

おたりに暮らす

移住ガイドブック *Let's live in Otari Village!*

長野県
北アルプス白馬山麓
おたり
小谷村



四季の魅力あふれる小谷村で

田舎の生活

はじめませんか？

先輩移住者に突撃インタビュー

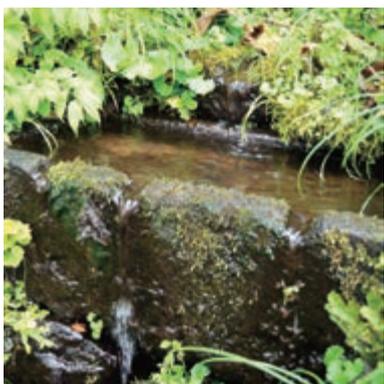
小谷の暮らしQ&A

移住実現に向けた5つのステップ



はじめまして、こんにちは 小谷村です

本冊子を手にとっていただき、ありがとうございます。
この冊子は田舎暮らしをしてみたいという方に向けて作成いたしました。
まずは長野県・小谷村のことを知っていただき
小谷村での生活を想像するのに少しでも役立てていただけたら幸いです。
そしてイメージが湧いたらぜひ小谷村へ遊びにきてください。



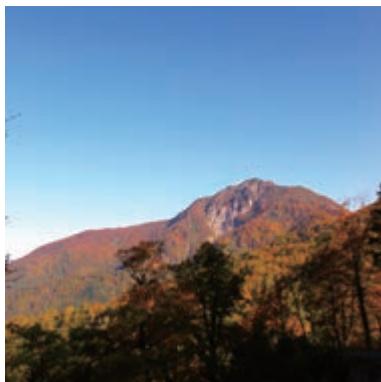
小谷と書いて、「おたり」と読みます。長野県の北西の端に位置する、人口約3000人の山深い大自然に囲まれた小さな村です。夏は北アルプス白馬三山の登山口として、また冬はスキーを楽しむに訪れたことがある方もいるかもしれません。

「じゃあ、山や雪以外に何があるの?」。その質問に答えるのは、実はちょっと難しいんです。帰ったら玄関の前に置かれている野菜、際限なくお茶を注いでくれるおばあちゃんのおしゃべり、村を挙げての大イベント「塩の道祭り」、道で会ったら挨拶する子どもたち、つい和んでしまう迷い犬の村内放送、軽トラが粹なおじいちゃん、澄んだ夜空に広がる満天の星……。どれも当たり前前の暮らしのなかにありすぎて、うまく伝えるのが難しい。

でも、そういうことにちょっと心が動いたなら、一度遊びに来てみてください。「よくきたー」と普段のままの小谷村で待っています。

小谷に向いてる人 チェックリスト

- スキーもいいけど、夏山も好き
- ばあちゃんの手料理を学びたい
- 朝は早起き
- 畑や田んぼをやってみたい
- 軽トラはカッコいい! と思う
- 外食より、家ごはん派
- 玄関に野菜が置かれてたら嬉しい
- 温泉が好き
- 虫は苦手、でも何とかがんばれる
- キノコと山菜が好物



小谷村の基本データ

人口：3092人

世帯数：1254世帯
※2015年12月31日現在

8月の最高気温：33.2℃

1月の最低気温：-10.5℃

2月の最深積雪量：188cm
※平成23年時の記録



小谷村へのアクセス

東京から …… 約 290km

★電車★ 東京駅から北陸新幹線・長野駅で下車し、特急バスを利用して南小谷駅下車（約3時間）。または北陸新幹線・糸川駅からJR大糸線に乗り換え南小谷駅下車（約4時間30分）。新宿駅から直通の特急あずさで南小谷駅下車（約4時間）。

★クルマ★ 上信越自動車道・長野IC、または中央自動車道・安曇野ICを經由して国道148号線を北上（約4時間）。

大阪から …… 約 450km

★電車★ 大阪駅からサンダーバードで金沢へ、金沢から北陸新幹線・糸川駅からJR大糸線に乗り換えて南小谷駅下車（約5時間）。

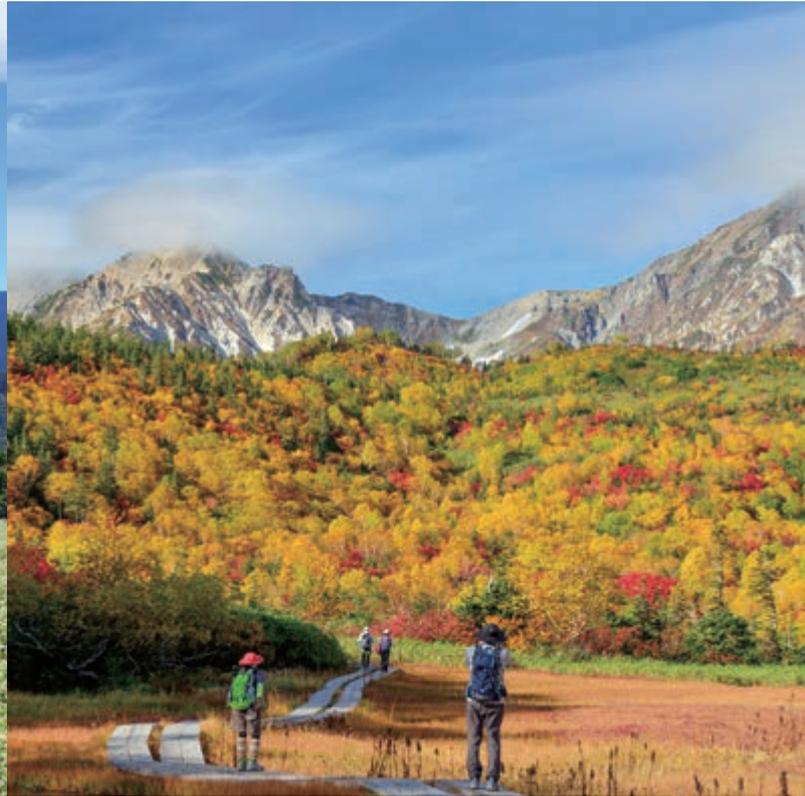
★クルマ★ 名神高速道路と中央自動車道を經由して安曇野ICから国道148号線を北上（約6時間）。または北陸自動車道を經由して糸川ICから国道148号線を南下（約5時間40分）。

ここが
小谷村!



小谷村って こんなところですよ

小谷村の魅力をまずひとつ挙げるなら、四季で移り変わる自然がもたらす恵み。
自然に合わせて営む暮らしは、都会とは異なる時間の流れを感じさせてくれます。



いろどりの山

鮮やかな色彩をまとい輝く、
絶景の紅葉シーズン。

山笑う、山滴る、山粧う、山眠る。山にまつわる俳句の季語を並べるだけでも、いかに山が人間に対して豊かな感情をもたらすかがわかります。小谷村の西には北アルプスの後立山連峰、北には日本百名山の雨飾山があり、険しい山々に囲まれています。季節ごとに移り変わる色彩ですが、特に秋の紅葉は1日単位でその色合いが変化します。村に暮らすからこそわかる、山の表情。先人たちが感動し表現した風景があります。

実りの畑

爽やかな山の風になびく、
可憐な蕎麦の花畑。

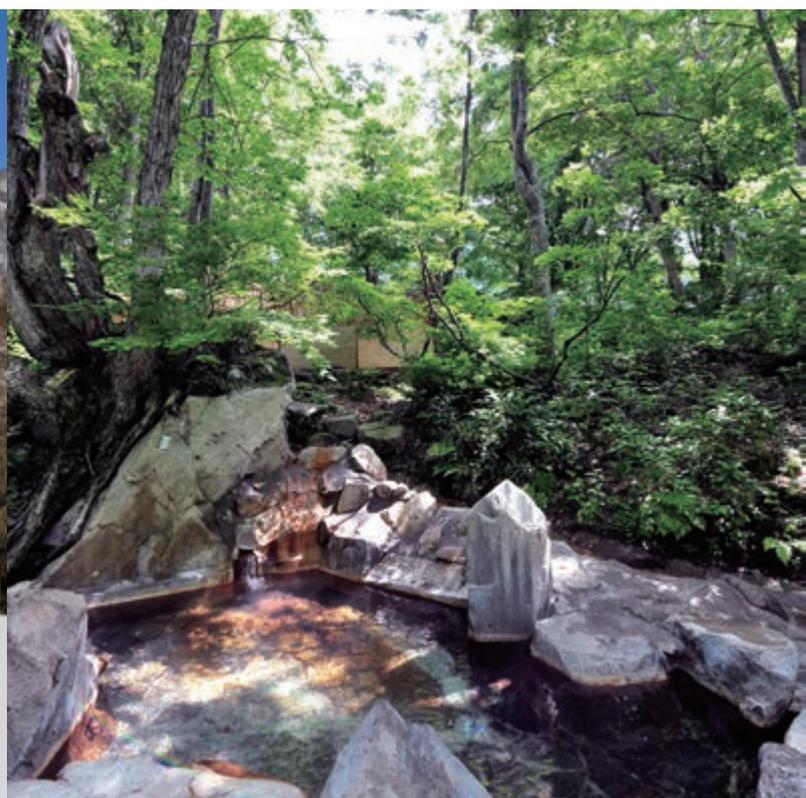
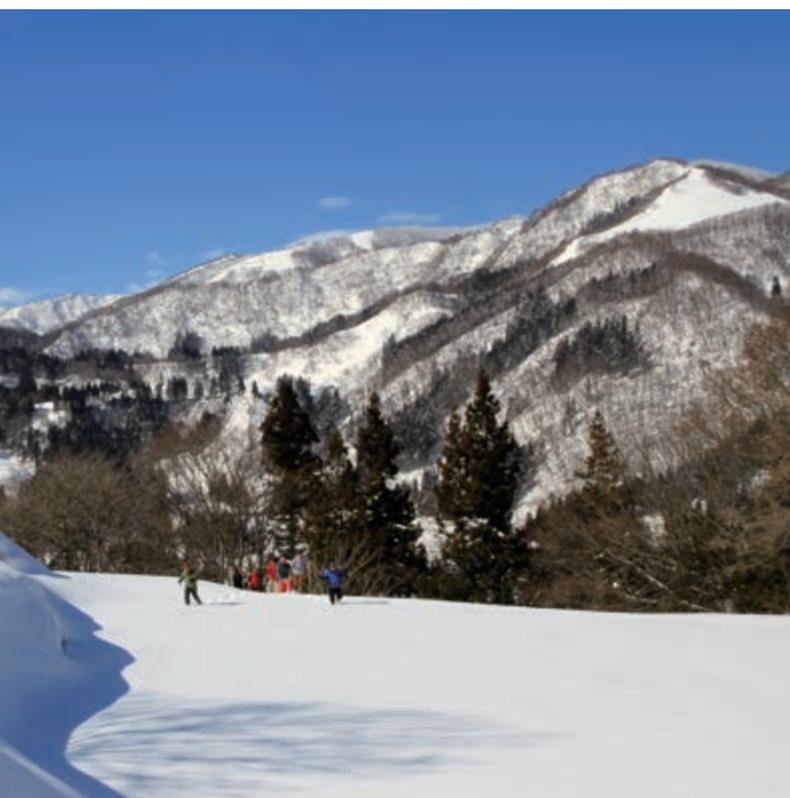
全国に有名な棚田は各所にありますが、小谷村の棚田はいまも現役。自給自足とあえて言うまでもなく、自分たちの日々の食卓に並ぶ米や作物が作られています。その中でも、11月には「小谷新そば祭り」が開催されるなど、蕎麦は小谷村自慢の特産品です。9月には可憐な白い花を畑一面に咲かせますが、この風景を見た上で食べる蕎麦は格別。愛でて楽しむ、食べて楽しむ。畑が近い暮らしだからこそできることです。



世界に誇るスノーリゾート

小谷村は日本屈指の豪雪地帯。たっぷり降り積もる天然雪と初級者から上級者まで楽しめる豊富なコースバリエーションが自慢の3つのスキー場があります。特に近年は小谷村・白馬村・大町市にある各スキー場の総称

「HAKUBA VALLEY」として、日本を訪れる外国人旅行者の知名度も上昇中。冬は世界各国から多くのスキーヤーが訪れる国際色豊かな地域へと変貌します。現在も変化の真っ只中にあり、ビジネスチャンスがあるかも！？



ツヤ肌の温泉

おたり美人もほっこり。泉質豊かな11のいで湯。

長野は名湯が多いですが、小谷村内にも11の源泉、17の温泉があることは意外と知られていないかもしれません。実はその湯処としての歴史は450年前まで遡ることができます。湯量が多く、泉質もさまざまで、厳冬期には体の芯までぽかぽかと暖まります。地元のおばあちゃんたちが湯に通っているのを見ると「小谷では60代は若者」と言われる、長寿と元気の秘密は、この温泉にもあるかもしれません。

真っ白な雪

一面に広がる白銀世界に、澄んだ気持ちで朝を迎える。

小谷を語るうえで欠かせないのは、雪。暮らす上では不便なこともありますが、雪の中で熟成させることで甘みが増す雪中かんらん（キャベツ）や、寒さの中でゆつくりと発酵する野沢菜漬けなど、この土地ならではの食文化ももたらしています。また屋根雪が積もった古民家も里山の良き風景です。もちろんスキーヤー＆スノーボーダーにとっては、パウダースノーを満喫できる極上の環境。スキーを目的に移住する人も多くいます。

小谷村の移住者に突撃インタビュー！

私たち、移住しました。

小谷に移住した後にはどんな暮らしが待っているの？ やっぱり大変？
興味や疑問が尽きない、田舎でのリアルライフ。
みなさんに代わって、3組の先輩移住者の方々に話をうかがいました。

Case:01

高木 二郎さん・絵里奈さん

カフェ「十三月」オーナー

移住前の居住地：東京都

前職：グラフィックデザイナー（二郎さん）

ライター（絵里奈さん）

移住した年：2011年





元は大工さんの家だったという古民家。1階部分をカフェに改装中で、のどかな風景が目前に広がるくつろぎスペースに変身予定。

「以前は時間があれば旅に出た。だって、興味を持ってば村の暮らしでやりたいことがいっぱい出てくるんです。楽しいですよ。」

そう語る高木絵里奈さんの前職は雑誌等に原稿を執筆するライター。夫の二郎さんはグラフィックデザイナー。フリーランスとして東京で仕事をしてきたおふたりは絵里奈さんが2011年に地域おこし協力隊として採用されたのを機に、移住してきました。小谷を選んだのは、趣味のスノーボードができて、農のある暮らしをできる場所だったことや、協力隊の募集があったから、という理由から。思いがあってもいきなりの新規就農は難しいと考えて、地域おこし協力隊という制度を活用した

「空家は多いですし、『ここ使えば?』と声をかけてくれる方もいました。でも、私たちにはカフェを営業するという目標がありました。だからロケーション選びは慎重

そうです。現在、二郎さんは東京からのデザイン仕事も請け負いながら野菜を育て、絵里奈さんも協力隊の退任後は小谷に古くから伝わる民芸のぼろ織りに携わるなど、農と手仕事をベースにした暮らしを営んでいます。



二郎さんは竹細工の技術を習得中。上の絵里奈さんが普段使っているかっこいい二郎さんのお手製。

「小谷に残る暮らしや風景は 都会とのパラレルワールドです。」



機を織る絵里奈さん。小谷には古布を裂いて最後まで大事に使う「ぼろ織り」という民芸が残っています。

重。また気に入った物件があっても、残存荷物のことやご家族の意向などで断念せざるをえないことが何度もありました。物件を見つけるまでが思った以上に時間がかかりました。その甲斐あって、

雨飾山への登山や鎌池の紅葉狩りのアクセス上にあり、中谷の里が見渡せるという条件にかなう古民家を見つけることができました。昔ながらの田舎が残っている小谷を「都会とのパラレルワールド」と例える絵里奈さん。お金を払えば何とかなる都会とは異なり、集落のことや自分たちの身の回りのことなど、自分でやるのが苦でない人にはおすすすめだと言います。「自分のやりたいことなど、この先の人生の芯となるものがあつたほうがいいかもしれせんね」。その上で、田舎暮らしに大事な3つのことを教えてくれま

した。「過度に期待をしないこと。違いを否定しないこと。興味を持って自分の頭で考えること。心を開いて正直に付き合えば、きっと受け入れてもらえるはず。」



猫っぐらも作って欲しいニャー



ボクは小谷うまれ
小谷ぞちぢだ!

Case:02 加藤 剛さん・薫さん・駿平くん

移住前の居住地：埼玉県／千葉県 移住した年：2007年
前職：登山用品店勤務（剛さん）、福祉関連施設勤務（薫さん）

「実 は27年前に小谷に住んで来たことがあるんです」と剛さん。大網地区にある冒険を通じた人間教育を行う日本アウトワード・バウンド協会（OBS）の校メンバーとして働いていたとのこと。その職を離れ首都圏に戻っていた時に、山を通じて薫さんと出会い、結婚。2007年に再び小谷での生活を始め、駿平くんも誕生して、現在は土谷地区の古民家で3人で暮らしています。

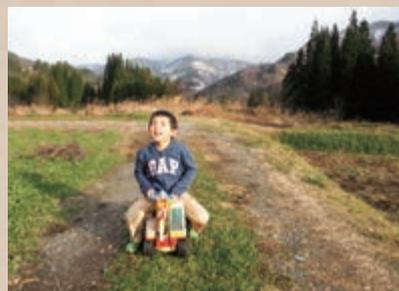
加藤さん一家が住む家はたまたま不動産屋で見つけたもので、特に場所に強いこだわりはなかったと言います。土谷地区の太田集落は三世代で暮らし世代もあり、比較的若い人も多いそう。集落行事の参加率も高め。「今思うと彼がいたから、地域の方々がオープンに接してくれているのかも。ありがたい存在ですね」と駿平くんを見つめるとおふたり。

とはいえ、嫁いできたり移住したり、他所から来た同世代の母親同士はなかなか話す機会がなかったそう。薫さんが集落支援員にそのことを話



北アルプスを眺めたいと思っていた剛さんは近くの山の風景の魅力を感じる。か。

したのをきっかけに未就園児の親同士の繋がりを作る「ひなたっ子の会」を結成。子どもたちと育てたお芋で作ったおやつを地区の収穫祭で振る舞うなどの活動をしています。それは土谷地区の伝統文化・食文化を伝えていく「つなぐ会」発足へと繋がりました。「子どもからお年寄りまで気軽に話せる。年齢の垣根がないのが小谷の良さ。そしてトラブルにも臨機応変に対応して瞬間瞬間を楽しめる。そんな気持ちを持った人にはこの暮らしはいいと思います」。



集落のおじいちゃんおばあちゃんに声をかけられて、のびのびと育つ駿平くん。子育てには最高の環境。



Simon Favez(シモン)さん・ Géraldine Grand(ジジ)さん

「LODGE KODAMA」オーナー

移住前の居住地：スイス

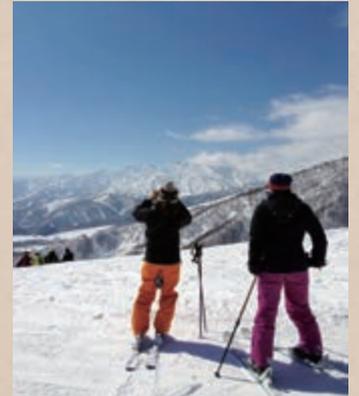
移住した年：2015年

前職：スポーツマネージメント業

(シモンさん)

スポーツショップマネージャー

(ジジさん)



白馬乗鞍温泉スキー場の上部は北アルプス白馬山
麓の雄大な姿が望める絶好のビューポイント。

ゲレンデまで徒歩30秒。
スキーを履いたままゲレン
デに出られる、スノー
リゾートを満喫できる絶
好のロケーション。

い

まや白馬は世界でも有名な
スキーリゾート。そのため

冬場の小谷も外国人観光客が行き
交い、とても賑やかです。外国人
が快適に過ごせるようなゲストハ
ウスも増えつつあります。スイス
出身のシモンさんとジジさんは
2015年12月より白馬乗鞍地区
でゲストハウスを開業しました。

「小谷に来たのは先シーズンが初
めです。日本語は……話せませ
ん(苦笑)」。9月に来日したばか

りのふたりが物
件を取得し、12
月にはゲストハ
ウスを開業する
というスピード
感に驚かされる
ばかり！そん
な彼らを支える
のは、先に移住
した白馬村の友
人や翻訳ツール
など。不安はな

かったのでしょうか？「もちろん
言葉はいつも困っています。生活
リズムや慣習も全然違う。でもお
客さんにも説明しないといけない
から、日本語や文化を学びたいと
思っています。コミュニケーション
は難しくてオープンマインド
で頑張りたい」。

外国人客が多いとは言えど、隣
の白馬村ほどではない小谷。「最
初は白馬も考えたけど、風に吹か
れたという……。静かでビジー
じゃない小谷の魅力に惹かれてこ
ちらにしました。文化は違うけれ
ど、田舎らしきがある山沿いの風
景は、自分たちの生まれ育ったス
イスに似ています。田舎に住むと
いう意味では、スイスも小谷も同
じだと思っています」とおふたり。

夏の間は世界中を旅して習得し
たいろいろな料理を日本人に提供
するカフェを開きたいとの夢もあ
るそう。小さな国際交流の場が生
まれるのも近いかもしれません。

KODAMA 木電

いろいろな人たちが移住して
くれたら嬉しいです！

小谷の暮らし Q & A

Question

ただよう空気も流れる時間も全てが都会と異なる田舎暮らし。
小谷村での田舎暮らしを選択するうえで知っておきたい情報をまとめました。

移動手段はやっぱり車ですか？

Answer

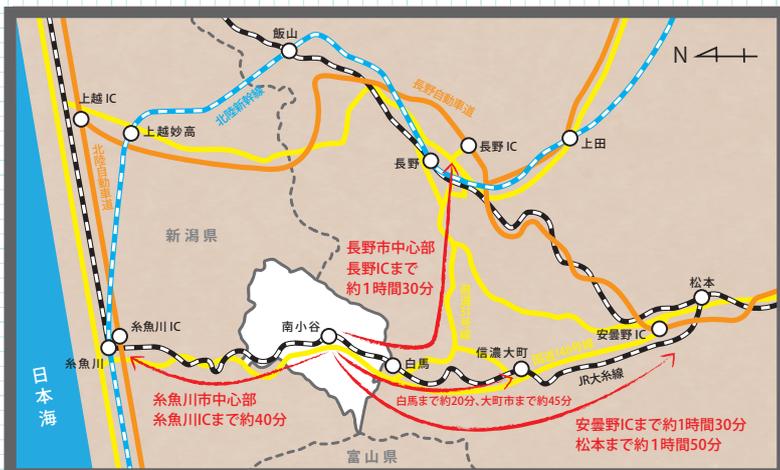
鉄道や村営バスはありますが本数も少ないため、快適に暮らすには**クルマが必須**でしょう。住む地域にもよりますが、坂道や冬の雪道を考慮するなら4WD(四輪駆動)がベター。もちろん**スタッドレスタイヤは必要不可欠**です。なんといっても小谷村は日本屈指の豪雪地帯……。ちなみに長野市の中心部まで、クルマで1時間30分程度です。クルマで1時間といっても都心部に比べれば信号も交通量も少ないのが田舎のよいところ。都心で1時間運転することに比べればストレスが少なく快適と感じる方もいるようです。降雪時はそうはいきませんが……。また**移住ポイントをクルマの購入費**(上限2/3まで)に充てることもできます(15ページ参照)。

Question

生鮮食品や日用品などを 買うところがありますか？

Answer

小谷村内にはJA大北おたり支所があり、24時間営業のコンビニが1軒あります。日中は集落から出ずに農作業をされるような方はJAの移動購買車を利用することも可能。品揃えが豊富で深夜まで営業しているスーパーを利用するなら**隣の白馬村や糸魚川市へ**足を伸ばしましょう。小谷村の中心部から白馬村までクルマで20分、糸魚川市まで40分程度。週に1度か2度のまとめ買いをする方が多いようです。また、スーパーで販売されている**地場産の新鮮な野菜**を手軽に入手できるのも田舎暮らしのいいところです。



集落の隅々までお届けしますよ

小谷村近隣アクセス情報

小谷村の中心を流れる姫川沿いに国道148号線が走っており、幹線道路として機能しています。高速道路のインターチェンジまでやや遠いのが難点ですが、首都圏のような渋滞とは無縁のためスムーズに通行可能。長野県といえば山のイメージが強いエリアですが、小谷村から日本海はすぐ近く。小谷村は山と海、どちらもとても近いのです。

Question

雪が多いそうですが、
除雪はどこまで
やってもらえますか？

Answer

地域によって
多少異なりますが、**一晩で1m近く**
の雪が積もることも。しかし国道はもちろん、
県道や村道など**公道の除雪はバッチリ**。
クルマの運転に支障はありません。ただし家の
周りや私道は**自分で除雪**する必要があります。
屋根に積もった雪は放っておくと家屋の
ダメージにつながるため、古民家に住む場合は
屋根雪おろしは必須。冬になる前にご近所の方
に地域の降雪量や雪の捨て場所を聞いて
おくと安心です。大きい家の場合にはさら
に除雪機があると作業がはかどります。



屋根雪おろしといえば転落事故など危険なイメージを持つ方も多いが、安全な方法を学び、道具や装備などしっかり準備をすることで危険を軽減できる。

Question

ご近所づきあいは
どうすればいいですか？

Answer

各集落には「村仕事」と呼ばれる**共同作業**があります。これは村道の整備など清掃作業や祭事の準備などです。地域を維持する様々な作業に顔を出し、近所の方と挨拶を交わすことで、地域に馴染んでいきましょう。お互いに人となりを知ることによってスムーズに情報交換でき、**地域にとけこめる土台**がつくられます。都会とは異なる人付き合いこそ**田舎の醍醐味**。積極的にご近所づきあいを楽しみましょう。



作業の合間の休憩は参加者同士の距離がぐっと縮まる貴重な時間。さまざまな話を聞くことができる。

Question

どんな仕事か
ありますか？

Answer

残念ながら通年での**求人件数は多くない**のが現状。村内では冬期はスキー場、夏期は林業や建設業などの期間雇用があります。ただ、白馬村や大町市、糸魚川市など近隣に足を延ばして仕事に従事するという選択肢もあります。また村として**就農や起業**を応援しており、就農や起業を希望される方は「個人事業等起業者支援補助金(15ページ参照)」を利用することができます(諸要件を満たした場合)。

自然が多くて
遊ぶところもいっぱいだけど
ちゃんと勉強もしないとね



子育ても安心 教育環境も充実

田舎でのびのびと子どもを育てたい。
そんな願いをしっかりとサポートする小谷村の教育環境。
田舎だからといって、不便な思いはさせません！



小学校 村民が見守る、開放的な校舎で学ぶ

村唯一の小学校で1学年1クラスのみ的小谷小学校。「村民の学校」として、地域に溶け込むように設計された開放的な校舎が自慢で、村民に親しまれています。校歌の作詞・作曲は谷川俊太郎・賢作さん親子が手がけました。フルタイムの仕事に従事する保護者のために、放課後の学童保育が小学校に併設されています。



保育園 充実の保育環境、元気に育つおたりっ子

温かみがある木造の保育園は、小中学校と同じ千国地区にあります。主食(ごはん)は各自持参ですが、園内にある調理場で作られる温かい食事が提供されています。保護者の事情に応じて未満児保育や延長保育、一時保育などにも対応。広い園庭があり、豊かな自然の中で子どもたちがのびのびと元気に走り回ります。



公営おたり塾 英語学習に力を入れています

近年は外国人観光客が多く訪れる小谷村。押し寄せる国際化の波に対応すべく、幼少より英語に慣れ親しんでもらうことを目的として、保育園、小学校、中学校で無料の「公営おたり塾」を開催しています。日本人講師とネイティブ講師が中心となってアクティビティを行いながら、楽しく英語を学んでいます。



中学校 地域のことを学ぶ、「小谷学」にも注目

小学校と同様に1学年1クラス編成の小谷中学校。地域のことを学ぶ総合学習授業「小谷学」がユニーク。部活動ではスキー部(アルペン、クロスカントリー、ジャンプ)があり、オリンピック選手も輩出しています。2016年度からは台湾の中学校との交流学習が始まるなど、国際感覚豊かな人材育成をめざしています。

小谷の1年

田舎で暮らして初めて見てくる季節の表情。
目まぐるしく変わる小谷村の四季はとても豊かです。

4月 雪解けと春の訪れ

冬の間に降り積もった雪がようやく解け出し、暖かく感じる日が増えてくる。解け出した雪の下からちゃんめろ(ふきのとう)が顔を出し、長かった冬が終わりを告げ、春の訪れを実感させてくれる。



10月 絶景の紅葉とキノコ

標高差があり、昼夜の寒暖の差が激しい小谷村の紅葉はとてもキレイ。特に標高が高い梅池自然園や鎌池の紅葉は見事で、この時期は見物客が多く訪れる。また、きのこを採りに山へ入る村人も多く、なめこや舞茸、平茸などが食卓に並ぶ機会が増える。



5月 塩の道まつり



例年5月3日に行われる塩の道まつりは、4,000人近く参加者が訪れる小谷村の一大イベント。昔の風情が色濃く残る旧街道を大勢の方たちと一緒に歩く。5月4日は白馬村、5月5日は大町市でも開催。

11月 冬支度の準備



11月になると里山もすっかり紅葉に覆われ、寒さも厳しさを増す。例年11月中旬から下旬には降雪があるため、雪囲いを設置したりスタッドレスタイヤにはき替えるなど、冬に向けた準備が始まる。

6月 美しい新緑と絶品の山菜

小谷の1年で最も過ごしやすい季節。初夏の日差しに輝く新緑が山を覆い、爽やかな空気が小谷村全体を包む。また雪深い小谷村の山菜は一級品で、この季節は山菜採りを楽しむ村人も多い。



12月 スキー場がオープン

降雪が早い年は11月下旬にオープンすることもあるスキー場。例年12月下旬になればどのスキー場も全面オープンとなる。年末年始は多くのスキー客が訪れ、小谷村全体が活気づく。



7月 夏山登山シーズンの到来



山頂部の雪解けがようやく進み、7月下旬頃から夏山登山が本格化する。北アルプスの白馬岳や白馬大池、日本百名山の雨飾山などを目指して多くの登山者が小谷村を訪れ、雄大な景色を堪能する。

1月 無病息災を願う「どんど焼き」



1月中旬の小正月にいくつかの集落で行われる「どんど焼き」。雪に囲まれた暗闇のなかで輝く炎がとても幻想的で、地域の子どもからおじいちゃんおばあちゃんまでが一同に会する冬のお祭り。

8月 涼しい夏と夏野菜の季節

長野県の夏は涼しいイメージだが小谷村の夏は意外と暑い。とはいえ湿度が低いため都心の蒸し暑さに比べれば十分に爽やかで、日中も木陰に入れば涼しく、夜も窓を開けておくだけで快適に過ごせる。また夏野菜の収穫がピークを迎え、色とりどりの野菜が食卓を彩る。



2月 降雪が続く厳しい冬

1月から2月にかけて小谷村の晴天率は3割に満たないことがほとんど。毎日のように雪が降るといっても過言ではなく、除雪に追われて大変なことが多い。一方で、都会では決して味わえない雪国の冬を積極的に楽しもうとアクティブに活動する移住者も多い。



9月 各集落でお祭り



毎週のように各地区で開かれる祭りは各地区ごとに特色があり、長野県の無形民俗文化財に指定されている奉納芸能もある。近年は祭りの担い手の人手不足が叫ばれ、移住者の活躍が期待されている。

3月 明るく輝く冬の終わり



日本各地で春の雰囲気漂う3月でも小谷村はまだ一面の銀世界。ただしこの時期になると晴れ間が増え、雪が日光を反射して晴天時の景色は輝くように明るく、冬の終わりが近いことを実感できる。

移住のことなら
私に相談してね♪



移住コーディネーターふくちゃんが解説する

小谷村への 移住ステップ

案内人 福田晶菜

地域おこし協力隊として移住。CATVの業務をこなしつつ、宅建資格を取得！小谷村役場特産推進室で空き家バンク業務にも従事。

小谷村で暮らしてみたいな。

そうと思ったら、まずは情報収集をして、スムーズな移住に向けた計画を立ててみましょう。

5つのステップをご案内します。

Step 2

小谷の暮らしを知る

小谷村がどんなところなのか、まずは来村して暮らしを体験してみてください。春夏秋冬、それぞれの季節にいらっしやれば、小谷村の雰囲気をより深く知ることができるはずですよ。

① おたりのわ

地域コミュニティの維持・発展を目指し、地元住民と都市住民が交流できるイベントや活動を企画・運営する「おたりのわ」では、集落の祭りへの参加や、除雪や集落の作業など、小谷村での暮らしを知ることができるイベントを開催。また、メールマガジンを通して村内の情報を発信しています。詳しくは役場HP内の「おたりのわ」サイトをご覧ください。



小谷村HP
<http://www.vill.otari.nagano.jp/mura/information/otarinowa.html>

② おためし移住（2016年秋 OPEN 予定）

小谷村では、田舎暮らしを体験したい！畑や田んぼをやってみたい！そんな方のために気軽に滞在していただき、田舎での暮らしを体験できる施設を2016年秋にオープン予定。1週間から1年単位で一棟借りできる移住おためし住宅や、一泊から利用可能な宿泊施設など、体験期間や目的によってお選びいただけます。



お問い合わせ
小谷村役場特産推進室
☎ 0261-82-2589

Step 1

移住相談窓口にご相談

小谷村での暮らしに対する夢や希望・心配ごとなどは、まずは移住相談窓口へご相談ください。それぞれのご希望に合わせた移住までの道のりをサポートします。

① 小谷村役場特産推進室

特産推進室では、空き家バンクの管理など、移住の窓口業務を行っています。事前に面談を申し込みいただければ、担当職員が対応させていただきます。ご希望の方は下記の問い合わせ先にお電話をいただくか、小谷村役場内HPにある「面談申込書」にご記入・ご送付（メール、FAX）の上、お申し込みください。



お問い合わせ
小谷村役場特産推進室
☎ 0261-82-2589

② 全国で開催される移住・交流フェア

もう少し小谷村の話を聞いてみてから、実際に足を運びたい。そんな方には首都圏や大阪など、大都市で開催される「移住・交流フェア」にご来場いただくことをおすすめします。職員による移住相談や各種パンフレットなどを用意したブースでお待ちしております。出展スケジュールは「ニッポン移住・交流ナビ」などでご確認ください。



ニッポン移住・交流ナビ
「JOIN」HP
<http://www.iju-join.jp/>

Step 4

移住に向けた準備を進める

いざ移住となると、思わぬ出費がかさむもの。小谷村ではみなさんの定住に向けた初期投資に対して様々な補助制度を用意しています。ぜひ活用ください。

① 家を改修したいなら……

定住促進事業補助金(移住ポイント)

クルマや除雪機の購入、家の取得などに使えるポイント(特典)の補助制度です。基本ポイントは1名につき5pt、児童がいたり消防団入団などで追加ポイントが付与され、一世帯につき最大200ptまで、1pt=1万円で購入できます。



② 空き家の残留品片付けなら……

空き家家財道具撤去補助金

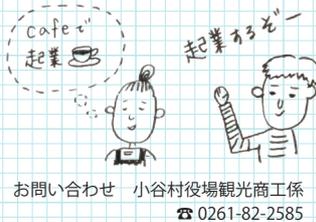
村の空き家バンクに登録されている物件の賃貸借や売買が成立しても、家の中が片付いていないケースがあることも。そんな場合は、放置されている家財道具を処分するための経費に対し、総額の2/3までを補助します(上限30万円)。



③ 起業したいなら……

個人事業等起業者支援補助金

村内で起業したい人を応援するための制度です。起業の創業計画作成や疑問を解決する際に専門家へ相談を行うための費用や従業員の雇用に対する人件費、設備投資にかかる費用などを最長5年間に渡り補助を受けることができます。



Step 3

住む家をさがす

移住を決心したら、家さがしを始めましょう。新しく家を建てるのはもちろんですが、空き家バンクに登録された古民家や村営住宅といった選択肢もありますので、ライフスタイルに合わせて検討してみてください。

① 空き家バンク

空き家の賃貸・売却を希望する所有者から提供された情報を集約し、空き家をこれから利用・活用したいとお考えの方に紹介するシステムです。まずは、HPで気になる物件を探しましょう! 気になる物件が見つかったらご案内いたしますので、お気軽にお問い合わせください。



楽園信州空き家バンク HP
<https://rakuen-akiya.jp>

※空き家バンク登録物件のご案内をいたしますが、村所有でない家の賃借・売買は一切関与いたしません。当事者間での話し合いの上、契約の締結をお願いします。

② 村営住宅

村内に住所や勤務地がある場合は村営住宅への入居が可能です(諸要件を満たす必要あり)。村内各所に単身者向けからファミリー向けまで様々な物件を用意しています。空き状況や家賃など詳しいことは小谷村役場建設係までお問い合わせください。



お問い合わせ
小谷村役場建設係
☎ 0261-82-2204
<http://www.vill.otari.nagano.jp/mura/information/W009H0000023.html>

Step 5

いざ、小谷村へ移住!

住むところと仕事の目処がたったら、ぜひ小谷村での暮らしを始めてください。都会に比べれば、もちろん不便なこともありますが、里山での暮らしは何ものにも代えがたい魅力があります。ふくちゃんのような地域おこし協力隊など、若者~壮年層の移住者も増えており、良き仲間に出会えるかもしれません。村長はじめ村民一同、小谷村でお待ちしています!



雪国の暮らしは大変〇〇〇
でも、暮らしを助けてくれる
嬉しい制度がいっぱい!



小谷村への移住を考える方は要チェック!

小谷村が取組む 定住支援

小谷村は厳しい自然環境のなかでも多くの村民が快適に暮らせるように
住まいや生活に関する様々な補助、支援を行っています。
移住を考えている方が利用できる補助事業もありますので
参考にしていただき、ぜひご利用ください!

移住・定住

観 リフォーム補助金

住宅の改修工事を行うものに対して、対象工事費を補助する制度

【対象工事】

- ・屋根、外壁の改修工事
- ・床、天井、扉等の内部工事
- ・浴室等の水回り改修工事
- ・建具、サッシ等の工事

【補助額】

対象工事の 1/3 (上限 10 万円)

水 浄化槽等設置補助金

村内全域において、合併処理浄化槽等を設置しようとする場合に、
一定の補助を受けられる制度

【補助限度額】

5人槽	35万2000円
6～7人槽	44万1000円
8～10人槽	58万8000円
11～20人槽	100万2000円
21～30人槽	154万5000円
31～50人槽	212万9000円
51人槽	242万9000円

特 家財道具撤去補助金

小谷村空き家バンクに登録する物件で売買契約が成立した場合に、
家財道具等を処分するための費用の3分の2 (上限 30 万円) を補助

企 危険廃屋解体撤去

村内の景観及び住環境の向上のため、危険廃屋の解体撤去等にか
かる費用の2分の1 (上限 50 万円) を補助

観 克雪住宅整備事業補助金

住宅の克雪化 (屋根の融雪工事等) を行う場合に、対象工事費の
5分の1 (上限 60 万円) を補助する制度

住 生ゴミ処理事業補助金

生ごみの減量化処理等を行う活動を奨励し、活動資材に対して、
一定の補助金を交付する制度

浄化槽ってな～に？

都会と違って下水の整備が行き届いていない里山で、環境保護
のために欠かせないのが浄化槽です。キッチンやトイレなど生
活排水をキレイな水にして川に流します。空き家になっている
古民家などでは汲み取り式のトイレも多くありますが、浄化槽
を設置することでトイレが水洗になり、生活排水の捨て場に困
ることがなくなります。そのため、空き家を改修して長く住も
うと思うなら、浄化槽の設置は欠かせません。



浄化槽はだいたいこんなカタチの
地面に穴を掘って埋める工事が
必要です。



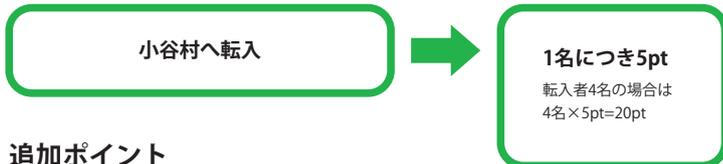
住 ま い ・ 暮 ら し

住 定住促進事業補助金

転入された方にポイント（特典）を付与し、村での生活や仕事に必要な事柄に対して補助を受けられる制度

【取得可能なポイント（1pt=1万円/1世帯につき最大200pt）】

基本ポイント



追加ポイント



【ポイントが使える補助事業】

生活するための住宅の新築・取得・改修

※ 延べ床面積50㎡以上で、新築、改修は小谷村内の業者が受注、施工したものが対象

起業するための店舗の新築・取得・改修

※ 新築、改修は小谷村内の業者が受注、施工したものが対象

農地取得費・賃借料

※ 農地の取得や賃借は小谷村農業委員会による審査、承認が必要

農林業や起業のための資材・機械購入費

（トラクターや管理機、レジスターなど）

自動車購入費（上限50万円）

除雪機購入費（上限50万円）

ペレットストーブ・薪ストーブ購入費（上限50万円）

小谷村ケーブルテレビ加入費（工事費含む）

- ・ポイントを利用して補助金の交付申請ができるのは、小谷村への転入日から3年以内です。
- ・補助の割合は、補助対象経費の2/3以内です。
- ・この補助事業の利用にあたっては、転入日から5年以上、小谷村に住民票をおく（生活する）ことを条件としています。

その他、注意事項や交付手続きについては小谷村役場住民福祉課住民係までお問い合わせください。 ☎0261-82-2581



雪国の冬に必要な不可欠な暖房器具。
家の中にストーブを置くと
田舎暮らしの雰囲気が一気にアップ!



← ペレットとは、丸太、樹皮、枝葉などの木質バイオマスを圧縮して成形したもの。取り扱いがラクで、環境にも優しいのが特徴です。



雪国のクルマといえば、4WD（四輪駆動）。
農業もするなら軽トラは生活のマイアイテムです。しっかりした足回りに軽いボディで雪道でもへっちゃら!

出産・子育て

住 出産祝金

出産を祝い、出生児の健やかな成長に寄与するため、小谷村に住所を有する出生児の保護者に対して出産祝い金を支給

【支給額】

第1子…10万円
第2子…20万円
第3子以降…30万円

保 子育て支援センター

保育園入園前のお子さまと保護者の方を対象に、ふれあい交流や育児相談・一時保育などを行う施設

公 ブックスタート事業

生後5ヶ月を迎えたお子さんに小谷村どんぐり図書館から絵本1冊と図書袋をプレゼント

教 通園・通学バス無料化

村内全域で運行する通園通学バスが無料で利用可能。また、自家用車等を利用して通園する児童の保護者に対して、費用の一部を補助

教 学校給食費補助

給食費のうち、1食あたり20円（小学校）または25円（中学校）を補助

福 不妊治療費補助

不妊治療を受けているご夫婦の経済的な負担軽減のため、不妊治療にかかる費用の一部を補助する制度

【支給額】

不妊治療に係る費用の1/2
(1年あたり上限20万円)

教 特別支援教育 就学奨励費

特別支援学校へ就学する児童、生徒の保護者に対して、通学に要する交通費もしくは帰省に要する交通費（年3回以内）を補助

教 海外交流

小谷中学校では、異文化交流の一環として生徒全員が台湾を訪問して現地の学生と交流。また、希望者はニュージーランドへの研修も実施（毎年4名）

保 インフルエンザ 予防接種費等補助

生後6ヶ月から中学3年生までを対象とし、10月以降のインフルエンザ予防接種費用の一部を補助（個人負担1,000円）

住 児童手当

中学3年生までの児童（15歳の誕生日後の最初の3月31日まで）を養育している方に対して支給

【支給額】

3歳未満 1万5000円/月
3歳以上小学校修了未満
第1子・第2子 1万円/月
第3子 1万5000円/月
中学生 1万円/月

福 保育料引き下げ

所得の階層区分に応じて、保護者の負担軽減を目的として小谷保育園の保育料を10～38%減額

教 おたり公営塾

おたり公営塾では、保育園児からを対象にネイティブによる英会話レッスンを実施。将来的には、数学や科学分野を増設予定

教 就学援助費支給

経済的理由によって就学困難と認められる児童・生徒に対し、学用品や修学旅行費、学校給食費、PTA会費などの経費の一部を支給

仕事

観 起業者支援補助金

市内の企業家を中長期的にバックアップするため、設備費用や人件費の補助をいたします。

【補助の内容】

- ・ 専門家による経営サポートに対する補助
補助率 2/3 上限 40万円（1年目） 上限 30万円（2～5年目）
- ・ 人件費の補助 補助率 2/3 上限 5万円（5年間のうち最長3年間）
- ・ 設備資金の補助 補助率 2/3 上限 200万円（建物の新増改築費、備品購入費等）

観 無線 LAN 環境整備事業

旅行者の利便性向上を図るため、宿泊施設に無線 LAN 環境を整備する場合に機器購入費・設置工事費にかかる費用の1/2（上限30万円）を補助

観 宿泊施設建設改良資金 （融資斡旋、利子補給）

村内で新規に旅館業を始める者に対して、建物の新築等に要する資金について、融資のあっせん及び利子の一部を補給

医療・福祉

住 福祉医療給付事業

医療機関の窓口で支払った医療費について、後日支給する制度

【補助額】

給付対象者には、500円もしくは2割（高齢者区分）の負担額を除いた医療費について全額返金

【補助対象者】

- ・乳幼児等（高校卒業まで）
- ・障がい者
- ・父子、母子家庭
- ・高齢者

福 住宅除雪支援事業

高齢者世帯、母子世帯、疾病障がい者世帯等で、居住している家屋の除雪ができない世帯に対し、除雪の支援を行う事業

福 健康増進プログラム

特定保健指導の対象となる者に対して、運動施設等で健康増進プログラムを利用する場合の利用料を補助（上限2万5000円）

福 難病患者通院費補助

国の特定疾患治療、県の小児慢性特定疾患およびウイルス性肝炎医療給付実施要綱対象者に対して、通院費の全額を支給する制度

福 保養センター 温泉施設利用料補助

高齢者および疾病障がい者の方は、村の保養センター（サンティン小谷、風吹荘）の利用料の一部を補助

福 人間ドッグ 受診料補助

健康保持および増進を図るため、日帰り入院ドッグまたは1泊2日人間ドッグの受診に要した経費を1人7,000円を補助

出会い・結婚

住 若者ふれあい事業補助

結婚のための活動に参加する個人及び、活動の場を企画する団体に対して補助金を交付

【補助の内容】

- ・結婚活動のために自主的に民間の結婚相談所等に入会する個人 ⇨ 入会金相当額（上限3万円）
- ・結婚活動のために自主的に民間等の交流に参加する個人 ⇨ 上限3,000円
- ・営利を目的とせず、男女の交流を企画運営する事業 ⇨ 企画運営1回につき上限10万円

地域づくり

企 小谷村むらづくり補助金

地域振興のために活動する組織、団体に対して、対象事業について補助金を交付

【補助の内容】

- ・集落や地域の振興のため自主的に活動する事業 ⇨ 対象事業費の1/2（上限15万円）
- ・住民が共同で整備する地域のための施設に係る資材等の経費 ⇨ 対象団体1件につき上限50万円

各種制度の問い合わせは

小谷村役場各担当係へ

- 住民係 ☎ 0261-82-2581
- 福祉係 ☎ 0261-82-2582
- 企画財政係 ☎ 0261-82-2038
- 特産推進室 ☎ 0261-82-2589

- 観光商工係
- 水道係
- 教育委員会
- 公民館
- 保育園
- 代表

- ☎ 0261-82-2585
- ☎ 0261-82-2583
- ☎ 0261-82-3981
- ☎ 0261-82-2587
- ☎ 0261-82-2170
- ☎ 0261-82-2001

Webサイトはこちら
www.vill.otari.nagano.jp

観光情報はこちら
小谷村観光連盟
☎ 0261-82-2233



夏の山も、冬の山も、美しい村。

山に囲まれた小さな谷の村・おたり。つつましくも和やかな集落の暮らし。
昔ながらの日本の原風景とともに、いつでもお待ちしております。

信州 小谷村

平成28年8月発行

小谷村役場特産推進室

〒399-9494 長野県北安曇郡小谷村大字中小谷丙131番地

TEL.0261-82-2001(代表) 0261-82-2589(直通)

FAX.0261-82-2232

Mail : iju@vill.otari.nagano.jp

<http://www.vill.otari.nagano.jp>



special thanks to Nakaban (cover illustration)