

信州南佐久

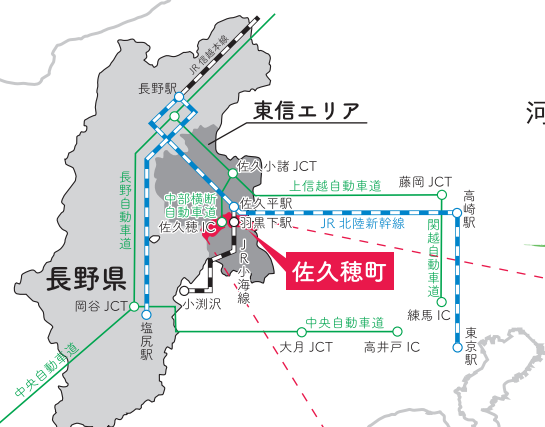
佐久穂で暮らす

移住定住ガイドブック



住めばなんだが気持ちいい！ちょうどいい田舎

佐久穂町は長野県の東部に位置し、
西は北八ヶ岳や八千穂高原、東は茂来山や古谷溪谷、
そして町の中心を南北に千曲川が流れる自然豊かな町です。
河川や道路に沿った標高 740m から 1,200m 地帯に集落が広がり、
支え合いのコミュニティが息づく人口約 11,000 人の
” お互いの顔が見える町 ” です。



車



電車



人口 11,282 人 面積 188.15 km²

世帯数 4,331 世帯 標高 744.4 m
(佐久穂町役場)
平成 30 年 4 月 1 日現在

東京まで約 2 時間！アクセス良好

東京まで JR 北陸新幹線を利用すれば約 2 時間。日帰りのレジャーも可能です。平成 30 年 4 月に中部横断自動車道が開通し、新潟方面、東京方面への車でのアクセスがさらに便利になりました。

夏の朝夕は冷房いらず

年間平均気温が 10℃前後、夏と冬、昼と夜の寒暖の差は大きいものの、夏季は涼しく冬季は積雪が少なく、寒気の厳しい冬を除けば暮らしやすい環境です。日照時間が四季を通じて長く、雨の少ない地域です。

人口密度は東京の 100 分の 1

1 km²あたりに居住する人の数は
東京の 100 分の 1 です。

佐久穂町	59.5 人 / km ²
東京都	6168.7 人 / km ²

※平成 27 年国勢調査

佐久穂と東京の気候を比べてみよう

	平成 29 年 8 月	平成 30 年 2 月
佐久穂町	最高 34.8℃	最高 13.3℃
	最低 16.2℃	最低 -13.4℃
	雨量 105.5 mm	雨量 8.0 mm
東京都	最高 37.1℃	最高 15.1℃
	最低 20.0℃	最低 -1.8℃
	雨量 141.5 mm	雨量 20.0 mm

※東京については、気象庁 HP データより
※気象観測システム佐久庁舎

買い物に便利

町の中心に大きなスーパーやコンビニなどが並び、
おおむね車移動距離 10 分以内の範囲で日用品がそろいます。

佐久穂町中心エリア MAP



町立千曲病院

地域に根ざす病院として治療はもちろん
健康づくりまで含めた幅広い医療を提供



まちの駅農産物直売所

町内で収穫された
安心・安全な農産物を販売



元気が出る公園

大芝生広場、テニスコート、
マレットゴルフ場、屋外バーベキュー場
などがそろった総合運動公園



生涯学習館 花の郷・茂来館

館内にある図書館には
絵本や大型紙芝居が充実



【町の主な施設】

保育園	3
私立幼稚園	1
小・中学校	1
私立小学校	1
町立千曲病院	1
診療所	3
大型スーパー	3
ホームセンター	3
コンビニ	2

全町
光インターネット
接続が可能

公務員から就農への転職で選んだ暮らし

浅見満さん（37 歳）
農家 冬は炭焼き
2003 年に千葉県から単身で移住
移住後に奥様と出会い結婚
現在は長男 8 歳と次男 3 歳の 4 人家族

○なぜ佐久穂へ

公務員として働いている時に「この仕事がやりたいことなのかな」と思いながら働いていました。そんな時に新潟県に住んでいるおじいちゃんが肺がんになり、自宅療養をしていたのですが「畑に行きたい」と言って、やせ細って歩くのもしんどいはずなのに、畑に向かって行ったんですね。そこまでしておじいちゃんを動かす農業の魅力って何だろうと考えるようになり、自分の心境と相まって農業に興味を持つようになりました。それからというもの、農業に関する本を読んだり、近所のおじいちゃんに話を聞いたりして、農業に歩み寄ることでさらに面白い世界だなあと感じ、そこに携わっている人たちがますます輝いて見えました。やってきたことが成果として目に見える仕事に憧れがあったので、就農への想いが強くなりました。

就農場所を調べていると、佐久穂町で農業で起業した横森正樹さんの本に出会い、横森さんに会うために初めて長野県に行きました。その時に見た景色は今でも覚えています。最寄りの八千穂駅に降りて驚いたことは、山が近いということと、空がとても高い景色でした。

○就農までの道程は

3 月から 11 月は横森さんの下で研修をして、冬は地元の千葉にあるコンビニのおにぎり工場で働いていました。1 年目は納得のいくレベルに達せず、2 年目は求められるものが高くなり、3 年目を終えたところで横森さんに「このまま農業を続ける覚悟があるのか」と問われ、「やりたいです」と答えたら、「よし、お前なら面倒見るぞ」と言ってもらいました。横森さんには常々「農業をやるならパートナーがいた方がいいぞ」と言われていたもので、パートナーはまだ見つかっていないぞ（笑）と思いました。

○独立

独立に向けて、空き家や畑を借りるために横森さんが交渉してくれました。また、アドバイスによりサニーレタスから始めたのですが、1、2 年目はそこそこうまくいったのですが、3 年目に相場がドボンと下がってしまいました。そこからは、サニーレタスだけではなく、レタスも作るようになりました。そうやって工夫をしたり、毎日自分で判断することで自分のものになっていく感覚がありました。5 年目くらいまでは横森さんにおんぶに抱っこという感じでしたが、だんだん自分のやり方でできるようになってきました。



○現在 11 年目を迎えて

今では午前 2 時に起きて、仕事を始めて途中 6 時に畑で朝食を食べ、9 時までに出荷を終える。11 時からお昼休みをとって、午後の作業は 17 時から 19 時までには終え、家に帰って家族と夕食を食べるようにしています。

○この町のいいところ

佐久穂町のいいところは、田舎でも都会でもないところ。色んな方面の人と知り合い、繋がることができます。例えば炭焼きをきっかけに、炭焼き仲間の高齢者男性たち（佐久穂特用林産物生産者組合）と仲良きさせてもらっています。



冬は炭焼き

野菜がおいしくて、自然が身近な暮らし

福田健さん（36歳）
静岡県出身 教員
妻 直子さん（36歳）
愛知県出身 カメラマン
2017年2月に新潟県から家族で移住
現在は長女3歳と次女0歳の4人家族

○家はどのようにして探しましたか？

健さん：当初は佐久穂町ではなく、近隣の市町村で家を探していました。

直子さん：私たちが住みたい家の条件として、「友達が呼べる」「部屋数がある」「畑や土いじりができる環境にある」「賃貸」などの条件に合う物件を探していました。しかし、なかなか条件に見合った物件がありませんでした。

健さん：そんな時に佐久穂町に住む先輩移住者の方と知り合い、条件にあった家を紹介してもらいました。

建物のオーナーには「自由に使っているよ」とおっしゃっていただきました。入居当初は2m以上のススキや低木があったので、家を紹介してくれた方から刈払機やチェーンソーを借りて、切ったり刈ったりを3日間ぐらいいやりました。初めて使う機械は楽しかったです。



手を入れる前の庭の様子

○移住して良かったことは？

直子さん：野菜の美味しさに驚きました。シンプルに調理するだけでも、素材の美味しさを楽しめます。自分で作ることももちろん楽しいですが、買うにしても有機野菜が身近で買えるのは嬉しいですね。野菜作り以外にも、味噌や梅干も自分で作ったりしています。広い家だからこそのことではないかと思います。

健さん：自然が身近にあることです。子どもと川で遊んだり、庭でテント張って寝たり、朝は鳥の鳴き声で起きたりなんかしていると、「移住して良かったな」と思います。

直子さん：あとは、田舎の規模がちょうどいいと感じています。都会は人がたくさんいてもなかなか繋がることできません。ここだと、様々なシチュエーションで知り合いや友人に会ったり、イベントなどで新たに繋がれたりします。

健さん：自分たちの場合は、家を紹介してくれた方が、地区のことを教えてくれたり、他の移住者の方を紹介してくれたりと、地元との繋がりを作っていただけたのが良かったです。

○困ったことはありますか？

直子さん：冬がとにかく寒い！

健さん：濡れたタオルを振り回したら本当にタオルが凍ったのは衝撃的でした。1部屋にみんなで集まって温まっています（笑）。娘は、雪に付いた動物の足跡を追いかけたり、家の前でソリをして遊んでますけどね。知識がないとお風呂や給湯器などが凍ってしまいます。

直子さん：あとは困ったことというより、寒いときにファンヒーターを使うので灯油代がかかることや、車は1人1台あった方がいいので車の維持費や、トイレの汲み取り代を毎月5千円払ったりと田舎ならではの出費がかかったりして、生活費が安くなった感覚はそんなにないです。でもシンプルな生活をしているので、かかっていない方だとは思っています。

○移住しようか迷っている方に一言

実際に来てみるといろいろなことがわかるので、体験しに訪れてみてください。特に冬！！





家族の時間が増え、安心できる暮らし

藤内正喜さん（54 歳）

警備会社勤務

2015 年 3 月に東京都から家族で移住
現在は奥様、長女 18 歳、長男 16 歳、
次女 10 歳の 5 人家族

○なぜ佐久穂へ

都会の人ごみや、ちょっとしたことで交通マヒになることなどに住みづらさを感じていました。前から移住をしたいなと考えていたのですが、転職をするにしても年齢的にギリギリだと思っていたことと、長男と次女が次の学校に上がるタイミングでもあったので、本格的に移住を検討し始めました。

有楽町で開催された移住セミナーで佐久穂町を知り、実際に訪ねてみました。佐久 IC を降りると、国道沿いには東京で見慣れた飲食店や家具店などがあり、東京と大して変わらないなという思いと、医療についても農村医療の第一人者がいた佐久総合病院があり、先進的な感じがしたので、移住先に求めていた「住みやすさ」と「医療が充実している」という面を満たしていました。

さらに、セミナーで会った「さくほジバ共和国」（本誌裏表紙参照）の農家さんから花栽培の話を聞いたり、生のブルーンを初めて食べたりしたのが面白くて、移住前にジバ共和国に参加して、トウモロコシやキャベツ、ジャガイモなどを育てたり、地元の人と会って話したりして、町に魅力を感じました。

○家探しはどうしましたか

家族が 5 人ですので町営住宅では狭く、民間の不動産屋さんに聞いて、今の物件を紹介してもらいました。中古物件でしたので、お風呂のひびなどは直してもらいましたが、網戸の貼り替えは自分でやりました。

○移住してからの苦労はありますか

仕事を退職し、引越してきてからの 3 ヶ月間は無職でした。ハローワークで仕事を探し、今の会社に就職しました。妻は自動車の免許がなかったので、こちらに来てから免許を取りました。

移住して 1 年目はどうなることかと思っていました。とにかく、人と会う機会をどうやってつくろうか考えていて、まずは集落のソフトボールやゴルフに参加して、地域の人と仲良くなりました。

○移住してきて感じることは

食べ物が充実していて、季節を感じながら食べられることに満足しています。野菜のやの字もなかった子どもたちが、今は野菜好きになり、都内にいたときは果物なんてみかんくらいで、リンゴや柿は食べなかったけれど、時期になると隣近所から頂くこともあり、毎日のように食べています。

東京にいた頃は仕事で数ヶ月休みがないこともありましたが、今は夫婦のどちらかが大体、土日休みをもらえるので、子どもたちをキッズゴルフに連れて行ったりして、家族との時間が増えました。年収は減ったけど、お金のことだけを考えるのではなくそれ以外の魅力が大事であり、私たちにとっては食と環境が魅力に感じました。

子どもたちもとにかくこちらに来てよかったと言っています。いじめなんて聞いたことがないし、小中学生は会うと挨拶してくれます。保護者の顔も分かっているというのが田舎の良さで、安心に繋がりますし、夜も出歩くことがなく、子どもが危険を感じる事が少ないと思います。安心感と治安の良さは素晴らしいです。都会のせわしない生活ではなく、落ち着いたリズムで生活できていますね。



キッズゴルフ



地域の行事「どんと焼き」

佐久穂のリアルな暮らし

田舎に住めば生活費は安くなるの？

大都会であっても田舎でも相応の暮らしをすれば相応のコストがかかります。地方に移住すれば生活費が安くなるということはありません。地元産の野菜など物価が安いものもあれば、日用品はほぼ変わらないか、高いものもあります。

車は必需品？ 維持費はどのくらいかかるの？

必需品です。軽自動車を1台所有した場合を仮に試算すると、年間約271,735円、月々にすると22,644円の維持費が必要です。町外に車で通勤している方も多く、生活スタイルによって一人に1台ないと不便です。

また11月～3月頃まで冬用タイヤが必要です。

■車の維持費

項目	金額(円)
軽自動車税	10,800
自動車重量税	4,400
車検代	50,000
自賠責保険代	12,535
任意保険代	40,000
ガソリン代	93,000
駐車場代	36,000
消耗品代	25,000
合計(年間)	271,735

1年あたり換算(佐久穂町調べ)

車以外の交通手段はないの？

町内には JR 小海線が走っており、高校生の通学などに多く利用されています。また、町内の移動であれば、デマンド型乗合タクシー「げんでる号」が1回300円で利用できる他、民間のタクシー会社もあります。



JR 小海線



げんでる号

冬は寒いって聞いたけど、 光熱水費はどのくらいかかるの？

■佐久穂町に住む4家庭の光熱水費

築120年の古民家

40代夫婦、子3歳
月額約35,000円



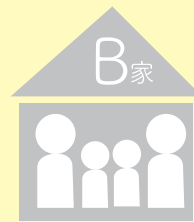
冬場は電気代が倍！
暖房用の灯油代もかかる。

	夏	冬
電気	7,000	15,000
ガス	4,000	4,000
水道	3,000	2,700
下水道(汲取)	1,800	1,800
風呂用灯油	3,200	3,500
冬場の灯油	0	24,000
合計	19,000	51,000

(ひと月あたりの平均額)

築47年の持家

30代夫婦、子5歳、3歳
月額約27,700円



冬場は電気代が倍！
暖房用の灯油代もかかる。

	夏	冬
電気	4,000	9,000
ガス	2,400	2,400
水道	3,800	3,800
下水道	3,000	3,000
風呂用灯油	6,000	6,000
冬場の灯油	0	12,000
合計	19,200	36,200

(ひと月あたりの平均額)

オール電化の新築

40代夫婦、子11歳、8歳
月額約22,800円



冬場は電気代が3倍！
ただし、太陽光売電収入もあり、夏場はプラスになることも、灯油代はかかりません。

	夏	冬
電気	6,000	21,000
ガス	0	0
水道	4,300	4,300
下水道	5,000	5,000
風呂用灯油	0	0
冬場の灯油	0	0
合計	15,300	30,300

(ひと月あたりの平均額)

※太陽光売電収入
夏/18,000円 冬/10,000円

民間アパート(家賃4万)

30代夫婦、子3歳
月額約25,250円



冬場は電気代が倍！
ガス代をガスの沸かしているのでガス代が高め。

	夏	冬
電気	4,000	9,000
ガス	6,500	11,000
水道	4,000	5,000
下水道	2,500	2,500
風呂用灯油	0	0
冬場の灯油	0	6,000
合計	17,000	33,500

(ひと月あたりの平均額)

○電気 / 中部電力など ○ガス / プロパンガス ○水道 / 佐久水道または簡易水道、水は高低差を利用し自然流下させているため、高低差の問題や、水道管の敷設の問題でつなぎ込みができない区域や場所があります。 ○下水 / 公共下水道、農業集落排水施設への接続、または合併浄化槽設置による方法があります。

田舎暮らしのコツ

～都会とは、ちょっと違う田舎暮らしのコツは「人とのつながり」にあります～

■集落の仕組み ～集落の規模や文化は様々～

町には自治組織として、58の「行政区」、その下に107の「常会」があり、地域の運営や行事を行っています。

- ・草刈りやゴミ拾い、防災訓練など、自分たちの住む地域を皆で管理。
- ・お祭り、旅行、スポーツ大会など楽しいイベントもあります。
- ・区に加入すると、年間数千円程度の区費がかかります。

■区や常会は大切な地域のつながりの場

田舎暮らしでは何よりも人と人とのつながりが大切です。都会との違いに最初は戸惑うかもしれませんが、移住後に困ったとき助けになってくれるのは地域の皆さんです。まずは区に加入し、地域の行事に積極的に参加することが、地域に溶け込む秘訣と言えます。

こどもセンター「さくほっこ」がオープン！

乳幼児のお子さんとその保護者が集う「居心地のいい場所・交流の場所・相談の場所」として、平成 30 年 4 月にスタートしました。

妊娠期から子育て期にわたり、安心して子どもを授かり、出産できる、そして子育てが楽しいと感じられるように、切れ目のない支援を行っています。同じ場所で児童館、学童クラブも運営しています。

プレイルーム

床暖房・クーラー完備♪ //



遊んでしゃべって、相談できる「プレイルーム」0 歳から 18 歳までのお子さんと保護者が交流したり、ママ友づくりの場として運営しています。おしゃれな内装のプレイルームはご持参いただければ、飲食も可能ですので、カフェに立ち寄る感覚で気軽にご利用いただけます。

【さくほっこ情報】

- 利用できる方 0～18 歳の児童、妊娠期を含む子育て中の保護者、町内で活動する子育てサークル・子育て支援団体など
- 開館日 月曜日～金曜日 9：00～17：00
土曜日 9：00～13：00
※祝日、年末年始及び特別な場合（台風など）は休館
- 利用料 無料

母子保健事業

赤ちゃんの健やかな成長を応援する「母子保健事業」保健師による各種健診・相談や子育てランド、あそびの広場などを開催し、母子の触れ合いとお子さんの健やかな成長を応援します。

妊 娠 期



妊婦健診受診券の補助や個別歯科検診への補助、栄養相談、助産師相談、妊婦教室などを実施しています

0 歳



子育てランド

赤ちゃん体操、発育発達・生活リズムのお話や相談を毎月 1 回実施しています

1 歳



あそびの広場

遊びを通じてお子さんの五感を育てることを目的に毎月 1 回実施しています

3・4 ヶ月～3 歳



乳幼児健診・相談

定期的な健診や、離乳食期から幼児期までの栄養相談や試食会を実施しています

町内全ての保育所が 信州やまほいく認定園

長野県では、豊かな自然環境や地域資源を積極的に取り入れた保育・幼児教育の普及を図ることを目的に「信州型自然保育認定制度」（通称「信州やまほいく」）を実施しています。町内の町立保育園（3園）、森のようちえん（1園）ともに、「信州やまほいく」として認定を受けています。

町立保育園

もちろん待機児童ゼロ！ //



町の図書館が隣接する好立地。絵本を身近に感じ、絵本を取り入れた活動を積極的に行っています。

園児数 103 名（年長 34 名 年中 30 名 年少 18 名 未満児 21 名）



自然豊かな田畑に囲まれた保育園。お米づくりを通して、子どもたちの心に「食」への感謝の気持ちが培われています。

園児数 104 名（年長 23 名 年中 27 名 年少 24 名 未満児 30 名）



自然に囲まれた広い園庭が魅力的。春から秋にかけて園庭は昆虫の楽園になり、裏山は花や木の実と出会う探検コースになっています。

園児数 64 名（年長 16 名 年中 18 名 年少 17 名 未満児 13 名）

3園共通の取り組み



りんご狩りなど季節の楽しみもいっぱい！ 地域の皆さんとよもぎ団子づくり



遊びの中で英語に親しみます

【町立保育園情報】 ■開園時間／平日 7:30～19:00 ■希望登園日／土曜 7:30～19:00（栄保育園で実施） ■休園日／日、祝日、年末年始

森のようちえんちいろば（私立）

信州型自然保育認定制度の特化型認定園として、屋外での自然保育に重点を置く活動を行っています。自然が先生となり、五感・感受性・人間力を生かした感性教育と、子どもから大人までが、みんなで創り、みんなで育ち合う場を目指しています。

【ちいろば情報】

- 開園時間：月曜日～金曜日 9:20～14:20
- 休園日：土、日、祝日、春夏秋冬長期休暇
- 募集人数：年少児3歳～年長児6歳までの各年齢約7名（未就園児枠若干名あり）
- URL：<http://chiirabayachiho.wixsite.com/home>
- メール：chiiroba_forest@LIVE.jp



節目の子育て支援と保育支援が充実しています

出生祝金

産まれてきた赤ちゃんのために、第1子・2子 50,000 円、第3子以降 100,000 円を支給しています。

成長祝金

小・中学校に1年生として入学するお子さんのために、小学校 10,000 円、中学校 20,000 円を支給しています。

福祉医療の充実

医療費の窓口負担軽減のため、0歳～18歳到達の年度末までのお子さんは、1ヶ月1医療機関ごとに500円を負担することで医療サービスが受けられます。

病児・病後児保育

1歳から小学校就学前のお子さんを対象に、病気の治療中及び回復期など、集団保育が適当でないお子さんをお預かりします。千曲病院に委託して行っています。（有料）



病児・病後児保育

施設一体型の小中一貫校開校

施設一体型の小中一貫教育校として、平成 27 年 4 月に開校しました。
小・中学校の全職員、PTA 及び地域の方々と全ての子どもを育てます。

町立佐久穂小・中学校



9年間を見通した指導カリキュラムの推進

行事や交流活動を通して小学生と中学生が触れ合います。また、5年生の一部の教科から中学校の先生が指導に入ることで、学習面・生活面における中1ギャップの軽減を図るほか、担任を補助する先生を採用するなど指導体制の充実も図っています。

佐久穂教育の3本の柱

文科省の
教育課程特例校に指定



小学校1年生から英語科の授業の実施

1～4年生は、遊びの中で英語を体感し、5～7年生は、英語を用いてのコミュニケーションの中で初歩的英語を学びます。8・9年生は、地域のことなどについて、聞く・話す・読む・書くことをバランス良く学びます。

キャリア教育優良学校
文部科学省大臣表彰受賞！



キャリア教育（ふるさと学習）の実施

人・もの・仕事・歴史・文化など、地域に出て体感することでふるさとそのものを学んでいます。特に、4～8年生で実施する森林体験学習は、地元林業者で組織されている「さくほ森の子育成クラブ」を中心に、森林の働き、林業や大型林業機械を動かす体験などを、楽しく学んでいます。

各学年の児童数

	小学校						中学校			特別支援学級		
学年	1年	2年	3年	4年	5年	6年	7年	8年	9年	小学校	中学校	合計
児童数	67	89	76	90	88	78	74	64	97	21	15	759
学級数	2	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	32

(平成 30 年 5 月時点)



特別支援教育の充実

特別支援学級、通級指導教室、さらに長野県の小諸養護学校の分教室を設置。これらの教室が揃うのは県内でここだけ。



給食の充実

自校給食で温かい給食を提供。地域食材や体験学習で育てた食材も積極的に活用し、食育に力を入れています。また、食物アレルギーも代替食で対応。

給食費1食
100円補助！



スクールバスの活用

スクールバスを6台所持し、バス通学の児童生徒の送迎を行うほか、校外学習でも活用。保護者の負担軽減と活発な校外学習を支援。



学校応援団

安全パトロール、人材バンク、読書、学習支援、福祉教育の5つの部会があり、地域で子どもを見守り育てる取り組みを実施。

健康に育つための取り組み 体力低下や過剰な運動などによる発育などへの支障を早期発見するため、町立千曲病院と連携し、理学療法士も加わり、四肢の形態、発育、運動器機能の検診を実施。

放課後や休日の過ごし方は？

■町内在住の小学生は**学童クラブ**を利用できます

小学生の放課後の居場所として、町内2カ所に「学童クラブ」を設置しています。

【利用時間】

登校日 / 下校時刻～19:00 夏休みなど休校日 / 7:30～19:00

※日、祝日、年末年始などは休み。

※利用に応じて料金がかかります。

※17:00までの利用の方は「児童館」利用になります。(無料)

■中学生はこんな**部活動**があります

野球、サッカー、バスケットボール、バレーボール、ソフトテニス、卓球、柔道、美術・創作、吹奏楽、スキー、スケートなど

■**陽だまりの家**（放課後等デイサービス）で過ごすこともできます

障がいのあるお子さんが放課後や夏休みなどの長期休暇の居場所として利用できます。生活能力の向上のための訓練や見守り支援などを実施しています。

習い事はどんなものがあるの？

町内には学習塾があるほか、英語、ピアノなどが習えます。公民館主催のスポーツ少年団でスポーツを楽しむことができます。また、町外にはスイミング、空手、ダンスなどの習い事があります。

しなのイエナプランスクール「大日向小学校」

平成31年4月、旧町立佐久東小学校跡地に
日本初のイエナプラン教育を取り入れた私立小学校が開校する予定です。

大日向小学校は、「誰もが、豊かに、そして幸せに生きることのできる世界をつくる」ことを目指す、保護者や地域と共につくるイエナプランスクールです。(平成31年4月開校)



学校法人 茂来学園
大日向小学校

■学校設立予定地
旧町立佐久東小学校
(所在地：長野県南佐久郡佐久穂町大字大日向1110)

■問合せ
メール：info@sjsef.jp U R L：http://sjsef.jp

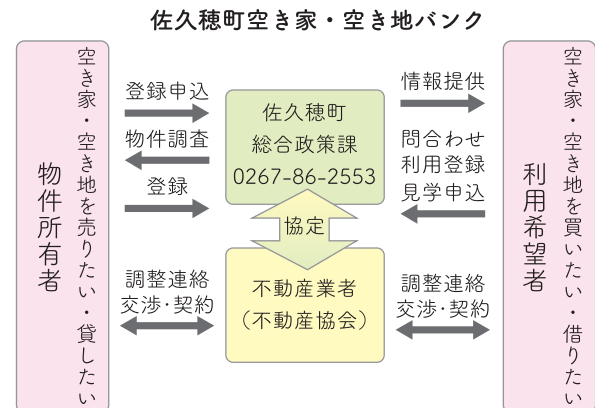
移住後、どのような暮らしをしたいかにより、
探す地域、一軒家か集合住宅か、賃貸か購入かなど、住まいの選択も変わります。
まずは、自分がどのような暮らしをしたいのかイメージしてみましょう。

空き家・空き地バンク制度を利用し中古物件に住む

物件を探す

空き家・空き地バンクとは？

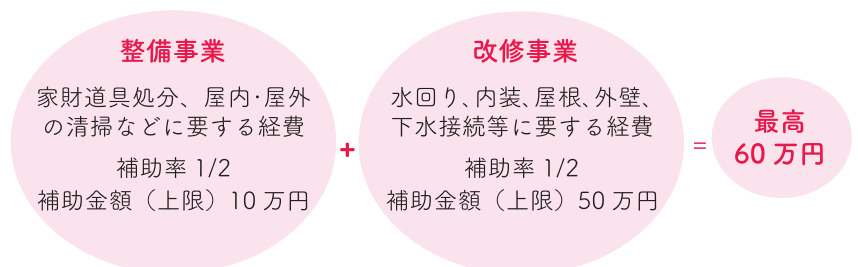
空き家・空き地の売買、賃貸などを希望する所有者から物件の提供を受け、佐久穂町での暮らしを考えている希望者に町が情報を紹介する制度です。
現在、登録されている物件情報は、町ホームページでご覧いただけます。利用を希望される方は、利用登録が必要です。



補助金を活用する

空き家対策事業補助金制度を活用する

空き家・空き地バンク制度により購入・賃貸した物件については、改修や、家財道具などの処分に最高 60 万円の補助が受けられます。



助成期間：平成 29 年 4 月 1 日～平成 32 年 3 月 31 日

町営住宅に住む

町営住宅をご用意しています。アパート型賃貸で、家賃はそれぞれ 4 万円～5 万円程度。間取りは、2DK～3LDK までさまざまです。空室時に随時募集を行っています。募集内容や住宅内の写真、間取りについては町ホームページでご覧いただけます。



ひだまり団地



清水町団地

民間の中古物件、アパート等に住む

地元の不動産会社や、大手賃貸サイトでも情報収集が可能です。
「さくほ通信」ホームページでは、
町内の物件を取り扱っている業者（一部）を紹介しています。
■さくほ通信ホームページ URL <http://from-sakuho.jimdo.com/>



新築住宅を建てる

家を建てる

住宅用地取得・新築補助金制度を活用する

町内に定住のための住宅用地を取得した場合、町内建築業者により住宅を新築した場合、最大 200 万円の補助が受けられます。

住宅用地取得補助

補助率 1/3 以内
補助金額（上限）100 万円

+

新築補助

補助率 1/10 以内
補助金額（上限）50 万円
※加算措置を全て満たした場合 100 万円

=

最高
200 万円

助成期間：平成 30 年 4 月 1 日～平成 33 年 3 月 31 日

土地を探す

雁明ニュータウン（分譲地）

町で分譲地を販売しています。

全 60 区画のうち、平成 30 年 12 月末現在 13 区画をご案内しています。

- ・南向きの緩やかな傾斜地で陽当たり良好
- ・中部横断自動車道佐久穂 IC を降りてすぐ
- ・1 区画 100 坪超えの広い敷地
- ・坪単価 64 ～ 78 千円



雁明ニュータウン

～先輩移住者に聞く！住まい探しの経験談～

ペット可の賃貸物件はありますか？



先輩移住者 S さん

物件がほとんどなく困っていたところ、地元の不動産屋さんと猫好きで意気投合。その方の地元つながりで猫 OK の空き家を探してもらいました。でも、改修が必要なため、最初の 4 ヶ月間はまた別の住まいを紹介してもらい住むことに。半年で 2 回の引越しが必要でした。

中古物件の寒さ対策はどうしてますか？



先輩移住者 Y さん

入居した古民家は窓も天井も断熱されておらず、防寒対策で何をしたらいいのか分からなくて、地元工務店に相談。真冬は結露した窓がそのまま凍ることもあると聞き、二重窓工事をしてもらうことにしました。

中古物件を選ぶときのポイントはありますか？



先輩移住者 M さん

中古物件に入居の際には、水回りを中心としてリフォームを行うことがほとんどです。中には、下水につながっていない、いわゆるポットン便所の物件もあるので、入居前に専門家に相談することをお勧めします。

理想の住まい探しは 長期計画で！

田舎暮らしというと、庭と小さな畑のある一軒家を借りて住みたいと憧れを持つ方が多いと思いますが、一軒家の賃貸物件は特に少ないのが現状です。理想の住まい探しは時間がかかるという心づもりが必要です。

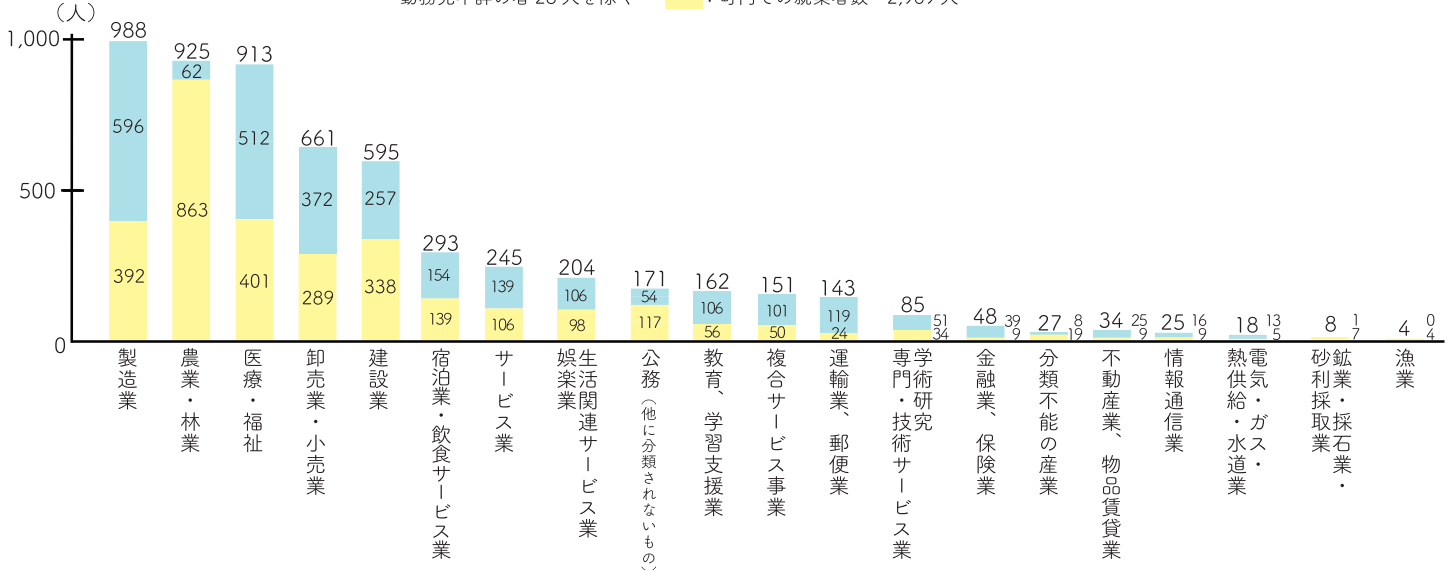
移住先の候補地が決まっているなら、とりあえず近くの賃貸アパートなどに引越してしまうのも一つの方法です。地域住民との交流を増やし、知り合いを増やしていくと、思いがけない紹介があったりもします。

町の人の仕事

人口 11,186 人のうち、従業者の総数は 5,728 人
このうち、町内で働く人は 2,969 人、
町外に働きに出ている人は 2,731 人です。
業種別の従業者の状況は以下の通りです。

佐久穂町の従業者の業種

平成 27 年国勢調査より
勤務先不詳の者 28 人を除く
他市区町村での就業者数 2,731 人
町内での就業者数 2,969 人



従事者数が一番多いのは製造業！

製造業に従事している方のうち、約 6 割は周辺の市町村へ通勤しています。
町内の製造業では、金属加工関連の企業が比較的多く、特に金型の分野では品質・生産力ともに優良な企業が目立ちます。その他、食品分野では醤油や味噌など老舗の製造業が頑張っています。

町内で働く人がもっとも多いのは農業！

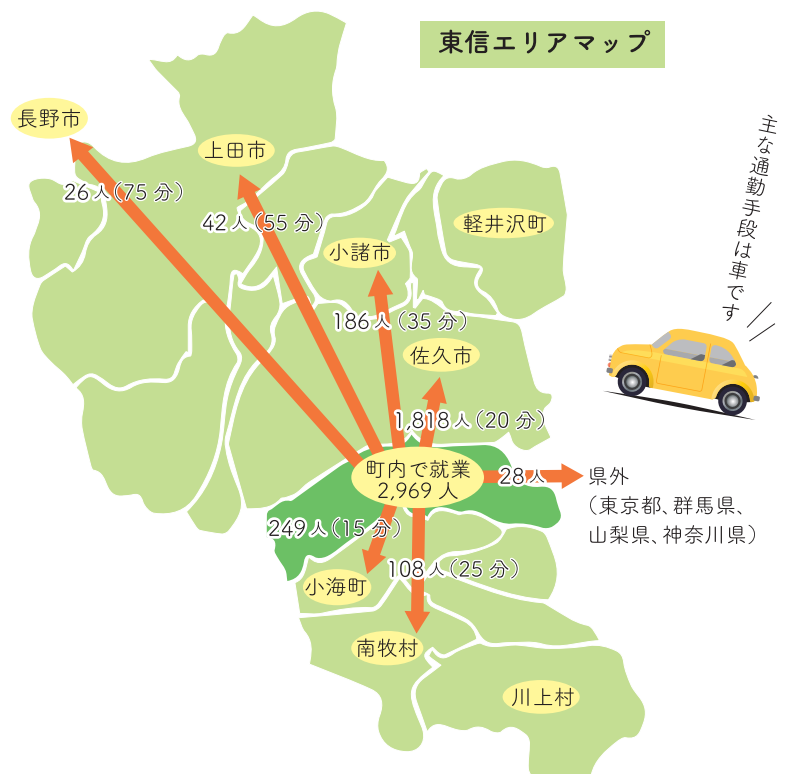
豊かな水資源、高い晴天率、冷涼で寒暖差のある気候。環境に恵まれた佐久穂町には、互いに励まし合い高め合いながら野菜や果実、花の栽培に取り組む挑戦者達がいいます。特に多品目有機栽培と呼ばれる野菜栽培の分野では、自己ブランドで勝負する多くの若手農業者の活躍が注目を集めています。

町の人の通勤圏と通勤時間

町内で働く人、町外に働きに行く人はだいたい半数ずつ。通勤先で一番多いのはお隣の佐久市です。また、東信エリアであれば、おおむね 1 時間程度で通勤が可能のため、仕事は町外という選択もできます。



平成 30 年 4 月中部横断自動車道（無料）が開通し、佐久市方面への通勤がさらに便利に！



起業する

町内で起業する方を対象に相談窓口を設置し、
起業に必要な知識等を習得する機会を提供しています。

ワンストップ相談窓口

起業に関する相談を受け、
各種情報提供や紹介を行います。



創業塾

起業に必要な知識や心構え、
財務等に関する実務的な内容
も含めたセミナーを行います。

町の認定
を受けた方は
町の補助金制度が
利用できます

創業関連補助金制度

空き店舗等賃料補助

空き店舗や空き家を借りて創
業する場合に賃料の一部を
補助します。

- ・創業の日から5年間
- ・賃料月額額の1/3以内
- ・上限3万円

空き店舗等改修費補助

空き店舗や空き家で
創業する場合に、
改修費用の一部を補助します。

- ・対象経費の1/2以内
- ・上限30万円(1回限り)

就農する

給付金を受けながら研修を受ける制度があります。

農業次世代人材投資事業(国)

(旧青年就農給付金)

準備型

県農業大学校や先進農家・先進農業
法人などで研修を受ける場合、研修
期間中、年間150万円を最長2年
間給付が受けられます。

経営開始型

人・農地プランに位置づけられて
いる認定新規就農者などについて、
年間最大150万円を最長5年間給
付が受けられます。

新規就農里親制度(県)

里親研修前基礎研修

県農業大学校研修部で実施するおおむね
1年間の研修。基礎的な農業知識の習得
や目指す農業経営(経営作物・就農場所
等)を明確にするための研修です。

里親制度

里親のもとで実施するおおむね2年間
の研修。先進的な農業者(里親)が技術
取得などを支援し、就農後も相談役と
してサポートします。

新規就農研修センター(町)

新規に常時農業に従事しようとする
40歳以下の方は、居住用の研修セ
ンターを最長3年間利用できます。

- 居室 1DK(単身用)・・・10,000円/月
2DK(世帯用)・・・20,000円/月



他にもこんな支援があります

長野県農業大学校が行う研修

就農体験研修

農業体験や基礎知識を習得する1泊2日の研修
費用:4,700円/回

農ある暮らし入門研修

移住希望者などに向けて農業体験や
農産物加工体験を行う1泊2日の研修
費用:5,700円/回※宿泊や食事の有無などによって費用は変わります。

※詳しくは、長野県農業大学校研修部へお問合せください。

☎0267-22-0214

URL:<http://www.nodai-nagano.ac.jp/>

JA 佐久浅間の無料就農相談会

JA 佐久浅間本所において毎月1回予約制で行います。

※詳しくはJA 佐久浅間農家経営支援対策チームへお問合せください。

☎0267-68-1114

URL:<http://www.ja-sakusama.iijan.or.jp/>



就職する

各ホームページから仕事を探すことができます

町内の求人情報を紹介

「さくほ通信」で探す

農林水産業、食品や金型製造、建設
や土木、医療や福祉、子育てや教育
など多様な事業所があなたの意欲や
経験、技術を求めています。

<https://from-sakuho.jimdo.com/>

周辺市町村含めて探してみよう

「ハローワーク」で探す

専用端末で企業の求人情報の検索が可能で
す。職業相談、職業紹介、紹介状の発行を受
けることができます。長野県アンテナショッ
プ銀座 NAGANO 4階に相談窓口もあります。

<https://www.hellowork.go.jp/>

「子育てママの就労相談」

就労をお考えの子育て中の方を
対象とした就労相談です。県の
委託を受けた女性相談員が相談
に応じます。毎月1回こどもセ
ンター「さくほっこ」で開催し
ています。

他にもこんなサイトがあります

「ジョブカフェ信州」

<https://www.jobcafe-shinshu.pref.nagano.lg.jp>

「Iターン信州」

<https://www.i-turn.pref.nagano.lg.jp/>

「信州福祉・介護のひろば」

<http://fukushi-nagano.jp/>

佐久穂町ってどんなところ？ まずは一度、遊びに来ませんか

移住は現地を知ることから始まります。まずは観光気分で足を運び、
町の様子や気候などを実際に体感してみることをおすすめします。
さくほの季節の行事を楽しみにぜひ一度佐久穂町へ遊びに来てください。

村の達人たちと季節の行事を楽しもう！

春

- ・糰屋さんの米糰で 信州味噌仕込み体験
- ・岩石、植物の宝庫「古谷溪谷」で石や木に詳しいジーバと「春の地学ハイキング」

夏

- ・夏の宝石！甘くて酸っぱいブルーベリー収穫
- ・高原の果樹農園でプルーンを摘んでジャム作り！
- ・大好評！ジーバ共和国お盆恒例イモ掘り会！

秋

- ・ツツジや山野草を訪ねてネイチャーガイドと紅葉の白樺林を散策！
- ・大きい！美味しい！花豆収穫＆煮豆作り
- ・大根やかぶ、冬の根菜で美味しい漬け物をつくりましょう！



遊びに
おいで
なさん
だ



お問い合わせ (一社) アンテナさくほ TEL 0267-88-6388 (平日 8:30 ~ 16:30)
URL <http://jeebaa-republic.jp/>

あなたの移住をサポートします

移住に関する相談は佐久穂町役場総合政策課にお気軽にお問い合わせください。
皆様のご相談内容に応じて、関係部署と連携を図りながら
情報提供を行う他、ご要望に応じて町内をご案内いたします。

移住に関する相談窓口

〒384-0697 長野県南佐久郡佐久穂町大字高野町 569 番地

佐久穂町役場 総合政策課

電話 0267-86-2553

FAX 0267-86-4935

メールアドレス seisaku@town.sakuho.nagano.jp

佐久穂町移住・定住サイト

さくほ de 暮らす

佐久穂で暮らす

検索

<https://www.town.sakuho.nagano.jp/iju/>

