



ゆるく おもしろく、つながる栗原。／

## おかえり+ くりはら。

～あなたのふるさとさがしをサポート～

7月10日、第5回目の「さざほざ交流会」を開催しました。この交流会は、もともとは市内各地に点在する先輩移住者がつながった中でひとつのコミュニティができたという想いから市の移住定住支援員と花山地区地域おこし協力隊のメンバーが企画・運営し、今年で3年目を迎えました。その輪はさらに大きく広がり、現在では先輩移住者だけに留まらず、栗原に愛着を持っている方々がつながる場に変化しています。

### 栗原だからこそその「官民連携」のカタチ。

栗原市では2013年（H25年）から移住定住の推進事業を重点プロジェクトに位置づけ、各種事業を展開してきました。試行錯誤を繰り返す中で、地方移住を検討される方のご相談に対して、リアルな栗原暮らしを紹介したり、移住検討者が思い描く地方暮らしをどうしたらできるのか、一緒に考えてくれる官民連携のコミュニティが自然と創られてきました。この交流会はまさにその第一歩であり、栗原の「人柄」があるからこそその官民連携のカタチだと感じています。

あなたのふるさと探しをサポート。

### くりはら移住定住コンシェルジュの設置

栗原市では、地方暮らしを検討している方を積極的にサポートする意思のある皆さんを「くりはら移住定住コンシェルジュ」として認定しています。

交流会の冒頭、新たに星智亮さん・光さん夫妻、伊藤秀太さん、ラテル真紀さん、渡辺あゆみさんをコンシェルジュとして委嘱。総勢19組・25人のコンシェルジュの皆さんと行政がチームとなって、栗原での住まいや仕事・地域とのつながりをサポートしています。くりはら移住定住コンシェルジュは次の皆さんです。（敬称略）



▲東京くりはらオフィス月イチイベント：夜カフェの様子



第2期

## くりはら移住定住コンシェルジュ

▲新たに委嘱した（左から）伊藤秀太さん、星智亮さん・光さん夫妻

#### ▼首都圏・仙台在住

加藤静江（都内・会社経営）、松尾美幸（都内・大学職員）、ラテル真紀（都内・美容業）、渡辺あゆみ（都内・公務員）、大峯由美子（仙台・クリエイティブプランナー）

#### ▼市内在住

中嶋美恵子（行政区長）、佐々木徳吉（はなやまネットワーク）、山本直子（ピアニスト）、杉浦風ノ介（カフェ経営）、小野寺吉生（トマトハウス経営）、伊藤秀太（農業法人）、工藤修二・幸子（陶芸家）、杉本豊・久美子（カフェ経営）、阿部幹司・幸子（会社経営）、渡辺信雄・生子（シャバット店経営）、三浦貴生・真理（画家・スパイスアーティスト）、星智亮・光（専業農家）、会席料理 丸勝、一社）くりはらツーリズムネットワーク

東京くりはらオフィス@日本橋

### 首都圏と栗原をつなぐ新たなコミュニティ

移住ありき。ではない、首都圏と栗原との関わり・交流を創造する秘密基地として「東京くりはらオフィス」を東京都日本橋に開設。首都圏在住のコンシェルジュの皆さんや栗原出身者を中心に、首都圏での新たな「栗原」のコミュニティづくりを展開しています。5月の開設以降、3か月間で延べ69組・72人が来訪。移住相談者だけでなく、月イチミニイベント（夜カフェ）では、ふるさと栗原を想う皆さんや学生、栗原ファンの皆さんが集い、栗原をキーワードとした新たなつながりが生まれています。地元コンシェルジュによる移住体験サポートと、首都圏コンシェルジュによる相談の初期対応サポートの「両輪」が栗原の移住定住の推進を支えています。

# 農カルライフ@花山

6月29日、有楽町にて「伊達なくらしセミナー」を開催。セミナーでは花山地区にスポットを当て、「農あるくらし（農カルライフ）＝花山暮らし」を実践する移住者、都会にいながらも田舎での活動（関わり）を展開しようとする皆さんとのディスカッションを通して、これからの新たな暮らしを提案させていただきました。



## 日常の中に自然体験があたり前のようにある暮らし。

\*\*\*\*\*

### パネリスト① 阿部 幸子さん(花山在住)

【幸子】私は3.11の震災を機に、縁あって花山に家族4人で移り住み、栗原の安心して子どもを産み育てられる環境の中が、2人の子どもの授かり、今は夫婦と娘4人の6人家族で過ごしています。



移住の一番の目的は幼児期を里山で過ごさせたいという思い。日常の中に自然体験があたり前のようにあったり、みんなが自分たちのおじいちゃん・おばあちゃんのように溶け込んだり。そんな暮らしの中で子どもたちは知識や厳しさを得たり、工夫する力が身についていきます。移住して8年目に入り、当時3歳だった長女も12歳に。成長した長女を見ていると、ここを選んで間違いなかったなって思ってます。

## 冷蔵庫の中が鹿とイノシシのお肉でぎっしりな生活。

\*\*\*\*\*

### パネリスト② 齋藤 章さん(花山在住)

【章】花山でへっぽこ農夫とマタギ見習いをやりながら暮らしています。先日もイノシシを仕留めて、冷蔵庫の中は鹿とイノシシのお肉でぎっしり。そんなビックリするような生活をしています。



移住する前は、長らく大阪で仕事をしていて、色々な持病もあって、体調が非常に悪くてタバコもやめてジム通いも始めたんですが改善せず。そんな中、偶然インターネットで栗原が移住ランキングで人気があることを知って、お試し移住したんですね。滞在中に空き家を紹介してもらって即決。翌月からその空き家をお借りして移住しました。

## 花山湖や自然の景色に囲まれ、四季を感じる暮らし。

\*\*\*\*\*

### パネリスト③ 筒井 保治さん(花山在住)

【筒井】私は今年の1月末に東京から花山に移住。東京には18年住みながら会社勤めする中で移住を考えたきっかけの一つは働き方。



毎日、満員電車で出勤して残業・休日出勤。ぐったりなりながらまた電車で家に帰る。これをずっと続けるのは嫌だなって思い始めたこと。それと住環境。自然の移ろいや四季を感じることにない東京の暮らしってすごく寂しいなと。それで2年前から各地の移住セミナーに通い始めた中で栗原に興味を持ち、継続相談する中で移住を決断しました。

花山湖や山々、田んぼの景色に囲まれた暮らしをする中で、ただで四季を感じられるのは大きくなって思っています。

それと、地域の方々がすごい優しい。僕みたいな水知らずの若者にも全然壁をつくることもなく優しく声をかけてくれる。野菜やお米もいただいたり。今、畑を少しやっているんですけど、「苗を分けてあげるから、ちょっと植えてみたら」とか、本当に地域の方が温かいなと思っています。

## 東京にいるからこそできる、そんな想いをカタチに。

\*\*\*\*\*

### パネリスト④ ラテル 真紀さん(東京都在住)

【真紀】私は栗原の築館で生まれ育ち、高校卒業と同時に東京へ。栗原での18年間よりも東京暮らしの方が長くなりました。東京で子育てをする中で、自然のあるところで育てていきたいと思うこともあって、そう考えると自分が育ってきた環境って特別なものだったんだなって、すごく気づく場面が多くなりました。



田舎の小さな小学校で育って、自宅も田んぼや川がすぐ目の前にあって、春には草餅用の草を摘んで、おやつをつくったり、川でシジミ取りをしたり。人に話すとビックリされるんですけど、それがすごく普通の暮らしとして体験してきたことが、今の私のベースにあるんだなと思っています。

3.11の震災を機に、地元には何かできないかなって思うようになって、でも、すぐ移住することはできない中で、東京にいるからこそできること、見えるものがあったり、つながれる出会いがあるんじゃないかなって。そんな想いをカタチに変えるつながりやご縁をいただいたと感じています。

## 花山では人の距離よりも心の距離が近い。

### この安心感は全然違う。

\*\*\*\*\*

【幸子】私も20代の頃は、刺激を求めて都会に住んでいました。美術や音楽、芸能関係の流行もやはり東京から発信ですし、都会はそういった部分では魅力のあるまち。花山は真逆ですよ。それってやはり空間かなって思うんですね。

面積が広い。それと時間。そこがすごくゆとりや豊かさだなと思ってるんですね。消費する、お金で済む。そんな世界から生産する側にまわるわけで、自分で種をまいたり、苗を育てていって、確かに時間もかかるけど、その一つ一つの行為が豊かだったりする。

だから、気持ちの安定の仕方が全然違ってくるんですね。東京の暮らしって、散々煽られて自分もクルクルクル回っていて、いつの間にかストレスを感じたり。人との距離が近すぎるんですね。でも、花山では人との距離よりも心の距離が近い。この安心感が全然違うなと感じますね。

## 栗原は、人・自然・歴史のつながりをもろに感じる。

### 豊かさはそこにあるんだと思う。

\*\*\*\*\*

【章】大阪は本当に便利。何でもそこにあって、ものすごいスピード・安い値段で物やサービスが提供される。僕らが住んでいる花山にはコンビニもないんですけど、一つ一つの料理も丁寧ですよ。今、自分が作っている野菜が30種類以上あって、朝採りの野菜を食べたり、分けてもらった鹿肉を食べたり。一つ一つ丁寧な食事ができています。

今、僕は暮らしのつくり直しをしているんですね。大阪に住んでいた頃は眠れなくてしょうがなかったんですけど、今は夜8時半には



寝て、朝4時に目覚める。その間ぐっすり寝ています。おかげで今はすっかり健康体です。

丁寧な食事といい空気を吸って、いい人たちとのつながりのある暮らしがここにはある。だから、僕は花山に移住して大正解だと感じています。栗原は、人・自然・歴史とのつながりをもる感じる。豊かさはそこにあると思います。

### 収入は3割減。生活水準を下げずに支出は5割減。むしろ気持ち的に余裕ができて暮らしている。

【筒井】東京時代の家賃は、都心から離れていたこともあってワンルームで5万円。6畳一間・ユニットバス・ミニキッチンという本当に小さい部屋でした。それが今は6LDKの一戸建て。しかも庭・畑・池、駐車場付きで3万円。そこに一人で住んでいます。

花山では時間に余裕があるのと、野菜やお肉をいただくことが多いので自炊するようになり、お米も農家さんから30kg:3,000円で売ってもらって、都会のスーパーに比べたらすごく安いですね。節約を意識しているわけではないけど、食費は1/3程度に減りました。逆に光熱水費は、東京の方が若干安かくなって思っています。

趣味娯楽という点では、花山ではいい意味でいろんなお店がない…というか…。無駄な買い物はしなくなったかなって思っています。生活水準を無理に下げているわけではなく、自然と出費が減っている感じですね。確かに収入は東京時代よりも約3割減りましたが、支出もトータルで見たら半分に減っているの、生活が苦しいとか無理して我慢していることもないです。むしろ気持ち的に余裕ができて暮らしています。

### 栗原には観光資源がたくさんある。人生キャリアを生かした新しい仕事の可能性がある。

【章】栗原には観光資源がたくさんある。栗原の人たちからみたら当たり前の景色が「なんて素敵なんだ！」って毎日惚れ惚れしているわけ。野菜もおいしいし、何から何まで素敵。だけど、もともと栗原にいる人が同じものを味わってもそれが当たり前なんです。これって移住者しか分からない感覚なの。これは仕事に繋がります。

自分の場合はこれまでやってきた洋服屋のブランディング技術とか、ホテル経営してた頃の宿泊業ノウハウを農泊に生かせないかと思っています。皆さんの場合でも今までの人生キャリアを生かした新しい仕事のカタチも可能じゃないかと思う。その人生キャリアを活かしながら、ぜひ花山と一緒に暮らしづくりをしていく中で、地域づくりをしていきたいなと思っています。

### 淡々とこなすだけの仕事から、今は仕事を生き生きしながらできていることを実感。

【筒井】東京時代は芸能プロダクションに勤めていたんですが、与えられた仕事をやりつつ、横から来る仕事もこなして、ただ淡々と仕事をこなしているだけでした。

花山では、地域おこし協力隊の活動しながら農業も教わっているのですが、きっかけは移住セミナーの中で、花山地区の特産品「自然薯」の生産者が1人のみになってしまったことを聞いて、自然薯の栽培をやってみたいなと関心を持ったこと。

今は自然薯をメインに稲作もやっていますが、自分で「あんな風になりたい。こんな感じにしたい。」というのを選びながらできるっていうのは大きいですね。自然薯をやりながら野菜も自分が選んでやれる。野菜を育てるのは本当に楽しい。東京の頃の仕事は本当にこなすだけだったけど、今は仕事を生き生きしながらできていると実感している。

### 自分の特技を生かしながら、地域とのつながりを持つのが大事なポイント。

【真紀】今の私の仕事は美容業で、ネイルやマッサージをしている。それ以外にもスパイスを利用した料理をしています。専門的な仕事ではあるんですけど、何かつながりの中で地元でもできればなと思っていた中で、栗原の人たちのご縁をいただき、8月に「くりこま夜市」と「湖畔のみせ旬彩」に出店することになりました。自分が持っている仕事でいきなり大きくは難しいと思うので、自分の仕事・特技を生かしながら地域とのつながりを持つのが大事なポイントだと思います。

### 東京に居たから分かる目線って必ずある。栗原の人たちはその可能性に気づいていない。

【章】大阪や東京は人には厳しいところ。競争社会だし、変わりはいっぱいいるし、人生100歳まで生きると思ったら、住む場所も仕事も3~4回変えてもいいんじゃないかな。だったら、ずっと東京とか大阪に縛られている必要はないと思う。僕は農業をやりながら観光事業をやろうと思っていますが、地元で採れたものを地元で消費していくことを大前提に動いていきたい。例えば猟師として、猪や鹿を撃ってジビエ料理を出すとか、自分で育てた野菜を消費していく循環型の社会と観光を組み合わせた事業とかね。





栗原に住んでいる人たちはその可能性に気づいていないんですね。だから、外から来る人にはチャンスがあると思いますよ。東京に居たから分かる目線って必ずあると思う。今まで築いてきた関係性を含めた新たな仕事も生まれてくると思うし。

### 暮らしが豊かだからガツガツしていない。 細かいこと言うなよって空気感がバリバリある。

**【章】** 栗原って、暮らしそのものが豊かだからガツガツしていない。昔から米どころだから、お米だけつくっていれば暮らしが成り立った。逆を言うと、無理したり、それ以上の努力をしなくても暮らしていけたわけ。だから、そんな細かいこと言わなくていいよっていう空気感がバリバリあるんですね。栗原は岩手・秋田より土地に恵まれているし、水にも恵まれている。山形、秋田のような大雪も降らないし、非常に生活がしやすいと思う。僕は長野で生まれたけど、まさか長野より栗原の方が暖かいとは思わなかった。確かに長野は東京まで1時間だけど、栗原の方がずっと住みやすいと思います。

### 空き家・空き地・不耕作地を資源に変える。 アイデアひとつで実現できる可能性を秘めている。

**【筒井】** 花山では、空き家・空き地、不耕作地がすごく多いです。移住してまだ5か月ですけど、地域の皆さんと話していると、もう辞めるっていう人も多くて、すごくもったいないと思っています。空き家、空き地を見ると寂しさも感じますが、考え方によっては、何かをやる資源になるかなって。例えば農泊・民泊もありだし、農家レストランなんかも実現しやすいのかなって思います。空いている農地を借りて野菜を作ったり、お米をつくったり。僕の場合は今、自然薯栽培に取り組んでいます。岩魚の串焼き、蕎麦屋さんなど、自然薯に限らず消滅してしまうかもしれない花山の特産品を継承していくのもありだと思っています。ホントにアイデアひとつで何かやりたいということが実現できる可能性をすごく秘めているなと思います。

### いい意味で官民の距離感が近い。 受け入れ体制が強いから、どんどんつながっていく。

**【幸子】** 私が移住した当時は、まだ移住が珍しがられてて。でも、今は劇的に変わって、「住みたい田舎ベストランキング」にもランキングするぐらいになった。どうしてなのかなって私なりに考えると、やっぱり人懐っこさがあったり、受け入れ体制が強いので、どんどんつながっていく。そのつながりの輪が大きくなっていくことができる。そんな「人柄」があるのかなって思います。

いい意味で官民の距離感が近いので、意見やアイデアを受け入れてもらいやすいし、出しやすい。チームワークが自然とできているので、今から考えている人たちは恵まれているなと思いますね。私自身、ヨガインストラクターもしていますが、これまで培ってきたキャリアを活かせる場所であり、自分の輝きを大きくしていけるという意味で、栗原は本当に受け皿が手厚い。安心して移住できる場所だと私は強く思っています。

### 新たな移住者と地域住民が融合した ローカルビジネスへの発展へ。

パネリストの皆さんのお話から感じたことをまとめてみると、花山地区には豊かな自然・里山の恵みを楽しむ環境がごく当たり前のようであり、空き家や農地といった資源・資産を勝機に変えていく可能性が広がっているということ。しかもそのハードルも低い。とは言え、当然一人だけではできないことがある中で、つながることによって一人一人がやりたいことを共感し合い、補完し合えるコミュニティがあるからこそ、各個人を必要とする居場所みたいなものが花山にはあるのかなと感じる。

行政に依存せず、新しく移住されてきた方々のそういったアイデアやキャリアを生かしながら、地域の方々とうまくかみ合せて新しいビジネスを展開していく。地域全体を面と捉えた地域総合商社のようなローカルビジネスになっていくんじゃないかなと実感している。(定住戦略室：鈴木)

令和元年度移住・定住推進連携事業  
宮城県栗原市花山地区 移住体験プログラム

かがやく女性たちと過ごす  
はなやま  
花山いなか時間

2019 秋  
令和元年  
10月12日(土)~14日(月)祝

栗原市移住定住推進連携事業(栗原市花山地区移住体験プログラム)

のんびり、ゆったり。そんな花山の時間を過ごしてみませんか。

**実施期間** 10月12日(土)~14日(月・祝)【2泊3日】

**実施場所** 宮城県栗原市 花山地区  
【宿泊場所:栗原市花山青少年旅行村 コテージ】

**参加費用** 【宿泊料】無料 【体験料】9,000円~  
【交通費】栗原市までの交通費は自己負担  
\*東京~栗原までの新幹線往復代金を全額補助します。

**参加定員** 10名程度

**応募期限** 10月2日(水)  
※定員に達した時点で締め切りとなります。

**申込み先・お問い合わせ先**  
体験ツアーの詳細については、お気軽にご相談ください。  
受託事業者:一般社団法人はなやまネットワーク(事務局:佐々木・千葉)  
TEL:0228-43-5111 E-mail:furusato@piano.ocn.ne.jp

新幹線往復代金  
(東京⇄くりこま高原)  
交通費補助!!