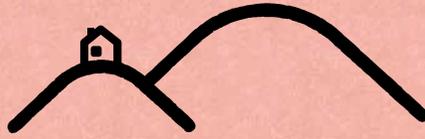


信州 木曾エリア  
移住ガイドブック



# KISO KURASHI

わたしらしく くらすしあわせ



ずっといたくなる場所、見つけた。



# 木曾はこんなところ

長野県の南西部に位置する「木曾郡」は、木曾町・上松町・南木曾町・木祖村・王滝村・大桑村の6町村で構成され、土地の約9割を森林が占める、自然豊かな地域です。急峻な地形は「木曾谷」と呼ばれ、木曾川沿いの南北を結ぶ中山道「木曾路」は、古くから往來の要所として発展しました。今でも江戸時代の風情が感じられる史跡が多く残っています。



## 木曾郡のデータ



## Contents

木曾はこんなところ	2	『関係人口』活動ボイス	12
木曾郡MAP	3	木曾各地での交流イベント	13
キーパーソンが語る 木曾移住者対談	4	6町村めぐり	14
移住者・関係人口インタビュー	6	木曾移住までのポイント	17
U・Iターン&関係人口 木曾だいすき Voice	10	移住の困りごとQ&A	18





## キーパーソンが語る

# 木曾移住者 対談



たいせつ  
加藤 大雪さん

神奈川県平塚市から  
王滝村へ2023年10月に移住  
職業 》 王滝村集落支援員

専門学校で建築デザインを学び、建築や運輸業を経験。アウトドア好きが高じて王滝村に家を購入。集落支援員としてバスの運転手や有害鳥獣駆除、支障木の伐採をしている。キャンプ場を開くのが夢。



木村 耕紀さん

千葉県千葉市から  
木曾町へ2015年4月に移住  
職業 》 木曾町集落支援員

2015年から地域おこし協力隊として空き家の紹介や移住相談の業務に従事。任期後は木曾町移住サポートセンターに勤務しながら、映像撮影の仕事などにも取り組む。妻と長男、長女との4人家族。



## アウトドア好きと友人の誘いがきっかけに

《加藤》キャンプやアウトドアが好きで古民家や別荘を探さず中、初めて王滝村に来ました。その時に見た家を、村の空き家バンクを介して購入し、修繕しながら暮らしています。仕事は移住サポートセンターでバスの運転手を紹介してもらい、空いた時間は集落支援員として草刈りや除雪作業をやっています。今は山の中に暮らしているので、生活そのものがキャンプみたいです。

《木村》私は友だちが先に移住していて面白い所があるよ、と誘われて来ました。それから地域おこし協力隊になって、空き家を紹介していくうちに、これは続けていかないとと思うようになりました。町の成人式やイベントを撮影する映像の仕事もしています。人とのつながりで仕事の依頼がくるのでうれしいですね。地域で必要とされていると感じ、「ありがとう」と言われる。私は、自分のやっていることが人に必要と

されているかどうかということ  
を大切にしているんです。子どもと遊ぶ時間も含めて、今はやりたいことが全部できるようになったので、ここにずっと住み続けられるなと思うようになりました。

《加藤》バスの運転をしていると、日常的にお客さんと1対1になるんです。「朝早く迎えに来てくれて助かったわ」「おかげで病院に行けるよ」という言葉も。お父さんお母さん世代の人たちを乗せていると、その息子さんや孫世代の方とも、だんだんつながっていきます。消防団に入ってるんですが、狭いからみんな知り合いという環境です。

《木村》消防団の活動は大事だと思います。将来は社長となり地域経済を支えていこうな人がいたり、もちろん同世代や同級生がいたりする。仕事だけでは絶対つなげられないような人たちとつながることができます。

《加藤》僕は去年、狩猟と銃の免許を取得して、イノシシを3頭捕りました。夏祭りで知り合った猟友会の方にさばき方を教えてもらって、自分で解体しました。「シーズンに1頭でも捕れればいい。狩猟をやりたい気持ちが大事だ」と声を掛けてくれます。応援してくれる雰囲気があるんです。最初の年は、薪(まき)不足で暖も取れない僕の状況を知ると、夕方に近所の方が軽トラックで薪を持ってきて助けてくれました。なので今シーズンの冬支度は、しっかりしました。

《木村》初めは自分が何が分からないのかを理解できていないけれど、だんだん質問できるようになり、誰に聞いた方がいいのかも見えてくる。地域の中に役場職員がいると、移住者もその人に聞いてみようかなと思うことが多いんです。

《加藤》おばあちゃんたちも親切で、畑で採れた野菜やお漬物ももらったりします。伝統料理もあり、ウズラのこうじ漬けは衝撃でした。「骨ごと食べれるよ」と言って渡されたんですが、ウズラが丸ごと入っているんです。見た目はショッキングですが、とってもおいしかった。

《木村》良くも悪くも、お節介を焼いてくれる習慣がある。それで気が合う人たちと交流が深くなってくると、別の付き合いが始まることもある。村に溶け込んで親しくなった人たちの関係が深まると、最初に面倒を見てくれた人たちと距離ができることもありますね。

## 方向性を決めたら、あとは柔軟に対処を!

《木村》いろいろな移住者に言うんだけど、自分の道をはっきり決め過ぎると、つまらないし、つらくなる。方向性や生き方を決めておくぐらいがいい。いろいろな可能性を持っていた方が力が抜けるし、少し待ってみることも必要。自然との関わりが深いから思い通りにいかないし、スピードが遅いと感じる時もあるけれど、自分でしっかり考えて動く波に

乗っていけば別に気にならない。木曾の人は深く考えることに慣れていて、その姿勢からすごく教わったし、その生き方は大自然を相手に対処しながら生きている木曾ならではの印象があります。

《加藤》なるほど。住んでいる家の改修は、うまくいってる感覚はないですね(笑)。腐っていた柱を2mほど替えたり、薪ストーブ用の煙突を通したり。その都度トラブルが起きて、どう対処するか考えています。これからの方向性については、キャンプ場をやりたいと思っています。

《木村》いいね。キャンプをしたい人は多いと思う。住んでみると大変なだけけど薪割りをやってみたいという都会の人もいるし。だからバスの運転手と両方やったら面白いかな。生活基盤をつくる仕事と、自分の楽しみとしての仕事と。

《加藤》そうですね。僕はキャンプ場を、楽しいだけでなく、自然の中で暮らすノウハウを伝える施設にしたいと考えています。森から木を切って薪を作ったり、小屋を建ててみたりとか。農地を作るとかでもいいんですが、単に1泊、2泊するキャンプ場ではなく、通年で楽しめるようにしたい。木曾に来て、支障木の伐採や有害鳥獣駆除の仕事もしているんですが、山の近くで成立している生活システムを吸収して、そんな暮らし方を伝えていける場所にしたいんです。

《木村》外から来た若い人が、森林を活用してきた文化や歴史を継いでいってくれるのは、地元の人も喜ぶんじゃないかな。10年住んで感じるの、上の世代との付き合いが多い中で、同世代を探すことが大事なことだと思います。1人でも2人でも同級生がいるだけで、なんかほっとする。同じ地域で、同世代が働いているだけで、仲良くなれる可能性もあるし。お互い気楽だったりしますよね。その上で、伝統だったり技術だったり木曾らしさを記録して、伝えていくことを大切にしたいと思っています。



# 01

丸山 久志さん

- 大阪府→木祖村在住
- 移住の時期:2024年
- 職業:ゲストハウス&カフェバー経営(準備中)



## 移住者を自然体で受け入れてくれる 木祖村の人たちの人柄が決め手に!

スキー好きな両親の影響で、小さい頃から長野はなじみのある場所でした。前職を30年ほど勤めた頃、もっと自由に自分の好きなことをしてみたいと思い立って、趣味の旅行で何度も利用していたゲストハウスの開業を考えるように。物件探しでいろいろなエリアを見て回った中でも、木祖村の人たちの気さくな人柄と移住者へのウェルカムな雰囲気、あとは村内に飲食や宿泊施設がないことが決め手になりました。

好きなことをしながら  
楽しく自分のペースで  
生きていける場所。



## 宿場町に飲食&宿泊スポットを作りたい! みんなが交流を楽しめる場所を目指して

木曽谷エリアは近年、海外の観光客が増えていますが、木祖村の藪原宿には滞在スポットがほとんどなく、ただ通り過ぎてしまうのがすごくもったいない。それなら自分で作ろうと思い、宿場町の古民家を現在リフォーム中です。ゲストハウス&カフェバーとして2025年春のオープンが目標。たくさんの方が集まり、縁や絆が生まれる場所になればうれしいですね。

## 想定外のことが起こるのが移住生活 何があっても楽しめる心の余裕が大切な

移住してまだ1年弱。親身な近所の人や飲み仲間などに助けられながら日々を過ごしています。でも、冬の電気代と灯油代の高さにはびっくり! 慌てて、スキーのインストラクターの資格を生かしてアルバイトを始めました(笑)。先日は、リフォーム中のわが家にハクビシンがいることが判明。想定外の連続ですが、それを楽しむのも移住の醍醐味(だいごみ)かな。

# 02

石渡 勇輝さん

- 神奈川県→上松町在住
- 移住の時期:2023年
- 職業:林業

喜びを味わっています。  
樹齢重ねた木との対話に  
木曽の山に抱かれながら

## 未知の世界へ飛び込みたくて 木曽での林業の道を選択

移住した理由は、やったことのないことをやりたかったから。何がしたいのかと思案し、たどり着いたのが林業でした。その後、信州で林業に携わる会社の合同説明会に参加した際、ひのき精香(上松町)の社長と出会い、お世話になることを決断。妻と移住しました。神奈川では個人で、健康づくりに関わるサポート業を営んでいました。その仕事は現在も、主にオンラインを活用し、会社公認の副業として続けています。

## 一人前のフォレストワーカーになるため チェーンソーを手に日々奮闘中

林業については、全くの素人でした。先輩たちと山中へ分け入り、まさに一から教えてもらいました。現在の職場は主に、木曽にある国有林です。チェーンソーで伐採したヒノキやスギを、麓まで張った架線を使って下ろしてトラックへ積み込み、貯木場に運搬。「早く一人前になる」という向上心を持って働いています。山中での作業は危険が伴い、気を緩めることはできませんが、休憩中には小鳥のさえずりや林間を風が渡る音、そして、愛妻弁当に癒やされています。



## 地域に溶け込むポイントになった 消防団の仲間の輪

上松町営住宅に妻と、上松生まれの息子と暮らしています。近所の皆さんには親切にもらい、地域のお祭りへの参加なども通じて楽しく交流しています。消防団にも入っています。年齢も職業も異なる、さまざまな同僚団員とつながりを持つことで、より早く地域に溶け込みました。これからは、何らかのかたちで地域の皆さんの健康づくりのお役にも立てれば、と考えています。



# 03

飯田 麦さん  
はく

- 東京都→南木曽町在住
- 移住の時期:2024年
- 職業:ゲストハウス経営

紡いでいけたら。  
南木曽の皆さんと一緒に  
ゲストハウスから始まる夢を



## インバウンドでの人気の高まりが 南木曽移住の決め手に

東京でサラリーマン生活を送っていたのですが、「人に雇われない仕事をしたい」と思い立ち、退職しました。そして、これから何をしようかと考えた時、ひらめいたのが田舎でのゲストハウス(民泊)の経営でした。インターネットなどを使って移住先を探した結果、季節を問わずにオールシーズン、積極的に誘客が図れる、希少な観光資源の伝統文化と自然美があり、外国人旅行者が増加傾向の南木曽町に決めました。



## ゲストハウス兼自宅の窓から眺める 木曽川と山里が織りなす風景が最高です

ゲストハウス兼自宅として購入したのは、木曽川に面して立つ、空き家だった崖家づくりの木造2階建て民家。購入後、町の補助制度を活用して窓を二重にするなどのリフォームを施し、祖母の家にあった年代物の家具なども入れました。屋号は「縁を紡ぐ」にちなんで「TSUMUGITEI」。お客さんには、最大6人ほどの1棟貸しで提供します。2025年春オープン予定です。

## 南木曽のために何ができるか？ 絶えず自問自答していきたい

南木曽は人口減少が進み、地域産業も伸び悩みがみられるまちです。だからこそ、ゲストハウスを経営することで、少しでも南木曽の活性化に貢献できればと考えています。さらに事業が軌道に乗れば、ゲストハウスに留まらず、いろいろな施設・店舗の経営にもチャレンジしたいと、夢を描いています。地域の人たちにも協力いただき、夢を実現できたらいいですね。

# 04

中振田 勇さん  
なかふた

- 福岡県・大桑村
- 冬は福岡県で過ごし  
夏は大桑村で農業をしている

大桑村には、私が好きだった  
昔のままの自然や人の温かさが  
残っています。

## 春から初冬までは大桑で農業をし 冬の間は九州で過ごしています

大桑村は私の生まれ故郷です。就職のために18歳で村を離れ、営業職として全国を転々としていましたが、子どもの進学のタイミングで妻の実家が近い福岡県に自宅を構えました。

63歳で退職した後、12月末～2月末は九州で過ごし、それ以外は大桑村で農業をする生活を続けています。大桑に戻ったきっかけは母の介護のため。その際、実家の農地があったので、何か作ってみようとして農業を始めました。

## 作物の生育は毎年同じようで全く違う 日々の変化を感じながら取り組んでいます

大桑村での暮らしは毎年竹藪の掃除から始まります。早ければ3月中旬にはタケノコが採れるので、それを直売所に出荷し、その後はお盆の時期に出荷する小菊の苗起こしや植え付け、夏野菜の栽培を行います。

作物の生育は環境に左右されるので、毎年必ずうまくいくわけではありません。難しいですが、そこが魅力でもあります。自然と付き合いながら、ここで暮らしていると、四季の変化をととても間近に感じます。そうした大桑村での日常が、私は好きです。



## 農業の楽しさを伝え、農に携わる人を増やしたい

高齢化に伴い、大桑村では畑ができなくなる農家が増えていきます。そこで、農業の面白さを知ってもらおうと、昨年、村の商工会青年部とタイアップして、親子向けの畑教室を開催しました。子どもはもちろん、大人の皆さんにも楽しんでもらえたようです。

こうした取り組みを通して、大桑村で農に携わる人を一人でも増やしていけたらいいですね。私個人としては、今年で75歳になります。今後も農業を続けるために、体力づくりもしていきたいです。

U・Iターン&関係人口

# 木曾だいき

Voice



**井関 紘子さん**  
 □愛知県→南木曾町在住  
 □移住の時期: 2022年

移住後も、資格を生かして経験を積んだ職種で働けるのは幸せ。町民の皆さんの健康を守る仕事に、大きな責任とやりがいを感じています。

## 保健師



**古川 さゆりさん**  
 □茨城県出身→王滝村在住  
 □移住の時期: 2023年

王滝村の生活は「これぞ本物の日本の生活」という感じ！ 菌ちゃん農法で野菜を育てていますが、大自然の中での暮らしの全てが楽しいです！

**伊藤 恵美さん**  
 □伊那市→上松町在住  
 □移住の時期: 2024年

## 2児のママ



## 強力

**塚原 慎二さん**  
 □岐阜県出身→木曾町在住  
 □移住の時期: 2023年



御嶽信仰で登拝する方々の供物や荷物だけでなく、その願いも運ばせていただいています。御山(御嶽山)でお客さまのために自分の力を発揮できることに感謝しています。

## 地域おこし協力隊

大桑はさまざまな店があり、生活しやすい村です。私の居住エリアは同世代家族が多く、程よい距離感で皆さんが気にかけてくれるのもありがたいです。



**中根 達朗さん**  
 □神奈川県出身→大桑村在住  
 □移住の時期: 2022年

## 役場職員

大好きな昆虫が取り持ってくれた縁で上松町へ移住して10年。多くの人と日々交流し、ようやく本当に町の一員になれたような気がします。

**本田 真士さん**  
 □東京都→上松町在住  
 □移住の時期: 2015年

## 観光協会職員

ふるさとに家族でUターンし、上の子がのびのび遊ぶ姿などに、戻って来て良かったと感じています。上松町おかえり支援金も役立ちました。



## 役場職員

**西尾 昌子さん**  
 □大阪府出身→王滝村在住  
 □移住の時期: 2024年



王滝村は「自分らしくいられる場所」です。空気がきれいで、景色が雄大。休日はほとんど御嶽スキー場にいますが、御嶽山のパワーをすごく感じます！

## ツアーガイド



**ニック・カールさん**  
 □イギリス出身→南木曾町在住  
 □移住の時期: 2019年

ロンドン生まれです。中山道ハイキングや伝統工芸体験などのツアーを企画して案内しています。木曾の地酒や郷土食にも興味津々です。

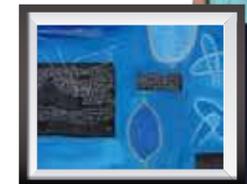
## ボイストレーナー & 保健師

人が優しい！野菜が新鮮！東京で体調を崩した私も、すっかり元気です！今後は、木曾谷の人たちとも対面レッスンができればいいなあ。



**神田 明日香さん**  
 □北海道出身→木祖村在住  
 □移住の時期: 2024年

## 画家



**西村 正幸さん**  
 □愛知県→木祖村(2拠点)  
 □移住の時期: 2023年

名古屋芸大の教員時代に訪れていた木祖村。澄んだ空気とおいしい水、そしてシャイだけどとても親切な村の人たちが魅力です。

## シェアハウス管理人



**小橋 能さん・志穂さん・幸太朗さん・和実さん**  
 □静岡県→木曾町在住  
 □移住の時期: 2024年

木曾町はおもちゃ美術館があったり、町も人も子どもへの育ちを支えてくれていると実感。山暮らしでも生活の便が良く、登山やスキーができてアクティビティも充実！

## 地域おこし協力隊



**木又 邑照子さん**  
 □神奈川県出身→大桑村在住  
 □移住の時期: 2022年

農業をしていると、大桑村の豊かな自然は地域の財産だなと実感します。日常の何気ないやりとりの中にも、人の温かさが溢れていますよ。

気軽に参加 木曾各地での交流イベント

2024年度に木曾地域で開催された交流会を紹介します

阿寺ブルーでサ活 2024年11月10日 大桑村

大桑村の阿寺溪谷キャンプ場でのサ活交流会。天気にも恵まれ、最高のトノイ空間でサウナを体験。自然と会話が生まれ、名水「美顔水」にダイブもして大満足！



木曾のじじばば -冬支度- 2024年11月30日-12月1日 南木曾町 王滝村 木曾町

木曾のじじばばから、木曾人の生活の知恵が詰まった冬暮らしについて学ぶ1泊2日のツアー。移住で気になる「冬暮らし」について、体験を通して学びました。



お漬物会 2025年1月19日 木祖村

みんなで漬物を持ち寄ってのごはん会。手ぶらでの参加もOK。御年90歳で漬物を作っているおじいちゃんや農業をやっている20代の移住者など、幅広く集まりました。



20年に1度の祭り「御神木祭」って何? 2025年2月16日 上松町

20年に1度の伊勢神宮式年遷宮に関連して行われる「御神木祭」について、みんなで予習を行いました。祭りは2025年6月に開催予定です。



主催：木曾広域連合

その他 イベント予定

お祭り・地区行事

各町村の地区ごとに、季節によって特色のあるお祭りや行事が楽しめます。



各種交流会

地域内外の人が参加できる交流会で、観光とは違う出会いを見つけてみて。



参加したいと思った人は↑をチェック!!

講座・ワークショップ

町村ごとにさまざまな体験や講座が開催されています。地域外の人も参加できるものも多くあります。



地域イベント・マーケット

イベントに出かけたり、お手伝いをしたり…。出店者や参加者との交流で、新しいつながりが生まれるかも!?



イベント参加で交流 訪れるたびに また来なくなる



2023年に木曾町のイベントに参加した際に自然の豊かさに感動し、何度も訪れるようになりました。「木曾の手仕事市」「雪灯りの散歩路」のお手伝いを通じて町との関わりを深めています。木曾は、その土地ならではの体験ができる地域資源に恵まれたエリア。それを活用する熱意のある人が多いところもすてきです!



まりあ 西尾 茉莉杏さん □東京都在住

木曾ラブ! 好きな地域とつながって いられるのがうれしい!



NY在住時、一人旅で訪れた木曾に心を奪われ、帰国後も足を運ぶように。山歩きや里山の風景を楽しみうちに、地元の方々とのつながりも生まれ、より楽しくなりました。現在は東京で宿泊業に携わりながら、ゲストに「木曾ラブ」を伝え、訪問を勧めています。いつか、木曾の魅力を紹介するイベントができたら...と思っています。



後藤 眞子さん □東京都在住

木曾谷 木曾とつながるみんなの活動

『関係人口』活動ボイス

関わる、広がる、つながる このまちが好きな理由

移住を検討中! 木曾との関わりが深い 優しさあふれる地域



数年後の移住を見据えながら、木曾に通っています。木工に興味があり、林業や木工作家など“木”とともに生きる人が多いこの地域は、とても魅力的です。また、木曾おもちゃ美術館でボランティアスタッフとしても活動し、地元の人たちの温かさに触れています。気づけば、行きつけのカフェや居酒屋もできました。



永井 政彦さん □愛知県在住

毎年2週間の 大切なリセット期間 心の支えになる場所



毎年、夏の2週間ほど、王滝村のキャンプ場の手伝いと、祭りや宴会にも参加させてもらっています。学生、芸術家、外国の方など、普段接点のない人と交流したり、野菜の収穫、火起こしからの料理など、ここでしかできない経験は大きな魅力。地元を離れて過ごすこの2週間は、リセットポイントとしてとても大切な時間です。



山田 優希さん □兵庫県在住

## 木祖村

Kiso Village

木曾川の源流の地・木祖村は「木曾の祖なり」が村名の由来です。恵まれた自然環境を生かした高原野菜や日本酒、伝統あるお六櫛などの他、キャンプ・スキーなどの多様なアクティビティを季節問わず楽しめます。また、最近では村の活性化を目的とした「お・や・すミーティング」というチームが、村内外の交流イベントを定期的開催しています。



木祖村の紅葉



藪原神社例大祭



## 王滝村

Otaki Village

村の中心地の標高は920~940m、面積の97%が森林で、3%の利用地に役場や学校、保育園、診療所などが密集しています。御嶽山登山やカーブをはじめ、マウンテンバイク、トレイルランニングレース、御嶽スキー場には全国から人が集まります。四季折々の山村の風景は美しく、御嶽山の麓に広がる大自然とともに暮らす魅力があります。



新滝



セルフディスカバリーアドベンチャーin王滝



木曾おもちゃ美術館

霊峰・御嶽山が織りなす大自然と山岳信仰文化が息づく町です。福島関所と中山道、林業や木曾馬とともに生きてきた暮らしなど、多様な歴史・文化が存在しています。登山やキャンプなどを楽しむことができ、リモートワークが可能な施設を整備、木育施設である「木曾おもちゃ美術館」には多くの親子連れが来館しています。

## 木曾町

Kiso Town



木曾町での一歩を応援するコワーキング&シェアキッチン「ふらっと木曾」



「ひのきの里」と親しまれる、木材産業と美しい景観に恵まれた町。樹齢300年以上の檜(ひのき)が林立する赤沢自然休養林は森林浴発祥の地であり、地域随一の名勝です。駒ヶ岳神社の太々神楽(だいだいかぐら)や、30年以上続く木馬(きんま)引き大会など、多彩な神事・お祭りも大きな特色。大相撲優勝歴がある御嶽海関の出身地としても知られています。



赤沢自然休養林



駒ヶ岳神社の太々神楽



## 上松町

Agematsu Town



# 大桑村

Okuwa Village

豊かな山林に囲まれ、雄大な中央アルプスを一望できる大桑村。生活面では、子育てしやすい環境が充実しています。約8haの広さのスポーツ公園には、グラウンドなどの運動施設のほかに遊具・芝生エリアがあり、ピクニックにも最適。公園内にある歴史民俗資料館のイベントも人気です。役場には公立図書館が併設され、キッズルームもあります。



図書館キッズルーム



スポーツ公園内の遊具は子どもたちに人気



天白公園のミツバツツジ

多くの歴史的文化遺産が日常の中に息づく、木曽路の南にある山里。中山道の宿場の町並みを残す妻籠宿では毎年11月に「文化文政風俗絵巻之行列」が開催され、江戸後期の風俗にぎやかに再現されます。また、毎年春にはミツバツツジの名所となります。天白公園に群生する6種400株ほどが鮮やかに開花し、訪れる人たちを酔わせています。

# 南木曽町

Nagiso Town



文化文政風俗絵巻之行列

# 木曽移住までのポイント

移住って、どのように進めればいいのか？  
木曽で暮らす夢を実現するための移住までの基本的なポイントを紹介します。



STEP 1

## 目的を明確に

どうして移住するのか？ 移住したら何をやりたいのか？ など、落ち着いて気持ちを一度整理しましょう。目的が明確になると条件が絞りやすくなります！

STEP 2

## 大切な人に相談

自分だけで先走りしないで、家族や親せき、友達など、大切な人たちに相談して意見を聞きましょう。木曽についてよく知ってもらうことも大切です！

STEP 3

## 情報を収集

インターネットや関連パンフレットなどから、いろいろな情報を集めましょう。町村の移住相談窓口の積極的な活用を。移住セミナーへの参加もおすすめです！

STEP 4

## 具体的な計画立案

一番のポイントは、移住の目的に沿って何を重視するのか、優先する順番を決めること。また、移住するまでの期限を決めることも大事になります！

STEP 5

## 木曽へ出かける

収集した情報を確かめるためにも移住前に木曽に訪問を。できれば何度か足を運んで異なる季節を体験してみても。また、地元の人たちとお話するのを忘れずに！

STEP 6

## 仕事を決める

一般企業への就職に限らず、就農や起業など、生計を支える仕事探しは、一つの方法に頼らず、さまざまな方法からアプローチしましょう！

STEP 7

## 住まいを探す

町村によって住宅に関する支援・補助制度を利用することができます。中古住宅を希望する場合、空き家バンクの物件なら職員が同行し、案内してくれることがあります！

STEP 8

## 地域に溶け込む

住まいが決まったら、ご近所にあいさつを。地域の行事や集まりには積極的に参加し、多くの人たちとの交流を楽しみながら、自分のことを知ってもらいましょう！

# Web SITE



STEP2  
移住の手順



STEP4  
相談・問い合わせ



STEP5  
木曽観光連盟



## 移住の困りごと Q&A

移住で気になるあんな疑問やこんな不安にお答えします！

### 住まい

Q 空き家を借りるにはどうすればよいでしょうか？

空き家バンクをご確認ください

空き家バンクとは地域の空き家物件情報を、HP上で自治体が提供する仕組みです。登録された物件を各町村のHPから確認できます。ご希望の空き家がありましたら、お気軽に各町村へお問い合わせください。



美園信州 空き家バンク



KISO KURASHI 空き家バンク

Q 住宅を購入する際に受けられる補助はありますか

町村ごとで新築向け、中古住宅向けなどの取得補助があります

土地取得に向けた補助や中古住宅のリフォーム費用の補助などを設けている町村があります。条件や内容は自治体ごと異なります。詳しくは各町村へお問い合わせください。

Q 家賃相場を教えてください

およそ3万円～となっています

エリアによって物件の相場も変わってきます。ちなみに、木曾町の場合、アパートなどの賃貸住宅の相場は6万円から(空き家は3万円から)。他に町営住宅などがありますが、いずれも人気で空きが出るとすぐに埋まっていきます。どの町村も賃貸住宅は数に限りがあるので、移住を決めたら、早めに物件を探すことをおすすめします。

### 子育て

Q 子育て世帯向けの補助はありますか？

出産祝い金や就学祝い金、保育料・医療費無料などの補助があります

町村によって内容は異なりますが、未満児までの保育料が無料だったり、中学校までの給食費が無料だったりする町村もあります。詳しくは、各町村へお問い合わせください。

Q 入園前の子どもが同世代の子と遊べる場所がありますか？

子育て支援センターやサークルがあります

各町村の子育て支援センターには、絵本やおもちゃなどがあり、未就園児親子が気軽に遊べるようになっています。子どもと共に、親同士も交流の輪を広げることができる場となっています。

Q 急な用事で子どもを預けたい時に利用できるサービスはありますか？

一時預かりなどがあります

各町村の学校や保育所、子育て支援センターなどで、一時預かりサービスを実施しています。また、ファミリーサポートセンターがある町村もあります。



### 仕事

Q 仕事はどこで探せますか？

ハローワークや移住ポータルサイトのHPで求人情報を閲覧できます

木曾エリアの求人情報はハローワーク木曾福島のHPや移住ポータルサイト「KISO KURASHI(基本毎週更新)」で確認できます。木曾エリアでは近隣の塩尻市や伊那市、中津川市などに通勤する人もいます。



KISO KURASHI #しごと



ハローワーク 木曾福島

Q 林業を始めたいです

長野県林業労働確保支援センターをご活用ください

長野県林業労働確保支援センターでは、林業に就業したい人を対象としたセミナーなどを開催しています。また、就業後も「緑の雇用」制度で林業に必要なノウハウが習得できるようになっています。

Q 就業・起業の支援制度はありますか？

就業・起業のための支援金などを設けている自治体があります

支援金だけでなく、起業のための支援制度やセミナーを開催している町村もあります。詳しくは各町村へお問い合わせください。

Q 農業を始めたいです

新規就農のための相談窓口や補助制度をご活用ください

木曾地域振興局木曾農業農村支援センターや長野県農ある暮らし相談センターでは、新しく農業を始めたい人を対象にした相談窓口を開設しています。また、各町村にも農業研修や新規就農補助制度があるので、ご活用ください。



### 暮らし

Q 医療機関はそろっていますか？

中核病院の県立木曾病院をはじめ各町村に医療機関があります

木曾地域の中核病院は、木曾町にある県立木曾病院です。また、各町村には下記の医療機関があります。このほかに、歯科医院や整体、整骨院などがあります。

木祖村	奥原医院
木曾町	長野県立木曾病院、木曾み たけ診療所、木曾ひよし診療 所、原内科医院、田澤医院
王滝村	王滝村国民健康保険診療所
上松町	大脳医院、芦沢医院
大桑村	古根医院
南木曾町	篠崎医院

Q 自家用車は必要ですか？

車は必需品です

電車やバスなどを活用することは可能ですが、最寄り駅が遠かったり、路線バスが走行しなかったりする地域が多いのが実情。運行本数も1時間に1便程度ですのでご注意ください。基本的に車移動が中心となるので、他地域に比べガソリン代がかかります。

Q 意外と光熱費が高いと聞いたのですが…

寒さが厳しい冬は燃料代がかかります

冬は最低気温が-10℃以下になることもあり、暖房器具は必需品。冬期は灯油代や電気代が高くなります。



Q 雪はどの程度降りますか？

雪かきが必要な日もあります

エリアによって積雪量に差はありますが、冬は基本的に雪が降ります。朝起きてから、自宅周辺の雪かきをして出勤することも。自家用車には冬用タイヤが必須です。大変な面もありますが、ウインタースポーツを楽しむには絶好の環境です。



Q インターネット環境は整っていますか？

民間のプロバイダーや木曾広域ケーブルテレビが提供するネット回線を利用できます

木曾郡内全域には木曾広域連合のケーブルテレビ(光ファイバー網)が敷かれていてケーブルテレビに加入すると最大1G/秒でネットにつながります



木曾広域ケーブルテレビ

(初期費用がかかります)。詳しくは木曾広域ケーブルテレビへお問い合わせください。

Q 移住前に地域を知ったり体験できる取り組みはありますか？

お試し移住ができる移住体験施設があります

農業体験ができる移住体験施設があったり、移住を希望される方に一部の住宅をお試し住宅として提供したりしています。詳しくは木曾広域連合地域振興課までご相談ください。木曾町では、こども園移住体験ツアーを随時受け付けております(12/15~1/15を除く)。木曾おんたけ観光局HPよりお申し込みいただけます。

### その他

Q 移住前・移住後に相談できる窓口はありますか？

木曾広域連合または各町村担当窓口にご相談ください

町村では、移住サポートコーディネーターを配置しているところもありますので、こちらもご活用ください。このほかに、木曾地域に移住した人から移住の体験談を聞くこともできます。お話を聞いてみたいとお考えの方は、木曾広域連合地域振興課までご相談ください。

お問い合わせ先

木曾広域連合 地域振興課

長野県木曾郡木曾町日義 4898-37  
TEL:0264-23-1050 / FAX:0264-23-1052  
MAIL:chiikisinkou@union.kiso.lg.jp

長野県木曾郡  
移住・定住ポータルサイト  
KISO KURASHI  
https://kiso-life.jp



各町村への問い合わせは

木祖村 木祖村役場総務課企画財政係  
TEL.0264-36-2001 FAX.0264-36-3344

上松町 上松町役場企画財政課企画政策係  
TEL.0264-52-2001 FAX.0264-52-1038

木曾町 木曾町移住サポートセンター  
TEL.0264-24-0216 FAX.0264-03-2511

大桑村 大桑村役場総務課企画財政係  
TEL.0264-55-3080 FAX.0264-55-4134

王滝村 王滝村移住サポートセンター  
TEL.080-2235-3689(担当/杉野明日香)

南木曾町 南木曾町役場もっと元気に戦略室  
TEL.0264-57-2001 FAX.0264-57-2270



長野県木曾郡  
移住・定住ポータルサイト  
KISO KURASHi  
<https://kiso-life.jp>

木曾広域連合 地域振興課  
TEL:0264-23-1050  
MAIL:chiikisinkou@union.kiso.lg.jp

信州 **木曾エリア**  
移住ガイドブック