with English Translation

2016 WINTER 発行

中川村移住
7つのエッセンス

—移住した7組の大事にしたいこと—

7 varieties of essence in moving into Nakagawa Village

What the 7 groups of settlers want to cherish the most.

つながりの中で生きている感覚を大切に。
To cherish the feeling of living in connections.
高木直之さん、佐知代さん

人・もの・自然の持ち味を生かす。
"Capitalize on the characteristics of People, Materials, and Nature"
大池達也さん、さおりさん

ものごとを素直に受け入れ、時には村の人に甘える。
To accept what happens and sometimes ask the villagers favors.
高橋敬太郎さん、真子さん

周りの人たちを大事に思いながら、いつも笑顔で。
To care about people around us and keep smiling.
アレッシオ・サンナさん、松村道子さん

心の持ちようで、暮らしはいくらでも変わっていく。
We can change our lifestyles however we want depending on the way we think.
坂口浩二さん、彩美さん

自分がやりたいことさえあれば、周りが力をくれる。
If we want to do something, people around us give us the power to realize it.
鈴木道郎さん、千鶴さん

ガツガツと頑張りすぎないくらいがちょうどいい。
Not to burn yourself out, is what's just right.
曽我逸郎さん、良枝さん

日本で最も美しい村

中川村へおいなんよ

the most beautiful villages in japan

日本で最も美しい村、選抜

中川村
長野県

日本で最も美しい村

中川村へおいなんよ

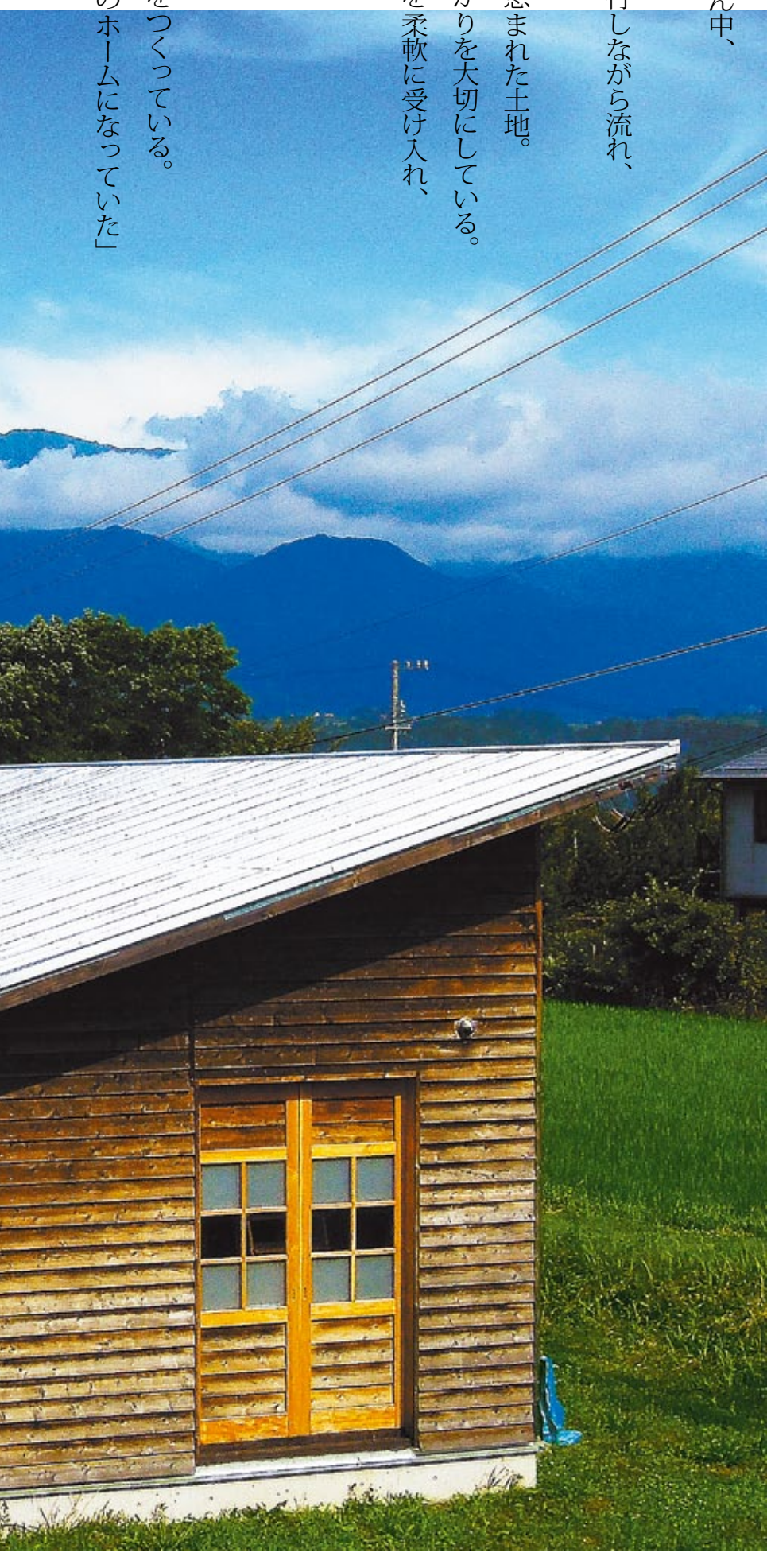
the most beautiful villages in japan

中川村

長野県

中央アルプスと南アルプスを望む、伊那谷のほぼ真ん中、
長野県の南部にある人口５０００人ほどの村。
「中川村」という名の通り、中央には天竜川が屈曲蛇行しながら流れ、
ゆるやかな河岸段丘の地形が広がっている。
中川村は気候が温暖で、どんな農作物も育ちがいい恵まれた土地。
ここで出会う人はみな、心根が温かく、人とのつながりを大切にしている。
分けへだてのない気風は、村外の新しい人や考え方を柔軟に受け入れ、
風通しのよい村の空気をつくってきた。

この名だたる観光資源もない小さな村に
豊かな感性を持つ人たちが次々と移り住み、
それぞれが今までの自分とは違う、「新しい暮らし」をつくっている。
「まったく知らなかった村が、いつの間にか自分たちのホームになっていた」



中川村移住７つのエッセンス

移住した7組の大事にしたいこと

つながりの中で生きている感覚を大切に。
人・もの・自然の持ち味を生かす。
ものごとを素直に受け入れ、時には村の人に甘える。
周りの人たちを大事に思いながら、いつも笑顔で。
心の持ちようで、暮らしはいくらでも変わっていく。
自分がやりたいことさえあれば、周りが力をくれる。
ガツガツと頑張りすぎないくらいがちょうどいい。

中川村は2008年10月「日本で最も美しい村」連合に加盟しました。

――NPO法人「日本で最も美しい村」連合とは ――
日本では市町村合併が進み、小さくても素晴らしい地域資源を持つ村の存続や美しい景観の保護などが難しくなっています。私たちは、フランスの素朴な美しい村を厳選し紹介する「フランスで最も美しい村」活動に範をとり、失ったら二度と取り戻せない日本の農山村の景観・文化を守る活動をはじめました。名前を「日本で最も美しい村」連合と言います。

Nakagawa Village joined "The Most Beautiful Villages in Japan" in October, 2008.

The Most Beautiful Villages in Japan was founded in 2005 with 7 towns and villages, while Japan was in the process of municipal amalgamation to reform financial conditions. Municipalities had to find a way to survive. Following “The Most Beautiful Villages in France”, the idea to form a Japanese association was developed from the hearts and minds of those in villages and towns who wanted to protect their natural and social capital as their intangible resources such as their culture and traditional sceneries that had been passed on by their ancestors for hundreds of years.

中川村に移住した人からよく聞くのは、そんな話。
人が人を呼び、引き寄せられるように――。
運命の出会いは突然、そして偶然やってくる。
せっかく出会えたなら、その運命を素直に受け入れよう。
中川村には、そう思わせる見えない引力があるのかもしれない。

晴れやかな場所や目立ったところはないけれど、
それほど山深くもない「ちょうどいい」この村で、
それぞれの暮らしへの思いが、軽やかに動き出している。
たしかな「生きるセンス」をたずさえながら。

Nakagawa Village is a village with a population of about 5,000, located in the center of Ina Basin, over looking Central and Southern Alps.

As its name Nakagawa Village suggests, which means “a village of central river”, Tenryu River meanders in the center of a gentle topography of river terrace. Nakagawa Village is blessed with a mild climate which nurtures any agricultural products well. Every people whom you encounter here are warmhearted and cherish the connection between people. Its undiscriminating trait has welcomed newcomers and contributed to creating its culture of openness.

More and more sensitive people are moving into the village with no distinct resources for tourism. Each of them is building “new way of living”, which is different from the lifestyles they led. “The village I didn’t know anything about has become our homeland without our noticing it.”

It’s a common story we hear from those who moved into Nakagawa Village. People invite more people like a magnet. A fateful encounter comes suddenly and coincidentally. “Let’s accept our fate now that we’re here.” Nakagawa Village might have an invisible attractive force that makes people think like that.

There is no remarkable or outstanding spot in this village. But it is “just right”, located in a place which is not too deep in the mountains. One’s philosophy towards life starts waltzing with firm “essence for living” in its core.

家、工房、暮らし、そのすべてを自分たちの手で。

TA[KAG]^{2}I タカギカグ　高木直之さん、佐知代さん　中川村移住6年目

中川村移住7つのエッセンス―その1
つながりの中で生きている感覚を大切に。
To cherish the feeling of living in connections.

大学時代を伊那谷で過ごし、「いつかまた伊那谷に住みたい」と思い続けた高木さん夫婦。その思いを叶え、2011年3月に中川村で家具工房を、その3年後には自宅をセルフビルド。この村で得たゆるやかなつながりの中で、「本当に作りたいもの」に向き合っている。

ポールハンガーに木製の小鳥がとまっていたり、本棚が遊べる小屋のようになっていたり。「タカギカグ」の家具を見ると、心から楽しんで作っていることが伝わってきて、ほっこりした気持ちになる。妻の佐知代さんいわく、直之さんが作るものは〝かわいい系〟。女性も顔負けの細やかな感性で、機能性と遊び心を両立した家具を作っている。

「こういうのがあったら楽しいだろうな、というところから家具作りは始まります。ありきたりのものではなく、誰も作っていないものを形にしていきたいですね」

直之さんは名古屋出身、佐知代さんは兵庫県出身。二人は信州大学農学部森林科学科の同級生。卒業後、直之さんは森林関係の独立行政法人に就職し、岡山や和歌山などを転々とする。一方、佐知代さんは兵庫県の農業高校に教員として勤めていた。二人に共通していたのは、伊那谷が好きということ。「いつかまた伊那谷に住みたい」と思い続けていた。

じつは直之さんには、もう一つやってみたいことがあった。それは木工の技術を身につけること。伊那谷と木工、その二つに近づくため、伊那谷にも近い上松町に移住し、町内にある木工の技術専門校に一年間通った。直之さんだけでなく、佐知代さんも一緒に。「一緒に学んだ方が主人のやりたいことを理解できると思って」という佐知代さん。二人で工房を営む、その日のために独学で簿記も勉強した。一つひとつ着実に、前へ前へ。

「伊那谷の好きなところはやっぱり景色。山がきれいでしょう。農学部の辺りから見る山が特にきれいなんです。学生時代という楽しい時間を過ごしたところは、やっぱり思い入れも違いますよね」と佐知代さんはうれしそうに話す。

技術専門校を卒業後、直之さんは塩尻市にある伝統構法を主とした工務店で修業を始め、本棚やキッチンなど作り付けの家具づくりを担った。ちょうどその頃、直之さんには新たな思いが芽生えていた。

「自分で家と工房を作りたいと思うようになって。工務店なら大工さんの現場が見れるし、得られるものは大きいかなと」

その間も伊那谷で土地探しを進め、長野県に移住して5年目になる2010年、今の土地を見つけて購入した。二人の条件は風景がよく、近くに家がないところ。家具作りは機械の騒音が付きものなので、近隣の迷惑にならないことは必須だった。「家と工房の2軒建てるので、まとまった広さが必要でした。そうなると、ちょっとでも土地代の安いところがいい。中川村は隣の飯島町や松川町と比べて少し安かったんです」と直之さんはいう。

二人とも、学生時代は中川村についてほとんど知らなかった。だが、ほどよく便利でアクセスもよく、おまけに〝村長が移住者〟というのを雑誌で知り、風通しがよさそうなイメージを抱くように。そして、いつしか住みたい村になっていた。

中川村の南西にある飯田市に住みながら、1年間かけて家具工房を建てた後、村内の教員住宅に引っ越し、家づくりを開始。そこで思いがけない出会いがあった。教員住宅の隣に、同じ移住者で家具職人の大先輩が住んでいたのだ。それが、家具工房「アンビシャス・ラボ」を営む法嶋二郎さん。しかも、同じく家と工房を自分で建てることに挑戦していた。それからは家作りを互いに手伝うようになり、何かあるたびに声をかけてもらうようになった。そして、家具工房完成の2ヶ月後に初開催された「アトリエ開放展※」に法嶋さんの誘いで参加することに。ここで村内の作家やアーティストなど、多くの人たちと一気に知り合うことができた。「家具工房を始めたばかりの僕たちに声をかけてくださって、本当にありがたいなと。たくさんのつながりが生まれるきっかけになりました」と直之さん。「タカギカグ」は、こうして幸先のいいスタートを切った。

それから3年の月日を経て、自宅はようやく建ち、なんとか入居できるまでになった。

左）自宅ロフトが佐知代さんの作業スペース。木のバッグやブローチなどを制作している。中）直之さん作の移動式小屋。右）自宅と同じ敷地内にある工房。二人の子どもたちは小学校から帰ると、決まって工房をのぞく。下）「中川村にはおもしろい人が多い」と二人は口をそろえる。

※アトリエ開放展：中川村在住の作家やアーティストのアトリエを自由に見てまわり、作品が生まれる現場を体感できるイベント2011年から2016年まで毎年GW期間中に開催。

最初はトイレの壁さえない状態だったが、ここで生活しながら、自分たちの暮らしに沿う家をコツコツと作り上げてきた。まだ完成には至っていないが、今の二人に焦りはない。

「中川村で一番気に入っているのは、自分たちの家があるこの場所。窓から外を眺めるたびに、『はあ～』って声が出てしまうんです（笑）」と佐知代さん。伊那谷に住みたいという願いを、セルフビルドという形で叶えた二人。これ以上のことがあるだろうか。

中川村はものづくりをする人たちが集まる土地。その才能が人を呼び、ゆるやかなつながりがある。直之さんが受注しているオーダー家具の仕事の多くは、そんな村内のつながりから生まれているそうだ。

「今ちょうど画家の北島遊くんの自宅の玄関を増築する計画があって、村の大工さん、ガラス作家さん、僕の3人でアイデアを持ち寄って形にしようとしています。これが形になれば、それこそ〝メイドイン中川〟ですね」

新しい土地での仕事、そして子育て。振り返ると、「移住者として、少なからず緊張感を持って過ごしてきた」と言う佐知代さん。でも最近ようやく村での暮らしも板につき、自然体でやっていける自信が湧いてきた。

「今年初めて、家の裏で畑仕事をやり始めたんです。そしたらやっぱり周りの人たちが見てるんですよね。『ネギの苗あげようか』とか声をかけてもらうことも増えてきて。一気に仲間入りした感じでうれしいですね」

これからは中川村での暮らしを、自分たちの形に作り上げていく。さあ、ここから。

We create all of them, House, Workshop, Life, with our own hands.

Naoyuki & Sachiyo Takagi, Takagikagu

Mr. and Mrs.Takagi had been kept thinking that "We want to live in Inadani again someday." since they spent in Inadani during their college days.
Their desire was fulfilled, they self-built their furniture workshop in Nakagawa-mura in March 2011 and their home three years later.
In the gentle connection that they got at this village, they are facing "What they really want to make".

"Building furniture starts from the thought that it would be fun if there is such a thing. I'd like to shape things that are not ordinary and that no one else has ever made."

Naoyuki is from Nagoya and Sachiyo is from Hyogo prefecture. They were classmates of the Department of Forestry Science, Faculty of Agricultural, Shinshu University. After graduation, Naoyuki got a job at a forest-related independent administrative corporation and moved around Okayama, Wakayama, and other place. Meanwhile, Sachiyo worked as a teacher at agricultural high school in Hyogo Prefecture. They had in common that they like Inadani. They kept thinking "I wanted to live in Inadani again someday".

Actually Naoyuki had another thing he wanted to do. It is to acquire woodworking skills. He moved into Uematsu-cho near Inadani and attended to a technical special school for woodwork in the town for a year so that he can approach Inadani and woodworking. Sachiyo accompanied him. "I thought that it's better to study together in order to understand what my husband wishes to do", Sachiyo says. They also learned bookkeeping by themselves for the day to run the workshop. They moved steadily forward, one step at a time.

"What I like in Inadani is the scenery. The mountain is beautiful, isn't it? The mountain seen from around the faculty of agriculture is particularly beautiful. I have a special fondness for this place where I had a good time of my school days", Sachiyo says joyfully.

After graduating from a technical special school, Naoyuki began learning at a builder's office which is mainly based on the traditional construction method in Shiojiri City, and was in charge of making the built-in furniture such as bookshelf and kitchen. Just around that time, a new thought had grown in his mind.

"I was going to think that I want to build my own house and workshop myself.

If in a builder's office, I can see the carpenter's worksite and have much to learn."

In the meantime, they proceeded to hunt for a suitable land in Inadani, they found and purchased the current land in 2010 after five years of moving into Nagano Prefecture. They hoped the place where are nice view and there is no house nearby. Since buiding furniture is accompanied by the noise of the machine, it was imperative not to bother the neighborhood. "Because we needed commodious area to build a house and a studio, it was better the cheaper land fee. Nakagawa-mura was a bit cheap compared to the neighboring Iijima Town and Matsukawa Town", Naoyuki Says.

"What I like the most in Nakagawa-mura is this place where our house is located. Every time I look outside from the window, I always sigh of pleasure (laugh)", Sachiyo says. They realized their wish to live in Inadani in the form of self build. Is there anything more than that?

Nakagawa-mura is a land where people who make things gather. That talent calls people and there is a gentle connection. It seems that many of the work of made-to-order furniture that Naoyuki received orders, is born from the connection in such a village.

Working and nurturing on new land. When she thinks back, "As a newcomer, I had spent a lot of time with a sense of tension", Sachiyo says. But recently the living in the village became natural to them, the confidence to be able to live in nature has come up.

"From now on, we will make our living in Nakagawa-mura into our own shape. Now, it starts from here.

イメージを持つことが、実現への大きな一歩に。

暮らしの工房 こねり　大池達也さん、さおりさん

中川村移住5年目

グラフィックデザイナーとして都会で働く中で、ふくらんできた田舎暮らしへの思い。移住後は、整体、木工、パン作りという新たな生業を生み出し、「自分たちが心地いい」という感覚を大切にしながら、〝暮らしの工房〟を営んでいる。

（中川村移住7つのエッセンス―その2
人・もの・自然の持ち味を生かす。
"Capitalize on the characteristics of People, Materials, and Nature"）

「こういうふうに暮らしたいというイメージがあると、そのままそうなると思うんです」

開口一番、さおりさんはこう切り出した。大池さん夫婦は築100年の古民家で、お店ではなく、〝暮らしの工房〟を営んでいる。達也さんによる整体と木工作品、そしてさおりさんが焼く自家製酵母パン。澄み切った空気が流れる場所で、こうした暮らしにまつわるものやことを提供している。

この家は5年間探し続けてようやく見つかった、二人にとって新たな始まりの場所。自由に手を加えられる古い家で、小学校に近く、国道から少し入ったところで、小高い丘の上にあって……。なかなか思うようなところは見つからず、諦めかけていたところ、すべての条件がそろう家に偶然出会った。「友達が住んでたんですが、『出るので、どう?』と言われて。来てみたら、思い描いていた通りの家ですごいなと思いました」と達也さん。「大きいプラモデルを作ると思って楽しんでやろう」とその家を友人の助けを得て改装。閉園になった保育園でもらってきた窓やドア、床板など、もらいものを存分に生かし、グラフィックデザインを生業としていた二人の感性によって、即興で作られていった。

改装を始めた当初、整体院を開くことは決めていたが、さおりさん自身、パン屋をやるイメージはまったくなかった。もともとパンづくりは趣味だったが、「整体院をやるにも、間口の広いパンがある方がいい」という達也さんの言葉に押し切られる形で、週に一度のパン屋を始めることにした。

「すごく悩んだんですが、お店をやりたいというより、せっかく出会ったこの家を生かしたいと思って。今となっては、やって本当によかった」とさおりさん。「パンがあると、いろんな人に来てもらえて、人とのつながりが生まれやすくなるかなと。パンがあるだけで心地いい空間ができるだろうなという強いイメージがあって」と達也さんは続ける。

そんな達也さんの勘は、見事に適中。さおりさんの焼くパンは評判となり、開店の日には幅広い年齢層のお客さんが訪れている。そして、初対面の人同士が気軽に話し、人がつながる場にもなっているそうだ。理想とする暮らしや仕事のイメージを持つことの大切さを、二人は身をもって教えてくれている。

愛知県出身の二人は、もともと名古屋市のデザイン会社に勤める先輩と後輩。結婚、出産をきっかけに「田舎で暮らしたい」という思いが強くなった。そんなある時、飯田市の通販会社でデザイン職の募集があるのを見つけ、これを田舎暮らしの足がかりにしようと、2007年に中川村の隣、松川町に移住した。

「ここで何年かやって、安曇野とか白馬とか名の知れた田舎に行こうかなと思ったんだけど、いざ暮らしてみると、観光地化された田舎より、ありのままの田舎の方がいいやと思って。移住した当初から、中川村に惹かれる部分があったんです。具体的にどこが、と聞かれてもわからないんだけど（笑）」

中川村のよさを言葉にするのは、難しい。それは村の人の生き方や暮らし方そのもので、捉えどころのないものだからかもしれない。でも一度その空気を味わえば、また何度も訪れたくなる。達也さんの言葉を聞いて、そんな村なのだと改めて感じた。

達也さんがデザイナーの仕事に区切りをつけ、整体の道に入ったのは移住して4年目のこと。意外にもごく自然に入り込めたそうで、「僕にとってデザイナー時代は整体師に移行する過渡期だった」という。

「整体では人に触れたり、話を聞いたりして、見えないものを感じ取ります。その力はデザインにとても近い。キャリアとしては短いですが、整体こそが天職だと思っています」

お金の面だけを考えると、キャリアのあるデザインの仕事を続ける方が楽に違いない。でも今、新たな道で生計を立てていけるのも、この村のこの家に出会えたからだという。

「都会に住むと生活コストを稼がないといけ

左）「人とのつながりがこの村の一番の魅力」と達也さん。右上）二人を訪ねたのは定休日。さおりさんが出してくれたのは、定番のいちじくレーズンくるみパン。蒸すことで、もっちり感が際立つ。下）アイデアに満ちたパンが生まれる製造室。細部まで妥協なく作り込まれた気持ちのいい空間だ。

ないので、生活のための仕事になってしまう。今の僕らの生活スタイルには、生活するために忙しく働くというイメージはなく、楽しいとか、人とつながりたいとか、あるものを生かしたいという思いが先にあるんです」

仕事はほどほどに、空いた時間は畑で野菜を作ったり、田んぼで米作りに挑戦したり。初めての米作りは苦労の連続だったそうだ。

「田んぼに行くのが憂鬱で憂鬱で。草むしりとか地面に這いずり回ってやるので、半日やると膝が笑ってくる。でも収穫した瞬間にそんな苦労は忘れちゃって、また来年頑張ろうかなと。達成感の積み重ねですね、田舎暮らしって」と達也さんは感慨深げに話す。

これも一人の力ではない。近所の人が農機具を貸してくれたり、見かねてフォローしてくれたり。周りが見守ってくれていたおかげだ。そう、中川村には「結(ゆい)」が今も残っている。

中川村で間違いなかった。二人は心からそう感じている。今後はキッチンを増設し、飲食を提供できるカフェスペースを新たに作る構想もある。「そこでは発酵ジュースやヨーグルトなど、〝整体的に見た身体にいいもの〟も広く紹介していきたい」とさおりさん。

今、中川村ではこうした新たな場所や活動があちこちに芽吹き、育ちつつある。「旗を振って、みんなで何かをやるのではなく、自分のやりたいことをやってたら、周りのためになっていたとか、つながりができていたとか。そんなところが中川村の魅力かな」と達也さん。一人ひとりの思いや行動が、新しい中川村をつくっている。

Having an image is a big step toward realization.

Tatsuya & Saori Oike, Living Studio "Koneri"

While working in the city as a graphic designer, their feelings for the rural life grown.
After moving into the countryside, they created a new business, such as manipulative treatment, woodworking, and making bread, and have been running "Living Studio" while cherishing the feeling that "we are comfortable".

"If we have a specific image for our preferable lifestyle, I think that will happen as it is", Saori says in her opening words. Mr. and Mrs.Oike have been running not a shop but "Living Studio", in an old private house built for 100 years. The business contents are manipulative treatment and woodworking by Tatsuya and homemade yeast bread baked by Saori. In this place where clear air flows, they provide things and services related to living.

They finally found this house five years after starting house-hunting. "Originally my friend lived here, but my friend said, 'We will leave and vacate this house. So, how about this?' When I came here first, it was amazing because the house was just as I imaged", Tatsuya says. "I decided to think as if making a big plastic model and enjoy it", they renovated the house. Making full use of the things which they got at an abolished nursery school, such as windows, doors, floorboards, and others, the work was done extemporaneously by the sensibility of them who used to be graphic design as a vocation.

"I think that various people will come and people will be easier to connect others, if there is bread. I have a strong image that there will be a comfortable space just by having bread there", Tatsuya continues. Tatsuya's hunch proves right. Saori's baked bread has become a reputation and customers of a wide age range visited on the day of opening. It seems to be a place that people who first meet each other converse easily and people to connect with someone. They tell us the importance of having image for ideal life and working.

Both of them are from Aichi prefecture, were originally colleagues who work for a design company in Nagoya city. Their desire to "rural life" became stronger after marriage and childbirth. At that time, they moved to Matsukawa-cho next to Nakagawa-mura in 2007 because they found a job offer for design work at a mail- order company in Iida City so that they can make it a foothold for rural life.

"In manipulative treatment, I sense what I can't see by touching people or listening to the story. Its power is very close to design, I think it is my vocation, although it is short as a career."

I didn't work hard and I made vegetables in the field and challenged making rice in the rice fields when I was free. It seems that it was a hard work to make rice for the first time. "I was pretty unhappy about going to a rice field. Since I crawl to the ground to pull up the weeds, my knees begin to shake if I do the half a day. But at the moment of harvest I forgot such hardships and I think I will do my best next year again. The rural life is accumulation of accomplishment", Tatsuya speaks with deep feeling.

This is also not the power of one person. Their neighbors lend farm equipment or help him because they can't stand watching. They are here because people around us are watching over us. Yes, "Yui (connection)" still remains in Nakagawa-mura.

"I would like to widely introduce 'something good for the body that looked from the view of manipulative treatment' such as fermented juice and yoghurt", Saori says.

Now in Nakagawa-mura, these new places and activities are budding and growing here and there. "Not doing with everyone we led, while we do what we want to do, we involuntarily supported people around us or connected to someone.

It would be Nakagawa-mura's attraction", Tatsuya says. Each person's thoughts and actions create a new Nakagawa-mura.

目の前のことを受け入れたからこそ、今がある。

高橋敬太郎さん、真子（なおこ）さん

中川村移住12年目

敬太郎さんは文系、真子さんは美術系と、畑違いのところから農業の道へ。アスパラ栽培を始めたのは偶然だったが、今では「これが天職」と言えるまでになった。

（中川村移住7つのエッセンス―その3 ものごとを素直に受け入れ、時には村の人に甘える。）
To accept what happens and sometimes ask the villagers favors.

まるで土からそのまま出てきたような実直さ。アスパラ農家の高橋敬太郎さんの柔和な表情には、打算のない生き方が表れている。

千葉県出身の敬太郎さんは、大学卒業後、駒ヶ根市の農業法人で2年の研修期間を経て、独立した。12年前のことだ。

「大学時代は文系だったんですが、農業がやりたくて、飛び込んでみたんです」

アスパラ農家として独立したが、特にアスパラがやりたかったわけではなかった。

「中川村は1日の気温差が大きく、甘みがのったおいしい野菜が育つ土地。たまたまここに体調を悪くされたアスパラ農家の方がいて、よく管理され、手の入った圃場をそのままやらせてもらうことになったんです。選んだというより、偶然ですね」

このことは、さらなる幸運を呼び込んだ。育て方もわからず始めたアスパラ栽培だったが、やってみると自分の性に合っていたのだ。

「手をかけた分だけアスパラが応えてくれて、少しづつ品質がよくなっていると思うんです。アスパラと対話するのがおもしろくて」

楽しそうに話す敬太郎さんの言葉を、うなずきながら聞く妻の真子さん。二人は同じ研修先で出会い、結婚後は敬太郎さんをサポートしている。

「特別なことではなくて、毎日ちゃんと水をあげるとか、草をとるとか、そういうことなんです。主人は地道にコツコツやるのが得意なので、アスパラでよかったねって」

今作っているのはアスパラと、秋冬にネギを少しだけ。一時期は雑穀やパプリカにも挑戦したが、主力のアスパラに手が回らなくなり、結局は今の形に落ち着いた。アスパラは成長が早く、1日10㎝も伸びることがあるので気が抜けない。4月から9月の最盛期は毎日収穫するそうだ。「私たちはこれがいいよ、と言われたことを普通にやっているだけ。たくさんは稼げないけど、生活は十分やっていけますよ」と真子さんは話す。

11月から3月の農閑期には、敬太郎さんは村にある老舗の酒蔵「米澤酒造」で蔵人として働いている。「一年中遊ぶ暇はありません」と忙しくも楽しそうだ。その間、真子さんはネギを作ったり、アスパラの片付けや土作りをしたり。そんな時期があるおかげで、気持ちを切り替えることができ、春には新たな気持ちでアスパラと向き合えるという。

3年前には土地を購入し、自宅を新築。今ではすっかり村の人だが、それは敬太郎さんが消防団で活動していたことも大きい。

「村に来てすぐに消防団に入り、36才の定年まで11年間活動しました。訓練、飲み会、旅行と、なかなかハードでしたが、同年代のつながりができてよかったですね」

それだけでなく、消防団活動は農業を生業とする上でも、大きな意味をもたらした。

「土地を借りて農業をやってるので、信用を得ることが大切。消防団に入ったからこそ、胸を張ってここで農業ができてきました」

目の前にあるものを素直に受け入れて歩んできたら、自分たちの大事なベースができていた。二人のしなやかなスタイルは、これからも変わらない。

Because we accepted things before our eyes, we are here now.
Keitaro & Naoko Takahashi

Keitaro and Naoko switched over to a career in agriculture from other field, humanities course and art course respectively.

He is unassuming personality as if he came out of the ground. The non-calculating way of living is evident in his soft look of Keitaro Takahashi who is an asparagus farmer.

"The temperature difference of the day is large and the land where sweet and delicious vegetables grow in Nakagawa-mura. I happened to be taught that there is good condition land and vacant houses here. We were in charge of the asparagus farmland where there is no farmer because a farmer fell sick although the yield was getting better. It was a coincidence rather than choosing it."

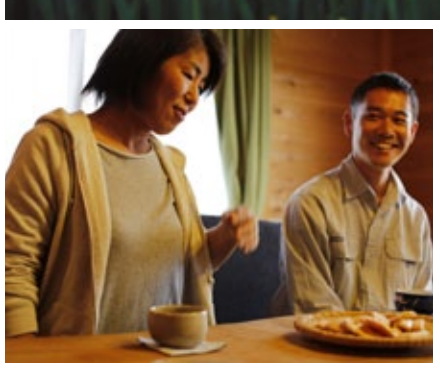
"We don't do something special, but water the field everyday or pull up the weeds. Because my husband is at good doing something steadily, I say that asparagus was suitable for you" During the agricultural off-season from November to March, Keitaro works as a steward in a well-established sake storehouse "Yonezawa Brewery" in the village.

Three years ago they bought land and built their house. They are completely people of the village now, but it has great meaning that Keitaro was active in the fire company.

"When I came to the village I immediately entered the fire company and acted for 11 years until I retired at the age of 36. It was quite hard for training, drinking party, traveling, but I was glad that I could connect with people in the same age"

Besides, the fire company activities also have great meaning in agriculture as occupation. "Because I borrow land and do agriculture, it is important to gain credit. As a result of entering the fire company, I came to be able to do agriculture with confidence here"

While they accept what they have in front of them, their own precious bases have been made. The supple style of them will remain unchanged in the future.



上）「農業で一番おもしろいのは土作り」と真子さん。地道に楽しみながら、よりよいものを作っていきたいという。下）自宅は県産材をふんだんに使ったログハウス風。仕事の息抜きに、敬太郎さんは友人に誘われたフラダンスサークルに通い、真子さんは炭焼きや竹細工にいそしむ。

お互いさまで助け合う、ここが自分たちの最高の場所。

アレッシオ・サンナさん、松村道子さん

中川村移住16年目

結婚をきっかけに、道子さんの故郷である中川村にやって来たアレッシオさん。「私たちって最高だよね」と言い合う二人は、自ら選んだ人生を全力で楽しんでいる。

（中川村移住7つのエッセンス―その4 周りの人たちを大事に思いながら、いつも笑顔で。 To care about people around us and keep smiling.）

田園風景の中にぽつんと建つ赤い小屋。庭にあるテーブルでは、ピッツアを囲み、にぎやかな笑い声と楽器の音が響き渡っていた。この小屋の中で、一人忙しく生地をこね、ピッツァを焼き続けるのは、イタリア・サルディニア島出身のアレッシオ・サンナさん。今から16年前、はるばる中川村にやって来た。

妻の道子さんは中川村出身。二人が出会ったのはミラノにあるレストランだった。そこはイタリアに留学していた道子さんのアパートの目の前にあり、アレッシオさんはスタッフとして働いていた。常連客とスタッフとして出会い、交際を開始するも、ほどなく道子さんが仕事の関係で帰国。1年半の間、手紙や電話で連絡を取り合う中で、アレッシオさんは覚悟を決めた。

「この人は僕にふさわしい妻になるんじゃないかと感じて、僕も賭けたんです。人ってそういうことがわかるんじゃないかな」

日本のアニメが大好きで、日本文化に興味があったアレッシオさんは、日本に行くことを決意。道子さんの実家で同居を始め、日本語を猛勉強した。その甲斐あって村内の建設会社に就職でき、4人の子どもにも恵まれた。

「『日本はすごく安心して暮らせる』って言ってくれて、私もすごくうれしい。文化が違うので主人は今でもいろんなことでつまづきます。でも、そのたびに『こういう考えがあるから今つまづいたんだよ』と納得するまで説明するんです。逆に私が細かいことで悩んでいると、『何言ってるの』と弾き飛ばしてくれたり。そうか、もっと気楽に考えていいんだと思わせてくれます。苦労と思ったことはないですね。今も毎日楽しいですよ」と道子さんはすがすがしい笑顔を見せる。

このピッツァ小屋はアレッシオさんが4年かけて作り、8年前に完成した。「最初は家族のために焼いてましたが、口コミで広がって遊びに来る人が増えてきた。うれしいですね」とアレッシオさん。ピッツァを焼く頻度は気まぐれ。自分が焼くピッツァを村の人たちが食べて喜んでくれることで、遠く離れた故郷イタリアへの思いも満たされている。

「イタリア人と日本人のメンタリティは噛み合わないところがあって、どうしても受け入れられない部分もたくさんある。でもそこでフォローしてくれる人たちが周りにいっぱいいます。中川の人には助けられてばかり。この村では、みんながお互いさまで助け合えているのをすごく感じます。だからこそ、私もこんなことができているんだろうな」

ピッツァを手渡す時、「30万円いただきます」と冗談を飛ばす、陽気な声が響いた。

「生きてると大変なこともあるけど、冗談を言わないとつまらない。日本人は笑顔も少なく、仕事のことばかり考えてる人が多い。少しは笑ったら、と思う。今日できなくても、明日だってあるじゃん」

ここを訪れる人たちは、アレッシオさんの明るさに元気をもらっている。

「これからも関わってくれる人を大事にしたい。私たちを大事にしてくれているようにね」

道子さんのこの言葉が、二人の中川村で生きていく証のように思えた。

This is our best place we help each other.
Alessio Sanna and Michiko Matsumura

Alessio came to Nakagawa-mura which is Michiko's hometown because of their marriage. They say each other "We are the best" are enjoying their own life with full power.

A red hut built in the rural scenery. People surround pizza on the table in the garden and lively laughter and instruments resound. A person who continues to knead dough and bake pizza busy alone in this hut is Alessio Sanna from Sardinia, Italy. He came to Nakagawa-mura all the way 16 years ago from now.

His wife Michiko is from Nakagawa Village. The place they met was restaurant in Milan. That was in front of an apartment who Michiko was studying in Italy, Alessio worked as a staff there.

"I felt that this person would be a wife suitable for me, I also bet there. I think that human beings can understand that kind of thing"

This pizza hut was made over four years by Alessio and completed eight years ago. "I baked it for my family for the initial period of time, but the number of people coming to see me increased while spreading via word of mouth. I'm glad", Alessio says. The frequency of baking pizza depends on his mood. The villagers enjoy pizza baked by him, so that his feelings for his far-away hometown Italy are also satisfied.

"There is a part of gap in the mentality of Italians and Japanese and there are plenty of places that we can't accept at all. But there are lots of people around us follow and we are helped by them. We are helped all the time by people in Nakagawa. In this village I really feel that everyone can help each other. That's why I can doing such a thing, too.

When handing pizza, he makes a joke saying "Your total is 300,000 yen".

"There are serious things when we are alive, but it's boring if we do not make a joke. Many Japanese people do not smile and they always think about just work. I think they should laugh a little. Even if it is not possible today, we have tomorrow."

上）「イタリアでやってきた仕事で、一番楽しかったのが食べ物を作ってお客さんに喜んでもらうことだった」というアレッシオさん。左下）ピッツァ小屋から友人を見送る二人。右下）自ら作った自慢の石窯。ピッツァを焼くことは、アレッシオさんにとってアイデンティティの一部になっている。

子どもたちにとっては、この村が故郷になるから。

坂口浩二さん、彩美（さえみ）さん　中川村移住4年目

突然の転勤に戸惑いながらも、「とことん楽しもう」と前向きな思いで中川村へ。特別なことをしなくても、日常の中で幸せを感じられる。そんな今の暮らしが心地いい。

移住には人それぞれの形がある。２０１３年３月、神奈川県茅ヶ崎市から移住した坂口さん夫婦は、田舎暮らしの願望はなく、〝やむを得ず〟中川村にやって来た。

「横浜ゴム」の社員である浩二さんは、平塚市にあった工場に勤務していた。ところが、その工場が中川村の南にある豊丘村に移転。多くの家族が東京や神奈川から一緒に転勤してきたが、そのほとんどが住む場所として、利便性の良い飯田市を選んでいた。そんな周りが気になりながらも、坂口さん夫婦は確固たる思いを持っていた。「茅ヶ崎は便利な街だったので、同じような環境を求めて飯田に住むことも考えました。でもせっかく田舎に行くんだからという、少しやけっぱちな部分もあって。どうせなら、とことん自然が感じられる田舎らしいところで楽しんでみようと思ったんです」と浩二さんは話す。

そこで、選択肢から飯田市を外して不動産屋をまわったところ、今の家が見つかった。保育園、小学校、中学校、それにスーパーも国道も近い上、自然豊かで車の音も気にならない。何より勤務先まで車で約15分という近さも魅力だった。求めていた条件にぴったりの場所が、たまたま中川村にあったのだ。

４人の子どもを持つ二人が、移住するにあたって一番に考えたのは、やはり子どものことだったという。

「移住したのは長女が小学校に上がるタイミングでしたが、すぐに馴染んで友達を作ってきて。私たちにとってはまずそこが大きかった。子どもたちの暮らしが何より優先でしたから」と彩美さん。移住当初は、やりたいことがやれない歯がゆさを感じていたが、子どもたちがこの村に馴染むにつれ、大人たちも変わってきた。「なんとなく抜けられないような感じになりましたね。楽しんで保育園や小学校に通ってくれているので、今はそれで十分です」と浩二さんは笑顔を見せる。

また近所の人が気さくに迎え入れてくれたことも、二人の心を解きほぐしていった。

「茅ヶ崎では近所付き合いがなかったので、こっちではどうなんだろうと不安でした。でも見事に近所の人たちがウエルカムな感じで、野菜をいただいたり、お祭りや新年会、忘年会にも誘っていただいて」と浩二さん。

休日は子どもと庭で走り回ったり、近所の公園に行ったり。特別どこかに行ったり、何かをしなくても、満足感があるという。「窓から見える景色一つとってもそうだし、環境がまるで違う。何より空気が圧倒的にきれいですね」と彩美さん。そんな環境に育まれ、子どもたちは目に見えて身体が強くなり、ほとんど風邪をひかなくなったそうだ。

そして今では、不便だと思っていた村が、〝ちょうどいい〟とさえ感じるようになった。

「都会のスーパーで１００あった品ぞろえが、ここでは70かもしれない。でも30の商品は本当に必要なのかと考えたり。つい何かにつけて不便だと思ってしまうけど、『本当に不便なの？』と立ち止まって考えると、これで十分だなと思えてくるんです」と浩二さん。何にせよ、心の持ちよう一つ。あるものを楽しむ力で、暮らしはもっと豊かになる。

For their children, this village will be their hometown.

Koji & Saemi Sakaguchi

While feeling confused by sudden relocation, they came to Nakagawa-mura with a positive feeling that "Let's enjoy as much as possible".
Even without doing special things, they can feel happiness in everyday life. Such current living is comfortable for them.

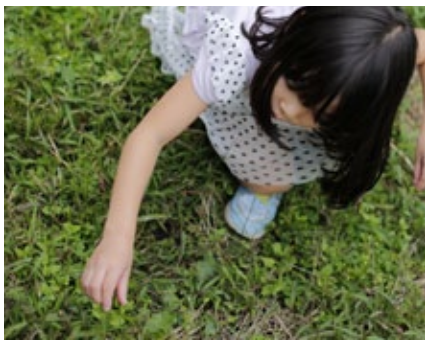
Each people has own form for moving into other place. In March 2013, Mr. & Mrs. Sakaguchi who came from Chigasaki city, Kanagawa prefecture, had no desire for rural life and came to Nakagawa-mura "unavoidably" with anxiety.

Koji who is an employee of Yokohama Rubber worked at a factory located in Hiratsuka City. However, the factory moved to Toyooka-mura in the south of Nakagawa-mura. "I thought if I go to the countryside, I try to have fun in a rural place where I can feel nature as much as possible", Koji says.

"Although we moved into here when our eldest daughter came up to school, she got familiar with her friends soon and it was great for us first of all, because the living of our children was our first priority", Saemi says. What the neighbors welcomed them also released their hearts.

On holidays, we run around in the garden with our children or go to a neighborhood park. We are satisfied without going somewhere special or doing something. "Even the scenery seen from the window is different and the environment is quite different. The air is overwhelmingly beautiful than anything", Saemi says. Nurtured in such an environment, their children seemed to become visibly stronger physically, almost shake off their vulnerability to colds.

And now the village that they thought as inconvenient began to be felt, "It's just right". "For example, an assortment that was 100 in a supermarket in the city might be 70 here, but we thought whether the assortment of 30 is really necessary. We always think that it is inconvenient in various ways, but if we think that 'Is it really inconvenient?', I think this is enough", Koji said. With the power to enjoy what is there, life becomes more enriching.



中川村移住7つのエッセンス―その5
心の持ちようで、暮らしはいくらでも変わっていく。
We can change our lifestyles however we want depending on the way we think.

上）子どもは小学3年・2年・５才の女の子、1才の男の子の4人。同じ地区に同世代の子どもが多く、子どもを通じてつながりが生まれている。下）のびのびと遊ぶ子どもたち。自然と体力がついたのか、病院にかかる回数も格段に減ったという。子育て環境も気に入っている。

キャンプ場ではなく、人の心が通うヴィレッジ。

信州伊那谷キャンパーズヴィレッジ　鈴木道郎さん、千鶴さん

中川村移住23年目

深い深い山の中にある、キャンプ場と自然学校が一つになった〝ヴィレッジ〟。都会育ちの道郎さんが作り上げたこの地は、「人々の心が通う場所」になっている。

「信州伊那谷キャンパーズヴィレッジ」がオープンしたのは、今から23年前。当時28歳の鈴木道郎さんが棚田の休耕田を活用し、自分の手で作り上げた。

「お金があれば、もっと便利なところを選んでましたよ。でも本当に自然を楽しめるところはどこか。お金がないからこそ、ここが見つかったんです」

道郎さんは名古屋市出身。子どもの頃からキャンプに親しみ、中学生の時には憧れだったキャンプリーダーに。大学卒業後は、埼玉県にある自然の中での学びを重視した幼稚園で教員として働いていた。

「自分にとって理想的な幼稚園でしたが、俺が作ったところじゃねえと。生意気だったんですよ。どうしても、自分の手で本物の自然を使って作ってみたかったんです」

道郎さんが作りたかったのは、子どもたちのための自然学校。そこを運営しながら、お金を得る手段がキャンプ場というわけだ。休日に泰阜（やすおか）村の子どものキャンプを手伝っていたことから、伊那谷で土地探しを始めるうち、中川村へ。役場で「住人が出て行って空いている集落がある」と紹介してもらったのが、今の場所だ。キャンプ場に必須となる水が豊富な上、木々に囲まれているので突風が吹かない。キャンプ場としてこれ以上の好立地はなかった。その集落で生活していたのは、高齢のおばあちゃん一人。開業準備のために移り住んだ後は、昼食、夕食とおばあちゃんの世話になりながら、力仕事に汗を流した。

「やっぱり最終的な決め手は人でしたね。いろんな村の人たちに接して、自分が中川村の人になれるかどうか。そこで判断しました」

キャンプ場としてオープンした8年後の２００２年に自然学校を開校。さまざまなアクティビティを通して、子どもたちに自然の楽しみ方を伝え続けてきた。開校当時は全国的にもアウトドアプログラムを提供するキャンプ場はほとんどなかったが、今では多くがこうした体験を提供している。つまり、道郎さんは時代のずっと先を走っていたのだ。

家族は妻の千鶴さんと、３人の息子たち。同じキャンプリーダーとして大学時代に出会った千鶴さんは、小学校の図書館司書として働きながら、週末はキャンプ場の管理や自然学校の講師として活躍。道郎さんの実行力の影には家族の支えがある。

また、ここには「ボラバイト」という仕組みを利用したスタッフが全国から集まっている。新たな経験や人とのふれあいを重視した働き方で、最近は心の病を抱える若者たちが自分を見つめ直したいとやって来るそうだ。

「人が生き生きしたり、自分の道を見つけたり。そのきっかけ作りが僕の役割。ボラバイトはそんな思いに合致した仕組みです」

その縁で、道郎さんはボラバイトの運営会社の社長に抜擢され、今年9月から中川村と東京の二拠点生活をスタートした。

「ここにずっといるより、リフレッシュできますよ。１８０度違うところを行き来することは、すごく刺激になります」

道郎さんのヴィレッジは、またここから新たな時代を切り拓いていく。

中川村移住7つのエッセンス―その6

自分がやりたいことさえあれば、周りが力をくれる。

If we want to do something, people around us give us the power to realize it.

It's not a campground but a village where people can reach out to each other.

Michio & Chizuru Suzuki, Shinshu Inadani Campers Village

"Village" which the campground and the nature school are united is located in a deep mountain.
This place that Michio Suzuki who bred up in the city has built is "a place where people can reach out to each other".

"Shinshu Inadani Campers Village" opened 23 years ago from now. Michio Suzuki who he was the age of 28 at that time made it by himself through utilization of the idle rice paddy fields. "If I had money, I would choose a more convenient place, but I thought where the place really enjoyable nature is. Because I had no money, here is found."

Michio is from Nagoya city. He was familiar with camping since his childhood and became a camp leader he longed for when he was a junior high school student. After graduating from university, he worked as a teacher at a kindergarten which focused on learning in nature in Saitama prefecture.

What Michio wanted to make was a natural school for children. While running it, the means to earn money is the campground. Since he was helping the child's camp in Yasuoka-mura on holidays, he came to Nakagawa-mura during looking for land in Inadani. It is the current place that he was introduced as "there is a settlement which residents have gone out and are vacant" in the village office. There is plenty of water that is essential for campgrounds, and gusty winds do not blow since it is surrounded by trees. After moving into here in order to prepare for opening the business, while receiving care from the aged woman about lunch and dinner, he was sweating in heavy work.

"After all, the deciding factor was person. I touched various people and decided whether I could be a person in Nakagawa-mura.

"People is animated or found their own way. My role is to provide some motivation for that.

"Michio's village will open up a new era from here again.

上）鈴木さん夫婦と次男の来人くん、三男の名人くん。長男の天人くんは現在フランス留学中。左下）キャンプ場の敷地内にある自宅もセルフビルド。右下）南アルプスを望む広大な敷地にキャビン12棟、テントサイトは50。多い時には200人以上のキャンパーが集まり、さながら“ヴィレッジ”のように。

世の中に流されず、血の通った言葉を、これからも。

曽我逸郎さん、良枝さん

中川村移住14年目

移住して2年半後、たまたま村長選で初当選。現在3期目を務め、2017年5月に長い任期を終える。12年間の村長生活に一つの区切りをつけ、逸郎さんは家族との新たな暮らしを始めようとしている。

中川村移住7つのエッセンス―その7
ガツガツと頑張りすぎないくらいがちょうどいい。
Not to burn yourself out, is what's just right.

自分は何をしたらいいんだろう。見えないものを追い求めた学生時代。電通に入社するも、ずっとサラリーマンをやるつもりは毛頭なく、40代後半になった頃、学生時代から続けてきた仏教の勉強に本腰を入れようと、移住先を探し始めた。長野県を中心に全国をまわったが、中川村を訪れた時、これまで行ったどの場所とも違う感覚を覚えたという。

「草刈りがきちんとされていて、道端に花が植えられていて、手入れが行き届いた美しい村だなあと。それだけでなく、家族でキャンプをしていたら、地元の人が水やトイレの心配をしてくれたり、そのうち、お祭りの時に声を掛けていただくようになって。すごくよくしてくださったんです」

最初は冗談半分だったが、中川村に通ううち、「ここだったら」という思いに変わっていった。家族が先に住み始め、週末だけ村に通うという生活を4年間続けた後、2002年11月に退社。晴れて移住を果たした。

米や野菜を作ったり、地区の行事に参加しながら、仏教の学びを深める。そんな日々が長く続くはず、だったが、周辺市町村との合併問題で自立賛成派をサポートしたことから、その波頭に押し出され、2005年4月、村長選で初当選。移住して2年半後、思いがけず村長となった。こんなところに、よそ者を拒まない村の人の気風が見えてくる。

世の中に流されず、言いにくいことを思い切って口にする。逸郎さんはそんな信念を持って、TPP反対や脱原発など血の通った言葉を村のホームページなどで次々と発信。中川村の風通しのよい空気をつくってきた。

そんな逸郎さんを見て、家族もこの村だからできることに果敢に挑戦。長男の暢有（のぶあり）さんは耕作放棄地を利用して、無農薬でぶどうを栽培。そのぶどうでオーガニックワインを製造し、販売しようと計画中だ。そして妻の良枝さんは、田んぼや畑仕事にあくせくしながらも、暢有さんを手伝い、縁の下の力持ちで家族を支えている。「農業というのは工夫の余地が大きい仕事だからおもしろい。カミさんも田んぼや畑を一生懸命やってますよ。私は村長で忙しいし、公務があって、とか言ってほとんどやってないんですけど」と苦笑い。

もののはずみで村長になって12年。2017年5月の任期終了まで残りわずかとなった。「村長の仕事はおもしろかったですよ。ちょっと長かったかもしれんけどね」と笑う。任期終了後は、本来やりたかった仏教の勉強を復活させることが最優先だ。「それが一番だけど、カミさんや息子の手伝いもせんと怒られそうなので、それをやりながらやね」と家族思いの顔も見せる。

「村の将来を考えると、本気で研究を重ねた質の高いものを提供する、持続性のある商いが生まれてほしい。と言いながら、中川村が有名な観光地になったらさみしい気もする。難しいですね（笑）。そんなにガツガツしなくても、少しはゆとりがあって、昔ながらのおもてなしがある。そんな村がいいですね」

頑張りすぎないくらいがちょうどいい。そんな中川村らしさを大事にしながら、逸郎さんと家族の第二章が始まる。

We will continue to use thoughtful words without being swept away by the world.
Itsuro & Yoshie Soga

He is currently in the third term-year and will finish his long term in May 2017. Putting an end to the village mayor's life for 12 years, Itsuro is about to start a new life with his family.

When he was in the late 40s, he began looking for a place to move to so that he can concentrate his forces on Buddhist studies which he has been doing since his school days. Although he went around the country mainly in Nagano Prefecture, when he visited Nakagawa-mura, he felt a different feeling from any place he's ever been to.

"I felt that it was well-maintained and beautiful village where the mowing was properly done and flowers were planted on the roadside. In addition, when camping with my family, the local people worried about the water and the toilet, they talked to us friendly at the time of the festival. They were really generous to us."

It was half-jokingly at first, but as he went to Nakagawa-mura, it turned into a feeling "It's all right if in this place"

While making rice and vegetables, participating in district events, he deepened Buddhist learning. Such days would have lasted long, but since he supported with supporters of independence in a merger problem with neighboring municipality, he was pushed out by the wave and he was first elected to village mayoral election in April 2005. Two and a half years after moving into, he became village mayor unexpectedly. In such a point, the atmosphere of the village people not to refuse strangers is appeared.

With such conviction, Itsuro has transmitted with thoughtful words, such as opposition to TPP and removal of nuclear power, in the village's homepage one after another. He has created a circumstance of openness in Nakagawa-mura.

"When considering the future of this village, sustainable business offering high-quality things that seriously and repeatedly researched should be born more rapidly.

Even if we don't strain for success, there is a bit of leeway and there is natural old-fashioned hospitality. After all I like such a village. "

上）曽我さん夫婦と長男の暢有さん、長女の亜紀さん。左下）暢有さんが友人と一緒に無農薬で育てているぶどう畑。右下）この村に来て始めたことの一つが米作り。「田植えの後、早苗が植わっている田んぼの風景を見ると、この村に来てよかったと実感します」と逸郎さん。

生活便利施設などの情報

○病院・医院・薬局

南向診療所（中川村大草 4037-1）
片桐診療所（中川村片桐 3956-3）
下平歯科医院（中川村片桐 4112-1）
みなかた薬局（中川村大草 4045-7）
加藤薬局（中川村片桐 4000）

○銀行・金融機関

アルプス中央信用金庫中川支店（中川村片桐 4080-1）
ＪＡ上伊那中川支所（中川村大草 4074）
ＪＡ上伊那片桐支所（中川村片桐 3969）

○郵便局

中川郵便局（中川村大草 4053-3）
田島郵便局（中川村片桐 3853）

○コンビニ

セブンイレブン信州中川村店（中川村片桐 1764）
ファミリーマートＪＡ中川店（中川村片桐 3996-1）

○買い物

中川ショッピングセンター（中川村片桐 4000）
マルトシチャオ生鮮食品館（中川村片桐 4000）

○ＧＳ

天竜石油（中川村片桐 7115）
南向給油所（中川村大草 4074）
片桐給油所（中川村片桐 3932-1）

○図書館

中川村図書館（中川村片桐 4757）

○公園

大草城址公園（中川村大草 5024）
天の中川河川公園（中川村片桐 3970）

○宿泊施設

望岳荘（中川村大草 4489　電話 0265-88-2033）
中央アルプスを望む公共の宿。展望風呂からの、遙かアルプスの山並みは絶景です。入浴、食事のみOK

小渋湖温泉（中川村大草 6990-2　電話 0265-88-2352）
秘境の温泉。自然に包まれた和風の宿。山里の旬をふんだんに味わえる。野外バーベキューもできる。ペットもOK

日本で最も美しい村
中川村へおいなんよ

the most beautiful villages in japan

中川村
長野県

中川村〝移住女子〟座談会

私たち、いつの間にか〝村びと〟です。

結婚、出産、仕事……。きっかけはさまざま、でも「今、ここでの暮らしが好き」と話す、中川村の女性移住者たち。暮らすことで知った「違い」も楽しみながら、新しい土地での日々を生きる彼女たちから、移住にまつわるあれこれを聞きました。

とりあえず1、2年住んでみようと思い立って。

玉木美企子（以下美企子） まずはみなさん、どういうきっかけでここに来たか、教えてもらえますか？

松澤真凡（以下真凡） 私は、結婚がきっかけです。中川村出身の夫とは東京で、月9ドラマのようなシチュエーションで出会って（笑）。それで結婚を機にこっちに移り住んだんです。

美企子 旦那さんがお花屋さんで、真凡さんはお客さんだったんですよね。

島崎早苗（以下早苗） すごい、本当にドラマみたいな出会い！

富永奈保子（以下奈保子） 私も、結婚がきっかけですね。出身は奈良で、大学で神奈川に行っていて、そこで夫と知り合って、ここに来ました。

早苗 私の場合は、じつは最初は移住するとは思っていなくて。今から7年くらい前、あるガラス作家さんを紹介していただいて、「ここで手伝わせてもらいたい！」って思ったのがきっかけです。村をあちこち回って、伊那谷の風景を見て、セラード[※1]のコーヒーを飲んでいるうちに「ここなら住める。とりあえず1、2年住んでみよう」、ってふと、思い立って。それで引っ越してきたら、夫と出会ってしまって。

奈奈カンタリーナ（以下奈奈） 出会ってしまって（笑）。

早苗 そう（笑）、それで結婚することになって、月日が経っています。

奈奈 私も以前は、移住なんてぜんぜん考えていなかった。でも妊娠がわかったときに、漠然と「子どもを産むなら田舎だろう！」と思ったんです。田舎で暮らしたことなんて一度もなかったのに。

真凡 本能だったのかもね。

奈奈 そうかもしれない。ただ、当時ここで先に夫が住んでいた家が、携帯の電波も届いてなくて、トイレは和式の汲み取りで、その狭いところに椅子型の便座を置いているからお腹がつかえて使えなくて。

美企子 それはキツイ！

奈奈 でしょう。「もっと普通の環境じゃないと来られない」って、村営住宅への入居が決まってから引っ越しました。

美企子 たしかに中川村といっても広いから、住宅が比較的密集しているところから山の中まで、いろんなエリアがあるし、借りられる空き家が見つかっても、家の状態はそれぞれ。あと、環境という意味では、子育てをするなら学校や保育園からの距離も、意識したほうが良いかもしれない…？

早苗 子どもが少ないところは親が車で友達の家に連れて行かなきゃいけないと聞いたけれど…。

奈保子 うーん、うちはまさにそういう地区だけど、小学校はバスで行けるし、友達に子どもを預けるときも、預かるときも一日中、っていう感じになるから、それはそれでラクだったり、良い面もあるよ。

美企子 なるほど、どちらがいい、悪いというよりも、地区[※2]によって暮らしの環境がかなり「違う」ということ。それは、事前に知っておいたほうがいいことの一つですね。

たまごだって、ご近所に借りにいきます。

美企子 暮らし始めて、初めて知ったことや驚いたことは？

奈保子 近所の人との距離が近いことかな。インターホンは使わないで、ガラガラーって（玄関開けて）入るのが普通だし。

早苗 そうそう。うちは縁側に、おばあちゃんが座ってたことがある！（笑）

奈保子 あと食材が足りなくなったら近所に借りに行く。お茶っぱとか、「あっ、たまごが足りない、貸してくださーい」、とか。

真凡 え、たまごも！

美企子 それも、奈保子さんの地区ならではかな。お店まで距離があるから。

奈保子 そうなの、たまごだけのために（下の集落まで）下りるのはね、大変だから自然とそうなってるんだと思う。

美企子 この地域だからこその、助け合いの関係性ができているんですね。ほかにはありますか？

奈奈 やっぱり地区費[※3]と、地区行事のことか

日本で最も美しい村
中川村へおいなんよ

なあ。地区費が高いところと知らずに家を買って、トラブルになったという話を聞いたこともあるし。

真凡　地区行事は大切だよね。参加することで、地域の方に顔を覚えてもらって、挨拶ができるようになったり。

奈保子　地域に自分から関わろうとする気持ちが大切なのかな。

美企子　たしかに。関わることで、楽しみも増えますよね。あとは地区行事ではないけれど、庭や畑の草刈りも欠かせない話題かと。

奈奈　まさか、一家に一台草刈り機が必要だとは！

美企子　都会と違って、暮らしている私たち自身がこの土地の環境整備に「ずく[※5]を出す」ことが多いから、どこの地区に住んでもマイ草刈り機は必要かもしれない。

真凡　うちは、同居だからずっとお父さんがやってくれていたんだけど、この間、夫が草刈りデビューしたらもう、手がプルプル震えちゃって！

美企子　慣れるまでは本当に大変そう。私も夫に任せてしまっているけれど、そろそろ自分でもできるようにならなくちゃ。

奈奈　そうだ、銀行のことも大切！　メインバンクをゆうちょ銀行や地方銀行に移行しておくことをおすすめしたくて。都市銀行なんてこの辺にはないから、いちいちコンビニで下ろさなきゃいけないのは大変。手数料もかかるし…。

早苗　たしかに、それ重要だね。

奈奈　これは私、来てから気づいて、しまった！　って思ったことの一つなんです。

持ち寄りのおかずで食卓を囲む時間が幸せ。

美企子　ここへきて、変わったこと、良かったことは、どうでしょう。

早苗　私は、久しぶりの友達に会うと私自身が変わったって、言われる。ぱああって（オープンに）なってるよ、って。壁を作らなくても暮らしていけるからかもしれない。

奈保子　うん、私も変なこだわりはなくなった。ここに来たころは、農作業服であちこち行くのが恥ずかしかったけど、もう「泥がついてなきゃいいや」って。ぜーんぜん、気にしなくなっちゃった。

奈奈　なぜだろう、飾らなくてもいいや、って思うようになるよね。

美企子　子育ても、東京にいるときは選択肢の多さにいろいろ迷ったりしたけれど、ここでは気負いなくいられる気がする。

奈奈　でも、たまに東京に娘を連れていくと、どこでも裸足で行こうとするから困っちゃう。ちょっと、ここは中川村じゃないからやめて！　って（笑）。

全員　笑

早苗　久しぶりに都会に出ると、ここの環境はすべてがおおらかで、のどかだなあって改めて感じるよね。

奈奈　時間の流れも豊か。

美企子　食べに行くお店は少ないけど、みんなでおかずを持ち寄って食べる時間にすごく、幸せを感じたり。そういえば、料理上手な人が多い気がするなあ。

早苗　だって、献立を考えて買い物、じゃなく、竹の子とかナスとか大根とか、旬の食材をいただいたり育てたりして、「これをどうやって食べきろう？」ってメニューが決まっていくから、料理のバリエーションが増えざるを得ないよね。

奈奈　そうそう。一週間ナス、とか、もはや戦いだよね（笑）。でも旬のものは本当においしくて。いま、改めて学び直している感じ。

真凡　景色も、四季の変化にメリハリがあって、すごく良いよね。特に春、色がすごく変わっていくのを見るのがうれしくて。

奈保子　私、うちの果樹園のてっぺんから景色を見る時間が本当に好き。どの季節も色が一つじゃなくて、グラデーションになっていて…。大家族のところに来て、慣れないうちは大変なこともあったけれど、ここに来られてよかった、って思います。

「この土地が好き」の気持ちがあれば、大丈夫！

美企子　では最後に、移住を考えている方にメッセージを。

早苗　「仕事があるかな、なにかできるかな」って頭で考えて、二の足を踏んでしまう人も多いと思うんだけれど、ぽんと飛び込んでみて初めて動き出すこともあるんじゃないかな、って。

奈奈　そうだよね、むしろ田舎の方が、人手がたりない現場、若い人を必要としている場所がたくさんある気がする。

奈保子　たしかに農業分野はいつも人手不足です。担い手も少ないし。

美企子　奈保子さんの農園では、「ファーム[※6]サポート」も受け入れていますよね。

奈保子　3泊4日から受け付けてます。

美企子　そういうのがきっかけというのもいいかもしれない。

真凡　あと、「柔軟であること」っていうのも大切だと思う。来てみてはじめてわかることがたくさんあると思うんだけど、「そういうものなんだ」って受け入れていく柔軟性。「田舎暮らし」っていう言葉がなんだかすごく、ほわほわした、現実味のないものに聞こえるんだけど、そういうことだけでもないと思う。ただ、この土地が好きで、ここに住みたい、っていう気持ちがあれば、仕事も家も、見つかる気がします。

美企子　これを読んでもし、来てくれたらうれしいね。

奈奈　ずいぶん、現実的な話をたくさんしちゃった気もするけど（笑）。

美企子　大事大事。みなさんまずは、銀行から見直しましょうね（笑）。

奈保子　あと、車を買うなら絶対四駆で。冬の凍結した道には四駆じゃなきゃ。

全員　うん、それも大事！

松澤真凡（まなみ）

夫・広さんとともに花店「さくらびと」を経営。2006年、結婚を機に広さんの故郷である中川村へ。店では雑貨のセレクトや、リース・コサージュ作りなどを担っている。

島崎早苗

ガラス作家・イラストレーター。妊娠・出産を機にガラス作家活動は休止中だが、「なかがわ方言かるた」など村のなつかしい風景をあたたかいタッチで描いている。

富永奈保子

農業家。東京農業大学で学び、結婚を機に中川村へ。観光農園として各地の旅行者を多数受け入れる「富永農園」にて、りんごやさくらんぼ等果樹栽培を行っている。

奈奈カンタリーナ

ラテンシンガー・サルサダンスインストラクター。2012年、妊娠を機に移住。現在も全国各地でライブを行い、ダンスインストラクターとしても精力的に活動中。

玉木美企子

ライター・編集者。2015年に東京から家族4人で中川村へ。2016年には「谷」がテーマのリトルプレス「CAMP」を刊行。日本みつばちの養蜂を行う「養蜂女子部」の活動も。

私の好きな場所

特定の場所ではないけれど、「山へ続く一本道」が好き。「季節はやっぱり春が好きですね」

陣馬形山。「山頂からの絶景を思い出すだけで『よし、がんばろう』って不思議と思えます」

自宅果樹園の山頂。「色鮮やかな伊那谷の景色がすごくよく見えて、大好きな場所です」

JR飯田線「伊那田島駅」。「映画のワンシーンのような、素朴な風景が良いんです」

「basecamp COFFEE」、喫茶「ペリカン」、図書館。「仕事に煮詰まると向かう憩いの場です」

※1 セラード：村のショッピングセンター「チャオ」内にある憩いのコーヒースタンド。店内で自家焙煎したおいしいコーヒーが伊那谷住民の絶大な支持を集めている
※2 地区：村の集落組織のこと。村そのものが、かつて自然村であった各地区の集合体とも言え、それぞれに異なる慣習・風習をもっている
※3 地区費：その地区で暮らす際に支払う。金額は各地区で異なる
※4 地区行事：水路掃除、山の手入れから季節の祭りまで、地区住民による行事のこと
※5 ずくをだす：信州地方の方言。「ずく」とはやる気、手間、のような意味
※6 ファームサポート：農作業の体験希望者の受け入れ制度。村内でいくつかの農家が受け入れを行っている。詳細は中川村役場振興課へ

取材協力：basecamp COFFEE（中川村）

中央アルプスに夕日が沈む中川村の棚田

陣馬形山頂上から中央アルプスを望む

中川村の茅葺民家

静かで美しい四徳地区と四徳川の景観

桜と南アルプスのコントラスト

中川村での住まいと暮らしの情報

子育て支援策

○福祉医療費（子どもの医療費負担の軽減）

医療費の家計への負担軽減を図るために、保険診療分の窓口自己負担を後日支給します。１医療機関あたり月300円の手数料はご負担いただきます。
【対象】出生の日から18 歳になった後の最初の３月31日まで

○出産祝金

次代を担う児童の出産を祝福し、健やかな発育を願い交付されるお祝金
第１子：20,000円　第２子：50,000円　第３子以降：80,000円

○つどいの広場バンビーニ（子育て支援施設）

主に０歳から小学校に上がる前の子どもとその保護者の方が気軽に集まって、安心して遊んだり、くつろいだ雰囲気の中でおしゃべりしながら親子でお友達を作ったり、情報交換ができる憩いの場所です。子育てに関する相談にも対応

○待機児童ゼロ

○保育料を軽減

村独自で保育料の軽減を行っています。
☆兄弟姉妹が同時に入所する時は２人目半額、３人目無料
☆第３子以降のお子さんについて、月額6,000円を上限に減額

○小学校の通学かばん贈呈

子どもたちの健やかな成長を願うとともに子育て家庭への支援として、小学校に入学する児童へ通学かばんを贈っています。

○放課後の居場所づくり

保護者の就労等により放課後留守家庭などの児童の保護と健全育成を図るため、放課後児童クラブ、放課後子ども教室を開設しています。
【対象】小学生

○JR通学定期券補助（生徒一人あたり年間１万円）

○村独自の奨学金制度

経済的理由で就学が困難な者に対して奨学金を貸与する制度

○村の奨学金返還支援（返還額の1/3）

村の奨学金を受け、就学後に村に定住した者が村に返還する奨学金返還額の1/3を助成

○子育て世代住宅取得支援補助制度（最大50万円）

○3世代同居・近居のための住宅新増改築支援補助制度（最大100万円）

仕事の情報

（飯田下伊那地域、上伊那地域が生活圏です。）

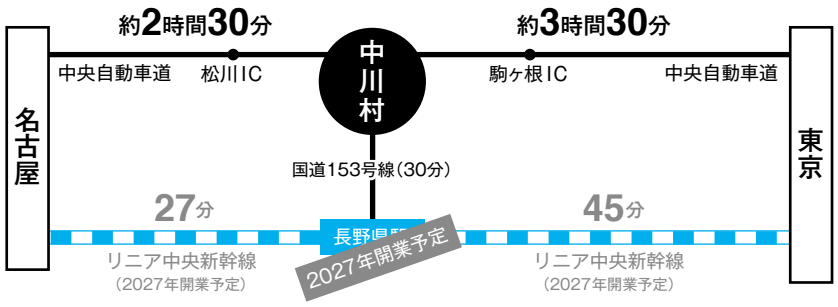
○ハローワーク飯田

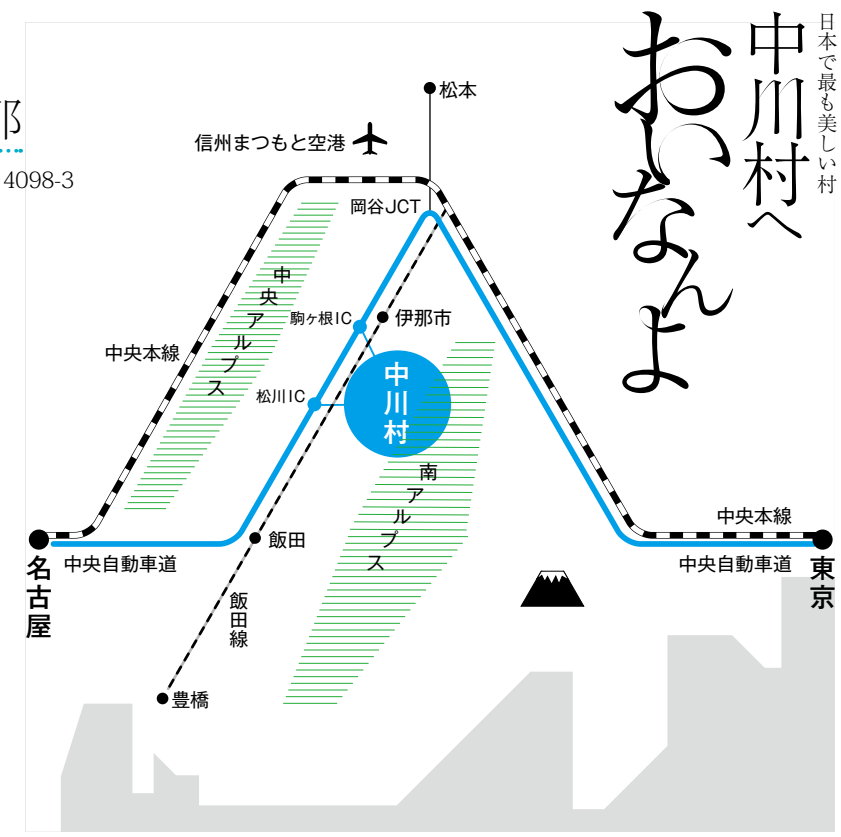
住所　〒395-8609 長野県飯田市大久保町 2637-3
電話 0265-24-8609

○ハローワーク伊那

住所　〒396-0014 長野県伊那市狐島 4098-3
電話 0265-73-8609

中川村へのアクセス





発行：平成 28 年12月23日　発行元：中川村　〒399-3892 長野県上伊那郡中川村大草 4045-1
TEL 0265-88-3001（代）　http://www.vill.nakagawa.nagano.jp
制作：EXAPIECO.inc　取材執筆：中里篤美　玉木美企子　撮影：佐々木健太　デザイン：小瀬古智之　イラスト：中西美嘉
英訳：細谷由依子　中西智華　協力：大石将司、basecamp COFFEE、信州伊那谷キャンパーズヴィレッジ　印刷：（株）朝日プリンテック

ENERGY GREEN WIND　ENERGY GREEN GEO
〝中川村へおいなんよ〟は
グリーン電力でつくられています。
有限会社エクサピーコでは、2,000kWhのグリーン電力（地熱）を利用し、編集及びデザイン業務を行なっています。