

LIFE in

Minamiuonuma city life style Magazine.

Happiness by
living in
Minamiuonuma.

Vol.7

2017/Autumn

新潟県南魚沼市若者定住促進
ライフスタイルマガジン



LIFE in

Minamiuonuma city life style Magazine.

Happiness by
living in
Minamiuonuma.

Vol.7

2017/Autumn



www.life-in.jp

心が踊る
市長も踊る
南魚沼市

LIFE in

Minamiuonuma city life style Magazine.

Happiness by
living in
Minamiuonuma.

新潟県南魚沼市若者定住促進
ライフスタイルマガジン

www.life-in.jp



Vol.7
2017/Autumn

南魚沼に 暮らすという しあわせ。

南魚沼市にUターンやIターンで
実際に定住している若者のリアルな暮らしや、
定住に役立つ情報を紹介する
ライフスタイルマガジン
『LIFE in ~ライフイン~』

CONTENTS

- 04 Introduction of the life style
南魚沼が叶えてくれた夢
星野 澄土さん さちさん 
- 10 Introduction of the life style
助産師という職業との運命的な出会い
丸山 由姫さん 
- 16 Introduction of the circle
LIFE in×恋のサツ! 新潟WBC 
- 18 Techniques to be inherited
受け継がれる“技”
越後上布伝承者養成事業 
- 20 User's Voice
南魚沼に住む
移住定住支援制度利用者の声 
- 21 The Geography of Minamiuonuma City
南魚沼市概要・歳時記
- 22 これから南魚沼市への定住を考えている方へ
南魚沼市の取り組み 

体に優しいおいしい 手料理を振る舞うように

Sumito Hoshino



お客さんが気軽に 集まってくれるお店に

Sachi Hoshino

星野さちさん(以下敬称略) 理想は、いつも近所のおじいさん・おばあさんが待合でお茶を飲んでいて、お客さんたちとわいわい話しているようなお店。お客さんたちが気軽に集まってくれるお店です。

澄土 肌が弱い人にも安心して利用してもらえるところが一番のこだわりで、得意な分野です。体に優しいおいしい手料理を振る舞うように、体に優しい心地よい施術をしていきたいと思っています。体質などで美容に関して悩んでいる方、諦めてしまっている方の力になりたいと思っています。

— こちらの美容室のこだわりはなんですか？

— 新しいお店なのに、どこか懐かしさや親しみやすさを感じますね。
星野澄土さん(以下敬称略) 2人も古いものが好きなので自然とこうなりました。お店の内装は憧れの「古民家」に近づけつつ西洋文化が日本に入ってきたらしい時代をイメージして仕上げました。鏡や、クローゼットは妻のお母さんの嫁入り道具で、本棚とワゴンが家具職人の友人が作ってくれたんですよ。

平成29年2月に
愛知県名古屋市から



星野澄土さん Sumito Hoshino / 32才

南魚沼市生まれ。美容師の勉強のため上京。その後横浜の美容室に就職し、さちさんと出会い結婚。第一子の誕生を機に名古屋に移ったが、自分の店を持つという夢のためUターン。平成29年4月に「優しさ」をコンセプトにした美容室「bocca(ボッカ)」をオープン。



星野さちさん Sachi Hoshino / 37才

愛知県名古屋市生まれ。専門学校卒業。横浜の美容室で澄土さんの先輩として一緒に働く。自然の中で子育てをしたいという希望から移住。趣味は色々なものを手作りすること。現在、南魚沼市の生活を満喫中。

南魚沼が 叶えてくれた夢

平成29年4月にオープンしたばかりの体に優しくをコンセプトにした美容室「bocca(ボッカ)」。
名古屋から移住された優しい雰囲気溢れた星野夫妻が営む美容室です。
理想の暮らしを求めて南魚沼に移住して来られたというお二人にお話を伺いました。

Introduction
of the life style
2017 autumn

美容室 ボッカ
bocca
星野 澄土さん
さちさん





好きなものを集めたお洒落な店内。お二人の人柄があらわれた優しい雰囲気にも包まれています。

家もお店も理想の暮らしも手に入れた南魚沼への移住

澄土 最初は「移住」というテーマで色々と調べたんです。『HITTO』も見ましたよ。そこに書いてある支援制度が自分に適用されるのか、一つずつ調べて、何度か電話で市役所へ問い合わせました。

— 移住や創業関係の支援制度があることはどこで知ったんですか？

— 今のお店を営んでみてどうですか？

澄土 始めたばかりなのでまだまだ安定していませんが、自分で自由にできているので楽しいです。創業支援補助金を受けるために、南魚沼市の創業支援セミナーに通って勉強を始めました。講義が夕方にあるので、子どもと触れ合う時間も大切にしながら頑張っています。

— 移住や創業関係の支援制度があることはどこで知ったんですか？

— 今のお店を営んでみてどうですか？

さち はい。私の両親も7年前に実家のある名古屋から岐阜に移住しました。両親も田舎暮らしに慣れていて、老後は畑をしながらのんびり暮らすというのが夢でしたので、私もなんとなく移住は最後のイメージだったんです。ただ両親共、年々畑仕事が体力的に厳しくなっており、あまり満喫できていないようです。それを見ていて、私は若いうちに移住して、やりたいことを満喫しようと考えていました。

— さちさんのご両親も数年前に移住されたそうですね。

移住するなら 若いうちに



中古物件のリフォームで手に入れた、理想のライフスタイル。

350万円の中古一軒家を購入して お店兼住宅に改装

さち 壁を塗ったり自分たちでできることはやりました。これがまた楽しかったし、よりいっそう愛着が湧きましたね。

— 中古物件をお店兼住宅に改装されたそうですね。

澄土 はい。状態のいい中古一軒家を350万円で購入しました。駐車場もあって畑もあって融雪用の井戸まで付いてこの値段です。物件とリフォーム費用と美容室の設備等、全部合わせて1700万円が収まりました。南魚沼だからこそ、家もお店も理想の暮らしもこの値段で手に入れることができましたんです。名古屋じゃ考えられないことです。

— 中古物件をお店兼住宅に改装されたそうですね。

澄土 夫婦そろって山登りが好きなので、自然が豊かなところに住みたいという想いがずっとありました。名古屋にいたときは生活に余裕はありましたが、おもしろくはなかった。長野の安曇野に旅行したとき、山に登り放題だな、いいなと思って、長野に移住することも考えましたが、自分でお店をやるとなると一番大事なのは「お客さん」。知ってる人が誰もいないのも厳しいなという思いもあり、やはり実家があったところ合いもいる南魚沼にお店を開くことにしました。地元で自営業をしている友人もいるので、みんなで情報交換をしながら仕事に活かしています。和田養鯉場の和田卓君とは中学の同級生で、今でも家族ぐるみで仲良くしてもらっています。

— 中古物件をお店兼住宅に改装されたそうですね。

澄土 夫婦そろって山登りが好きなので、自然が豊かなところに住みたいという想いがずっとありました。名古屋にいたときは生活に余裕はありましたが、おもしろくはなかった。長野の安曇野に旅行したとき、山に登り放題だな、いいなと思って、長野に移住することも考えましたが、自分でお店をやるとなると一番大事なのは「お客さん」。知ってる人が誰もいないのも厳しいなという思いもあり、やはり実家があったところ合いもいる南魚沼にお店を開くことにしました。地元で自営業をしている友人もいるので、みんなで情報交換をしながら仕事に活かしています。和田養鯉場の和田卓君とは中学の同級生で、今でも家族ぐるみで仲良くしてもらっています。

— 中古物件をお店兼住宅に改装されたそうですね。

澄土 夫婦そろって山登りが好きなので、自然が豊かなところに住みたいという想いがずっとありました。名古屋にいたときは生活に余裕はありましたが、おもしろくはなかった。長野の安曇野に旅行したとき、山に登り放題だな、いいなと思って、長野に移住することも考えましたが、自分でお店をやるとなると一番大事なのは「お客さん」。知ってる人が誰もいないのも厳しいなという思いもあり、やはり実家があったところ合いもいる南魚沼にお店を開くことにしました。地元で自営業をしている友人もいるので、みんなで情報交換をしながら仕事に活かしています。和田養鯉場の和田卓君とは中学の同級生で、今でも家族ぐるみで仲良くしてもらっています。

— 中古物件をお店兼住宅に改装されたそうですね。



bocca (ボッカ)

〒949-7102
新潟県南魚沼市奥 39-2
TEL / 025-788-0454
MAIL / bocca.hair@gmail.com
HP / <https://boccahair.wixsite.com/bocca>
営業時間 / 9:00 ~ 19:00
定休日 / 月曜日 (不定休あり)



和田養鯉場

〒949-7222 新潟県南魚沼市芋赤 345
TEL / 025-779-3320
MAIL / wadayorijo@gmail.com
Blog / <http://wadayorijo.blog64.fc2.com/>
SNS / www.facebook.com/wadakoifarm

和田卓さん Suguru Wada / 32才

星野澄土さんの同級生。高校までを南魚沼市で過ごし、東京の大学で建築・デザインについて学ぶ。卒業後帰郷、若手鯉師・作家として活躍中。「南魚沼市が鯉の産地」ということを知らない方が多い。小千谷、山古志等と同様、魚沼地域も鯉の代表的な産地。このたび新潟県の観賞魚として正式に指定された。将来的には日本の正式な観賞魚になればと願っている。





五日町スキー場から霊峰八海山を眺めながら遊ぶのが星野家のお気に入り。

——最後に、南魚沼で暮らしてみようと考えている人に良いアドバイスをお願いします。

澄土 登山やウィンタースポーツが好きな人は、とても楽しく過ごせると思います。

さち 自然が豊かなので子どもを育てる部分で、とてもいい場所です。南魚沼は都会に出なければ出ることが出来る場所なので、子どもたちの選択肢も広がります。都会での暮らしに違和感を感じている人にはお勧めなので一度遊びに来てください。南魚沼の人は温かいので、心配せずに気軽に来ても大丈夫ですよ。

——それでは、お二人の将来の夢についてお聞かせください。

人と人をつなぐ美容室に

澄土 自分たちのこだわりを買い取って素敵なお店にしていきたいと思っています。そしてこのお店を通じて、周りで頑張っている人と人とを繋いでいきたいです。

さち 昔主人から、子どもの頃は川で泳いで魚をとって、その場で焼いて食べていたという話を聞いて、そんな日本昔話みたいな世界があるのかと疑っていたんですが、ありましたね。南魚沼に笑。そんな自然の中で過ごすことがとても楽しいので、できることをどんどん増やしていきたいです。あと自分が子どものころにできなかった川遊びなどの自然と触れ合う経験を、子どもたちにさせてあげたいです。



自宅敷地内の畑で朝の収穫。採れたてのおいしい人参と手作りのパンでお弁当をつくります。

ずっと
こんな暮らしが
したかったんです

——南魚沼への移住に不安はありましたか？

澄土 この家での冬を一度も経験してないので心配しています。冬の光熱費が不安ですね。南魚沼は水道料金が高いと聞きますが、名古屋時代と比べて水道光熱費が高くなったという意識は特にはありません。

さち 田舎にはどこか閉塞感が漂っているんじゃないかと心配でした。ですが来てみてビックリ！みなさんイキイキと暮らしていて、名古屋や横浜などの都会よりも一生懸命でアツい人たちばかりでした。出会いにも恵まれているんだと思いますが、都会で暮らしている時よりも、むしろ刺激を受けています。

——南魚沼での生活に満足していますか？

澄土 移住前と比べて自由に使えるお金は減りましたが、生活満足度は上がりました。自分たちがおもしろいと思うことに没頭できるので、毎日が充実しています。

さち 自然の中で毎日幸せを感じています。好きな物に囲まれて、野菜を育てて、パンを焼いて、籠を作って。ずっとこんな暮らしがしたかったんです。物を作る姿を子どもたちに見せたかったので、理想のライフスタイルを手に入れることができました。それが実現できたのも南魚沼に移住してきたから。こんな素敵な場所に連れて来てくれた主人にとても感謝しています。



TOPICS!
U・Iターナー者、市内在住の若者世帯、子育て世帯が取得した
戸建て中古住宅の改修工事費に係る費用の1/2(最大で100万円)が補助される
南魚沼市U&I促進住宅改修工事支援補助金
という制度があります。詳しくは20ページ、または
南魚沼市ウェブサイト ▶ 移住定住促進ページ ▶ 移住しようと思っている人
をご覧ください。



お産は奇跡の連続です

—— Yuki Maruyama



命の誕生に携わりたかった

— 助産師を目指したきっかけ？

丸山由姫さん(以下敬称略) 私には兄と弟がいます。母は兄を妊娠中、危険な状態になり、かなりの早産でもありましたが帝王切開で兄を出産しました。帝王切開後の自然分娩は様々なリスクが伴いますが、第2子の私を出産するとき、母は自然分娩を希望しました。担当医師や助産師さんは検討の結果、万全の体制を整えてくださり、母が希望した方法で私は無事に産まれました。また、私が高校生の頃に入院したときのことですが、お世話になった看護師さんが、なんと母が私を産むときに担当してくださった助産師さんでした。母は命の恩人ということでよく覚えていて、私を出産した時の感謝の気持ちを伝えたくて、助産師さんには実際には覚えていなかったと思いますが、笑顔で「大きくなったのね。」と成長を喜んでくれました。そのような体験でなんとなく運命を感じ、助産師という職業に憧れを抱くようになりました。

— すごい偶然でしたよね。魚沼基幹病院を就職先に選んだのはなぜですか？

丸山 助産師として命の誕生に携わりたいという思いがあったからです。魚沼基幹病院は新しくできたばかりの病院なので、人手が少なく助産師としてすぐにも活躍してもらいたいというお話があり、決めました。

助産師という職業との運命的な出会い



Introduction of the life style 2017 autumn

魚沼基幹病院 助産師 丸山 由姫さん

大学を卒業後、魚沼基幹病院で助産師として働くために南魚沼市へ移住された丸山由姫さん。移住3年目となる彼女に、助産師という職業や南魚沼での暮らしについてお聞きしました。

平成27年3月に新潟県新潟市から



丸山 由姫さん Yuki Maruyama / 24才

新潟県長岡市出身。高校卒業後、新潟青陵大学に通い看護師、助産師、保健師の資格を取得。その後、魚沼基幹病院に助産師として採用され現在に至る。

魚沼基幹病院

〒949-7302 新潟県南魚沼市浦佐 4132
TEL / 025-777-3200(代)
HP / www.uonuma-kikan-hospital.jp/

随時職員募集中

採用情報については『就職なんでも相談室』まで。詳細はお電話かHPをご確認下さい。U・Iターンの方も募集しています。



菓子処 さとや

●TEL / 025-775-3899 ●営業時間 / 10:00 ~ 17:00
●定休日 / なし(元日のみ)

こだわりの素材に日本酒や酒粕など、雪国の恵みを加えた和と洋の新しい味わいを多数ご用意。パウムクーヘンの手作りシーンの見学や、2階の喫茶スペースや屋外席で、自然を眺めながら飲食を楽しむことができます。

ここに来ると 気持ちを切り替えることができます

丸山 はい。「菓子処さとや」のコーヒーも好きです。病院の同期と一緒に、お団子を食べてコーヒーを飲みながらおしゃべりしていると2時間くらいあっという間に過ぎてしまいます。仕事で疲れているところに来ると気持ちを切り替えることができます。この甘酒も好きです。パウムクーヘンなどを実家へのお土産として、買いに来ることもあります。

— 敷地内の飲食店も素敵ですね。

丸山 日本酒はあまり飲めないのですが、魚沼の里にはお菓子や調理器具・食器などの雑貨もたくさんあって、見ているだけで楽しいです。特にこの豆菓子がおいしいんですよ。

— 自然に囲まれてゆったりした雰囲気があるところですね。

丸山 仕事で疲れてしまっていることが多く、休みの日はゆっくり過ごしています。就職して1年目に病院の同期から魚沼の里を教えてもらいました。素敵な場所でお気に入りです。落ち着いた雰囲気が好きなので、お客さんが多い週末よりも平日の休みのときによく来ます。

— フライベートの時間はどのように過ごしていますか？

丸山 仕事で疲れてしまっていることが多く、休みの日はゆっくり過ごしています。

その人の一番大切な 家族が増えるという瞬間を

— 出産の件数はどれくらいありますか？

丸山 月に60件はあります。就職してからは、お産に関わらせてもらえる機会がたくさんあり、日々やりがいを感じています。「おめでとございます。」と言えることが幸せですね。

— 出産に立ち会えるのは素敵なことですね。

丸山 はい。いつも産婦さんや赤ちゃんからエネルギーをもらいます。ですが、すべてのお産がスムーズに進むわけではなく、何が起るかわからない現場なので、怖いと思うこともあります。お母さんはまさに命懸けで赤ちゃんを産むので、できるだけ寄り添って、落ち着いて仕事をするように心掛けています。

— お母さんや家族が辛いときに助産師さんが冷静だと安心できますね。そんな丸山さんにとって助産師とは？

丸山 お母さんと赤ちゃんの力を最大限に引き出すこと、その人の一番大切な家族が増えるという瞬間を、安全に、幸せになれるようお手伝いをする存在でしょうか。だから、常に勉強を怠りたくありません。

魚沼の里

八海山雪室や菓子処さとやなど多くのお店からなる、南魚沼を楽しめる複合施設。 ●〒949-7112 新潟県南魚沼市長森 ●定休日/なし(元日のみ) ●営業時間/10:00~17:00(施設によって異なる) ●駐車場/あり(90台)



八海山雪室 (雪室千年こうじや/okatte)

●TEL / 025-775-7707 ●開館時間 / 10:00 ~ 17:00
●定休日 / なし(元日のみ)

雪中貯蔵庫があり、日本酒を熟成させている。館内には、焼酎貯蔵庫やキッチン雑貨店、売店やカフェなどもあり、雪国の暮らしと食文化に触れながら、魚沼地域ならではの食と出会いを満喫できる。



南魚沼は ごはんが とても美味しい

— 南魚沼には飲食店がたくさんありますが、お気に入りの店はありますか？

丸山 特に好きなお店は『キッチンやまと』です。職場から近く、仕事終わりにもすぐ行くことができ、同僚とここに集まって食事とおしゃべりを楽しんでいます。お肉が評判のお店で、肉料理はもちろんです。デザートもいろいろ種類があって、美味しいです。市内には美味しいお店がたくさんあります。同僚と一緒に、たくさんのお店を回りました。

— 他にはどんな過ごし方をしていますか？

丸山 温泉が好きなので、いろいろ行きました。南魚沼は自然が豊かで空気もいいしくて、リフレッシュできる場所も多いですね。この地に来てまだ3年目。市内の色々なところに出かけてみたいです。

頑張って 車を買いました

— 具体的に南魚沼での生活に掛かる月の収入支出を教えてください。

丸山 月収は25万円、30万円くらいです。現在は病院の寮住まいなので、住居費と水道光

熱費はそれぞれ2万円くらいです。食費は約3万円。交通費は3〜5万円くらいです。長岡市や新潟市にいたころは、学生でしたし公共交通機関を利用していました。南魚沼に来て車を購入したので、その分も含めれば交通費は増えていると思います。携帯代やインターネットなどの通信費は大体1〜3万円ですね。7〜10万円くらいが趣味や貯金など自由に使えるお金になります。それで頑張って車を買いました。

— 南魚沼の生活で不便なところはありますか？

丸山 買い物をする場所が少ないです。特に洋服。最近ではドラッグストアや新しいお店もできていますが、日用品などを買うに行くことはありますが、洋服等のショッピングは遠出して好きな場所で購入しています。

— 今まで暮らしていた、長岡市や新潟市と比べて違いはありますか？

丸山 新潟市ではアパートで一人暮らしでしたけど、生活面のコスト的な部分で劇的に変化したとは思わないです。交通手段は車になったので、交通費は増えましたが、自由に動き回れますし、収入も増えたので負担になっていくとは思っていません。

— 最後に、これから南魚沼で暮らすと考えている人に良いアドバイスがあればお願いします。

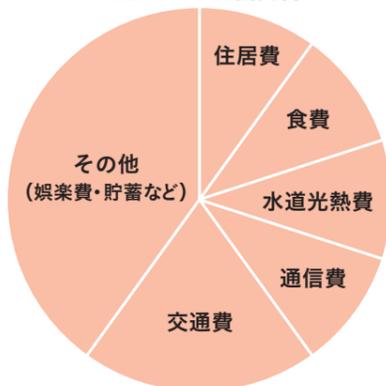
丸山 自然豊かで四季を感じられます。ただ、雪はたくさん降るのでそれに対する備えはあった方がいいと思います。新幹線の発着駅があるので、東京方面へのアクセスはすごくいいと思います。ご飯が美味しい飲食店はたくさんありますし、温泉もいっぱいあるので、外で過ごすのが好きなアクティブな人にはとてもいい環境だと思います。

TOPICS!

新潟県外からのU・Iターン者に
月額家賃の1/2(最大で30,000円)
が2年間補助される
南魚沼市U・Iターン促進
住宅支援事業補助金
という制度があります。詳しくは

南魚沼市
ウェブサイト ▶ 移住定住
促進ページ ▶ 移住しよう
と
思っている人
をご覧ください。

丸山さんの支出割合



キッチンやまと

- 〒949-7302 新潟県南魚沼市浦佐 30-5
- TEL / 025-777-5515
- 営業時間 / 11:00 ~ 15:00
17:00 ~ 24:00
- 定休日 / 火曜日

浦佐駅から程近い所にあるお店。自慢のお肉料理を含め、豊富なメニューを用意している。人数が集まった今回はコース料理を注文。地産食材を用いた各種料理を堪能した。



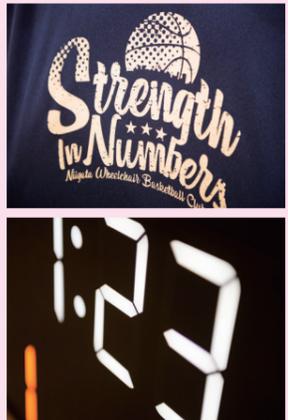


車輪に秘めた、無限の可能性。

感を出すため「ダブルドリブル」は原則にはなりません。また、選手一人ひとりに障がいのあるレベルに応じた「持ち点」があり、試合に出場する5人の合計持ち点が14点以内と決められています。これは障がいの重い選手も軽い選手も、等しく試合に出場するチャンスを与えるためです。

動きに制限がある車椅子バスケットボールでは、頭を使うか、いかに仲間と協力するかが重要です。コート内ではニックネームで呼び合ったり、連携を取り合ったり、ゴールも車椅子だとより高く、より速く感じられます。その分、ゴールが決まった時に『ナイスシュート!』と声を掛け合い、喜び合う瞬間は格別とのこと。

車椅子バスケットボールは、桑原さんにとっては「自分への挑戦」、松永さんにとっては「生きがい」、小野塚さんにとっては「練習したこと」が試合で出来た達成感、車椅子バスケットボールを通じての仲間とのつながり、と話します。また、この日参加した中学生の1人は、「人生を変えてくれたスポーツ」と話してくれました。



今回お邪魔したのは車椅子バスケットボールチーム「新潟WBC (Wheelchair Basketball Club)」。

案内してくれたのはプレイヤー兼マネージャーの桑原さん、新潟県選抜のメンバーでもある、松永さん、小野塚さんです。

この日は、集まったメンバーの居住地は、南魚沼市、十日町市、長岡市川口。

「新潟WBC」のメンバーは県内各地に住んでおり、メンバー全員が集まって練習をする機会は週に1回しかありません。「少しでも多く練習したい」という思いから南魚沼市周辺に住むメンバーが大半を占めています。

メンバーが大巻中学校を借りて、チームの練習とは別に週1回の練習を行っています。

この日は案内してくれた3人に地元中学生3人を加え、練習が始まりました。

毎回、最初はチアアスキルの練習から。スタートからあふれる気迫。単なるウォーミングアップではなく、車椅子を操作しながらドリブルやパスといった動きを確認するための練習です。その後、試合を意識したゲームが始まります。

「コートの広さ」「ゴールの高さ」「ボールの大きさは一般のバスケットボールと同じ。ゲームにスピード

恋するサークル!

CIRCLE IN LOVE

日々の暮らしにいろどりを添えるもの。それは仲間と一緒に過ごす時間だったり、趣味に打ち込む時間だったり。そんなサークル活動で素敵な時間を過ごす皆さんをご紹介。あなたもサークルに恋してみますか? それともサークルで恋してみますか?



#04 新潟WBC

写真左から 桑原美里さん 小野塚恵さん 松永哲一さん

新潟WBC
(Wheelchair Basketball Club)

練習日 毎週金曜日
主な練習会場 大巻中学校体育館
練習時間 19:30 ~ 22:00

ホームページ <https://niigatawbc2010.jimdo.com>
見学等のお問合せ 新潟WBCホームページ内「お問合せ」メールフォームから



小林祥代さん Sachio Kobayashi (45才) 千葉県出身。伝承者養成事業5年目。



金子かおるさん Kaoru Kaneko (30才) 新潟市出身。伝承者養成事業5年目。



高村智美さん Tomomi Takamura (42才) 新潟市出身。伝承者養成事業5年目。

越後上布を知ったのは…

金子 かおるさん(以下敬称略) 東京の大学で服飾を学んでいたときに新潟県の産業の一つとして「小千谷縮」は知っていました。大学卒業後も一時アパレル関係の仕事をしたが、やはり技術を身につけた職に就くために京都の学校に通いました。その後、新潟県内で技術を活かすことのできる場所を探していたときに、越後上布と出会いました。

小林 祥代さん(以下敬称略) 東京の短期大学で服飾を学び、その後は十日町市の職業訓練校で伝統織物を学びましたが、一度は機織りを辞めていました。しかし、また機織りがしたいと思い、講習に参加を決意。昨年は産休を取り、今年から復帰しました。

高村 智美さん(以下敬称略) 結婚を機に南魚沼に移住しましたが、講習に参加するまで越後上布という名前も知りませんでした。講習参加のきっかけは、子どもが保育園に上がり、何か仕事を始めたいと考えていたときに、先に講習に参加していたママ友が誘ってくれました。

越後上布の織り子になって…

金子 苧麻の糸は織細で環境に左右されやすい繊維。一般的には天気の良い日は気分も良くなるものですが、苧麻の糸は乾燥に弱く織りにくくなるので複雑な気分になります。逆に、雪が降るときは湿度が高くなり織りやすくなるので、嬉しくなります。麻を扱っている織り子ならではの感じ方じゃないでしょうか。でも、糸が切れやすい日や機に集中できない日は、優しく糸を扱ったり、休憩を挟んだりしながら織るなど工夫しています。

高村 塩沢地域の織物の柄模様はとても有名ですが、この柄模様の経糸、緯糸をきちんと合わせて織るのはとても難しい。でも、綺麗にそろえてリズム感よく織ることができたときは、とても楽しいです。

小林 マイペースに自分なりの速度・時間で作業できるのもいいところですね。

小林さんの意見には、金子さんも高村さんも納得の様子でした。

織り子として今後は…

小林 以前、先輩の織り子さんが機に座っていると自然と気持ちが落ち着くと話していました。今は子ども2人の子育て真っ只中で、とても忙しい毎日ですが、講習も最終年を迎え、その言葉がとてもよくわかるようになってきました。講習修了後も、家で機織りを続けていきたいです。

高村 市内に設置されている看板に『ユネスコ無形文化遺産』と書かれているのを見れば、すごい技術を学んでいるんだと実感します。できる限り続けていきたいですね。

金子 技術が身につけられるよう、真面目にコツコツ頑張っていきたい。それと、機織りの仕事を続けられるよう理解のある旦那さんを捕まえるのも大事な目標です(照)。

#01 受け継がれる“技” Techniques to be inherited



国指定重要無形文化財・ユネスコ無形文化遺産「越後上布」の技を受け継ぐ…
苧麻という植物を原料に織られる越後上布は、約1200年前からその技法が伝えられてきたとされ、夏着物としては最上級の麻織物です。織りの工程では、「いざり機」と呼ばれる原始的な構造の織機が使われており、経糸を腰に固定し、全身で張り具合を調節しながら織るのは大変難しく、苧麻の糸も織細なため、一反を織りあげるには何ヶ月もかかります。この伝統の技を継承しようと奮闘する3人の伝承者養成事業講習生を紹介します。

越後上布伝承者養成事業

越後上布は苧麻という植物を原料につくられる麻織物。越後上布の製作技法は、日本古来の染織技術を伝えており、また当地の雪国という気候と深く関係していることから国指定重要無形文化財・ユネスコ無形文化遺産となっている。この貴重な技術を後世に残すために毎年10月下旬から翌年3月までの冬期間、「苧織み(糸づくり)」「経づくり」「織り」の3部門の技術者養成事業を行っている。

お問合せ先 南魚沼市教育委員会 社会教育課 / 〒949-6680 新潟県南魚沼市六日町 865 番地(市民会館内) / 電話: 025-773-3756



南魚沼市について

The geography of minamiuonuma city

【特徴】

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に位置しています。関越自動車道や上越新幹線などの交通アクセスは大変便利で、交通および物流の中継地としての役割を果たしています。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ています。教育機関としては国際大学、北里大学衛生専門学院が立地されています。平成27年6月に開院した「魚沼基幹病院」を中心に、地域医療の高度化が図られるほか、保健・医療・福祉・子育て支援も充実しています。

【面積】584.55km²

東京23区(621km²)の約94%を占める大きなまちです。

【人口】57,717人

※平成29年10月末現在(住民基本台帳人口)

【年間平均気温】南魚沼市 11.9℃ (8月 25.5℃ / 2月 -0.9℃)

東京 16.3℃ (8月 26.4℃ / 2月 5.7℃)

大阪 16.9℃ (8月 28.8℃ / 2月 6.3℃)

【位置】北緯 36度53分 - 37度12分

東経 138度45分 - 139度05分

【保育・教育機関】保育園・認定こども園:28/幼稚園:2/小学校:19/中学校:6

総合支援学校:1/高等学校:4/大学院大学:1/専門学校:1



歳時記

Compendium of seasonal words

- 春 浦佐毘沙門堂裸押合大祭 (3月3日)
日本三大奇祭の一つ。約1200年の歴史があり、国の選択無形民俗文化財に選ばれています。
- 夏 南魚沼市兼続公祭り (7月17日~19日)
大前神社 翁式三番 (8月14日)
平安時代の三番猿楽の古い形を残す民俗芸能として全国的にも珍しく、県の文化財に指定されています。
- 秋 若宮八幡宮太々神楽 (9月中旬)
32の神楽面を使って総数26座の神楽を奉納する市の指定文化財です。
八海山大火渡祭 (10月20日)
- 冬 南魚沼市雪まつり (2月第2土曜日・日曜日)
しおざわ雪譜まつり (2月第3土曜日)
and more...

【主要交通アクセス】

- 大和スマートIC ※ETC車専用
・東京練馬IC間 198.3km(約2時間20分)
・新潟西IC間 99km(約1時間5分)
・車長12m(大型車)まで
- 六日町IC
・東京練馬IC間 187km(約2時間10分)
・新潟西IC間 111km(約1時間15分)
<高速バス停留所:東京池袋間 約3時間17分>
- 塩沢石打IC
・東京練馬IC間 175.5km(約2時間)
・新潟西IC間 122km(約1時間25分)
- 浦佐駅
・東京駅から 約1時間30分
・新潟駅から 約40分
- 越後湯沢駅
・東京駅から 約1時間15分
・新潟駅から 約45分

■『LIFE in ~ライフイン~』についてのお問合わせ

〒949-6696 新潟県南魚沼市六日町180-1 / 南魚沼市役所 総務部U&Iときめき課 / TEL.025-773-6659

USER'S VOICE

南魚沼に住む ~移住定住支援制度利用者の声~

夫婦ともに生まれも育ちも南魚沼の細矢夫妻。現在は3人のかわいいお子さんと5人暮らしです。平成29年8月に市内で中古住宅を購入し、10月に『南魚沼市U&I促進住宅改修工事支援補助金』を利用して住宅改修をしました。中古住宅購入に至った経緯、この補助制度を知ったきっかけをご紹介します。



家族と過ごす大切な我が家

「住宅購入を考えたのはなぜですか？」
ここを購入する前は市内のアパートに住んでいました。3人目の子どもが生まれ、アパートでは手狭になってきたことが購入を考えることになったきっかけですね。ただ新築も視野にありました。

「この補助制度を知ったきっかけは何ですか？」
今年の市報みなみ魚沼の7月1日号で知りました。もともと市報を見るのが好きで市のいろいろな情報をそこから得ています。

「補助制度がなくても改修工事をしていましたか？」
新築にするか、中古住宅を購入するか悩んでました。中古住宅だと安く買えても、傷んだ場所の修繕にお金がかかるので、やっぱり新築がいいかなあと考え始めていたところこの補助制度を知り、中古住宅の購入を決意しました。補助制度がなければ中古住宅の購入もなかったかもしれません。

「これからこの補助制度を利用する人にアドバイスはありますか？」
この補助制度は改修工事をする前に申請しなくてはなりません。そういうことも市報を見たり、実際に問い合わせたりしないとわからないことなので、市の情報を積極的に仕入れておくことが重要ですね。



南魚沼市 U&I促進住宅改修 工事支援補助金 とは？

南魚沼市内への移住定住促進のため、U・Iターン者、市内在住の若者世帯、子育て世帯が取得した戸建て中古住宅の改修に要する経費の一部に対し、

100万円を上限に補助します。

詳しくは [南魚沼市ウェブサイト](#) ▶ [移住定住促進ページ](#) ▶ [移住しようと思っている人](#)
※改修工事前の申請が必要となります。※予算に限りがありますので、詳しくはお問合せください。

【お問合せ先】南魚沼市総務部U&Iときめき課 / 〒949-6696 新潟県南魚沼市六日町180番地1 / 電話:025-773-6659

これから南魚沼市への
定住を考えている方へ

南魚沼市の取組み

お問い合わせ

南魚沼市役所 総務部U&Iときめき課 TEL.025-773-6659
南魚沼市公式ウェブサイト <http://www.city.minamiuonuma.niigata.jp>
全国移住ナビ <https://www.iju-navi.soumu.go.jp/>

住む 地域の資源を活かして

【南魚沼市U&I促進住宅改修工事支援事業】

- 南魚沼市へのU・Iターン者や市内在住の若者世帯及び子育て世帯が自ら居住するために取得した戸建て中古住宅の工事で、市内業者が施工する工事について補助。
- 補助対象経費の1/2を補助。上限補助金額100万円。

【南魚沼市U・Iターン促進住宅支援事業】

- 県外からの転入で、県内企業などに就業した方へ、賃貸住宅家賃と契約初期費用を補助。
- 月額家賃の1/2を補助。上限補助金額3万円。

【南魚沼の木で家づくり事業】

- 住宅建築時の南魚沼産木材購入費を補助。
- 購入費の1/3を補助。補助額10万円以上が対象で、上限補助金額50万円。

【「ウッドタウン八色」宅地分譲】

- 県外からの転入で宅地購入時の年齢が50歳以下の方へ、購入費に対し1平米当たり3,000円を補助。

【南魚沼市空き家バンク制度】

- <http://www.minamiuonuma-city.jp/akiya/>
- 市内に使用していない住宅を所有している人から提供された空き家の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システムです。

【住宅リフォーム事業補助金】

- 個人住宅のリフォーム工事で、市内業者が施工する工事について補助。
- 屋根のふき替え・塗装、外壁の修繕、間取りの変更、水回りの改修、床・天井・内壁の張り替え、など。
- 補助対象経費の20%を補助。上限補助金額10万円。

【就農体験】

- 「グリーン・ツーリズム推進協議会」を設置し、農業体験旅行を実施しています。田植え、溪流川遊び、秋の収穫、雪国体験などを通して四季折々の南魚沼を体験できます。

【バイオマス利活用事業】

- 温暖化防止や循環型社会の形成のため、バイオマス(再生可能な生物由来の有機性資源で化石資源をぞいたもの)資源の利活用を図ります。
- ペレットストーブ等導入補助。民有林の保育を支援し、木材の出荷から消費までのサイクルをつくります。
- 購入費の1/4を補助。上限補助金額10万円。

【新エネルギー等の普及促進】

- 太陽光発電システムの設置補助。
- 最大出力1kwあたり8万円を補助。上限補助金額24万円。

働く 起業や働く環境づくりを応援

就農

【農業次世代人材投資事業補助金】 (旧青年就農給付金)

- 原則45歳未満の新規就農者に年間150万円/人を補助。
- 最長5年間。

起業

【創業支援補助金】

- 対象者：市内で新たに創業を行う人。
- 創業事業費の1/2を補助。上限100万円。

【創業支援セミナー】

- 対象者：市内で創業を希望している方、または創業後まもない方。
- 創業に関する基礎知識を無料で学べるセミナーです。

【個別創業相談】

- 対象者：市内で創業を希望している方、または創業後まもない方。
- 創業の悩みに専門家が無料で相談に応じます。

就活

【WEB企業ガイド】

<http://www.city.minamiuonuma.niigata.jp/business/1455614018799.html>

- 新規学卒者、U・I・Jターンなど、南魚沼市での就職を希望する人へ、ウェブサイト内で市内企業情報の紹介を行っています。

産学連携

【ICLOVE アイクラブ】 <http://cms.ij.ac.jp/iclove/>

南魚沼市地域産業支援プログラム

- 市内の金融機関、商工会、国際大学、南魚沼市が連携して産学官地域ラウンドテーブルを形成し、関係機関・大学の協力をいただきながら南魚沼市の企業・事業所・創業者への支援・サービスを行うことを目的に活動しています。

人材育成

【中小企業研修助成】

- 指定する研修機関での市内企業の社員研修について、企業が負担する研修費を助成。
- 研修費の1/2を補助。上限補助金額3万円。

育てる

親子のふれあい・保育

【ほのぼの広場】

- 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。
・大和庁舎会場：月・火・木 ・ふれあい支援センター会場：月～土
・塩沢庁舎会場：火・水・金

【にこにこ広場】

- 入園前のお子さんとお家の方を対象にした、保育園で行う遊びの広場。どの地域の保育園の「にこにこ広場」にも参加できます。

【心豊かな子育て教室「そだち学級」「親子サロン」】

- 入園前の親子の遊びの場、仲間作りの場。
- 六日町地域の4地区、大和地域、塩沢地域でそれぞれ年間3回から4回開催。

【多様な保育サービス】

- 病後児保育などの特別保育に取り組む施設へ助成。
・病児保育：萌え園浦佐診療所
・病後児保育：野の百合保育園、わかば保育園

【ファミリーサポートセンター】

- 子育ての手助けをして欲しい人に保育サービスを提供する会員制の保育事業。

【読書のつどい、絵本のへやなど】

- 乳幼児・保護者を対象に、図書館で読み聞かせを行っています。

【待機児童ゼロの維持】

- 保育園の待機児童0人を続け、希望するすべての子どもへ保育を実践。

街づくり 変わった視点でまちづくり

【ご当地グルメで地域おこし】 <http://www.kirizaidon.com>

- 南魚沼地方に昔から伝わる郷土料理「きりざい」を基にしたご当地グルメ「南魚沼きりざい丼」を通じて、地域全体の魅力を伝えていきます。
- 官民共同によるまちづくり団体「南魚沼きりざいDE愛隊」が、愛Bリーグ(一般社団法人ご当地グルメでまちおこし団体連絡協議会)本部加盟団体となり、南魚沼市の「食・文化・歴史・人」を大いにPRし、多くの人を訪れてくれるように活動しています。

【女子力観光プロモーションチーム】 <http://joshi-ryoku.jp>

- 女性の視点から全く新しい切り口で南魚沼市の観光を考え、イベント企画や観光関連事業への提案を行うことを目的とした、年齢も職業も様々な一般ボランティアで結成されたチームです。

【美女旅プロジェクト】 <http://www.bijotabi.jp>

- 地元に住み、地元を愛する普通の女の子が生まれ育った地元を紹介する観光パンフレット。

支縁 民間で組織された安心の移住・定住相談体制を整えています。

【一般社団法人 南魚沼市まちづくり推進機構(MMDO ムムドゥ)】 <http://mmdo-machi.org/>

- 若者の定住とシニアや若者の移住を目指して付加価値の高い仕事や南魚沼市から生まれることを促進する地域再生推進法人です。南魚沼に住む人、住もうと思う人の、未来のしごとづくりと豊かな暮らしを応援します。市内企業や市民がMMDOを使って自らの夢を実現できる場として「まちの世話焼きになる」ことをモットーに活動しています。

【南魚沼市移住推進協議会・移住者ネットワーク】 TEL:080-5453-9956 Eメール:mu.ijunet@gmail.com

- 南魚沼市にU・I・Jターンを中心に民間で組織された団体で、研修や交流会を通じ移住しやすい環境の整備と移住者の相談、ケア、フォローアップを行える組織構築を目的にした活動に取り組んでいます。
・定期的イベントや交流会を開催します。・移住推進協議会の取り組みやイベントなどの情報をメールでお知らせします。
・移住についての相談や支援を行います。