで町民向けに出荷する花苗をつくるほか、農家の手伝いをする。「青年海外協力隊など、外国にも関心がありましたが、調べるうちに日本にも興味深い取り組みがあることを知り、『緑のふるさと協力隊』に応募しました。こちらに来て数ヶ月ですが、手伝いをした農家で食事をごちそうになったり、良くしてもらっています」と言う。

名古屋出身の小川鉄平さんは、

日之影の生活文化を色濃く残す、竹細工「かるい」に魅了されて移住し、7年になる。

竹細工の伝統工芸士・飯干五男さんのもとへ弟子入りした後、独立。「注文してくれた人を思い浮かべながら物を作ることができるのは、作り手として幸せなことです」と語る。最初、町営住宅に住んでいたが、風通りのよい空き家を見つけ、仕事がしやすいように、妻や子どもが暮らしやすいように、丁寧に直して暮らす。

「町の人は他所から来た人にも親身になって世話を焼いてくれます。日之影の人は話し好きだと思いますが、本当だなと思います」

そんな小川さんは、町の人に挨拶するとき、その後に何か一言を添えるよう、心かかっている。多くの人から信頼されるのは、こうして小さくとも尊いことがらを貫くからかも知れない。

「交流居住」施策の概要

田植え前の4月、花が咲き誇る戸川集落の棚田を舞台に「石垣の村・棚田まつり」を開催し、地域の伝統芸能の披露など多彩な内容により、地域のイメージアップや地域活力の向上を図っている。2005年5月には、宮崎県の地域振興において、その功績が認められ「宮崎県地域づくり顕彰」を受賞した。九州初の森林セラピー基地として、役場、保健センター、観光案内所が連携してスムーズな受入対応を行う。また定住希望者のための「日之影町空き家情報システム」により、空き家の有効活用、定住促進と地域の活性化を図る。

目的別滞在タイプ

【短期滞在型】[＊]ちよこつと、田舎暮らし

ひのかげ田舎暮らし

日本棚田百選にも認定された石垣の村にある『石垣茶屋』や『日之影キャンプ村』などに宿泊し、栗や柚子、夏秋野菜、椎茸などを収穫する「農作業体験」。神楽の話、猪猟、蜂取りなどを衣

装や道具とともに紹介してくれる「ふるさと講話」。竹細工、陶芸、木工芸など、日之影に暮らす職人から学ぶ「工芸体験」ができる。



【往來型】[＊]行ったり来たり、田舎暮らし

森林セラピー基地

森林のもつ「癒し効果」を科学的に解明し、健康増進やリハビリテーションへの活用を図る。森の中で運動したり、静かに休息しながら、五感を刺激することで、自己免疫力を高め健康づ

くりを生かせる。「日帰りプラン」、「2泊3日宿泊プラン」など、森の案内人が、お勧めのプランを時間と目的にあわせて紹介してくれる。



data

宮崎県の北部に位置し、豊かな自然環境と山村文化をもつ。総面積は約278km²と広大で、その約92%を森林が占めていることから、農林業を基幹とし、自家製の野菜で半ば自給自足の生活が一般的。南国ともいわれる宮崎の平均気温は14.6℃と温暖だが、山間部のため冬には雪が降り積雪もみられ、春夏秋冬がはっきりしていることが特徴。

●人口…4,702人/世帯数…1,672世帯（2008年7月1日現在）

●交通…羽田空港から宮崎空港まで、飛行機で約1時間30分、宮崎空港駅から延岡駅まで、電車で1時間15分、駅前バスセンターより青雲橋まで、バスで55分。熊本空港から、車で約2時間



30

エメラルドグリーン^①の海岸と紡ぐ、島物語 鹿児島県西之表市

かごしまけん・にしのおもてし

汽笛が響く海の玄関口『西之表港』から、車で北上すること約20分。写真から切り抜いたような南国の海に出合える。白い砂浜と、エメラルドグリーン^①の海。『浦田海水浴場』は、ウミガメが産卵の場を選ぶだけあり、日本の海水場88選のひとつ。喧騒から切り離され、波音に包まれながら過ごすひと時。何ものにも代え難い、島での贅沢な時間だ。

種子島の北部に位置する西之表市は、行政や経済の中心地でもあ

る。西之表港は本土との架け橋であり、貨物船も多く到着するため島内の物価はそれほど高くはない。島での暮らし特有の不便さが、ここではあまり感じられない。

のんびりとした風土、開放感を与えてくれる広い空と満天の星空、サーファーを虜にする波が来る海…。西之表市の魅力に触れ、この街への移住を検討する人は少なくない。しかし、生活を営むための雇用の問題、また各地域社会とうまく付き合うことがハードルとな

る場合もある。市では、憧れだけで移住するのではなく楽しんで暮らせるよう、空き家の情報提供に加え支援事業にも取り組んでいる。

鈴木浩行さん家族は、2008年3月、千葉県船橋市より移住した。「静かな島でやりたいことをやろうと思ったんです。若いうちに移住して仕事をした方が、60歳になったとき楽しく暮らせるんじゃないかなと。だから、子供が中学に上がる時にここへ来たんです」

初めて西之表を訪れたのは2005

「交流居住」施策の概要

『島元気郷たねがしま』事業として、定住移住者への支援を行っている。移住前には、各集落の地域社会とうまく付き合っ^②て馴染んでいくこと、また事前に雇用情報を入手するようサポートしている。近年はUIターン希望者も増加しており、若者を中心にサーフィンのメッカとして訪れ住み着く人も多い。

目的別滞在タイプ

[ほぼ定住型] ^③どっぷり、田舎暮らし

住宅賃貸事業+住宅入居者支援事業

市内にある空き家を市が借り上げ改築して提供。2008年3月には菜園付き・建坪17坪の新築住宅を建築。地域コミュニティ活動に参加する等の条件はあり。

支援事業として、入居後に『島元気郷たねがしま支援協議会』から、求人等の情報提供や農業の技術支援、地元世話人による生活サポート等が受けられる。

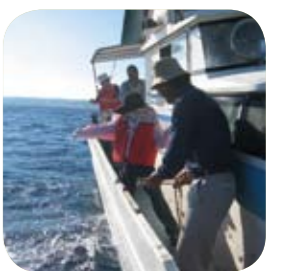


[短期滞在型] ^④ちょこっと、田舎暮らし

グリーン・ツーリズム

西之表市の自然や収穫物、文化を体験できるグリーン・ツーリズムを開催。2006年夏には、漁船クルージングを含む体験ツアー、秋には特産物の『安納いも』

を満喫できるツアー、そして2007年10月は郷土芸能を体感するツアーを企画・実施。今後も地元の資材を用いたグリーン・ツーリズムを計画している。



年。妻・由美子さんも、この地を気に入った。「収入に見合った生活をしないといけないし、不安はありますよ。でも誰でも不安はあるでしょう？ 都会だと子供に（周囲を警戒して）うるさく言っていたけど、ここだと放任主義。都会と逆ですよ」と笑う浩行さんからは、西之表での暮らしを家族揃って楽しんでいることが窺える。

鈴木さん宅から約100mの所に住む榎本哲雄さんは、市から依頼され「地域の世話人」として移住

者をサポートしている。「地域の僕らができる事をサポートします。これまで、仕事がネックになって転居した方もいる。種子島の素材を使って事業ができれば良いと思うんです。良いものがまだいっぱいあるんですよ」。

住民自ら、街がさらに元気になるための施策をどんどん市へ提案する。この南国の島が素材ながらも美しく輝いているのは、そこで暮らす人々の想いが反射しているからかもしれない。

data

古くから移住と交流の島としての歴史を持つ。年間平均気温は約20℃と四季を通じて温暖な亜熱帯性気候。マリンスポーツが盛んで、特に鉄浜海岸は全国的にサーフィンのメッカとして知られる。

●人口…17,629人/世帯数…8,237世帯（2008年6月末現在）

●交通…鹿児島市内港南埠頭から西之表港までジェットフォイルで1時間35分、鹿児島空港から種子島空港まで30分、大阪空港からは1時間20分

受け入れ窓口一覧 (掲載順)

01 北海道八雲町 —17

企画振興課 佐藤保
tel 0137-62-2111 / fax 0137-62-2149
kikaku@town.yakumo.lg.jp
http://www.town.yakumo.lg.jp



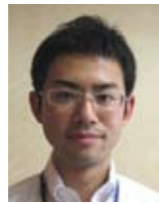
02 岩手県花巻市 —19

商工観光部 観光課 蔦谷千春
tel 0198-24-1111 / fax 0194-24-4410
kanko@city.hanamaki.iwate.jp
http://www.city.hanamaki.iwate.jp/



03 秋田県男鹿市 —21

総務企画部 企画政策課主事 三浦大成
tel 0185-23-2111 / fax 0185-23-2424
kikaku@city.oga.akita.jp
http://www2.city.oga.akita.jp/



04 山形県西川町 —23

総務企画課 企画係主任 佐藤尚史
tel 0237-74-2112 / fax 0237-74-2601
sk-kika@town.nishikawa.yamagata.jp
https://www.town.nishikawa.yamagata.jp/



05 茨城県大子町 —25

企画課 企画課長 佐川和夫
tel 0295-72-1131 / fax 0295-72-1167
kikaku@town.daigo.ibaraki.jp
http://www.town.daigo.ibaraki.jp/



06 栃木県那珂川町 —27

農林振興課 農政係 主査 齋藤貴之
tel 0287-92-1113 / fax 0287-92-3081
nousei@town.tochigi-nagagawa.lg.jp
http://www.town.tochigi-nagagawa.lg.jp



07 埼玉県秩父市 —29

市長室ふるさと創造課 宮城敏
tel 0494-22-2823 / fax 0494-24-7272
furusato@city.chichibu.lg.jp
http://www.city.chichibu.lg.jp/



08 東京都三宅村 —31

政策推進室 室長 佐久間忠
tel 04994-5-0984 / fax 04994-5-0932
sakuma_tadasi@miyakemura.com
http://www.miyakemura.com/



09 富山県南砺市 —33

農業経済部 農政課 谷口繁慶
tel 0763-23-2016 / fax 0763-62-2112
taniguchi.shigeyoshi@city.nanto.lg.jp
http://www.city.nanto.toyama.jp



10 石川県珠洲市 —35

企画財政課 西靖典
tel 0768-82-7716 / fax 0768-82-2896
kizai@city.suzu.ishikawa.jp
http://www.city.suzu.ishikawa.jp/



11 福井県おおい町 —37

商工観光振興課 森下秀行
農林水産振興課 時岡寿尚
tel 0770-77-1111 / fax 0770-77-1289
shoukan@town.ohi.lg.jp
http://www.town.ohi.fukui.jp/sypher/
www/normal_top.jsp



12 山梨県富士河口湖町 —39

企画課 渡辺誠
tel 0555-72-1129 / fax 0555-72-0969
kikaku@town.fujikawaguchiko.lg.jp
http://www.town.fujikawaguchiko.yamanashi.jp



13 長野県売木村 —41

有限会社ネットワークうるぎ 清水秀樹
tel 0260-28-2088 / fax 0260-28-2088
nw.urugi@mis.janis.or.jp
http://www.mis.janis.or.jp/~nw.urugi/



14 岐阜県高山市 —43

地域振興室 直井真樹
tel 0577-35-3524 / fax 0577-35-3162
chiikishinkou@city.takayama.lg.jp
http://www.city.takayama.lg.jp/



15 静岡県川根本町 —45

企画環境課 まちづくり係 前田修児
tel 0547-56-2221 / fax 0547-56-2235
kikaku-kankyoutown.kawanehon.shizuoka.jp
http://www.town.kawanehon.shizuoka.jp/



16 三重県紀北町 —47

企画課 企画係 井谷雅
tel 0597-32-1111 / fax 0597-32-2331
kikaku@town.mie-kihoku.lg.jp
http://www.town.mie-kihoku.lg.jp/



17 滋賀県余呉町 —49

総務課 山根博行
tel 0749-86-3221 / fax 0749-86-3220
town_yogo@cny.ne.jp
http://www.cohok-style.jp/index.html



18 京都府綾部市 —51

NPO法人里山ねっと・あやべ 白波瀬正彦
tel 0773-47-0040 / fax 0773-47-0084
ayabe@satoyama.gr.jp
http://www.satoyama.gr.jp



19 和歌山県白浜町 —53

地域振興課 中本敏也
tel 0739-52-2300 / fax 0739-52-2186
t.nakamoto@town.shirahama.wakayama.jp
http://www.town.shirahama.wakayama.jp/



20 鳥取県日南町 —55

企画課 長崎みよ
tel 0859-82-1115 / fax 0859-82-1478 /
nagasaki1@town.nichinan.tottori.jp
http://www.town.nichinan.tottori.jp/



21 島根県安来市 —57

比田体験事業実行委員会 会長 上廻芳和
tel 0854-23-3330 / fax 0854-23-3382
shinkou@city.yasugi.shimane.jp
http://www.city.yasugi.shimane.jp/



22 岡山県西粟倉村 —59

総務企画課 関正治
tel 0868-79-2111 / fax 0868-79-2125
m-seki@vill.nishiawakura.lg.jp
http://ns.vill.nishiawakura.okayama.jp/



23 香川県小豆島 —61

土庄町 企画課 宮原正行
tel 0879-62-7014 / fax 0879-62-4000
kikaku@town.tonosho.kagawa.jp
http://www.town.tonosho.kagawa.jp
小豆島町 企画財政課 山本重敏
tel 0879-75-1800 / fax 0879-75-1500
olive-kikaku@town.shodoshima.lg.jp
http://www.town.shodoshima.lg.jp/



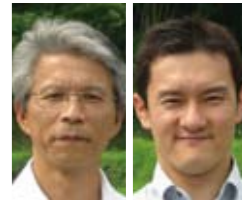
24 愛媛県愛南町 —63

企画財政課 企画調整係 赤岡政典
tel 0895-72-7317 / fax 0895-72-1214
akaoka-mxa@town.ainan.ehime.jp
http://www.town.ainan.ehime.jp/



25 福岡県黒木町 —65

企画課 永石富重・古賀久章
tel 0943-42-1113 / fax 0943-42-4591
kikaku@town.kurogi.lg.jp
http://www.town.kurogi.fukuoka.jp/



26 佐賀県多久市 —67

西多久公民館 野口英雄・川口剛
tel & fax 0952-75-2205
kawaguchi-tsuyoshi@city.taku.lg.jp
http://www.city.taku.lg.jp/



27 長崎県雲仙市 —69

政策企画課 田中義雄
tel 0957-38-3111 / fax 0957-38-3514
kikaku@city.unzen.nagasaki.jp
http://www.city.unzen.nagasaki.jp/



28 大分県九重町 —71

企画調整課 井上隆史
tel 0973-76-3807 / fax 0973-76-2247
kikaku@town.kokonoe.lg.jp
http://www.town.kokonoe.oita.jp/



29 宮崎県日之影町 —73

企画開発課 企画広報係 谷川靖
tel 0982-87-3910 / fax 0982-87-3918
kikaku@hinokage.jp
http://www.hinokage.jp/



30 鹿児島県西之表市 —75

経済観光課 交流推進室長 神村弘二
tel 0997-22-1111 / fax 0997-22-0295
kouryuu@city.nishinomote.lg.jp
http://www.city.nishinomote.kagoshima.jp/



夢でエゴ。

誰かがときめくと、いつの間にか暮らしが快適になっていたり、
緑が増えていたり、いい憩いの場所ができていたり……。
宝くじの収益金によって、いろいろなやさしさが創られています。
そして、あなたの夢が、環境づくりにも役立っています。

田舎暮らしのススメ③ [交流居住の先進自治体事例集]

発行日…平成20年8月31日

発行…総務省自治行政局過疎対策室・財団法人過疎地域問題調査会

お問い合わせ…財団法人過疎地域問題調査会 東京都港区虎ノ門1-13-5 第一天徳ビル3階 tel 03-3580-5547

宝くじの収益金は、
身近な街づくりに役立っています。



財団法人 **日本宝くじ協会**

当せんはしっかり調べて、しっかり換金。

<http://www.jla-takarakuji.or.jp>

●外国発行の宝くじを、日本国内において購入することは、法律で禁止されています。