

ちくほく、もっとシル？

先輩移住者の本音きいてみました！

移住の決め手！ トップスリー

1位 自然

2位 立地 3位 人

- 北アルプスが綺麗に見えること！
- 高速道路 IC や JR の駅があり、地方都市へのアクセスが良いこと
- 自然の豊かさや村の人々の親切さ
- この谷独自の文化、自然が残っていること
- 観光地化されていないところ
- 交通の便が良いわりに、田舎感が残っているところ

農ある暮らしについて



畑や田んぼ、家庭菜園
はしていますか？

63%
はい

いつから？

87%
移住後から

- 家にいるより畑にいる時間の方が長い
- 無肥料無農薬なので安心して食材が食べられる
- これまでのお米や野菜は何だったの！？と思うほど美味しい！
- 近所の方が教えてくれるので畑初心者でも楽しめます
- もぎ取った野菜をそのまま食べられる幸せはたまりません！
- 野菜作りの労力を知って初めて市場の野菜価格の安さを感じた

編集者の...

農業
あるある

うっかりしている
と野菜が巨大化！

草刈り中にスマホ画面が割れちゃう（飛んでくる小石に注意！）

旅行先で行った地域の草刈り状況が気になっちゃう

作業服はワークマン！（気が付くとみんなでお揃い）

地域活動やサークル活動
をしていますか？

はい
46%

- 運動系、文化系、地域おこし団体など合わせて 80 以上の活動グループがあります。
- 近すぎず遠すぎず、とても心地よい距離感
- 雪かきは共同作業！
- おしゃべりだけのつもりが夕飯までごちそうになることも！
- 常会や地域の草刈りがあるので休日の予定が立てづらい

ご近所付き合いはありますか？

はい
88%

子育て世帯にも聞きました！ 子育て環境の魅力



- 自分の幼少期の頃の自然環境がそのまま残っている
- 自給自足をすることで子供と一緒に食の大切さを学べる
- 子供向けイベントを開催してくれる団体や近所の方との交流がある
- 給食が美味しい！子供が毎日献立の話してくれます
- 若者定住促進住宅は子育て世代が多いので、ご近所付き合いもスムーズ！

移住してみてビックリ！ 驚いたこと

生活 01

- 飲み屋さんが送迎してくれる
- 田舎では「車で1時間＝近所」
- 静かで過ごしやすい。鳥やカエルの声に癒やされます
- 田舎はやることいっぱい週末も忙しい！でも充実した忙しさです
- 今でも田舎の知恵や工夫を使いながら暮らしていて、その素朴さが素敵



気候 02



- 朝夕の気温差が大きい
- 四季の変化が色濃い
- 積雪が少ない
- 台風の被害が少ない
- 星が綺麗に見える
- 日照時間が短い
- 冬場は氷点下になるので水道管の凍結（破裂）に注意！

その他 03

- びっくりするくらい村の人は朝が早い！
- 朝 6 時や夜 8 時に村内放送が流れる
- 鹿が庭にいた
- 信号が少ない
- 自然のホテルが飛んでいる

困っていること 不便なこと

雑草の成長が早くてほとんど困っている

ゴミの回収頻度が少ない

鹿やカラスの畑への害が大きく、対策が必要

村内の専門医が少ない

都市銀行がない

電車やバスなどの公共交通機関の本数が少ない

先輩移住者からのアドバイス

現地を訪れて役場の方やできれば住民の方の話を聞いたり、移住先についてよく調べておくことをおすすめします。

初めからパーフェクトな田舎暮らしはできません。やってみてダメだったら変えればいじゃん！と気負わずいることも大切。

一日でも二日でも早く体験した方が良い。朝の鳥のさえずりや山にかかる雲、澄んだ空気は住んでみないとわかりません。

都会では経験できないことが次々と起こりますが、それを上回る楽しいことや嬉しいことがたくさん起きます！

同じ村でも移住する地域によって差がある。地域の行事になるべく参加するなど、まずは自分から歩み寄ってみましょう。

すべて思い通りにはいきません。移住後どんな暮らしをしたいのかをシュミレーションしてみることをおすすめします。

苦難や困難もありますが日々充実していて、3 年がアツという間に過ぎました。70 歳になったばかりですが人生まだまだこれから！

ひとりでのんびりするよりも、ある程度周りの人と関わりを持った方がより生活は豊かになります。

わたしたちがまとめました！



さの
千葉県出身
2021 年に夫婦で
東京から移住



いづか
東京都出身
2022 年に単身で
東京から移住

筑北村 地域おこし協力隊

方も
もっと
知りたい



地域おこし協力隊
Instagram
@chikuhoku_nagano



筑北村
空き家バンク
chikuhoku-akiyabank.jp/