

夏

2024

vol. 01

わんっっ

新潟県南魚沼市
移住定住促進
ライフスタイルマガジン

BE SIDE YOU
& ROOTS FOR YOU

Minamiuonuma City LifeStyle Magazine



TAKE
FREE

美しい花たちを。
この地に舞い降りた



新潟県南魚沼市
移住定住促進
ライフスタイルマガジン

わっしょい

夏 2024

vol. 01



「地域に根っこをはいていきたい。」

「みんなのそば(方言:わっしょい)で
応援したい。」

その2つの意味が「わっしょい」という
タイトルに込められています。

新潟県南魚沼市で暮らしたいが
この土地ならではの資源を活かし
未来を糸が繋げる素敵な方々を
紹介します。



004 Life is Green. 植物と共に生きる。
佐藤 浩之 さん

010 『美容室 SOJI』と『スタジオ masshiro』、
姉妹の夢を育てる小さなサロン
村山 彩 さん・梅野 唯 さん

016 地域おこし協力隊を通して身につけた「生きる力」
足立 知彦 さん

020 YouKey プロジェクト

022 南魚沼市の取り組み

024 読者アンケート・南魚沼市について



「このワイン用の葡萄を使った葡萄ジュースがね、美味しいんですよ」ワイン造りに使用される南魚沼産カベルネ・ソーヴィニオンを栽培するのは、造園業を営む佐藤浩之さん。南魚沼市水尾地区に千葉から移住。それから30年以上が経った。「植物」を相手に仕事をしてきた佐藤さんが南魚沼市に根づくまでの半生を聞く。

01
INTERVIEW

Life is Green.
植物と共に生きる。

さとう ひろゆき
佐藤 浩之さん

千葉県八千代市出身。有限会社エル・グリーン代表取締役。大学卒業後、都内の不動産会社に勤めるが、自然の中で暮らしたいという想いが強くなり、祖母の住む南魚沼市へ移住。造園業に転身して市内初の樹木医（樹木の保護育成の専門家）として活躍。造園業の傍ら、知人の果樹園を引き継ぎ、南魚沼産カベルネ・ソーヴィニオンを栽培。赤ワインや葡萄ジュース、スパークリングワインを製造している。

造園業の経験を活かして栽培するカベルネ・ソーヴィニオン

水田に囲まれた果樹園、若草色の葡萄の実が連なり始めた6月。綺麗に芽かきがされ、見通しが良くなった葡萄の向こう側には、青い空が広がる。冬にはこの風景が一面、真っ白に染まる。豪雪地での葡萄栽培は簡単なことではない。葡萄の木を越冬させるための剪定は、技術と経験が必要な作業だ。

この果樹園を知人から引き継いだ、佐藤浩之さん。造園業を営む傍ら、妻と共にワイン用葡萄の栽培をしている。

「造園の仕事の合間に八色スイカを育ててみないかと持ちかけられました。それが2006年頃のこと。同じ時期に葡萄栽培も始めて、園芸農業をやるようになってきました。元々、植物が好きで造園業の世界に入ったもので、園芸作物も植物ですからね、楽しいですよ」と朗らかに話す佐藤さん。その柔軟な発想からは、職人気質をあまり感じない。というのも、佐藤さんが造園業の世界に入ったのは南魚沼市へ移住してからのこと。東京では大手不動産会社に勤めていた。

大学では農学を専攻し、百合の球根をバイオテクノロジーで発芽させる研究をしていた。学生時代から農業への関心はあったという。しかし、実家が農家という訳でもなく、漠然としていた農業への道は諦め、大学卒業後はマンションやリゾート開発を手がける大手不動産会社へ就職した。

「当時、入社した会社は自社でホテルの植栽やマンションの緑化も手がけてまして、そうした仕事に就くことができるのではないかと頭の中にはありました」入社後は数年ほど、地方の別荘を販売する営業職に従事していたが、会社の中で植物園をつくる事業が始まり、佐藤さんはその担当として群馬県自然豊かなエリアに転勤する。

「植物園をつくるようになったときに、自分でも剪定や造園を手がけるようになって、その時の経験が今に繋がっています。どうしても自然のある環境で植物を相手に仕事があったらいいですね」



若い頃に憧れた植物と向き合う暮らしが南魚沼にあった

しかし、地方での生活は長くは続かなかった。バブル経済に湧いていた90年代初頭、佐藤さんをはじめ、地方に駐在していた社員が本社に集められることになる。元々は不動産がメインの会社。都心部でのマンション開発に注力するために、人材が都市部に集約されたのだった。「群馬では車通勤だったので、本社に戻ってからはとても辛かった。千葉の家から東京の会社に電車で出社する日々は到底耐えられなくて、退職しました。バブル景気でしたからね、当時の状況としては珍しい人種だったと思いますよ」

こうして、佐藤さんは南魚沼市へ移住。植物園での経験を活かして、造園業に転職したのは、33歳のときだった。

「造園業も葡萄の栽培も南魚沼市では珍しい仕事でしょう。自社のホームページ内に求人を出すと若い人が見つけて応募してくるんですよ。昔の自分と同じように自然の中で働きたいとか、ウインタースポーツを楽しみたいとかね。職人の世界ですから『やりたい』という意志がないと、続けていけないし上達しない。そんな仕事ですけど、そういう意志を持って、うちを見つけて来てくれた社員もいて、よくやってくれていますよ」

庭師として有会社エル・グリーンで働く従業員は8名、そのうち5人がIターン、1人がUターンの移住者。30代の若手もおり、真面目に造園業と向き合っている。田舎にも色々ある中で、みんな南魚沼市を選んで働き、暮らしているという。

「南魚沼市という知名度は心強いものがあります。沖縄に行ってもブランドが伝わる地域。南魚沼産の葡萄を使っているということが、そのまま商品の付加価値になる。だから、米や農産品をつくらうとしている人には、良い場所だと思えますよ」

南魚沼市が育んできた「南魚沼産」のブランドは、ここで暮らす人たちの誇りになっていく。誇りは継がれ、新たなブランドが新たな価値として紡がれる。それは移住地としても同じ。この地域に住みたいというUターン移住者が集い、伝わり、次の移住者を呼び込むのだ。



八海山みんなの社員食堂

〒949-7112 南魚沼市長森426-1(つつみや八蔵)

魚沼の里は、八海醸造(株)が運営する複合施設。「八海山みんなの社員食堂」という人気の飲食店前に広がる青芝や周辺の植林は衛エル・グリーンが手がけた。休日には家族連れて賑わう人気のスポット。

(※1) 造園業を営む有会社エル・グリーン。農業部門にはエル・グリーンファームという屋号をつけた。



植物のスペシャリストが作る葡萄。生産年や収穫時期によって糖度や酸味が変わる。4ヶ月間は雪の下で越冬するカベルネ・ソーヴィニオンから作られるジュースは、甘味と酸味の中に、品種特有の渋みが混ざった大人の味わいになる。



Life is Green - 南魚沼のやま庭から -

南魚沼産のカベルネ・ソーヴィニヨンを使用したワインとジュース。
珍しい赤のスパークリングワインは爽やかな味わいで、食前酒に最適。果汁100%の葡萄ジュースは大人も楽しめる。
毎年限られた数量しか製造されていない限定品。ふるさと納税の返礼品としても人気の商品。



広大な水田と南魚沼市の自然に抱かれた葡萄畑で、夫婦で作業をする。ほとんどを手作業で行う剪定、芽かき、収穫には人手が必要だ。最初は2人でやっていた作業も、社員が増え、仲間が増え、今はエル・グリーンファーム一丸となって、栽培に取り組んでいる。

「しっくりときた」なら、南魚沼市に住んでみて欲しい

夫婦2人で共に作りあげてきた南魚沼市での生活と葡萄畑。カベルネ・ソーヴィニヨンの収穫時期は10月下旬で、その時期は特に忙しくなる。収穫量が天候に左右され、加工品づくりから販路開拓までを行う必要があるため、新規就農者として独立を目指すとしていた社員は「やらないが「やりたいことをやらせたい」と想いを語った。冬は雪に染まり、庭の仕事も農の仕事も一度、終わる。夏の仕事と冬の仕事、それぞれ違う仕事をするのは、南魚沼市らしい働き方と言える。

「冬は4ヶ月間、除雪やスキー場の仕事をします。雪が降らない地域なら、1年間ずっと同じ仕事ができるかもしれません。葡萄も豪雪地で越冬させるのは大変です。でも、それがいいと思っています」雪によって全ての仕事が一区切りつく。土は休まり、良質な作物のための土壌が育つ。ウインタースポーツに興じながら、スキー場で働く人もいれば、冬の仕事として除雪オペレーターとして道路除雪をしたりする人も

コロナ禍をきっかけに、南魚沼市へUターン開業をした姉妹

石打丸山スキー場の麓のエリア、国道17号沿いにピラティススタジオ併設の美容室がオープンした。真っ白い外観、古材を使ったレトロなドアを開けると、木のぬくもりが息づく内装。雪国らしい梁の露出した天井の開放感とプライベートサロンのような居心地の良さが安心感を与えてくれる。

この場を経営するのは姉・梅野唯さん（以下、唯さん）と妹・村山彩さん（以下、彩さん）。夢だった「自分のお店を持つ」ことを南魚沼市へのUターンを機会に叶えた。2人とも、コロナ禍が訪れる前はUターンという選択肢はなかった。

唯さん「何でも手の届くところにある都会での生活は楽しかったですよ。ピラティスや加圧トレーニングの世界に出会い、トレーナーに転職して、やりたい仕事が出来ていて充実した日々でした。この生活が続くのかなと思っていた時に、コロナ禍があったんです」

家族で暮らしていた唯さんはコロナ禍で家族と過ごす時間が増え、それまでの子育ての仕方や時間の使い方を省みるようになった。

唯さん「コロナの前は、子どもを保育園に送って、仕事をしただけで帰ってきて、疲れてご飯が作れないみたいな、何かに追われて、やりたいことができない感覚がずっとありました。南魚沼市に戻れば、もっと別の時間の使い方ができるかもしれない。理想の暮らしを現実にするチャンスかもしれない。そう考え始めました」

10年以上、美容師として働いていた彩さん。「時間のゆとり」のなさ」を唯さんと同じように感じていた。

彩さん「時間の使い方という部分では、私も当時の美容師としての働き方に限界を感じていました。朝早くから出勤して夜まで働いた後は、技術向上のために残って。役職につけば責任も出てきて、売上や数字にも頭を悩ませる。仕事に縛られ続ける時間というのが辛かったですね」

姉妹の想いはコロナ禍をきっかけに南魚沼市へと向いていった。

南魚沼市に帰りたい。心の中で思うことはあっても、きっかけがなければ、その一歩は踏み出せない。コロナ禍は、そのきっかけには十分な出来事だった。首都圏で働いていた梅野さん、村山さん姉妹は2022年5月に揃ってUターンを決めた。「2人の夢を叶えるため」と話す姉妹の対談。

02 INTERVIEW

『美容室 SOJI』と『スタジオ masshiro』
姉妹の夢を育てる小さなサロン



むらやま あや
村山 彩さん（左）

うめの ゆい
梅野 唯さん（右）

SOJI - そじ - 代表 / 美容師・スタイリスト
専門学校を卒業後、神奈川県川崎市の美容室でスタイリストとして働く。移住後は、手の加えられていないもの、ナチュラルなものを意味する「素地」をコンセプトに完全予約制のマンツーマンヘアサロンをオープン。

masshiro - まっしろ - 代表 / ピラティストトレーナー
都内で営業職として働く中、加圧トレーニングに出会ったことがきっかけで、トレーナーに転職。ピラティスやシルクサスペンション等の技術を学び、パーソナルトレーナーとして活躍。移住後は自宅をスタジオにしてレッスンを開始。妹・彩さんの美容室開業と共に石打丸山スタジオを出店。



続けていくことで夢は本当に叶う

南魚沼市へ心を寄せていた2人に家族から一報が届いた。国道17号沿いの広い土地が空いたらしい。アクセスも良く、住宅と併用して商売を始めるには良い条件が揃っていた。

彩さん「美容師としては『自分の店を持つ』というのは、一つのゴールでもありました。でも、1人で始めるのは怖いなど、姉とも相談して、2人のやっていることを一緒にできないかという話になりました」

唯さん「そうですね。東京でピラティスのレッスンをすることもありましたが、場所を借りたり用意したりするのは大変だなと思うことも多くて。自分のスタジオを持たりたいいなと思っていたんです」

お互いの想いが重なり、家族にも相談。唯さんの旦那さんはフリーランスで働いており、南魚沼市が都心へのアクセスが良いエリアであることも鑑みて了承を得られた。

2022年5月に2人は移住を叶え、店舗兼住宅の設計やデザイン、資金繰りに奔走し、工務店である実家のサポートを受けながら2024年4月に念願のスタジオ併設の美容室をオープンした。

彩さん「なんだかんだと、オープンまでに2年もかかってしまいました。色々こだわったのでお金もかかりましたけど満足しています。都心では、これだけの店舗を持つには同じスペースでも3倍・4倍以上、費用はかかっていたかもしれせん」

自分たちの店を持ち、都心とは違う層のお客さまと接していく中で、仕事への考え方や向き合い方にも変化があらわれたという。

唯さん「南魚沼市に来てから、高齢の方に体験会を開いたことがありました。コロナ禍で人と会う機会が減り、元気がなくなっていた方から体験会が終わった後に、『またやってもらいたい』と言ってもらえて。その人にとっては人と会う機会にもなったと思うんです。身体のためのトレーニングだけじゃない、心も健康になってもらいたい、トレーナーとしての視野が広がりました」

彩さん「私は、1人ひとりのお客様と向き合う時間、会話する時間を多くとれるようになりました。経営をしていかなかったら、大変な部分はありませんので、『ここで仕事を続けていく』という明確な目標に向かう気持ちは、都心にいたときよりも大きくなりました。美容師やスタイリストが夢を見る『自分の店を持つ』のはスタートで、ここから『続けていく』ということが本場のゴールなんだろうと思います」

時間の余白、暮らしの余白が生まれるからこそ、本当にやりたいことを続けることができる。日常に追われていると、視野は狭くなり、未来を考える時間を作ることができない。コロナ禍は姉妹にとって大きなターニングポイントになった。

石打丸山スキー場～関エリア

店舗の外に出ると南魚沼市を代表するスキー場のひとつ「石打丸山スキー場」のゴンドラリフトが水田越しに見える。世界最新鋭のゴンドラリフトが導入され、2023年から夏営業もスタートした。移住者や若者による新しいお店なども増え始めている。

シルクサスペンションスタジオと美容室が併設した唯一無二の店舗。トレーニングをしてから、ヘアケアをするお客様もおり、内面と外面の「美」を提供することができる。



村山 彩さん
梅野 唯さん



美容室 ^{そじ} SOJI

川崎市のヘアサロンで1万3千人以上のスタイリングを担当した村山さんが、マンツーマンでの施術と1人ひとりに時間をかけてスタイリングを行うプライベートヘアサロン。oggi otto認定サロンとして、100%精油のアロマオイルを使ったケアも人気。

住所：〒949-6371 新潟県南魚沼市関1054-1
(国道17号沿い、石打駅から徒歩8分)
電話番号：025-788-1330
営業時間：9:30～19:00 (18:00最終受付)
定休日：月曜、他不定休



Instagram



LINE



真っ白な外壁に温かみのある古材を使用したドアが印象的。



入り口に掲げられた無垢材の看板に美容室「SOJI-そじ-」、ピラティススタジオ「masshiro-まっしろ-」と、どちらも生成りの素材を思わせる店名が並ぶ。



ピラティススタジオ ^{まっしろ} masshiro

新潟県内では珍しいシルクサスペンションを使った空中トレーニングができるスタジオ。ピラティスを取り入れたレッスンは若者から高齢者まで、体験レッスンから気軽に受けられる。経験豊富な梅野トレーナーと健康的な生活を目指してトレーニングを始めよう。

住所：美容室SOJIに隣接
連絡先：LINE (下記二次元コード)
営業時間：9:00～応相談 (完全予約制)



Instagram



LINE



暮らしにも、子育てにも良い南魚沼市の魅力

就職、結婚、出産といった人生のライフステージの変化や、転勤や病気といった予期していなかった出来事などが、移住を検討するきっかけとなることは多い。唯さん、彩さん姉妹にとってはそのきっかけがコロナ禍だった。南魚沼市にUターンして環境が変わると、生活にも変化があった。

唯さん「子育て環境が大きく変わりました。都心だと、子どもがどこかに行くときは親がつきつきりになってしまったり、家の中や商業施設のゲームコーナーで子どもの遊びが終わってしまったり。それが、南魚沼だと外遊びが思いきりできるので、そこは家族にとって大きな変化でしたね」

唯さんのお子さんは南魚沼市に来てからサッカーの習い事を始め、友達も増えた。心配していた子ども人間関係も良好。移住者が増えている南魚沼市だからこそ、人を受け入れる土壌も育っている。

彩さん「生活の移動が車中心になつて、行動範囲が広がりました。

た。南魚沼市は、周辺地域へのアクセスも良くて、新潟市方面へも群馬・東京へも割とすぐに行けます。ドライブも好きなので、フットワークも軽くなりましたね。地方は不便というイメージがあるかもしれませんが、車があれば行動範囲が広がる分、別の世界が見えてくると思いますよ」

仕事場と自宅を往復する窮屈な生活から脱却した彩さん。Uターンし、時間に余白が生まれ日々を楽しめるようになったことで、新たに覚えてくる世界があった。

彩さん「自然のあるところに住みたい、子育て環境に悩んでいる。そうした考えを持っているなら、迷わず南魚沼市に住んでみて欲しい。自分に合わなければ、別の道を探しても良いし、負いしないことが大事だと思います。自分自身がどうありたいか、何をしたいかが重要ですから」

窓から見える景色はビル群から山々にも変わっても、自分の軸は変わらない。南魚沼市だから出来る仕事、出会う人、広がる視野と価値観がある。2人の姉妹の夢は始まったばかりだ。



集落で受け入れている
大学との10年間の軌跡
を集めたフォトブック



03
INTERVIEW

地域おこし協力隊を 通して身につけた 「生きる力」

あだちともひこ
足立 知彦さん

昭和51年、東京生まれ。介護職・支援学級の支援員を経て、2004年に日本一周の旅の途中で中越大地震に遭遇。震災ボランティアを通して南魚沼周辺の地域に通うようになる。2016年1月に南魚沼市辻又集落の地域おこし協力隊に着任。任期終了後は、不登校や引きこもりといわれる人の支援員として働きながら集落で暮らす。

中越大地震が繋いだ縁を頼りに

国道17号を上越新幹線「浦佐駅」方面へ向かう途中、県道58号線に入り、さらに道を折れ林道を進むと、ヤゴ平林道(※1)がある。霊峰八海山を望み、眼前に雲海の広がる絶景が多くの人々を惹きつけるスポットだ。その山裾に辻又集落はある。冬には道が雪で閉ざされてしまうほどの豪雪地に14世帯が暮らす。「学生の頃から災害ボランティアによく参加していて、大学卒業後も、介護職や支援学級の支援員といったソーシャルワーカーの道に進みました。その後、日本一周の旅をしていた時に、中越大地震に遭遇しました。それがきっかけで、この地域にはボランティアで通うようになったのですが、次第に自分のソーシャルワーカーとしての経験や知識でお世話になった人に恩返ししたいと思うようになり、地域おこし協力隊になることを決めました」

足立さんは、耕作放棄地が増え、農業の担い手が減少している辻又集落の支援のために、2016年に地域おこし協力隊に着任。集落内の空き家を借り、その空き家を自分で直しながら暮らしを始めた。「最初の1年間は『住む』ことで精一杯でした。中山間地の暮らしは簡単なものではなく、集落の方々に助けられながら暮らしに慣れていきました。」

暮らしに慣れた2年目、山清水の流れる斜面沿いの田んぼを住民から引き継いだ。米づくりを始めた足立さんは、山の整備や草刈りなどの共同作業をする機会が増え、少しずつ集落に受け入れられていった。当時、南魚沼市では地域おこし協力隊の受け入れ例は少なく、どのような立場で集落と関わっていくべきか悩むこともあったという。

「3年間の任期が終わったら、いなくなるんですよ」と言われたこともあり、住民と少し距離があったと思います。それでも積み重なっていくことはあると信じて、行事を手伝い、稲を育て米を作り、集落と共にありたいという気持ちで3年間を過ごしました」



“任期が終わる3年後には、いなくなる”
地域おこし協力隊として、辻又集落に移住した足立さんは、「きっと地域の人からはそう思われていただろう」と当時を振り返る。集落の空き家を直しながら、斜面沿いの水田で米づくりをして、南魚沼市での生活は9年目になった。「南魚沼市に来て良かった」と話す足立さんの辿ってきた定住までの道を聞く。

地域おこし協力隊とは

過疎地や人口減少が著しい地域に都市部から移住した外部人材が、それぞれの地域で求められていることを仕事として行う制度。地域おこし協力隊は市から委嘱を受けて活動を行い、仕事の内容は農業支援や商品開発・PR等、多種多様。最大3年間の活動期間で課題解決の仕組みづくりと隊員の定住を目指す。

小さな積み重ねが人を受け入れる土壌をつくる

地域おこし協力隊の任期を終え、足立さんは辻又集落に住み続けることを選んだ。朝には鳥がさえずり、生き物の存在を感じる山や自然と共に暮らす。集落で暮らす人々は減っていくが、それでも住み続けられるうちはここに居たい。そんな想いを持ち続け、辻又集落での生活は2024年で9年目を迎えた。

「集落の方から、農作業をしていたら声をかけてもらえるようになったり、トラクターや米の乾燥機も集落の人と共同で使わせてもらったりと、最初はよそ者だった自分が、この8年で少しずつ集落に受け入れられていったように感じています。私も集落で受け入れている大学生のサポートや交流事業の手伝いをして、1人の集落の住民として一緒に生活をしている。そんな感覚ですね」

地域おこし協力隊という立場からは見えなかった辻又集落の本来の姿。定住を決めたから分かることも多かった。

あったり、任される仕事の内容であったり、とても小さな変化でした。それでも目には見えない範囲で少しずつ変化しているんです。その変化が積み重なることで、「よそ者」を受け入れる土壌ができていくのだと思います」

人との関わり、地域との関わり、ミッションとの向き合い方、豪雪地での暮らし。今でこそ、多様なサポート体制や地域の理解も生まれているが、黎明期を過ごした足立さんは特に苦労も多かっただろう。それでも、南魚沼市に移住して良かったと足立さんは話す。

「今は楽しく暮らせていますよ。趣味だったバイクは雪の中では乗れないのでマニュアルの軽トラに乗り換えました。これが中々楽しいんですよ。あと、東京から来た友人に自分の田んぼで収穫した米をあげると、とても喜んでくれるので、自分で食べ物をつくっているんだという自信ができましたね」

足立さんが農業や化学肥料をできるだけ使わずに作った米は、特にアトピーやアレルギー

を気にする親に人気で、普段お米をあまり食べない子どもも食べられるようになったと声が届く。農家と言えるほどではないが、集落で暮らすための生業として足立さんは米づくりを続けている。

「辻又集落で暮らすうちに、どの山菜が食べられるのか分かるようになったり、猪に畑を荒らされれば狩猟免許を取得したり。この中山間地で「生きる力」が芽生えてきました。地域から地域おこし協力隊に寄せられる『集落を活性化して欲しい』という期待に応えるためには、自分自身が集落で生きる力を身につけて、暮らし続けることが大事なのだと思います」

眼前を白く覆い、朝日が差し込む雲海は特別で幻想的だ。雲が晴れ、盆地に連なる棚田もまた美しい。だが、高台を降り、その景色を支える人々と共に暮らすことで見える景色もある。地域おこし協力隊だったから、その景色に出会うことができた足立さん。生きる力は次の世代へ引き継がれ、営みは続いていく。



©若井勝也



※1 ヤゴ平林道 東屋からの雲海

上越新幹線「浦佐駅」を背に西の山へと登るヤゴ平林道入り口を進んだ先にある六角型屋根の「東屋」。条件がそろえば安定的に雲海が観測できるため、風景カメラマンが集まるスポット。場所：南魚沼市浦佐

雨の中、田んぼの水の様子を確認しにいく足立さん。東京から訪ねてくる人と農業交流体験をする場所としても使っている。豪雪地が育む豊富な水資源を活かし、自分が食べる以上の米を作り、誰かと分かち合う。そうした喜びが暮らし甲斐に繋がっている。南魚沼市での地域おこし協力隊はR6.7月末現在5名が活躍している。足立さんが拓いた道が次世代へ引き継がれている。

その1歩が、未来をひらく「カギ」となる YouKey プロジェクト

学校の垣根を超えた「仲間」が集まる『YouKey プロジェクト』。自分と向き合い「やりたい」を見つけ、形にするまで、大学生や地域の大人がサポートします！



開催場所・対象者

開催場所：南魚沼市内（六日町中心）
対象者：プログラムに参加できる
中学生・高校生

YouKeyとは

好きを見つけて追求できる
これまでに参加した延べ82名は大学生や大人と協力しながら1人ひとりの興味関心を丁寧に探し、プロジェクトを立ち上げました。今年も皆さんの未来への1歩を応援します。

一生ものの「仲間」に出会える

学校も学年も違う仲間に加え、大学生や地域の大人と半年間一緒に活動していく中で、かけがえのない繋がりを持つことができます。

自分らしくいられる「居場所」

1人ひとりが素の自分を認め合い、尊重できる。そして、お互いのやりたいことを語る。そんなコミュニティを一緒に作っていきましょう。

アクション例

- ・スポーツや音楽を通じた国際交流
- ・イベント参加者にオリジナルメイク
- ・自分の書いた絵で展覧の開催

過去の活動はこちらで紹介



4期生の声



六日町高校 2年生
小島 陽良さん

人前で話す「苦手」を克服

南魚沼市の未来を担う中高生たちを対象に、自分の中に「興味・関心」を探究し、形にしていく半年間のチームビルディングのプログラムが「YouKey プロジェクト」だ。令和6年で4年目を迎え、学校でも家でもない第3の居場所が生まれている。

「人と話すのが苦手で、克服したいと思った」

六日町高校2年生、小島さんはYouKeyプロジェクトに参加した理由を語った。

「他校の生徒や大学生との交流をする機会が多く、「自分のことを話しても良い」という雰囲気があるにありす。YouKeyの場の人と話することに



YouKeyプロジェクト4期生。南魚沼市出身、高校では硬式テニス部に所属。年代や環境が違うYouKeyプロジェクトに勇気を持って飛び込んだ。

苦手意識はなくなりました

YouKeyプロジェクトでは、半年間のプログラムの中で自己探究をしていくフェーズと、「ユニット」と呼ばれる小さなチームを作って企画をつくっていくフェーズがある。小島さんは、自分の中にあったキーワードを軸に「本の魅力を紹介するWEBサイト」を制作していくという。

「将来やりたいことが出た時に、実現するための経験を積む場だと思っています。交流も増えて、情報も集まる。もし、参加しようか悩んでいる人がいたら、入ってみて欲しいです。周りは優しい人ばかりで、自分のためになります」

ディレクターの声



新潟大学創生学部 3年生
武田 峻汰さん

自分自身も成長できる

中高生に伴走し、良きパートナーとなるのが大学生メンターの存在。YouKeyプロジェクトは新潟大学の講義科目の一つになっていて、多くの大学生が実習に訪れている。武田さんは、その中でも中心的な役割である「ディレクター」として、プロジェクトを推進する新潟大学の3年生だ。大学を休学して「地域おこし協力隊」として活動している。

「今までは科学技術の進歩やテクノロジーに関心があつたのですが、YouKeyプロジェクトに関わってから、地域や人を繋ぐ仕事をしていきたいと思うようになりました。傾聴力や伴走力、コーディネー



新潟市出身。実習への参加をきっかけに、どんな仕組みの前にも「人」が重要であることに気づいた。

ト力を実習だけでは高めきれないと思い、深く関わるために休学を決めました」大学生のメンターは約15人。中高生2人に対して1人が伴走に入る仕組みだ。それらを統括して動かしていくのがディレクターである武田さんの仕事。「僕たちメンターは地域の中に力になれる人や企業がないか、実現に近づく可能性が高まる機会がないか探して、繋がりをつくるのが仕事です。大変な仕事ですが、中高生の変化を見られることがやりがいですね。」

公式SNS

各SNSで活動を紹介しています！



主催：南魚沼市
運営：一般社団法人 愛・南魚沼みらい塾
協力：新潟大学・国際大学・上越教育大学



南魚沼市移住支援金 U&I

東京23区に在住もしくは通勤していた人で就業先など一定の要件を満たした移住者を対象に、単身の場合は60万円、世帯の場合は100万円を交付。

子育て世帯移住支援金 U&I

東京圏に在住していた子育て世帯（18歳未満の子がいる）で就業先など一定の要件を満たしている移住者を対象に、1世帯につき50万円を交付。

U・Iターン促進住宅支援事業補助金（家賃補助）U&I

県外から転入し、県内企業などに就業した移住者を対象に賃貸住宅の家賃を補助。月額家賃の1/2を上限15,000円で12ヶ月間補助。



詳細は
こちらから

南魚沼市空き家バンク制度 U&I

市内にある空き家の所有者から提供された情報をウェブサイトで公表し、市内での暮らしを希望する人に紹介する。

みんな住マイル改修補助金 都市

市内施工業者による50万円以上の住宅リフォーム工事について、10万円を補助。
※中学生以下の子または妊婦がいる世帯、居住誘導区域内の住宅にはそれぞれ加算あり

中古住宅リフォーム補助金 都市

購入したもしくは相続・贈与を受けた市内中古住宅について、市内施工業者による100万円以上のリフォーム工事を行う場合、16万円～100万円を補助。
※移住者への加算あり



保育園・認定こども園は市内に26か所！待機児童はゼロ！

めぐちゃん祝い金 子育て

※令和3年度から5年間限定の事業
南魚沼市に誕生した子どもに出生のお祝い金を支給。支給金額：1人目12万円、2人目15万円、3人目以降20万円

ほのぼの広場 子育て

0歳から小学校入学前の親子が自由に遊んだり、情報交換ができる場所。市内3会場にて開設。

ファミリーサポートセンター 子育て

子育ての手助けをしてほしい人に保育サービスを提供する会員制の保育事業。
※概ね5ヶ月から小学6年生までの子どもが対象



詳細は
こちらから

にこにこ広場 子育て

入園前のお子さんと保護者向けの、保育園で行う遊びの広場。

心豊かな子育て教室「そだち学級」「親子サロン」 社会

就学前のお子さんと保護者向けの遊びの場、仲間づくりの場。六日町地域で年間3～4回開催。

読書のつどい、絵本のへやなど 図書

毎週水曜日に南魚沼市図書館にて絵本の読み聞かせなどを開催。

ブックスタート 図書

4ヶ月健診時に「ブックスタート引換券」をお渡しし、南魚沼市図書館・児童コーナーで絵本をひらく楽しい「体験」と「絵本」をプレゼントする活動。

医療費などの負担軽減

子ども医療費助成 子育て

就学前まで：入院・通院とも全額助成
小学生～18歳到達年度末まで：通院530円/回、入院1,200円/日の負担で医療を受けられる

風しん予防接種助成 保健

未来の赤ちゃんを守るために、妊娠を希望する女性やその家族への接種費用の一部を助成します。

妊産婦医療費助成 子育て

妊産婦にかかる医療費のうち、保険診療による自己負担額全額を助成。

不妊治療費助成 保健

・一般不妊治療は1子につき治療ごとに上限13万円。
・特定不妊治療は1回の治療につき上限13万円。
1子あたり通算6回まで助成。
※1回の治療開始日において妻の年齢が43歳未満、治療終了日から6ヶ月以内に申請

不育症医療費助成 保健

1回の治療につき10万円を上限に助成。
※1回の治療開始日において妻の年齢が43歳未満、治療終了日から6ヶ月以内に申請



働く



詳細は
こちらから

就農

南魚沼市青年就農支援事業（経営開始資金）農林

原則50歳未満の認定新規就農者に年間150万円/人を最長3年間補助。

南魚沼市チャレンジ支援事業補助金 商工

南魚沼市で新たなビジネスにチャレンジする個人・法人に対し、国内外の先進地視察等に必要経費について100万円を上限に補助。

創業支援セミナー・相談会 商工

創業に関する基礎知識を無料で学べるセミナーと、創業の悩みを無料で専門家が相談に応じます。

創業支援補助金 商工

市内で新たに創業する人を対象に、創業事業費の1/2を補助。補助上限100万円。
※県内からの移住者は5万円、県外からの移住者は10万円の加算

南魚沼マッチボックス 商工

南魚沼市公式の単発お仕事探し。1日単位・短時間の求人があるから、空いた時間や副業にピッタリ！


relay the local × 南魚沼市 商工

事業継承を通じて、地域で育まれてきた事業を次世代に繋ぎながら、後継者問題にお悩みの方々、事業をスタートしたい方々をサポートします。


南魚沼市事業創発拠点 MUSUBI-BA

市内外の事業者のビジネス交流や新たな事業を創出する場。コワーキングスペースやイベントスペースとしても利用可能。



ホームページは
こちら

南魚沼市看護人材確保支援事業補助金 病院

県外から転入した看護職員で一定の就業要件を満たした人を対象に、60万円を交付。
※令和6年3月31日以前に就業した場合は30万円

介護人材確保緊急5か年事業 介護

新規・移住定住就職支援金・カムバック支援金・ケアマネール支援金・ケアマネスタート支援金の4項目あり、各項目20万円の支援金を支給。
※令和3年度から5年間限定の事業



お試し体験

保育園留学® U&I

地域と子育て家族をつなぎ、未来をつくる留学プログラム。
市内に1～2週間、子どもが地域の保育園に通いながら家族で滞在できるプログラム。滞在中は市内の連携宿泊施設やコワーキングスペース（オプション）が利用可能。

ふるさとワーキングホリデー U&I

主に首都圏など都市部の若者が2週間程度市内に滞在し、地元の企業で働いて収入を得ながら、地域住民との交流や学びの場などを通じて魅力を体験してもらう事業。
1年に2回、夏と冬に各3期間で参加者を募集。

農業農村体験

田植え、畑づくり、秋の収穫などを四季折々の南魚沼を体験できるプログラム。
南魚沼市グリーン・ツーリズム推進協議会
025-782-5105



移住のご相談

（一社）南魚沼市まちづくり推進機構

025-778-0511
メール：info@mmdo-machi.org
仕事探し、住まい探し、補助金の申請などひとりひとりに合わせた相談ができます！LINE、メール等好きな方法でご相談ください！

ホームページは
こちら



ご相談は
こちらから



南魚沼市は新潟県南部の魚沼盆地に位置し、太平洋と日本海を結ぶ交通の要衝となっています。市内には関越自動車道と上越新幹線が通っているため、特に関東圏からの交通アクセスは大変便利です。

グリーン・シーズンには日本百名山「巻機山」や霊峰「八海山」などの登山客、冬季にはスキー場が集積する一大スノー・リゾート地として多くの観光客が訪れます。

[面積] 584.55km²

東京23区(621km²)の約94%にあたる広さです。

[人口] 52,499人

※令和6年7月末現在
(住民基本台帳人口)



ACCESS

交通主要アクセス



車の場合	IC	経路	距離	所要時間	IC
	練馬IC	関越自動車道	187 km (約2時間10分)		六日町IC
		関越自動車道	175.5 km (約2時間)		塩沢石打IC
新潟西IC	新潟西IC	北陸自動車道	99 km (約1時間5分)		大和スマートIC
		經由	111 km (約1時間15分)		六日町IC
		関越自動車道	122 km (約1時間25分)		塩沢石打IC

※大和スマートICはETC車専用

新幹線の場合	IC	所要時間	駅	IC
	東京駅	約1時間15分	越後湯沢駅	六日町駅
	新潟駅	約40分	浦佐駅	
		約45分	越後湯沢駅	

読者アンケート

わっこ

[Vol.01]

読者の皆様の声をお聞かせください！

今後の「わっこ」に反映させるため、アンケートを実施します。回答いただいた方の中から抽選で25名様に南魚沼市の特産品詰合せを送付させていただきます。

二次元コードよりアンケートフォームにアクセスし、ご回答ください。



締切

令和6年9月30日(月) 23時55分

※当選者の発表は景品の発送をもってかえさせていただきます。