

おたりに暮らす

移住ガイドブック *Let's live in Otari Village!*

長野県
北アルプス白馬山麓
おたり
小谷村



四季の魅力あふれる小谷村で

田舎の生活

はじめませんか？

先輩移住者に突撃インタビュー

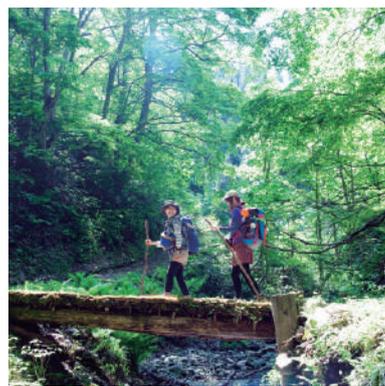
小谷の暮らしQ&A

移住実現に向けた5つのステップ



はじめまして、こんにちは 小谷村です

本冊子を手にとっていただき、ありがとうございます。
この冊子は田舎暮らしをしてみたいという方に向けて作成いたしました。
まずは長野県・小谷村のことを知っていただき
小谷村での生活を想像するのに少しでも役立てていただけたら幸いです。
そしてイメージが湧いたらぜひ小谷村へ遊びにきてください。



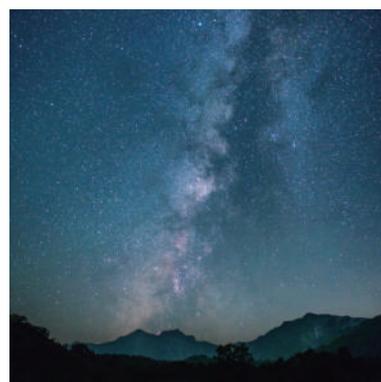
小谷と書いて、「おたり」と読みます。長野県の北西の端に位置する、人口約3000人の山深い大自然に囲まれた小さな村です。夏は北アルプス白馬三山の登山口として、また冬はスキーを楽しむに訪れたことがある方もいるかもしれません。

「じゃあ、山や雪以外に何があるの?」。その質問に答えるのは、実はちょっと難しいんです。帰ったら玄関の前に置かれている野菜、際限なくお茶を注いでくれるおばあちゃんのおしゃべり、村を挙げての大イベント「塩の道祭り」、道で会ったら挨拶する子どもたち、つい和んでしまう迷い犬の村内放送、軽トラが粋なおじいちゃん、澄んだ夜空に広がる満天の星…。どれも当たり前前の暮らしのなかにありすぎて、うまく伝えるのが難しい。

でも、そういうことにちょっと心が動いたなら、一度遊びに来てみてください。「よくきただー」と普段のままの小谷村で待っています。

小谷に向いてる人 チェックリスト

- スキーもいいけど、夏山も好き
- ばあちゃんの手料理を学びたい
- 朝は早起き
- 畑や田んぼをやってみたい
- 軽トラはカッコいい！と思う
- 外食より、家ごはん派
- 玄関に野菜が置かれてたら嬉しい
- 温泉が好き
- 虫は苦手、でも何とかがんばれる
- キノコと山菜が好物



小谷村の基本データ

人口：2,637人

世帯数：1,222世帯
※2023年10月31日現在

8月の平均気温：26.3℃

1月の平均気温：-1.4℃

2月の積雪量：95cm
※令和4年時の記録



小谷村へのアクセス

東京から …… 約 290km

★電車★ 東京駅から北陸新幹線・長野駅で下車し、特急バスを利用して南小谷駅下車（約3時間）。または北陸新幹線・糸魚川駅からJR大糸線に乗り換え南小谷駅下車（約4時間30分）。新宿駅から直通の特急あずさで南小谷駅下車（約4時間）。

★クルマ★ 上信越自動車道・長野IC、または中央自動車道・安曇野ICを經由して国道148号線を北上（約4時間）。

大阪から …… 約 450km

★電車★ 大阪駅からサンダーバードで金沢へ、金沢から北陸新幹線・糸魚川駅からJR大糸線に乗り換えて南小谷駅下車（約5時間）。

★クルマ★ 名神高速道路と中央自動車道を經由して安曇野ICから国道148号線を北上（約6時間）。または北陸自動車道を經由して糸魚川ICから国道148号線を南下（約5時間40分）。



小谷村って こんなところですよ

小谷村の魅力をまずひとつ挙げるなら、四季で移り変わる自然がもたらす恵み。自然に合わせて営む暮らしは、都会とは異なる時間の流れを感じさせてくれます。



いろどりの山

鮮やかな色彩をまとい輝く、
絶景の紅葉シーズン。

山笑う、山滴る、山粧う、山眠る。山にまつわる俳句の季語を並べるだけでも、いかに山が人間に対して豊かな感情をもたらすかがわかります。小谷村の西には北アルプスの後立山連峰、北には日本百名山の雨飾山があり、険しい山々に囲まれています。季節ごとに移り変わる色彩ですが、特に秋の紅葉は1日単位でその色合いが変化します。村に暮らすからこそわかる、山の表情。先人たちが感動し表現した風景があります。

実りの畑

爽やかな山の風になびく、
可憐な蕎麦の花畑。

全国に有名な棚田は各所にありますが、小谷村の棚田はいまも現役。自給自足とあえて言うまでもなく、自分たちの日々の食卓に並ぶ米や作物が作られています。その中でも、11月には「小谷新そば祭り」が開催されるなど、蕎麦は小谷村自慢の特産品です。9月には可憐な白い花を畑一面に咲かせますが、この風景を見た上で食べる蕎麦は格別。愛でて楽しむ、食べて楽しむ。畑が近い暮らしだからこそできることです。



小谷村のスキー場は
外国人にも大人

HAKUBA VALLEY

世界に誇るスノーリゾート

小谷村は日本屈指の豪雪地帯。たっぷり降り積もる天然雪と初級者から上級者まで楽しめる豊富なコースバリエーションが自慢の3つのスキー場があります。特に近年は小谷村・白馬村・大町市にある各スキー場の総称

「HAKUBA VALLEY」として、日本を訪れる外国人旅行者の知名度も上昇中。冬は世界各国から多くのスキーヤーが訪れる国際色豊かな地域へと変貌します。現在も変化の真っ只中にあり、ビジネスチャンスがあるかも！？



ツヤ肌の温泉

おたり美人もほっこり。
泉質豊かな11のいで湯。

長野は名湯が多いですが、小谷村内にも11の源泉、17の温泉があることは意外と知られていないかもしれません。実はその湯処としての歴史は450年前まで遡ることができます。湯量が多く、泉質もさまざまで、厳冬期には体の芯までぽかぽかと暖まります。地元のおばあちゃんたちが湯に通っているのを見ると「小谷では60代は若者」と言われる、長寿と元気の秘密は、この温泉にもあるかもしれません。

真っ白な雪

一面に広がる白銀世界に、
澄んだ気持ちで朝を迎える。

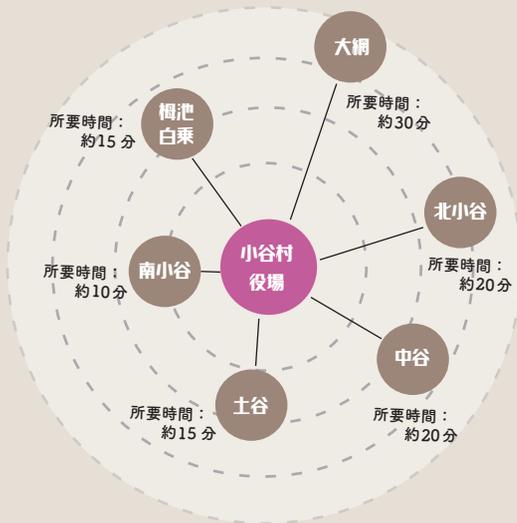
小谷を語るうえで欠かせないのは、雪。暮らす上では不便なこともあります。雪の中で熟成させることで甘みが増す雪中かんらん（キャベツ）や、寒さの中でゆつくりと発酵する野沢菜漬けなど、この土地ならではの食文化ももたらしています。また屋根雪が積もった古民家も里山の良き風景です。もちろんスキーヤー＆スノーボーダーにとっては、パウダースノーを満喫できる極上の環境。スキーを目的に移住する人も多くいます。

あなたにピッタリのエリアはどこ？

小谷村 エリアマップ

同じ小谷村と言っても、住環境や暮らし方は、エリアによってそれぞれ。移住先を探す上でのあなたのこだわりポイントは？あなたにピッタリのエリアを見つけよう！

小谷村役場からの距離



※各エリアへの所要時間は、車での平均所要時間となります。同じエリアでも集落によって、所要時間が異なります。



白馬村



■ 桐池・白乗エリア

桐池高原スキー場をはじめ、周辺にスキー場を有するエリア。スノーアクティビティを楽しみたい方にはおすすめですが、標高が高く他のエリアと比べて積雪も多いため、暮らす上では、除雪・雪道運転などで苦慮する点も…。



■ 南小谷エリア

小谷村役場や保育園・小学校・中学校へのアクセスもよく、コンビニやガソリンスタンドなども近くにあるため、小谷村の中では暮らしやすいエリアと言える。また、白馬村へのアクセスもよい点も暮らす上ではポイントが高い。



■ 土谷エリア

北アルプスを望むことができる眺望が自慢のエリア。近年は、子育て世代の移住も多く、のんびりと子育てをしたいという方にはオススメ。場所によっては、国道までのアクセスに時間がかかることもあるため、気になる方は確認を。

小谷村

糸魚川市



■ 中谷エリア

エリアの先に観光地「鎌池」を有するエリア。谷間をぬった奥に長い地形で、カフェやジェラートショップ、そば屋など人気のお店も多い。地域の結びつきが強く、祭りなど地域をあげて行う行事も多い。

■ 北小谷エリア

小谷村の中でも、日本の原風景を残すような集落も多い、静かなエリア。新潟までのアクセスがよく、糸魚川を生活エリアとして暮らす人も多い。標高が低く、小谷村の中では比較的雪が少ないエリアでもある。

■ 大網エリア

小谷村の最北端にあるエリア。姫川温泉・大網の2つの集落からなり、移住者が多く暮らしているエリアでもある。標高が高いため、雪が多いエリアではあるが、晴れた日には、雨飾山を望むこともできる眺望が自慢。



小谷村への
移住のあれこれ
聞きました

私たちが移住しました。

小谷村の中谷地区の古民家に3人で暮らすポールさんご一家。愛知県で暮らしていたお2人が小谷村に来たのは、2018年5月のこと。ポールさんが地域おこし協力隊に採用されたことをきっかけに小谷村へ移住しました。趣味のトレッキングで日本各地の山を訪れていたポールさん。旅先で色々な人と出会う中で、日本の山を知らない人が多く、逆にそれがチャンスではないかと感じていた中で、あるサイトで見た梅池の写真が気に入り、小谷村の地域おこし協力隊に応募したそう。一方、梨帆さんは「正直あまりイメージが湧いていなくて…雪山も興味がなかったし、ワーホリ気分で行ってみてダメならそれでもいいかなと…」と当時の気持ちを話してくれました。最初は、村営住宅に住んでいたが、知り合いからの紹介で古民家に住むことに。10部屋以上もある大きな古民家。暮らす上で困っていることはないのでしょうか。



雪が降った日は、一日中外で遊んでいることもあるという外遊びがだいすきな嶺くん。

「雪が多いので、冬場の除雪は確かに大変。大雪が降った日は一日中除雪しているなんてことも…でも大変だけ

ど、嫌いだと思ったことはない」とポールさん。雪国での暮らしも楽しんでいる様子を話してくれました。また、現在3歳になる嶺くんを育てるお2人。「都会と違ってクラスが大きいので、一緒に育っていく仲間がいる感じがして、とてもいい環境だと感じている」「自然の中で育つから、感受性も豊かに育っている」と小谷村での子育てについても話してくれました。小谷村で育った嶺くんは、虫取りに行ったり、冬になると外で雪遊びをしたり、自然に触れ合ってたたくましく成長しているとのこと。これからの暮らしについて、「小谷村で知らないことがまだまだたくさんあるから、いろんなことをやってみたい」「子育てで言えば、都会に比べて選択肢は少ないのかもしれないけど、子どもが自分で選択肢を見つけて、進んでくれれば…」とこれからの小谷村での暮らしについて話してくださいました。

移住を検討する方へ

移住する＝住む場所が移動するだけではなく、共に生きていくコミュニティを選ぶということ。集会や共同作業がある集落もあるので、知った上で移住するとスムーズ。あと、虫が苦手な人は覚悟した方がいいかも…！



梨香さんが小谷村に移住したのは、約3年前。東京で写真とヴィンテージに関わる仕事をされていた梨香さんとご主人は、移住先を見つけるため和歌山、大阪、鹿児島、宮崎、京都などさまざまな地を見て回っていたそう。そんな中、従伯父が小谷村でシェアハウスをやっていることを知り、見に行くことに。紹介されたシェアハウスへ向かう道中、小谷村の景色を見て、思わずご夫婦で顔を見合わせて「ここだね」と言葉にせずともお二人の気持ちが同じように動き、小谷村への移住を決めたそう。そんな小谷村の「作り上げられたものではない、本物の美しい景色」が気に入って移住された梨香さん、移住する上で困ったことはなかったのでしょうか。「シェアハウスに住みながら、やはり自分たちの家をと考えたときに、7件くらい物件を見て回ったけど、なかなかここ

だ!と思うところに巡り合えなくて…」と家探しには苦労したそう。そんな中、梨香さんは村の水道検針の仕事をする事で地域の人とのつながりを作り、賃貸の住宅を紹介してもらうまでになったということで、その行動力には驚かされるばかり。



梨香さんが経営するヴィンテージショップ。こだわりの品が並ぶ。

現在は、シェアハウスを離れ、白馬乗鞍地区で暮らしている笠毛さんご夫婦。地域には「困ったことがあったらいつでも言ってね」と声をかけてくださる方がおり、四季を通じて多くのアドバイスをいただいているそう。現在は、写真の仕事続ける一方で、隣の白馬村でヴィンテージのお店を開いている梨香さん。今後の展望について、「友人が関西圏関東圏に多くいて、どちらからもアクセスがいいのも小谷村の魅力だと感じている。自分たちがそうだったように、この美しい景色を見て貰えば、小谷村の魅力は伝わると思うので、小谷村の良さをいろんな人に体験してもらいたいです。」と語ってくださ



いました。

シェアハウスを見に行く道中で、感動し思わず車内からカメラに向けた小谷村の山間の風景

移住を検討する方へ

人とのつながり、地域とのつながりがとても大切！自分達のライフスタイル（仕事など）と地区の慣習と合うかどうかもしっかりと見極めることで、地域の人との関係を築くことができると思うので、そこが移住する上での指標の一つになるのでは…。



神奈川県出身の義仲さんと富山県出身の千尋さんは、小谷村大網地区にあるOBS（日本アウトワード・バウンド協会 長野校）の指導者養成コースを受講したことをきっかけに小谷村へ移住してきました。「移住した」というよりは、縁があって「居着いている感じ」と話されるお二人ですが、小谷村に移住して10年以上が経った今、どんな暮らしをし、どのようなことを感じているのでしょうか。

現在、お二人は土谷地区で「白月」というカフェを経営されています。もともと栃木県でお菓子作りの仕事をしていた千尋さんが、今までの経験を活かせる仕事とを考え、カフェをオープンすることに決めたのが2020年10月頃のこと。住んでいた大網地区で場所を探していましたが、空いているけど借りられなかったり、売ってもらえなかったりする家がほとん

んどだったそう。そんな中、知り合いから土谷地区の物件の話もらい、見に行ったら即決で決めたという千尋さん、「動き出したい！という気持ちが高まって、相談すると止まっちゃうと思ったので、即決で決めました」と当時の様子を振り返ります。



千尋さんがひと目見て即決したという土谷地区の山々に囲まれたロケーションに立つ物件。

そんな千尋さんの様子を近くで見ていた義仲さんは「決して栄えている場所ではないので、一般論で言えば大丈夫？と思う方の方が多いかもしれない。でも、今こうしてカフェが続けられているわけで…。何かを始めるときは、そういった勢いも大事なのだと彼女を見ていて感じた」と話してくれました。カフェの経営も順調に進んでいる様子の由井さんご夫妻ですが、「お店のことばかり考えてしまって、小谷村に住んではいるけど、暮らせていないなと感じる」と今の気持ちを話してくれました。お店とのバランスをうまく取りつつ、小谷村で「暮らす」こと、自分自身で仕事を作っていくこと、そんな未来を話してくださった由井さんご夫妻。そんな思いの中で、今後さらに素敵な空間が生まれるの

れません。



北アルプスを臨めるロケーションに佇む「白月」

移住を検討する方へ

暮らす上では、決して楽ではない環境なので、「綺麗」だけでは移住できない。できないことでも下手なりにやってみる。汗をかいて暮らすことで、人とのつながりも生まれるのではないかと思います。



ご夫婦とお子さん3人の5人で暮らす望月さんご一家。もともと東京都出身のお二人ですが、小谷村内のホテルに転勤になったことをきっかけに小谷村へ移住しました。転勤が決まってから、移住先として大町や白馬など近隣の市町村も見て回ったそうですが、出産祝い金や子育て政策に力を入れていることを知り、小谷村への移住を決めたそう。初めは村営住宅に住んでいましたが、ゲレンデの近くに住みたいとの思いから、家探し・土地探しを開始。「1年近く探していて…ネットで不動産情報が出てくるわけではないから、ひとつづつで聞いて回って、本当に行動あるのみだなと感じました」と当時の様子を振り返って話してくださいました。念願だった、ゲレンデ近くの土地が見つかり、今は子どもを見送った後に、ちょっとスキーを滑りに行くなど、念願のスノーライフを満喫しているそう。小学校3年生、1年生、保育園児の3人のお子さんを育てる望月さんご夫婦。小谷村での子育てにはどのような印象を持っているのでしょうか。「コミュニティが小さいから、子供も親もみんな知り合い。遠すぎず近すぎず、

程よい距離感で関係を築くことができるので、子育てしやすいと感じている」と話す沙葉さん。移住当時は、知り合いもない中での子育てでしたが、子育て中のママさんが運営する「おさんぽ会」の存在が、つながりを作るきっかけになってくれたとのこと。「おさんぽ会では、同じ世代の子どもを持つ親同士が、川遊びをしたり芋掘りをしたり…自然の中で遊ぶことで、自然とつながりを作ることができました」と当時を振り返って話してくださいました。また、子どもが次第に大きくなる中で、小さいコミュニティだからこそ、小谷村の外から人を呼んで、交流したり子供たちが外の人と繋がる機会を作っていきたいと今後の展望についても話してくださいました。



おさんぽ会で焼き芋を楽しむ！移住後つながりを作るきっかけに。

移住を検討する方へ

小谷村へ移住するならとにかく行動力が大事！家を見つけるのももちろんだけど、行動することで人との関係を築くことができると思います！



週末には、すぐ近くのスキー場で家族でスキーを楽しむこともある。

小谷の暮らし Q & A

Question

ただよう空気も流れる時間も全てが都会と異なる田舎暮らし。
小谷村での田舎暮らしを選択するうえで知っておきたい情報をまとめました。

移動手段はやっぱり車ですか？

Answer

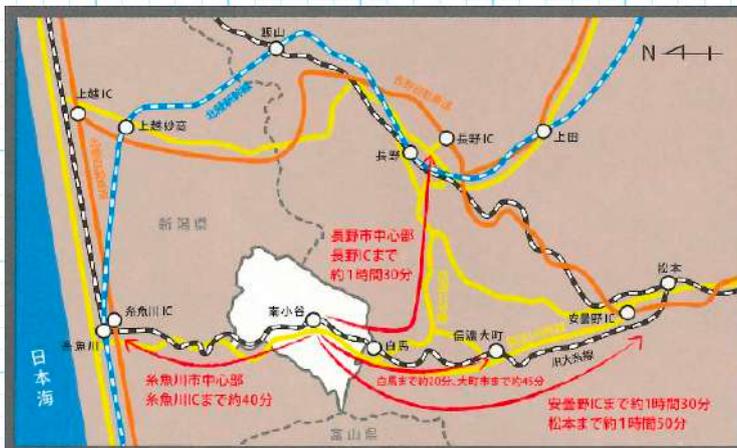
鉄道や村営バスはありますが本数も少ないため、快適に暮らすには**クルマが必須**でしょう。また、坂道や冬の雪道を考慮して4WD(四輪駆動)がベター。もちろん**スタッドレスタイヤは必要不可欠**です。なんといっても小谷村は日本屈指の豪雪地帯……。ちなみに長野市の中心部まで、クルマで1時間30分程度です。クルマで1時間といっても都心部に比べれば信号も交通量も少ないのが田舎のよいところ。都心で1時間運転することに比べればストレスが少なく快適と感じる方もいるようです。降雪時はそうはいきませんが……。

Question

生鮮食品や日用品などを 買うところがありますか？

Answer

小谷村内にはJA大北おたり支所があり、24時間営業のコンビニが1軒あります。日中は集落から出ずに農作業をされるような方はJAの移動購買車を利用することも可能。品揃えが豊富で深夜まで営業しているスーパーを利用するなら**隣の白馬村や糸魚川市へ足**を伸ばしましょう。小谷村の中心部から白馬村までクルマで20分、糸魚川市まで40分程度。週に1度か2度のまとめ買いをする方が多いようです。また、スーパーで販売されている**地場産の新鮮な野菜**を手軽に入手できるのも田舎暮らしのいいところです。



集落の隅々までお届けします！

小谷村近隣アクセス情報

小谷村の中心を流れる姫川沿いに国道148号線が走っており、幹線道路として機能しています。高速道路のインターチェンジまでやや遠いのが難点ですが、首都圏のような渋滞とは無縁のためスムーズに通行可能。長野県といえば山のイメージが強いエリアですが、小谷村から日本海はすぐ近く。小谷村は山と海、どちらもとても近いのです。

Question

雪が多いそうですが、
除雪はどこまで
やってもらえますか？

Answer

地域によって
多少異なりますが、**一晩で1m近く**
の雪が積もることも。しかし国道はもち
ろん、県道や村道など**公道の除雪は**
バッチリ。クルマの運転に支障はあり
ません。ただし家の周りや私道は**自分で**
除雪する必要があります。屋根に積もつ
た雪は放っておくと家屋のダメージにつ
ながるため、基本的には**屋根雪おろし**
は必須。冬になる前にご近所の方に地域
の降雪量や雪の捨て場所を聞いておくと
安心です。大きい家の場合にはさらに除雪
機があると作業がはかどります。



屋根雪おろしといえば転落事故など危険なイメージを持つ方も多いが、安全な方法を学び、道具や装備などしっかり準備をすることで危険を軽減できる。

Question

ご近所づきあいは
どうすればいいですか？

Answer

各集落には「村仕事」と呼
ばれる**共同作業**があります。これは村道や水
路の整備など清掃作業や祭事の準備などです。地
域を維持する様々な作業に顔を出し、近所の方と
挨拶を交わすことで、地域に馴染んでいきましょ
う。お互いに人となりを知ることによってスムーズに
情報交換でき、**地域にとけこめる土台**がつ
くられます。都
会とは異なる人
付き合いこそ**田
舎の醍醐味**。
積極的にご近所
づきあいを楽し
みましょう。



作業の合間の休憩は参加者同士の距離がぐっと縮まる貴重な時間。さまざまな話を聞くことができる。

Question

どんな仕事が
ありますか？

Answer

残念ながら通年での
求人件数は多くないのが現状。村内では冬
期はスキー場などの観光業、夏期は林業や建設業
などの期間雇用があります。ただ、白馬村や大町
市、糸魚川市など近隣に足を延ばして仕事に従事
するという選択肢もあります。また村として**起
業**を応援しており、起業を希望される方は「起
業支援事業補助金(19ページ参照)」を利用でき
ます(諸要件を満たした場合)。

子どもも暮らしやすい小谷村

自然の中で
いっぱい遊べる
ところが
小谷村の
魅力♪



子育ても安心 教育環境も充実

田舎でのびのびと子どもを育てたい。
そんな願いをしっかりとサポートする小谷村の教育環境。
そんな小谷村の教育環境をご紹介します！

小谷村認定こども園



充実の保育環境、元気に育つおたりっ子

温かみがある木造のこども園は、小中学校と同じ千国地区にあります。
主食(ごはん)は各自持参ですが、園内にある調理場で作られる温かい食事が提供されています。
保護者の事情に応じて未満児保育や延長保育、一時保育などにも対応。広い園庭があり、豊かな自然の中で子どもたちがのびのびと元気に走り回ります。



PICK UP① 地域から学ぶ

地域の方が講師となり、地域の伝統文化や伝統食を学ぶ機会も。地域とのつながりを通して人と人のつながりの大切さも学んでいきます。



PICK UP② 自然に親しむ

こども園の周りには自然がいっぱいの環境！裏山で遊んだり、雪の日は思いっきり雪遊びしたり、園生活の中で、目いっぱい自然を楽しむことができます。

小谷小学校



村民が見守る、開放的な校舎で学ぶ

村唯一の小学校で1学年1クラスのみ的小谷小学校。「村民の学校」として、地域に溶け込むように設計された開放的な校舎が自慢で、村民に親しまれています。校歌の作詞・作曲は谷川俊太郎・賢作さん親子が手がけました。フルタイムの仕事に従事する保護者のために、放課後の学童保育が小学校に併設されています。



PICK UP① 開放的な校舎

小谷小学校の校舎は、天井が高く、教室と教室との間に壁がない開放的な造り。子どもたちがのびのびと過ごせる空間になっています。



PICK UP② 地域に触れる

1年生から6年生が縦割り班を作り、卒業までの6年間で地域の歴史文化を学んだり、スポーツを体験したりと、地域について学んでいます。

小谷中学校



地域のことを学ぶ、「小谷学」にも注目

小学校と同様に1学年1クラス編成の小谷中学校。地域のことを学ぶ総合学習授業「小谷学」がユニーク。

部活動ではスキー部（アルペン、クロスカントリー、ジャンプ）があり、オリンピック選手も輩出しています。

2016年度からは台湾の中学校との交流学习が始まるなど、国際感覚豊かな人材育成をめざしています。



PICK UP① 自問活動

小谷中学校の掃除の時間は、自問清掃といって、掃除の時間を『自分の心を磨く時間』と考え、自らに問いながら、道徳性を高めていく時間としています。



PICK UP② 国際色が豊か

国際感覚豊かな人材の育成を目指し、2016年度から台湾の中学生との交流学习を開始。中学2年生は、全生徒が台湾を訪問し現地の中学生と交流を行っています。

習いごと

田舎であっても、さまざまな習いごとを経験することができます。メジャーな習いごとから、小谷村ならではのユニークな習いごとまで…そんな小谷村にある習いごとの一部をご紹介します」

☑ 公営おたり塾

幼少より英語に慣れ親しんでもらうことを目的に、保育園、小学校、中学校で無料の「公営おたり塾」を開催しています。アクティビティを行いながら、楽しく英語を学んでいます。



☑ 信州小谷太鼓

平成30年で20周年を迎えた信州小谷太鼓。普段は村内のお祭りや村外での演奏会に出演し、その息の合った力強い演奏は見る人を圧倒します。定期的に演奏会も行われるので気になる方はチェックを！

☑ スキー教室

ウィンタースポーツの盛んな小谷村ならではの。村内のスキー場でみんなで楽しくスキーを学びます。教室によって対象が異なりますが、年少から通うことができ、幼少期からウィンタースポーツに親しむことができます。



☑ スイミング

村内のトレーニング施設内のプールで行います。温水プールで冬でも快適です！保育園児対象のクラスと小学生～が対象のクラスがあり、年少から通うことが可能。小学生は、小学校からの送迎でスイミングに通うこともできます。

Q 子どもたちはどうやって学校に通っていますか？

A 各地域から、通園・通学バスが出ているため、子どもたちはバスでこども園・学校に通っています。

Q 村内に高校はありますか？

A 村内には高校がないため、電車で高校に通うか、中には下宿して高校に通っている子もいます。

Q 子どもの数はどのくらいいますか？

A 学年によって人数は異なりますが、各学年15名程度が平均的な人数です。

子育て Q&A

Q 子育ての心配ごとは、どこで相談すればいいの？

A 小谷村では、妊娠～出産・子育てと、助産師や保育士などのスタッフによる切れ目のない支援を行っています！

心配なことがあれば、気軽に相談できますよ。

担当：子育て支援センター

TEL 0261-82-2170

MAIL hoiku@vill.otari.lg.jp

移住までのステップを詳しく解説！

5ステップ

小谷村への 移住ステップ

小谷村で暮らしてみたいな。
そうと思ったら、まずは情報収集をして、
スムーズな移住に向けた計画を立ててみましょう。
5つのステップをご案内します。

Step 2

小谷の暮らしを知る

小谷村がどんなところなのか、まずは来村して暮らしを体験してみてください。春夏秋冬、それぞれの季節にいらっやれば、小谷村の雰囲気より深く知ることができるはずですよ。

① 情報サイト『本日、おたり日和。』

小谷村の「観光」「特産品」「ふるさと納税」「ファンミーティング」について「いま」をお伝えする情報サイト。集落の祭りや行事、文化、料理など小谷村での暮らしを知ることができるブログもあります。より身近に小谷村を感じることができるサイトです。



本日、おたり日和。HP
<https://www.otari-biyori.com/>

② おためし移住

小谷村では、田舎暮らしを体験したい！ 畑や田んぼをやってみたい！ そんな方のために気軽に滞在していただき、田舎での暮らしを体験できる施設を2016年秋にオープン。1週間から1年単位で一棟借りできる移住おためし住宅や、一泊から利用可能な宿泊施設など、体験期間や目的によってお選びいただけます。



お問い合わせ
小谷村役場集落支援係
☎ 0261-82-2589

Step 1

移住相談窓口にご相談

小谷村での暮らしに対する夢や希望・心配ごとなどは、まずは移住相談窓口へご相談ください。それぞれのご希望に合わせた移住までの道のりをサポートします。

① 小谷村役場 観光地域振興課集落支援係

集落支援係では、空き家バンクの管理など、移住の窓口業務を行っています。事前に面談を申し込みいただければ、担当職員が対応させていただきます。ご希望の方は下記の問い合わせ先にお電話をいただくか、メールをお送りください。



お問い合わせ
小谷村役場集落支援係
☎ 0261-82-2589
✉ iju@vill.otari.lg.jp

② 全国で開催される移住・交流フェア

もう少し小谷村の話を聞いてみてから、実際に足を運びたい。そんな方には首都圏や大阪など、大都市で開催される「移住・交流フェア」にご来場いただくことをおすすめします。職員による移住相談や各種パンフレットなどを用意したブースでお待ちしております。出展スケジュールは「ニッポン移住・交流ナビ」などでご確認ください。



ニッポン移住・交流ナビ
「JOIN」HP
<http://www.iju-join.jp/>

Step 4

移住に向けた準備を進める

いざ移住となると、思わぬ出費がかさむもの。小谷村ではみなさんの定住に向けた初期投資に対して様々な補助制度を用意しています。ぜひ活用ください。

1 家を改修したいなら……

小谷村定住住宅取得支援補助金

居住を目的とした個人住宅、併用住宅の新築または中古物件の購入およびリフォームに要する費用の総額の1/2まで補助します。(新築の上限 200万円、中古物件の上限 100万円)。



お問い合わせ 小谷村役場集落支援係
☎ 0261-82-2589

2 空き家の残留品片付けなら……

空き家家財道具撤去補助金

村の空き家バンクに登録されている物件の賃貸借や売買が成立しても、家の中が片付いていないケースがあることも。そんな場合は、放置されている家財道具を処分するための経費に対し、総額の2/3までを補助します(上限 30万円)。



お問い合わせ 小谷村役場集落支援係
☎ 0261-82-2589

3 起業したいなら……

小谷村起業支援事業補助金

村内で起業したい人を応援するための制度です。新規の起業のために直接的に必要な事業所の改修や設備、備品、車両の取得、開業に要する手続等の経費、その他附属設備の取得費などに補助を受けることができます。



お問い合わせ 小谷村役場観光工商係
☎ 0261-82-2585

Step 3

住む家をさがす

移住を決心したら、家さがしを始めましょう。新しく家を作るのはもちろんですが、空き家バンクに登録された古民家や村営住宅といった選択肢もありますので、ライフスタイルに合わせて検討してみてください。

1 空き家バンク

空き家の賃貸・売却を希望する所有者から提供された情報を集約し、空き家をこれから利用・活用したいとお考えの方に紹介するシステムです。まずは、HPで気になる物件を探しましょう! 気になる物件が見つかったらご案内いたしますので、お気軽にお問い合わせください。



楽園信州空き家バンク HP
<https://rakuen-akiya.jp>

※空き家バンク登録物件のご案内をいたしますが、村所有でない家の賃借・売買は一切関与いたしません。当事者間での話し合いの上、契約の締結をお願いします。

2 村営住宅

村内に住所や勤務地がある場合は村営住宅への入居が可能です(諸要件を満たす必要あり)。村内各所に単身者向けからファミリー向けまで様々な物件を用意しています。空き状況や家賃など詳しいことは小谷村役場建設係までお問い合わせください。



お問い合わせ
小谷村役場建設係
☎ 0261-82-2204
<http://www.vill.otari.nagano.jp/mura/information/W009H0000023.html>

Step 5

いざ、小谷村へ移住!

住むところと仕事の目処がたったなら、ぜひ小谷村での暮らしを始めてください。都会に比べれば、もちろん不便なこともありますが、里山での暮らしは何ものにも代えがたい魅力があります。移住をしてから事業を始める方など、若者~壮年層の移住者も増えており、良き仲間に出会えるかもしれません。村長はじめ、村民一同、小谷村でお待ちしています!



小谷村が取組む 定住支援

小谷村は厳しい自然環境のなかでも多くの村民が快適に暮らせるように住まいや生活に関する様々な補助、支援を行っています。
移住を考えている方が利用できる補助事業もありますので参考にいただき、ぜひ活用ください！

移住・住まい

集 小谷村商品券贈呈

転入時に一人当たり1万円分の村内の提携店で使用できる商品券贈呈

集 定住住宅取得支援補助金

村民または住宅取得後移住される方を対象に住宅の購入費やリフォーム費用を補助する制度

【補助額】

新築：最大200万
住宅解体補助：最大50万
中古：最大100万
空き家バンク家財道具処分補助金：最大30万

住 生ごみ処理事業補助金

生ごみの減量化処理等を行う活動を奨励し、活動資材に対して、一定の補助金を交付する制度

集 家財道具撤去補助金

小谷村空き家バンクに登録する物件で売買契約が成立した場合に、家財道具等を処分するための費用の3分の2（上限30万円）を補助する制度

水 浄化槽等設置補助金

村内全域において、合併処理浄化槽等を設置しようとする場合に、一定の補助を受けられる制度

【補助限度額】

5人槽 …………… 39万0000円
6～7人槽 …………… 47万4000円
8～10人槽 …………… 66万0000円
11～20人槽 …………… 100万2000円
21～30人槽 …………… 154万5000円
31～50人槽 …………… 212万9000円
51人槽 …………… 242万9000円

都会と違って下水の整備が行き届いていない里山では生活に欠かせない存在！



観 リフォーム補助金

住宅の改修工事を行うものに対して対象工事の工事費を補助する制度

【対象工事】

- ・屋根、外壁の改修工事
- ・床、天井、扉等の内部工事
- ・浴室等の水回り改修工事
- ・建具、サッシ等の工事

【補助額】

対象工事金額の3分の1
（上限10万円）

医療・福祉

住 福祉医療費補助

医療機関の窓口で支払った医療費について、受給資格要件に該当する方の自己負担額の一部を助成する制度

【補助額】

500円もしくは2割（高齢者区分）の負担額を除いた医療費

【対象】

- ・乳幼児等（高校卒業まで）
- ・障がい者
- ・父子/母子家庭
- ・高齢者

住 ウェルネスクラブ小谷利用料村民割引

村内にあるスポーツクラブ「Sウェルネスクラブ」の利用料の半額を補助する制度

福 難病患者通院費補助

国の特定疾患治療、県の小児慢性特定疾患及びウイルス性肝炎医療給付実施要綱対象者に対して通院費の全額を支給する制度

健 人間ドック受診料補助

国民健康保険及び後期高齢医療保険加入者を対象とし、健康保持及び増進を図るため、人間ドックの受診に要した経費を補助。

【補助額】 1人7,000円

健 健康増進プログラム利用料補助

特定保健指導の対象となる者に対して運動施設等で健康増進プログラムを利用する場合の利用料を補助

【補助額】 最大で25,000円

健 インフルエンザ予防接種費等補助

生後6ヶ月から中学3年生までを対象とし10月以降のインフルエンザ予防接種費用の一部を補助

【補助額】 個人負担1,000円

福 住宅除雪支援事業

高齢者世帯、母子世帯、傷病障がい者世帯等で、居住している家屋の除雪が出来ない世帯に対し、除雪の支援を行う事業

出産・子育て

住 不妊・不育症治療費補助

不妊・不育症治療を受けている夫婦の経済的な負担軽減のため治療にかかる費用の一部を補助する制度

【補助額】 不妊・不育症治療にかかる費用の2分の1
(1年当たり上限20万円)

健 妊婦健康診査通院費助成金

妊婦一般健康診査に係る通院に要する交通費の一部助成

【補助額】 通院1回あたり2,000円(上限14回)

健 出産祝金

出産を祝い、出生児の健やかな成長に寄与するため、小谷村に住所を有する出生児の保護者に対して出産祝い金を支給

【補助額】 ・第1子 10万円
・第2子 20万円
・第3子以降 30万円

保 保育料等の補助

・同一世帯から2人以上の児童が入園している場合、0～2歳児の保育料が最年長児童から順に2人目は半額、3人目以降は0円
(卒園等により入園児童が1人となった場合は、規定保育料に戻る)

・入園期間中の副食費(給食費)無料

教 通学通園バス無料化

村内全域で運行する通園通学バスが無料で利用可能。また、自家用車等利用して通園する2歳未満の児童の保護者に対し、費用の一部を補助

教 おたり公営塾

おたり公営塾では、保育園児から高校生までを対象にネイティブによる英会話レッスン、中学生・高校生を対象に理科、数学教室を実施

教 高等学校子育て応援助成金

高等学校等に在学している生徒の保護者に対して子育て応援助成金を交付

【補助額】 生徒一人当たり3万円(年額)を助成

教 学校給食費補助

村にて給食費に対する補助を行います。

【補助額】 2分の1

教 就学援助費支給

経済的理由によって就学困難と認められる児童・生徒に対し、学用品や修学旅行費、学校給食費、PTA会費などの経費の一部を支給

教 特別支援教育就学奨励費

通級指導教室等を利用する児童・生徒の保護者へ対し、通学にかかる交通費等の一部について補助

教 海外研修

小谷中学校では、異文化交流の一環として、希望者にはニュージーランドへの研修を実施(毎年4名)
また、毎年2学年が台湾を訪問し現地の学生と交流。

仕事

観 起業者支援補助金

村内の起業家を中期的にバックアップするため設備費用や人件費を補助

【補助額】

- ・設備資金の補助2/1
上限100万円(建物の新增改築費、備品購入費等)
- ・空き家等利用の場合
上限200万円



集 UJターン就業・創業移住支援補助金

県独自のマッチングサイト(信州で働こう!)から就業すると最大で100万円補助金が受け取れる制度。

【補助額】

- ・県共同補助対象者制度東京圏から移住し、マッチングサイトから就業
→最大で100万円
- ・東京圏以外から移住し、マッチングサイト経由で就業
→最大で25万円
- ・長野県から創業支援金の交付決定を受けて、移住支援金の申請が交付決定の日から1年以内に創業
→最大で100万円

各種制度の問い合わせは

小谷村役場各担当係へ

- | | | | |
|---------|---------------|---------|---------------|
| ● 住民係 | ☎0261-82-2581 | ● 観光商工係 | ☎0261-82-2585 |
| ● 福祉係 | ☎0261-82-2582 | ● 水道係 | ☎0261-82-2583 |
| ● 健康推進係 | ☎0261-82-2570 | ● 教育委員会 | ☎0261-82-3981 |
| ● 集落支援係 | ☎0261-82-2589 | ● 保育園 | ☎0261-82-2170 |

Webサイトはこちら

www.vill.otari.nagano.jp





夏の山も、冬の山も、美しい村。

山に囲まれた小さな谷の村・おたり。つつましくも和やかな集落の暮らし。
昔ながらの日本の原風景とともに、いつでもお待ちしております。

信州 小谷村

平成28年8月初版 令和5年12月改訂

小谷村役場 観光地域振興課集落支援係

〒399-9494 長野県北安曇郡小谷村大字中小谷丙131番地

TEL.0261-82-2001(代表) 0261-82-2589(直通)

FAX.0261-82-2232

Mail : iju@vill.otari.lg.jp

<https://otarigurashi.com/>



special thanks to Nakaban (cover illustration)