

はじめに

人口減少、高齢化が進む中、今後、地域社会における人材不足、担い手不足が深刻な状況となり、地域の経済活動やコミュニティを維持・存続することが困難な状況になっていくことも考えられます。

そのような中で、活力ある長野県を維持していくためには、従来の働き方を見直して、働く意欲のあるすべての人々が持てる能力を十分に発揮するとともに、それによって人生を楽しむことができる新たなライフスタイルを創造することが必要です。

豊かな自然環境に恵まれた長野県には、従来から自然と共生した農ある暮らしが根付いていました。さらに、地域の絆の強さが、人と人が支え合う社会を形成し、多くの女性や高齢者も就業してきたことから、仕事や役割を両立・分担してきた伝統があります。

長野県は大都市に比べ、ゆとりある暮らしができることから、夏は農業・冬はスキーインストラクター、会社に勤務しながら伝統工芸品の技術継承、福祉施設で働きながら通年農業など、仕事と地域活動や好きなこと・やりたいことを組み合わせた「一人多役」型の働き方・暮らし方は、長野県ならではの新しいライフスタイルの一つのモデルになると考えます。

さらに、このようなライフスタイルの普及により、長野県の豊かな自然環境を保全し、地域活力の活性化へとつながっていくことを期待します。

この事例集は、現在県内で「一人多役」型の働き方・暮らし方を実践しておられる方々を御紹介することで、今後の自分らしいライフスタイルを見つけていただく手がかりとなるように作成したものです。

本書によって、多様な働き方や暮らし方の一つである「一人多役」型への理解が進み、人が大切にされ、安心して快適に暮らすことができる地域社会の仕組みづくりに活かされることを願っています。

「一人多役」とは 地域社会において一人で複数の役割を担うこと

(信州創生戦略 用語解説より)

例えば…



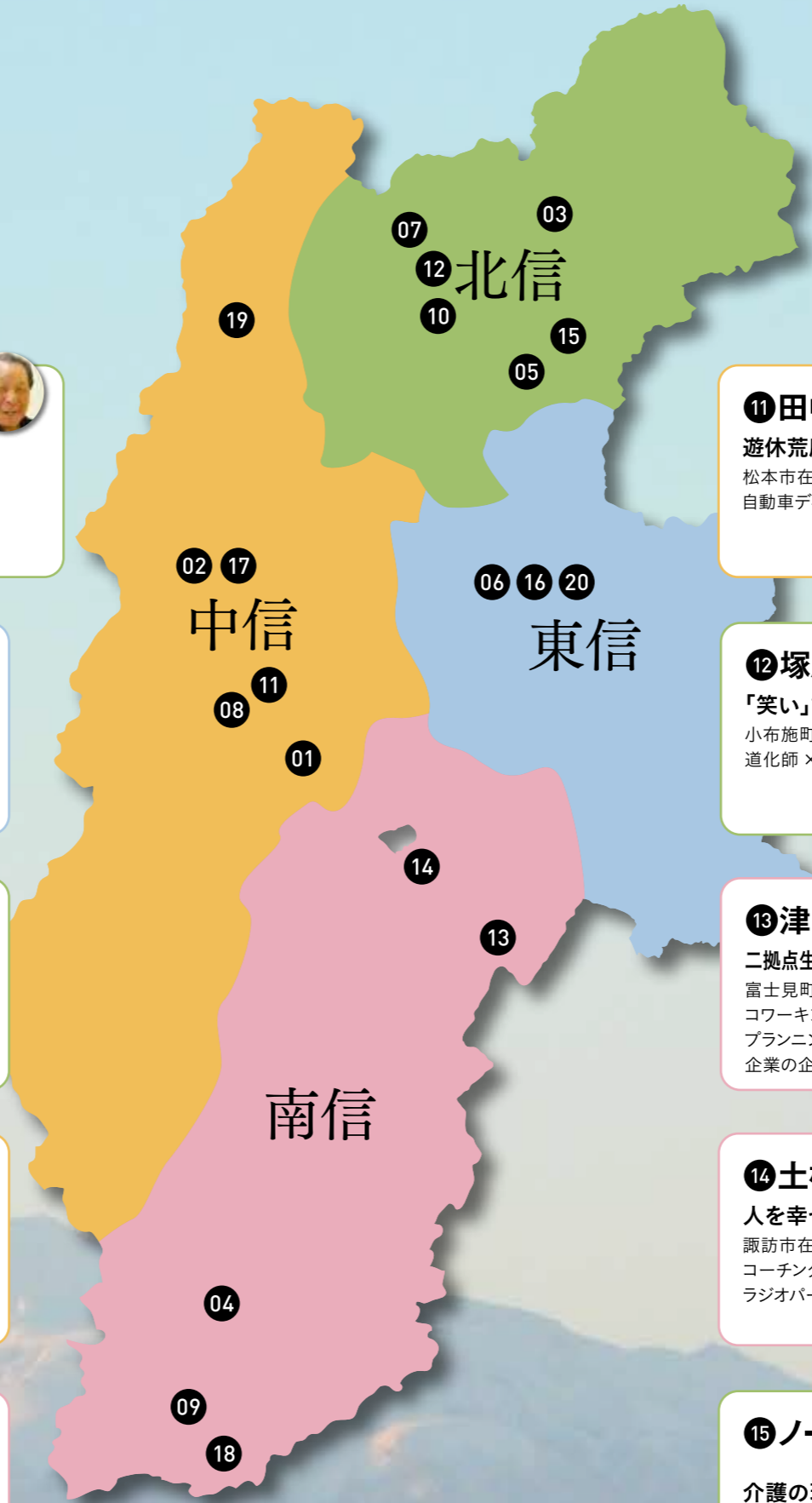
実践者インデックス

四季折々、鮮やかに緑り広げられる長野県の自然は色彩のドラマ。

山、川、森、高原、澄んだ大空は、時に優しく、時に厳しく、

私たちの日々に寄り添います。

豊かな自然に包まれた郷土は私たちの可能性を無限に広げる暮らしと仕事のフィールドです。



01 上間春江 【→P06】

子どもを育てる人々に自信と力を
塩尻市在住。
臨床心理士 × コンサルタント × 講師

02 梶山宗有 【→P08】

困難を有する子ども・若者を
多角的に支援
安曇野市在住。
NPO 法人運営 × ジョブコーチ ×
生活就労支援アドバイザー × オペラシンガー

03 川島直樹 幸子 【→P10】

古民家に住み継ぎながら移住者支援
中野市在住。
古民家保存(NPO法人)活動 × 移住者支援

04 熊谷聖秀 【→P12】

茶臼山の自然とともに生きるカエル先生
飯田市在住。
茶臼山高原両生類研究所(カエル館)館長 ×
自然観察インストラクター × 塾講師

05 神戸直日 【→P14】

アイデア全開!生産をサービスに
長野市松代在住。
林業 × 農業 × 地域おこし

06 斎藤純子 【→P16】

仕事、音楽、消防で地域に貢献
上田市在住。
会社員 × 消防団音楽隊

07 佐々木常念 【→P18】

戸隠の奥深い魅力を伝える
長野市戸隠在住。
ロッジオーナー × プロスキーヤー × 登山ガイド

08 佐藤佳子 【→P20】

日本語教育を軸に人と社会を「つなぐ」
松本市在住。
日本語教育システムコーディネーター ×
日本語教師 × 多様性文化共生のサポート

09 下平洸弥 【→P22】

人を支え、祭を支えて地域を担う
阿南町在住。
社会福祉法人萱垣会職員 × 祭りの笛方 ×
剣道指導者 × 農業

10 関川松雄 【→P24】

参加してこそ楽しいまつりを創出する
長野市在住。
長野のまつり支援ボランティア × 野菜づくり

11 田中浩二 【→P26】

遊休荒廃農地をそば畑に
松本市在住。
自動車ディーラー × 農業生産法人

12 塚原成幸 【→P28】

「笑い」で人々に幸せと生きる力を
小布施町在住。
道化師 × 臨床道化師 × 短大教師

13 津田賀央 【→P30】

二拠点生活を実践しながら人生の充実を目指す
富士見町在住。
コワーキングスペース・シェアオフィス代表 ×
プランニング&デザイン ×
企業の企画運営部門勤務

14 土橋桂子 【→P32】

人を幸せにするために全力投球
諏訪市在住。
コーチングインストラクター ×
ラジオパーソナリティ × フリーアナウンサー

15 ノール・デュラン 【→P34】

介護の現場で英語を生かす
須坂市在住。
福祉施設職員 × 英会話講師 × 農業

16 直井保彦 恵 【→P36】

写真とデザインと草の根文化芸術活動
上田市在住。
クリエイター × 草の根文化芸術活動家 ×
介護職 × 記者

17 増田望三郎 【→P38】

半自給の農的暮らしとゲストハウス
安曇野市在住。
農的暮らし × ゲストハウス運営 × 市議員

18 村澤雄大 【→P40】

村のさまざまな WANT に応える
天龍村在住。
ゲストハウス運営 × なんでも村仕事 × 大学 TA

19 室伏羲郎 【→P42】

おもてなしの心に満ちた癒やしの宿を運営
白馬村在住。
プチホテル経営 × おもてなしマスター ×
ホテルの接客アドバイザー

20 ビル・レッティ 【→P44】

走り続ける実業家、地方と世界の橋渡し
上田市在住。
ランナー × 駅伝チーム監督 ×
国際ビジネスコンサルタント

臨床心理士 × コンサルタント × 講師



PROFILE

うえま はるえ
1977年 上田市出身。
臨床心理士。東京大学大学院教育学研究科博士課程に在籍中に、文京区の非常勤職員として教育相談に応じるようになり、不登校や発達障がいの子の親支援を展開。
2007年、第一子出産。実際の子育てを経験し、冷静さを失い、自分のケアも難しい状況に。改めて子育てを支援する仕組みの必要性を痛感し、母親や教師の自信をはぐくむ講演、研修に力を入れるように。同じく臨床心理士でママ友でもある上平加奈子氏・高瀬志保氏と出会い、それぞれの得意分野を生かして子育てに関わる人を支援しようと「子どものミカタプロジェクト」を創設。メルマガ、ブログ発信、カフェイベントを通じて子育てをサポートしている。自身も起業し、お茶会・ランチ・セミナーを入口に、主に子どもに関わる人々を対象に「自分軸はぐくむコンサルティング」を展開している。

塩尻市の魅力

市民交流センター「えんぱーく」が町の真ん中にあり、アクセスしやすい！階に子育て支援センターを設置しているなど、子育てにやさしい地域だと思います。また、起業、SOHO、小規模プロジェクトなどの活動支援にも積極的。この環境を生かし、皆さんのお役に立てたらと思います。

多役型実践に必要なと思うこと

カウンセリングも、コンサルティングも、お客様の役に立って初めてスキルを発揮できる仕事です。悩みを持ち、サービスを求めている人々に届くよう情報を発信し続けて共感の輪を広げるとともに、事業として継続、発展を図っていくことが大事と考えています。



自分を肯定すると気持ちにゆとりが生まれます。
子育てに悩む皆さんや、仕事に行き詰まった先生に
自信と自分の軸を取り戻すお役に立ちたいと願っています。



こんなにもできない自分？
自分の子育てで知った
本当に必要なこと

上間春江さんは、臨床心理士です。学校教育に関するカウンセラーとして埼玉・東京で活躍した5年間、不登校や発達障がいなどに悩む親御さんの相談を数え切れないほど受け、子どもたちの成長や親の不安解消をサポートしてきました。

2007年、第一子の出産は上間さんに大きな衝撃をもたらします。子どもが全然寝てくれない、泣き出すと止まらない、自分のことができずに冷静さを失っていき、その状況を自分でケアできずに、どんどん無力感にさいなまれていく……そんな事態に驚きながらも、どうにもならず、ますます落ち込んでいく自分を知ったといいます。

「人にカウンセリングしていた自分はなんだったのかと思いました。子育てに直面する母親が、これほどまでに余裕を失ってしまうことを思い知りました」

周囲の協力を得て、大変な時を乗り切った上間さんが改めて実感したのは、ダメな自分も認めることが次の一歩につながるということでした。

「自分を責めるエネルギーが、自分の力をどんどん奪っていくんです。できないと認めてしまえば楽になります。じゃあどうすれば？という前向きな考えも出てきます」。たくさんの悩めるママたちに伝えていきたいのはこれだという確信を、上間さんは持ち始めていました。

東京時代と同じく、塩尻で親子や先生の支援を続けるかわら、上間さんは子育てブログをスタート。自身が実感した子育てへの焦りやいらだち、驚き、不安などをリアルに綴り、発信したのです。「自分の失敗をわざわざ発信する



のは勇気のいることでした。でも、読んで共感してくれる人や、ご自分の失敗を教えてくれる人も現れ、次第に方向が定まってきました」



臨床心理士として
「自分軸はぐくむ」助けに

「子どものミカタプロジェクト」に先立つ2015年、上間さんは子育てでママをはじめ、子どもを支援する人々のためのコンサルティングオフィス「教育コンサルティングオフィス 虹のかけはし」を立ち上げました。

仕事や子育てに追われるなかで、自分らしさを保てなくなってしまうといった悩みに応え、しなやかで強い「自分軸」をはぐくんでいくことをテーマに、コンサルティングを行っています。個人的な相談に応じるのはもちろん、お茶会、ランチ会、セミナーなど、参加しやすいイベントを通じ、敷居が高いと思われがちなかカウンセリング、コンサルティングを身近なものとし、臨床心理士の存在を暮らしに役立ててもらおうというユニークな取り組みも進めています。

日本では、カウンセリングや個人的なコンサルティングが、社会の中でまだ十分に浸透しているとはいえません。しかし、そうしたサービスを必要としている人、求めている人は少なくありません。その人々に届くよう情報発信することが、上間さんの目下の課題。「人が未来に希望を持って生きていくために役に立てたら」と、心を込めてブログやSNSを投稿しています。

「子どものミカタプロジェクト」は
子どもに関わる人たちの応援団

同じように実績ある臨床心理士として活躍しながら、子育てに取り組む高瀬志保さん、上平加奈子さんとの出会いが、新たな活動を始めるきっかけとなります。

活動は「子どものミカタプロジェクト」。大人が自らを肯定し、子どもに対する「見方」を変えて接することで、子どもの「味方」になっていくことの意図を込めて命名。子どもに関わる人たちに自分たちの経験と、臨床心理士としての子育てへの知見をかみくだいて伝えるとともに、ワークショップを通じて悩みの解消を図り、自信と力を育む連続のセミナーを企画したのです。

長野県男女共同参画センターグループ企画協働事業(2016年度)に採択されたこのプロジェクトには100人近い人たちが参加しました。なかには「人生が変わった」と感動しながら帰る人も。



**NPO
法人運営**

**ジョブ
コーチ**

**生活就労支援
アドバイザー**

**オペラ
シンガー**



PROFILE

かじやま むねあり
1962年 長野県松本市出身。
実家は松本の家具メーカー。神戸で商社勤務を経て実家の仕事に従事。その後、木材を取り扱う北海道の商社に勤務。安曇野市で困難のある子ども・若者を支援する活動を展開する望月美輪・貴徳夫妻の施設で製作・販売する木のコップについてアドバイスを求められたのをきっかけに、活動を支援するように。その過程で自身の娘の発達障がいをはじめ、「障がい」のある人々やその家族への理解を深め、NPO法人Gland-Riche(グランド・リッシュ)立ち上げにも協力。副理事長を務める。
2016年3月に会社を退職し、4月から専属スタッフとして勤務。薬草栽培、わさび栽培、雑貨の販売、喫茶店運営など新しい試みで障がい、困難を有する人々の就労を支援している。

安曇野の魅力

障がいや心の疾患の有無に関わらず、土いじりは人の心を癒やし、働く意欲を生みます。安曇野には我々が取り組む薬草やわさびの生産に適した農地が多く、困難を抱える人の就労支援を行いやすい環境だと感じます。日本の真ん中に位置し、全国各地とつながりやすい点も魅力です。



多役型実践に必要なと思うこと

障がいのある人と寄り添っていくために何が必要かを考え、実践する過程で、さまざまな役割を担う結果となっています。身につけてきた資格や職を有機的につなげ、組み合わせ、支援の質をより高め、ノウハウをさらに蓄積していくことが重要だと思っています

「障がい」は、社会に「妨げになるもの」があるからそう呼ばれるんです。社会の理解、人々の意識で、その妨げはなくすことができるはず。社会全体がそうなることを指し、コツコツと支援の輪を広げています。

**障がい、困難と向き合い
前進し続けるNPO**

安曇野市のNPO法人「Gland-Riche(グランド・リッシュ)」。「どんぐりで心豊かに」という意味のフランス語を名に持つこの法人は、障がいなどの理由で社会生活を円滑に営むことが困難な子どもや若者を支援するNPO法人。どんぐりの小さな実が大きな木に育つように未来に希望の種を蒔く組織を目指し、2010年に設立されました。社会福祉士、介護支援専門員などの資格を持ち、画家でもある理事長の望月美輪さん、その夫で事業運営に携わる望月貴徳さんとともに、副理事長として活動しているのが梶山宗有さんです。



広葉樹木材を扱う商社の長野出張所長だった梶山さんは、グランド・リッシュの前身だった事業所で製造販売する木製コップの素材などをアドバイスしたのをきっかけに、望月さんたちと親交を深めるようになりました。障がいや困難を抱える一人ひとりに寄り添い、一生を見据えた支援のためにさまざまな受け皿をつくって活動していた望月さんたちに共鳴した梶山さんは、支援者の一人となり、NPO法人の立ち上げにも携わります。

2013年からは正規職員となり、通常の会社などに雇用されることが困難な人を対象

とする「就労支援B型事業所Cercle(セルクル)」、社会生活を円滑に営むのが困難な子ども・若者の相談に乗り、居場所を提供する「DiISe(ディルセ)」、福祉雑貨ショップ「Le-bois(ル・ボウ)」、子どもたちの絵画教室「Couleurs(クラー)」を運営。ジョブコーチ、生活支援ユースアドバイザーの技能を生かして活動しています。

安定した生活や、社会に必要とされる経験が人を変え、生きる力をもたらす

「『障がい』とは、そう呼ばれる人々にとって、社会に『妨げになるもの』があるということなんです」と、梶山さん。理解されないことからくる疎外感や人間関係がうまくいかないなどの問題、職に就けず所得を得られない生活不安、生きがいを持てないいらだちなど、妨げは多岐にわたります。「それらをなくし、居場所や生きがいを持つことができれば『障がい』自体を意識する必要がなくなります」。そのために、梶山さんたちは安定した仕事ができる就労の場、所得を生み出す仕組み、やりがいや喜びを感じられる体験、居心地のいい環境などの提供に努め、人生の質を高めていけるようサポートしています。

生薬栽培とわさび栽培はその一環。「土いじりが癒やしと安定をもたらす」との情報を得た梶山さんたちは、就労の具体的取り組みとして生薬の栽培に着手します。大阪の製薬メーカーに働きかけ、2014年からトウキ、サイコ、シャクヤクなどを試験栽培しています。収穫した薬草の一部を専門メーカーに加工依頼し、オリジナル入浴剤を製品化。イベントや雑貨店での販売にこぎ着けました。



また、生産者の高齢化により遊休となっていたわさび田を借り受け、2016年からわさびの栽培もスタート。わさびは1年中仕事があり、需要も高いうえ、地域を代表する産業に携わることから、働く意欲や、やりがいを育むことにもつながっています。

「継続、発展可能な取り組みをていねいに育てていく」のが梶山さんたちのスタイル。グランド・リッシュと出会い、居場所、理解者、仕事、そしてやりがいを得た利用者の方々の明るい笑顔が印象的です。

困難を抱える人々に寄り添い支援の第一人者となることを目指して

支援を必要とする人々はもちろん、その親御さんなど家族への支援、アドバイスも、梶山さんたちの重要な役割。変化を続ける福祉行政や法制度、地域の仕組みなども向き合い、支援に生かしていくため、各方面との連携や情報発信も積極的に行っています。

「困難を抱える人々に寄り添い続け、支援の第一人者として信頼に添えていきたい」と、梶山さん。同じ思いで活動を支える人々の輪は確実に広がりを見せています。

ところで、梶山さんは松本市の合唱団に所属し、週末はオペラシンガーとしても活動しています。各種演奏会のオーディションに応募し、2012年のサイトウ・キネン・フェスティバルではオラトリア「火刑台上のジャンヌ・ダルク」に出演。プロに混じってソリストを務めたほどの実力の持ち主です。

歌声と演技で聴き手の心に理屈を越えた感情や感動を届けるオペラ。表現者という役割を担う梶山さんが発信し続けるのも、人が人生を豊かにし、その質を高めていくためのメッセージにほかなりません。



古民家保存 (NPO法人) 活動 × 移住者支援



PROFILE

かわしま なおき 1952年 東京都出身
 かわしま さちこ 1955年 神奈川県出身
 活動拠点：中野市を中心に北信地域など
 40代の時、仕事中心の時間に追われる直樹さんが都会生活で体調を崩して入院したことが、人生を見直す機会に。幼い頃のはどかだった横浜の故郷が、すっかり都会に変わってしまったことに寂しさを覚えていた妻の幸子さんとともに、田舎で古民家に暮らすことを理想の暮らしと見極め、移住に向けた計画を立て、勤務先を早期退職。2005年、中野市で古民家生活をスタート。古民家の素晴らしさを実感するほどに、住み継いでいく重要性を実感し、2008年NPO法人設立。やがて移住希望者のサポートを通じて古民家に住む人を増やそうと発想。移住者に必要な仕事・住居・コミュニティ提供をボランティアで手助けしている。

北信州の魅力

海外への移住を考えたこともありますが、大好きなスキーができて、古民家に住むという理想をかなえるのが、この北信濃・中野市でした。各地を見て回りましたが、今住んでいる古民家との出会いは運命的なものだったと感じています。周囲に広がる四季の風情、志賀高原や高社山の風景を望みながら日々を満喫しています。

多役型実践に必要なだと思うこと

私たちの移住はリタイア後の生活として計画したことで、職業として多役に取り組んでいるわけではありません。しかし、私たちのこの暮らし方が今や未来を生きる方々に夢や活力を提供するきっかけになれば、何よりの社会貢献になるのではないかと思います。これまで積んできた経験やノウハウをどう生かして人や社会の役に立っていくかの挑戦が、多役の実践につながっていると思います。

かけがえのない古民家を住み継いで守っていくためには「住みたい」人の存在や地域の理解が不可欠です。そこから発想した移住者支援がライフワークに加わりました。



北信州の自然に囲まれ古民家で快適に暮らす

四季の彩りが美しい山あいの棚田の脇にピクニックテーブルを出し、志賀高原の峰々や高社山のおおらかな風景を眺めながら、のんびりとしたランチタイム楽しむ川島直樹さんと幸子さん夫妻。現役リタイア後、唱歌「故郷」を作詞した高野辰之の生家（ふるさと）にほど近い中野市永江の古民家に暮らして12年になります。

川島さんは東京で仕事中心の日々だった40代、健康を損なって入院。それをきっかけに、夫妻で歩んでいく今後の人生について繰り返し話し合うようになりました。「愛してやまないスキーができる土地に移住し、田舎の古民家に暮らす」という条件をかなえたのが、現在暮らす築230年の古民家でした。周囲の豊かな自然に溶け込みながら、人の豊かな営みを感じさせるたたずまいに運命的な出会いを感じた川島さんは、迷わず購入したこの家を2年がかりで改修。建築当時のたたずまいや古民家ならではの間取りをそのままに、あこがれだった薪ストーブをはじめ現代の暮らしを快適に支え、住まいとして住み継いでいける性能や設備を加えて再生を果たします。

あぜ道の散歩や戸外でのランチを日課とし、四季を楽しみながらゆったりと暮らす夫妻は、当初、近隣の人々にとって宇宙人のような存在だったようです。しかし、「組長」など地域の役割を引き受けたり、野菜作りのアドバイスを受けたりして交流を深め、今ではすっかりこの地の住人として定着しました。



かけがえのない古民家を地域に残していくために

「住めば住むほど古民家の奥深さ、かけがえのなさへの実感が深まるんです」と、川島さんはそろって笑顔を見せます。自然と調和しながら生きる知恵と、在来建築の技が凝縮された古民家は、もともと長く住み継いでいける頑健さと機能を備えています。しかし、そこに人が住まなくては、価値が十分に発揮されないばかりか、傷み腐れていく一方です。



移住者の受け入れに前向きな企業の一つ小布施堂。人事等を担当する西山哲雄さんは自身も静岡出身。古民家にも造形が深い(上)。古民家再生技術で川島さんが絶大な信頼を寄せる工務店社長・勝山要助さん(右)。



そこで川島さんは北信州周辺で思いを共有する十数名の人々と手を携え、「NPO法人 北信州・ふるさと古民家住み継ぐ会」を2008年に発足。古民家の魅力を多くの人々に伝え、今、地域に残っている古民家を一軒でも多く未来につないでいく活動を始めました。自ら手をかけた住まいを公開、時には体験的に宿泊してもらい、「古民家に暮らす」感動や充足感を伝えています。また、確かな技術を持ち、信頼の置ける工務店と出会う重要性や、時代を経た建物を再生していくポイント、地域社会におけるコミュニケーションの大切さなど、失敗も含めた自分たちの体験を包み隠さずアドバイスに生かし、長く住み継いでいく知恵の共有にも努めています。

活動するなかで重要なキーワードとなったのが「移住」でした。自分たちと同じように古民家に暮らしたいと考える移住者を支援することが、古民家を住み継ぐだけでなく、古民家が存在する地域に活気をもたらす一助になると気づいたのです。

「仕事」「住居」「コミュニティ」の紹介を通じ、現役世代の移住を後押し

若い世代が暮らしの豊かさを求めて地方に住むことを志向する傾向が高まっている今、そこには「仕事」「住居」そして「コミュニティ」が欠かせないと、川島さんは強調します。「仕事はハローワークで探せる、住居は不動産屋を紹介する、古民家を望むならここにある」といった、情報を網羅するだけの画一的な対応では、なかなか移住には至りません。中野市の場合、現状では空き家バンクの登録件数も少なく、近隣からの移転者ですぐ埋まってしまうのが現

実なんです」。

移住セミナーなどをきっかけに一度は中野を訪れ、地域を好きになっても、仕事や住居がハードルとなって他へ行ってしまふ移住希望者を数多く見て残念に感じた川島さんは、移住しやすい環境を整えるボランティアに奔走し始めます。敷金礼金の不要な賃貸住宅を手配したり、地域の企業を訪問して移住者の可能性を伝え、中途採用への協力を得たりと、地道な働きかけを続けました。

さらに、移住希望者や移住し始めた人々の相談にも応じています。相談は仕事や住居に関することから、生活上のさまざまな問題、生き方の悩みまで、実に多岐にわたります。それらにいていねいに耳を傾け、一人一人に真剣に対応することで、移住を成功させた先輩として、また人生の先輩として、信頼を培っているのです。

こうした役割を通じ、川島さん夫妻は「自分たちが理想的な移住の幸せを手にしただけでなく、人の役に立つ幸せも見いだせた」と話します。同じような思いを実感してくれる移住者が増えていくことを願い、川島さん夫妻の取り組みは続きます。



茶臼山高原両生類研究所
カエル館館長 × 自然観察
インストラクター × 塾講師



一念発起と「カエル館」誕生

大学を卒業後、長野県の教員となった熊谷聖秀さんは、1992年、長野県最南端の売木村の中学校に赴任します。学生時代に信州の自然に深く魅了された熊谷さんは、それまでも赴任先で自然の観察や研究、写真撮影を続けていました。売木村でも、長野県、愛知県にまたがって広がる茶臼山高原の自然探訪が習慣となり、野鳥の観察や山野草の写真を撮りに通うようになりました。

やがて熊谷さんが野鳥以上に興味を惹かれるようになったのが、樹上で生活するモリアオガエルでした。熱心な観察を続けるうちに、いつしか「カエル先生」と呼ばれるようになります。日本のどこにもないカエル専門の博物館「カエル館」の構想は、この頃から温めていたといいます。

教員生活を継続していくと避けては通れないのが転勤です。研究を続けるためにこの地にとどまりたい、しかし教員を退いたら生活の糧を得るすべを失ってしまう。ジレン

マを抱えながらモリアオガエルの研究を進めるうち、研究の拠点となる施設の必要性がますます高まってきました。

長い葛藤の末、熊谷さんが選択したのは、教職を退く道でした。

「カエル館」オープンそして「ワンと鳴くカエル」の発見

熊谷さんは2001年4月、念願の展示・研究拠点をオープンします。「カエル館」の通称で親しまれることになるその施設は「茶臼山高原両生類研究所」。教員時代から気になっていた茶臼湖畔にある根羽村所有の旧施設を、村と交渉して借り受け、熊谷さんが自費で改装し、開館にこぎ着けました。

世界でも珍しいカエル専門の展示施設は大きな話題を呼び、初年度は根羽村や売木村をはじめ愛知県や岐阜県などから4,000人を超す来場者を記録します。

カエルは冬眠するため、冬季は休館を余儀なくされます。開館からわずか半年、11月には湿らせた水苔の中に一匹一匹カエル

を包み、自宅で冬眠させるのです。その間の生活を維持するため、熊谷さんは教員の経験を生かし、学習塾を始めます。カエル研究の夢のために始めた塾講師でしたが、面倒見がよく、熱心な熊谷さんの指導は、地域の子どもたちに好評です。親御さんからの信頼も厚く、地域の

人々に親しまれています。2年目を迎えたカエル館は、1年目以上に日本中のメディアから注目されることになります。茶臼山高原に生息するタゴガエルが小型犬のように「ワン」と鳴く新種であることが確認されたのです。「ネバタゴガエル」と命名されたそのカエルは、鳴き声の珍しさもあって、テレビで大きく取り上げられ、館には多くの取材陣が訪れるようになりました。カエル館は来館者を増やし、村でも「ネバタゴガエル」を天然記念物にするなど、かつてない「カエルによる村起こし」が展開します。「ネバタゴガエル」は今も館の看板カエルであり、村を有名にした立役者です。

自然環境を学ぶ「まるごと博物館」

茶臼山高原一帯は、カエルが生息する池や沼にとどまらず、森林を含む生態系全体が貴重な動植物が豊富な自然の一大宝庫です。長年この地に親しみ、研究を重ねていくなかで、熊谷さんは、この自然環境を守っていくこと、そのための学習の場としてカエル館を活用していくことを、新たな使命として考え始めます。茶臼山高原を「まるごと博物館」ととらえ、カエル館をその拠点とするという考え方で。

しかし、茶臼山高原が長野、愛知2県の県境にあるため、自然観察会や環境保全活動はそれぞれの境界内に限定されてしまいます。「県域を越えた広域の活動やアピールこそ効果があると思うのですが」と、熊谷さんは現在の状況を残念がります。近年、パワースポットとしてマスコミに取り上げられたこともあり、カエル館は再び全国的な注目を集めています。これをチャンスととらえ、「カエル館単体ではなく、茶臼山とその周辺の自然に多くの人が目を向け、観光や自然教育につなげていければと思うのです」と、熊谷さん。「行政の方々とも協働し、広域の目線で活動していけたらうれしく思います」。



PROFILE

くまがい まさひで
1950年 長野県下條村出身。
活動拠点：根羽村、下條村、飯田市
長野県の小・中・高校の教員として28年間務め、各地に赴任するなか、茶臼山でのモリアオガエル観察が本格化。研究と教職の両立に悩むも、「カエル館」開設の夢を実現させるため教員を退く。2001年根羽村に「茶臼山高原両生類研究所(カエル館)」を設立。館長として運営。研究の中で2005年には新種「ネバタゴガエル」を発見する。
また、カエルの研究を通して周囲の自然環境の豊かさにも着目。カエル館を自然学習や自然保護など、自然活動の拠点としても活用して行きたいと考えている。近年はパワースポットとしても注目を集める。
教員の経験を生かし、飯田、下條で学習塾も運営。小中学生を指導している。

茶臼山高原の魅力

カエルは本来熱帯にすむ動物ですが、ここ茶臼山高原には、新種のネバタゴガエルを含め7種類のカエルが生息しています。カエルの生息する池や沼にとどまらず、森林を含む生態系全体が貴重な動植物に満ちた自然の宝庫です。近年失われつつある自然環境のあるべき姿の手本を保っているのが茶臼山高原であると言っても過言ではありません。



多役型実践に必要なと思うこと

安定した教師の職を辞し、「カエル館」の運営をしていく決断には大きな勇気がいりました。「多役」は館を運営し、自らの生活を維持していくための選択ではありますが、夢の実現に欠かせない生活スタイルとなりました。多くの方々のご協力で17年目のシーズンを迎えられることに感謝し、それぞれの役割をまっとうしていきたいと考えています。

教員を辞しても夢の「カエル館」開設へ。
新種のカエル発見が地域の活性化につながるプロセスは刺激的でした。
豊かな自然を地域の宝とし、未来へ育てていくことに今後も力を尽くします。



林業 × 農業 × 地域おこし



PROFILE

ごうど なおひ
1941年 長野県長野市出身。
学生時代以降、東京、京都で過ごし、大阪で電源製作会社を起業。設計、製造、メーカー工場のライン制御等、電源に関わる幅広い業務に携わり、その後商社勤務などを経て40代後半にUターン。新たに始めた農業で、次々とアイデア発揮。きのこのパック販売など新しいスタイルを提案し、現在スーパーなどで普及している販売スタイルの先駆けとなる。現在はぶどう(巨峰、ナガノパープル、シャインマスカットなど)栽培、里山の植林や街路植栽用の苗木生産、そして地域の活性化に寄与するためのそば道場を運営。いずれも地域活性化等の社会貢献とビジネスが両立する事業として、地域の行政や住民を巻き込んだ活動へと広がりを見せている。

信州・松代の魅力

豊かな自然と、良質な作物を生産できる環境が広がる故郷です。その環境を生かし、ブランド力を発信できるような農業、林業、食に関する事業を展開したいと考えています。首都圏に近い田舎であることもブランド発信のうえでとても有利です。

多役型実践に必要なだと思うこと

いろんな事業に取り組んで、それぞれヒットにつなげることができたのは、やみくもに事業に飛び込むのではなく、世の中のニーズを見極めたうえでスタートしたから。自分がよければいいのではなく、地域振興や地域の人々のプラスになるように考えてきたからでしょう。



世の中が何を必要としているのか。そのために自分に何ができるか。
新しいことを始めるには、まずそれをつかまないと。
自分のためだけでなく、地域や社会に役立つビジョンが大事ですね。



アイデアと行動力と粘り強さで息の長い事業にする

神戸直日さんが林業に携わるようになったのは、1998年の長野冬季オリンピックに向けた準備活動がきっかけでした。「環境五輪」の一環として、長野県の樹木を各会場施設に植栽するとともに、会場近隣に新たな森をつくることになり、約60種3万本の苗木を育てることとなったのです。

当時、アドバイザーとしてこの活動に携わったのが、「ふるさとの木によるふるさとの森づくり」を提唱していた横浜国立大学の宮脇昭名誉教授。多様な樹種を密生させ、自然の生態系に近い森を短期間で育てていく「混植・密植型植樹植林」の考え方を学びながら、神戸さんはポットを用いた苗木生産のノウハウを身につけ、自らも研究を重ねて、ナラ、クヌギ、ヤマザクラ、ヤマボウシ、コブシなど多くの苗木を育てました。苗木はエムウェーブ、スパイラル、飯綱高原などに植えられ、約20年を経た今、ふるさとの森として存在感を放っています。



その後、苗木生産を事業化した神戸さんは、業界理事や研究団体の会長などを歴任。苗木のプロとして各方面からのニーズに応えています。現在、メインで育てているのが、カラマツ、スギ、ヒノキなど建材ニーズの高い樹種。国有林の皆伐(まとまった面積の森林を一度に伐採し、その後一斉に植林して新たな森をつくる施策)を受け、新しい技術で育てた高品質な苗木の需要が高まっているからです。花粉が出にくいスギも、その一つです。

また、後進育成により、地域の里山整備や海外の森づくり支援にも尽力しています。



「事業をスタートさせるときは、世の中が何を必要としているかを見定め、新しいアイデアを投入することが大事。それを継続させるには、常に『仕組み』と『資金』と『人』のバランスを見ながら、粘り強く取り組んでいくことが大事」。これは、これまで神戸さんが取り組み、実績をあげてきたさまざまな事業に共通する信条です。

農業も「ものづくり」の心意気と発想で

神戸さんはもともと電気機械系の技術者。大阪で起業後は、設計、製造、施工、営業まであらゆる業務を経験。さらに商社勤務も経て40代後半で故郷の長野市松代へUターンします。その間、「ものをつくる時は、売り方と販路を先に確立するかどうか成否を分かっ」ことをたたき込まれたといいます。

帰省後に始めた農業にも、ものづくりの心意気で取り組みました。千曲河畔で栽培する長芋、ゴボウの収穫にバックホーを用いるという、当初は地元の先輩方から目をむかれた“荒技”が、市場のニーズに応える収量を確保し、松代の根菜を有名にするのに一役買う結果となりました。

また、里山でつくる菌床ナメコ、原木クリタケを、当時、誰もやらなかった「パック詰め」で出荷。市場で大ヒットさせました。

平成以降は地元農協のブドウ担当理事として地域農家と協力し、この地で初めて巨峰栽培をスタートさせたのはじめ、市場のニーズに応じてナガノパープル、シャインマスカットへの転向を支援し、後継者を育てる取り組みに尽力してきました。「つくるからには銀座千足屋で扱ってもらえるぐらいに」と、若い生産者とともに首都圏への売り込

みやイベントにも率先して出向きます。作物の魅力だけでなく、都会の食生活の中でどんな位置づけができるかまで考え、アイデアを盛り込むのが神戸さん流の売り込みです。

そばを地域活性化の切り札に

神戸さんの自宅横にはそば道場があります。うどん打ちを趣味にしていた神戸さんが、そばを打ってみたいところ思うようにいかず、研究に没頭するようになったのが、そばと関わったのはじめ。打つ練習のたびそば粉を買っていたのでは割に合わない、そばの栽培も始めるようになりました。

実は、もうその時点で神戸さんの頭の中では趣味の域を離れ、「そばで地域おこし」の道筋が生まれていました。「民家で提供する“えんがわそば”で、地元注目を集め、活性化につなげよう」。そのための人材育成施設として、そば道場を開設したのです。生そばを商品として販売できるよう、食品加工所の認可も受けました。

2haのそば畑では、数年前から長野県産のブランドそば「信州ひすいそば」を栽培。プロに使われるそば粉の生産と、食通をうならせるそばの提供、そして後継者がビジネスとして続けていけるようなノウハウを伝えていくために、神戸さんは今も知恵を絞り、誰よりも積極的に行動し続けています。



会社員 × 消防団音楽隊



クラシックから ドラマやアニメのテーマまで

上田市消防団音楽隊は、音楽を通じて予防消防を訴えることを目的とする音楽隊。県内各地にある同様の音楽隊の先駆けとして1973年に結成されました。現在、上田市在住または在勤の20代～60代の40名あまりが所属。人々の心にダイレクトに感動を届ける演奏と消防の啓蒙に使命感を持ち、各自が時間をやり繰りしながら取り組んでいます。その一人、パーカッションを担当する齋藤純子さんは、今年(2017年)入団10年目を迎えるベテラン隊員。会社員、音楽隊員、そして地域や子どもの保護者会の役職なども含め、精力的に「多役」をこなしています。

音楽隊のレパートリーはクラシック、ポップス、ジャズ、流行歌、さらにはドラマやアニメのテーマ曲まで実に多彩です。地域の祭りや催事、市の公式行事、学校や幼稚園、保育園など年間20回に及ぶ演奏シーンに合わせて曲目や構成を検討します。2016年はNHK大河ドラマ「真田丸」のテーマ曲で大いに盛り上がりました。

取材したこの日は、正月恒例の出初め式の前に、上田市内各地の消防団のラッパ隊の面々との合同練習。隊のオリジナルテーマ曲「FIRE MARCH(ファイヤーマーチ・吉永雅弘作曲)」で、軽快にリズムを刻む齋藤さんの姿がありました。随所に消防ラッパのフレーズが盛り込まれたこの曲は、音楽隊とラッパ隊が共演する消防団らしい曲。指揮者のタクトを真剣に見つめる齋藤さんのスティックから打ち出されるドラムの音は、総勢100人近くが奏でるマーチを鼓舞するように、はつらつと響いていました。

「正確なテンポやリズムで楽曲のムードを盛り上げ、同時に、演奏しているみんなを盛り上げていくのが打楽器の役割。聴いている皆さんが自然に手拍子を打ってくると、何ともいえずうれしい気持ちになります」

使命感と目標を持って前向きに! 技術を高める努力が楽しい

「パーカッションは一見地味なパートですが、担当する人によって同じ楽曲でも感じがガラリと変わります。どんな曲にも対応できるように、また、演奏するみんなも、聴いている皆さんも、盛り上げられるように、日頃の練習を大事にしています」

消防団音楽隊は一般的な楽団と異なり、消防団の一分団として消防訓練や防火演習なども行います。演奏の際も、楽曲を聴いてもらうだけでなく、曲間のナレーションや実演を通して防災を呼びかけます。「音楽が大好き」な気持ちと、地域社会に貢献できる喜びが齋藤さんにとって大きなやりがいだといいます。

齋藤さんは、音楽隊の総務部班長としての役割も担っています。さらに上田市消防団には、女性消防団員で組織される消防隊「ベナテス」の一員としても活動しています。広報、防火指導、救護訓練などを通じ、地域の防災、安全、安心を優しく、力強く、サポートしているのです。

隊長をはじめ周囲の人々も齋藤さんのがんばりには一目置いています。しかも「練習も、演奏本番も、実に楽しそうに取り組んでいる」との評価。「使命と目標を持つことが、前向きに取り組む力になっている気がします。だからこそ、もっと技術を高めたい。その努力もまた楽しみにしています」と、笑顔で語ります。



多役の「役」は 役立つ「役」でもあるから

音楽隊の練習は週2回。仕事の後、家へ戻り、家族の夕食の準備をして、練習会場へ駆けつけます。演奏する日は週末や祝休日が多く、子どものイベントや地域の行事と重なってしまうことも少なくありません。スケジュール調整は、いつも苦慮するところ。それでも続けてこられたのは、「家族、実家、地区の方々、職場、そして仲間たち……周りのすべての皆さんに協力していただいているおかげ」と、齋藤さん。周囲を信頼するとともに、こまやかなコミュニケーションを怠らず、「お互い様」の関係を周囲としっかり築いてきた努力が、今を支えているのでしょう。

「多役の役は、何役もこなすの「役」であり、役に立つの「役」でもあると思うのです。多役をこなすということは、それだけいろんなことに役立つことができている、ということなんです。ね」。

齋藤さんの目標は、音楽隊の活動も、仕事も、また主婦の役割も、しっかり「続けること」。人や地域の「役」に立ちながら、自らも成長していきたいと、目を輝かせます。



PROFILE

さいとう じゅんこ
1974年 京都府出身。
在学中に吹奏楽部に所属、中学でファゴット、高校でパーカッションを担当。短大卒業後、会社勤めをしながら上田市民吹奏楽団に在籍、演奏活動を続ける。2004年、出産を機に仕事も吹奏楽団も辞め、主婦・子育てに専念。末の子が幼稚園に入園した2008年、建設に関するICT専門企業(上田市)に就職し人事総務系事務に従事。
あるとき東御市の消防団音楽隊の演奏会に助っ人として出場したのを機に、上田市にも消防団音楽隊があることを知り、入団。パーカッションを担当し、今に至る。練習は週2回。定期演奏会のほか、地域の祭りやイベント、教育関連行事など、年間20回あまりの演奏機会がある。また、地域の消防団の一員として消防団活動にも従事。さらに上田市消防団女性消防隊「ベナテス」の一員として、広報活動、防火指導等を行っている。

上田の魅力

長く住んでいる地元ですから、近隣の方々とも顔なじみ。仕事のこと、消防団や音楽隊の活動のこと、子どもの学校のこと、地域の行事のこと、なんでも相談し合い、融通し合える環境だから、多役をこなしてこれました。



多役型実践に必要なと思うこと

自分自身が目的を持って前向きに取り組むこと。そして、自分のためだけでなく、それを周囲の方々や地域のために役立つ活動にしていけることが大事だと思っています。また、周りの皆さんに助けられて自分があることを忘れずに、コミュニケーションを欠かさないう心がけています。

人や地域の役に立ち、喜んでもらえて、自分も成長できる。それが励み、やりがい、目標になるから多役を続けられるのだと思います。それに、パーカッションが大好きなんです。



ロッジ オーナー × プロ スキーヤー × 登山 ガイド



生まれたときから 戸隠山とともに

佐々木常念さんの父、故・徳雄さんは安曇野出身。長男の名を北アルプス常念岳から命名したほど山を愛する人でした。山と暮らし、山に親しむ人々との時間を共有するため、未開の地だった戸隠越水ヶ原に移住。高原を開拓し、この地に最初にロッジを開いてから60年が経ちます。徳雄さんは、登山シーズンだけでなく雪に覆われる冬にも戸隠に人を呼びたいとの思いから、スキー場開発の中心的存在としても尽力しました。

そんな父の背中を見ながら戸隠の大自然のなかで育った佐々木さんにとって、山の中で生きること、そしてそれを仕事とすることは、ごく自然な成り行きでした。現在、佐々木さんは徳雄

さんの後を継ぎ、戸隠小屋の経営を行うとともに、プロスキーヤー、登山ガイドとして戸隠の自然と共に暮らしています。

「冬は雪が降るからスキー。緑の季節には山へ。好きとか嫌いとかの感覚を越え、子どもの頃からそれが自分の生活そのものでした」

佐々木さんにとって、戸隠は色あせることのない「特別な場所」。刻々と移ろう大自然だけでなく、歴史が培ってきた神聖な空気の中に、新鮮な発見が今もあるといいます。

ビジネス、レジャーの側面だけでなく 戸隠の魅力を発信

冬は戸隠スキー場のスペシャルサポートスキーヤーとして活躍しながら、スキー場のイベント企画やレッスン、専門誌での連載などを通じ、戸隠の魅力、戸隠スキー場の魅力を発信し続けている佐々木さん。

「戸隠のスキー場で見る景色は別格です。気高さを感じさせる戸隠山を目の前に望みながらスキーをする、最高ですよ」

佐々木さんは、ときに滑り手の目線で、またときには戸隠に生きる一人の人として、地域の発展に情熱をかけて尽力しています。その行動



自体はあくまでも自然体で、気負いがありません。登山ガイドを始めたのも、ごく自然な流れでした。「ロッジに来る方を案内したり、安全のために山道を整備したりしていたのが、いつの間にか仕事になっていました」。

一方で、ここに生まれ育ったからこそこのこだわりもあります。レジャーの観点だけでなく、他の観光地とは違う戸隠という地域の深い魅力をもっと多くの人に伝えたいという思いが年々強まっているのです。そのために自分自身が戸隠のことをもっとよく知らなくてはと、高原や山の中をくまなく歩き回り、幅広い視点を持って戸隠の価値を見つめ直し、伝えていくことに意欲を燃やしています。

地域に生まれ育った人がその地を愛し、継承していけるように

現在、戸隠エリアでは、佐々木さんのロッジ「戸隠小屋」をはじめ近隣のロッジ、ペンション、店舗などで2代目世代が頑張っています。3代目へとつないでいくことが、彼らに共通の大きな課題です。

「未来は必ずやって来ますが、それが望ましいものになるかどうかは自分たちの努力や声かけ次第。いいものは続け、改善するところは柔軟に改善していかないと、次の世代が受け継ぎにくいものになってしまう」と、佐々木さんは警鐘を鳴らします。何がいいもので、何を変えなくてはいけないか、地域のみならず模索する時期に来ているとも語ります。

山とどうつきあっていくかも、重要な問題です。佐々木さんは登山ガイドの任務の一環として、仲間とともに戸隠山中の登山道の整備を行っています。ところが「想像を絶する危険な場所もたくさんあるんです」。それに対応できるのは、山の経験が豊富で現地の地形を知り尽くしたごく少数の人に限られます。そのまま次の世代に渡すわけにはいきません。さらに、市町村や県の境界が変わると、その先は整備の対象ではなくなってしまうという問題も。「山も、山道もつながっているのに、人が作った見えない境界で断絶されてしまうのです。安全な登山環境を提供するため、地域や行政を巻き込んだ改善も必要だと、佐々木さんは提言します。「長野県にとって山は生活の一部であり、大きな資源なので。管理上の都合ではなく、山を訪れる人、山で暮らす人の目線で考えることが大事だと思います」

次の世代の戸隠を支えるのは、そんな思いも共有しながら、戸隠に根ざした歴史や文化を担い、発信していける同郷人であってほしいと願う佐々木さん。山との語りだけでなく、若手との語りも大切にしています。

PROFILE

ささき じょうねん
1971年 長野県長野市(旧戸隠村)出身。
戸隠越水ヶ原に開拓者として移住し、最初にロッジを開き、スキー場の開発にも中心的な存在として尽力した佐々木徳雄氏の長男として生まれる。幼い頃から山とスキーとロッジが暮らしそのもの。現在もロッジオーナー、プロスキーヤー、登山ガイドを自然体でこなし、戸隠連峰とともに生きている。
レジャーの観点だけでなく、歴史や伝統の観点から戸隠の希少性や価値を伝えていくことに使命感を持ち、今はまだ埋もれている山岳修験の史跡などを踏査して伝えることに意欲を燃やす。また、登山者やスキーヤーにとって安全な戸隠にするため、スキー技術の伝播、登山道の整備などにも力を注いでいる。

戸隠の魅力

戸隠は平安時代から山岳修験の聖地で、霊山としての歴史を刻んできました。頂上を目指すだけの登山では戸隠の持つ独特の霊性や、歴史の趣までは体感できず、もったいないと感じます。それを伝えていく取り組みを積極的にしていきたいと思っています。



多役型実践に必要なと思うこと

多役をこなしているという実感はないんです。戸隠に関わることで、自分がやるべきことは何でもやるというスタンス。そんな思いを共有して戸隠の文化を担い、伝えていける同郷人を育てていきたいですね。そのためのコミュニケーションの機会を大切にしたいと思っています。

生まれたときから山とスキーとロッジが暮らしとともにありました。だから多役であることが自然体。それを生かして戸隠の本当の魅力をたくさんの人々と共有したいと思います。



日本語教育
システム
コーディネーター

日本語教師

多様性文化
共生のサポート



PROFILE

さとう よしこ
1971年 岡山県出身。
大学、大学院で中国文学を学び、さらなる研究を志すが、20代半ばから両親の介護が始まり留学を断念。日本でできることを模索した末、日本語教育を学び、日本語学校の講師となって中国語圏の人々を中心に日本語を指導。
学会で知り合った夫との結婚を機に松本へ。日本語教師として教えるだけでなく、知識やノウハウを生かして社会的に貢献できる役割を担おうとコーディネーターとして活動を始める。松本市をはじめとする市町村及び厚労省、文化庁等国が外国人をサポートするために設けたさまざまな制度を活用し、地域行政との連携を図りながら外国人就労のための研修や、地域に暮らす外国人への日本語講習などを展開。松本市を拠点に多文化共生社会の創造をサポートしている。

松本市の魅力

市民協働事業提案制度による提案をきっかけに多文化共生プラザが設置されるなど、松本市は多文化共生への理解、取り組みに積極的。また、市民と行政が協働で地域をよりよくしていこうとする意識も高い地域ともいえるでしょう。これからも連携し、草の根から多文化共生を進めていきたいですね。

多役型実践に必要なと思うこと

現在の多役的なスタイルは、私自身の専門性や経験をどう発揮し、社会に貢献していけるか、いろんな角度から検討、発信、行動してきた結果です。明確なビジョンとミッションを持ち、それに沿って情報収集を怠ることなく前進することが、新たな展開につながっていくと思います。



長野県内で生活する外国人は、今後もっと増えていくでしょう。その方が暮らしやすい地域になれば、地域全体がより暮らしやすくなっていくはず。学んできたこと、身につけてきたことを、そのために役立てていきたいのです。



地域のグローバル化を
行政、草の根、両面から

日本語教師の資格を取得後、日本語学校の専任講師として働きながら、地域の日本語教室でもボランティアスタッフとして活動してきた佐藤佳子さん。松本で生活するようになり、日本語教師としての経験や実績を、もっと社会的な活動のなかで生かせないかと考えるようになりました。

文化庁の地域日本語教育コーディネーター研修を終了し、佐藤さんは文化庁の日本語教育事業を松本で実現させることに尽力します。この事業は、地域日本語教育コーディネーターが中心となって各地域で日本語学習の機会を整えていくもので、国の支援を受けて日本語教室を開催したり、日本語教材を開発したり、集まった仲間と活動を広げてきました。

そのほかにも、一般財団法人日本国際協力センターが厚労省の受託で行うハローワークでの日本語レッスンを松本で行うなど、国の各省庁が進めている多文化共生事業を地域で積極的に推進、実践しています。

「費用のかかる日本語学校で日本語を学んでいる外国人のほとんどは、進学を希望する留学生。日本人のお嫁さんとして来日する人をはじめ多くの外国人は、居住地域の日本語教室で日本語を学ぶことが多く、地域の志ある方がボランティアで日本語を指導しているのが、実状なんです。」

そこで佐藤さんは、国や自治体の各事業に中心的に関わりながら、地域で活動する日本人ボランティアや外国人キーパーソンを「人財」と呼んでニーズを聞き取り、人的ネットワークを構築して課題解決を探ります。

地域のグローバル化を行政と草の根の両面からサポートする画期的な取り組みです。

多文化共生のために
人と人、人と社会をつなぐために

松本市は県内でも定住外国人が多い地域。国籍や文化の違いを越え、住民すべてが理解し合って住みよい町をつくらせていこうという「多文化共生」に、積極的に取り組んでいます。佐藤さんは、日本語教育の観点から国や県と市、市民と市、市民と市民を結び存在として、先進的、モデル的プログラムの推進に大きな役割を果たしています。

たとえば、松本市の中心市街地に2012年に設置された「松本市多文化共生プラザ」は、松本市人権・男女共生課と、佐藤さんも会員であるNPO法人中多文化共生ネットワークが協働で運営する施設。市の職員とNPO法人スタッフが机を並べ、外国人のさまざまな相談に対応するとともに、文化交流のイベントを開催したり、日本語教室をはじめとする各国語の教室のサポートをしています。

また、女性ならではの観点から、お茶会などを通じて地域の住民と外国人の交流を図り、出産、子育て、学校行事などに関する情報を交換し合ったり、子どもたちのグローバル化を後押ししたりしています。「親しい人が住みよ



い環境で暮らしていたら、その国や地域を悪く言う人なんかいませんよね。在留の方を大事にすることは、私たち自身が海外の人々から愛され親しみを持たれることにつながるんです」

日本語教育の可能性
介護の現場で生かしていけたら

佐藤さんは今、介護の現場に日本語教育を生かしていけないか模索しています。

経済連携協定(EPA)に基づく看護・介護受入事業が具体化するなか、有資格者を期間限定で呼ぶ方法が検討される一方で、今、日本にいる外国人の資格取得を推進することも重要だというのが、佐藤さんの考え。

「単に数合わせで看護、介護に携わる人の不足を補うのではなく、自分たちにないよさを学べるという多文化共生のメリットを十分に生かすことになると思うのです。それにつけても、制度を推進する人と、実際の現場とをつなぐ存在が必要だと痛感します」

佐藤さん自身も介護の資格を取得し、現場で働こうと考えています。実際の現場に身を置いて、人をケアする仕事に携わるとともに、外国人受け入れに際して必要とされる日本語教育について、的確に理解したいとの思いからです。佐藤さんのフレキシブルな思考と取り組みは、地域だけでなく日本全体の多文化共生を推し進めていく力となることを期待させる頼もしさに満ちています。



社会福祉法人 萱垣会職員 × 祭りの 笛方 × 剣道 指導者 × 農業



人を支え、地域を担う

下平洸弥さんは阿南町の特別養護老人ホームで働いています。職員となって日が浅い今は、上司や先輩の仕事を見習いながら、介護や介助の知識と技術を身につける日々。経験を積み、介護福祉士の資格を取得するとともに、一日も早く施設内で頼りにされる存在となることを目標に、仕事に取り組んでいます。「中学生の頃、大好きだった祖父が亡くなりました。看病の際、何もしてあげられなかったのが悔しくて、自分に介護や介助の技術があれば、もっと楽に療養できたかもしれない、もっと気分よく過ごせたかもしれないと思うんです」

その思いから中学卒業後、阿南高校の福祉コースに進学。地元の社会福祉法人「萱垣会」に就職しました。介護福祉の仕事を選び、身につけるだけでなく、長年地域で活躍し、町や祭りの伝統を支えてきたお年寄りを支えていけるのが大きなやりがいだと、目を輝かせます。

おじいちゃん子だったという下平さんは高齢者への接し方がごく自然で、気負いがありません。そんな下平さんに、多くの利用者が安心感を覚える様子。「あんたの笑顔が見られるのがうれしいの」などと言葉をかけられ、照れくさそうに笑います。「まだ慣れないことが多く、失敗や気づかないことなどもありますが、相手の方の気持ちを考え、できるだけ自然に対応することを心がけています」と話す姿は頼もしく、早くも施設に欠くことのできない存在となっていることがうかがえます。

自分たちの誇り 後世につなげていくもの

国重要無形民俗文化財に指定されている「新野の雪祭り」をはじめ1年を通じて多彩な祭りが繰り広げられる阿南町新野で生まれ育った下平さん。幼い頃から師匠について祭りの笛を稽古してきました。笛を吹きながら学校に通ったほどの熱中ぶり。修業の甲斐あって、今では祭りを支える貴重な若手の担い手

です。しかも祭りそのものが好きでたまらないといえます。「新野では祭りが生活サイクルの基準になっているようなところがあり、この職場も祭りの日は有休を取らせてもらいやすいなど、理解があるんです」。地元の職場に地元の人 が勤務することは、地域の伝統や文化を育てていくうえでも、大きなメリットがありそうです。

新野の雪祭りは毎年1月14日～15日。一年中で最も寒い時期に行われ、しんと冷たい夜気の中、神様を演ずる舞い手と笛、太鼓の囃子方により、伝統の舞が夜通し奉納されます。かつては舞い手も囃子方も大勢いて、社殿に入れないほどだったそうですが、現在は後継者の確保に苦心しています。

「祭りは自分たちの誇りです。絶えないように、質が落ちないように、後世につなげていきたいと思っています。そのためにも自分たちが誇りを持ち続け、一生懸命にやらないと」。祭りの担い手として地域の文化を伝承していく立場にあることを、ひしひしと感じている下平さん。まっすぐな瞳と言葉から、誇らしさと責任感が伝わってきました。

農業、剣道指導者 当たり前に取り組む多役

現在19歳の下平さんは実家で家族と共に

生活しています。家族は総勢8人。4人きょうだいの3番目が下平さんです。両親を中心に農業を家族みんなで手伝い、支えるのが、何代にもわたる暮らしの営み。学校から帰ると田畑の仕事を手伝うのが、当たり前の習慣でした。そうやって育ってきたきょうだいは、今もとても仲がいいそうです。

「職場に通勤するようになってから、毎日農業を手伝うというわけにはいなくなりました。でも、時間があるときは今も手伝いますよ。この辺りじゃ普通のことだし、子どもの頃からの習慣なので、改めて『多役』って言われると、なんだか不思議な気がしますね」。

また、下平きょうだいは4人と子どもの頃から「新野剣道クラブ」に所属し、竹刀を交わして成長してきました。現在は姉とともに小・中学生を指導しています。「楽しく、厳しくがモットーです。教え子が勝つのは、自分が勝つとはまた違ううれしさですね」と、若き指導者の顔がのぞきます。下平さんが剣道の指導を続けるのも、地元への思いから。

「新野にはたくさんの祭りがあって、野菜はおいしいし、空気もきれいです」。山あいの農村ならではの親密な近所づきあいや助け合いの風習も、ふるさとのおたかさの一要素。「みんな優しくまじめなんですよ、新野の人って」と、下平さん。「みんな地元が好きなんです。そんな地元のよさを、みんなで伝え合えば、外にも伝わっていくと思います」と、地元愛を語る声にも、気負いはありません。



PROFILE

しもだいら こうや
1997年 阿南町出身。
中学生の頃大好きだった祖父が亡くなった際、何もしてあげられなかったのが悔しくて、阿南高校の福祉コースに進学。卒業後社会福祉法人萱垣会職員になり介護福祉士になることを目指している。子どもの頃から師匠について練習してきた笛で地域の祭りの担い手として活躍している。8人家族、4人きょうだいの3番目(次男)。学校から帰ると家の農業を手伝うという生活。今も、時間があれば農業を手伝っている。子どもの頃からきょうだい4人全員が「新野剣道クラブ」に所属。現在は姉と共に指導者として地元少年少女を指導している。

阿南の魅力

新野には雪祭り、行人様春の祭典、霜月祭、寺下行人供養、御嶽祭祭典などほぼ毎月お祭りがあります。この歴史や文化を大事にして、次の世代に伝えていきたいと思っています。多数の同級生が町を離れて、進学したり就職したりする中で、幼い頃から続いていた笛を、雪祭りで吹くため新野に残りました。みんなこの町が大好きなんです、若い人は年々減っていくのが残念でなりません。

多役型実践に必要なと思うこと

実家が農業をやっているの、子供の頃から当たり前のように手伝いをしていました。周りの同世代の人たちも同じだと思います。祭りの担い手も同様。子どもの頃からごく普通に大人や先輩たちに習い、練習を重ねて腕を磨いていくんです。就職し、仕事を持って、時間があれば家の農業をし、笛を稽古する、そして剣道の指導に行く……何か特別なことをしているという意識はなく、「多役」そのものが、当たり前の生活になっています。



祭りが好きでたまりません。
新野に住んでる人たちも、この地域も、大好きです。
だからここに住み続け、ここで仕事して、地元のために生きたいんです。

長野のまつり支援 ボランティア × 野菜づくり



変わる」と、関川さん。まつりのポスターを届ける際、これまであいさつだけだった多くの事業所が、時間を取って趣旨やアピールに耳を傾けてくれるようになったといいます。最近では広告や協賛を集める業務にも積極的に携わり、まつりをさまざまな観点から支えています。

春の「善光寺花回廊」、夏の「ながの祇園祭」「長野びんずる」、そして真冬の「長野灯明まつり」など、長野市で行われる多くまつりで、関川さんは活躍しています。

「見に来てくれる人、運営する人、いろんな立場の人が、どうしたらもっと楽しんでもらえるかを考えていると、ワクワクしてくるんだよ」

全国をまたにける企業戦士から地域のスーパーバイザーへ

長野市の再開発複合施設「TOiGO」の中にある「長野灯明まつり」事務局の一角で、てきばぎとポスターを束ね、配布の準備に余念がない関川松雄さん。「これは10枚ごと、こっちは5枚ごと、これは……」と、まだ勝手のわからない事務局メンバーをリードしています。「このまつりは長野青年会議所が中心になって開催しているけど、事務局のメンバーが単年ごとに入れ替わるから、毎年お手伝いさせてもらってる僕の方が段取りがいいんだよ」と、手慣れた動作で作業を進めていきます。

関川さんは、大手企業のサラリーマンだった時代に、転勤で長野へ赴任。企業戦士として奮戦していました。出身地である上越にも、仕事で頻りに訪れる東京にもアクセスがいい長野の立地が気に入り、11年前に長野市内のマンションを購入します。次の転勤が決まったのを機に、独立して長野市での起業を果たし、前職の業務請負を中心に仕事を続けました。

年齢を重ね、仕事を一区切りさせた関川

さんは、余裕のできた時間があったいと感じるようになりました。そんなとき、長野市内で繰り広げられていた「長野びんずる」を改めてじっくり見て、「これは見ているだけではつまらないな、参加してみよう!」と思ったのが、ボランティアに加わるきっかけでした。

まつりは見るより参加する方が断然楽しい!

関川さんは毎年ボランティアとして名を連ね、まつりの運営を支えるようになりました。そうすると、まつりを支える裏方の苦労や、ボランティアの能力が十分に生かされていない実態、市民へのアピールが弱いことなどが自然と目に入ってきます。企業に勤めていた時代、現場でも管理職としても手腕を発揮していた関川さんは、ボランティアという自由な立場を生かし、きたんのない意見とともに、前向きな提言や企画のアイデアなどを事務局に伝え始めます。

一方、事務局のほとんどは自分自身の仕事が忙しく、時間に追われている若手世代。発言が建設的で、経験も行動力もある関川さんの出現は願ってもないものでした。



ボランティアの立場は変わらないものの、事務局に参加してまつりの企画・運営に携わるようになった関川さんに、事務局から「スーパーバイザー」の名刺が渡されます。「名刺一つでも、受け手の対応が

野菜づくりも見ると自分で作るの楽しい!

野菜づくりも関川さんの楽しみの一つ。土づくりから丹精込め、手間をかけた分おいしく育つのが楽しくて、規模が次第に拡大。長野市の犀川河岸と飯綱町に広がる畑の面積はいまや7haに及びます。市民農園や遊休農地、後継者のいないりんご畑などを知人の紹介で借り、手継ぎで再生しながらコツコツと面積を増やして来たのです。

特に犀川沿岸の市民農園の隣地は、以



前からニセアカシアの藪で、ゴミの不法投棄場所でもありました。公地のため整備の手続きに手間取ったものの、地域の有志の取り組みとして5年をかけて整備。遊歩道をつくって憩いの場所としました。最近では青木島小学校の子どもたちが手伝ってくれるようになり、地域の緑化運動、環境美化運動に広がりました。

もちろん野菜づくりの腕もめきめきとアップ。当初は見よう見まねだったのが、今では販売しているのと遜色のない野菜を収穫し、周囲を笑顔にしています。関川さんの行動力の源は「見るより参加が楽しい」という思い。自分がワクワクすること、誰かがうれしくなることをいつも考え、「さあ、次はこれをやるよ!」と、誰よりも先に声をかけ、誰よりも先に身体を動かしています。

PROFILE

せきがわ まつお
1946年7月10日 上越市出身。
株式会社LIXILグループ(旧トステム)社員として全国転勤を繰り返し、長野勤務時代の11年前に長野永住。九州転勤を機に早期退職し、起業して住宅設備の設計施工に携わる。
長野市のまつりを見て、「見るより参加する方が楽しい」と、ボランティア参加。ボランティアとして意見、やりたいこと、提案などを積極的に伝えるうち、企画から参加してほしいとの声がかかり、事務局に参画するようになって現在に至る。ボランティアの立場ながら、スーパーバイザーとして運営協力。
また、サラリーマン時代から趣味で野菜づくり。土づくりや無農薬、無化学肥料で生産することが楽しみで、次第に本格化。収穫した野菜は自家消費のほか、知人や近隣の人にお裾分け。また、畑近くの子どものイベントにじゃがいもや葉物野菜などを提供するなどして喜ばれている。

長野の魅力

出身地の上越と、東京との中間に位置する長野は双方へのアクセスがよく、終の棲家を持つのにふさわしい場所と感じて移住を決めました。サラリーマン時代には、自分とのつながりを感じなかったまつりも、住民の目で見るとなかなか楽しい。参加するとともに楽しいことも実感しています。

多役型実践に必要なだと思うこと

まずは自分が楽しむこと。受け身にならず、自分で垣根をつくらず、積極的に参加することが大切だと思います。ボランティアだから制約が小さく、自由に動ける点を生かし、立場を越えた多くの人々との協働が可能です。行政の力も借りながら、市民のまつりの活性化と継続のために、いろいろな役割を果たしていきたいと考えています。

全国転勤を繰り返す企業戦士からまつり支援のボランティアへ。そして、耕作放棄地を開墾して土づくりから始めた野菜づくり。すべてに共通する思いは「見るより参加するのが楽しい」ということ。

自動車ディーラー × 農業生産法人



リーマンショックをきっかけに 新たな事業を模索

2008年にアメリカで起こったリーマンショックは世界同時不況を巻き起こし、日本の経済産業界にも甚大な影響を及ぼしました。地方の中小企業も例外ではありません。松本市で自動車ディーラーを営んでいた田中浩二さんも、売上が4割も落ちるといってつづいた事態を経験します。「自分たちでつくったものに自分たちで付加価値をつけて売るメーカーになることでしか活路は拓けない」と考えた田中さんは、ディーラーを継続しながら事業の軸をもう一つ持つ決意をしたのです。

いくつかの選択肢を模索していたある日、長年の友人である製麺会社社長の「信州そばのほとんどが本物とはいえない」という嘆きを聞いたのが転機に。「本物の信州そばを一緒につくりませんか?」と投げかけたことで、新事業が実現に向かって動き出したのです。松本近郊に増え続けている遊休荒廃農地を借り、自分たちでそばを栽培し、製粉、製麺を経て「本物の信州そば」を商品化するため、2009年9月、農業生産法人 株式会社かまくらやを設立。農業経験ゼロ、耕作地も人材も何も無い状態から夢はスタートしました。



耕作放棄地の実態に愕然 社会的使命感を胸に

勇んで松本市郊外の農業委員会を訪ね、遊休農地を借りたいと打診した田中さんですが、反応は思いのほかにもぶいものでした。3ヶ月通って思いを伝え、やっと手渡された地図を見てたどりついた場所に畑はなく「冗談抜きにジャングルでした」と、苦笑します。長い間放棄されすっかり荒廃した元リンゴ畑には無数の木が生い茂り、大量の家電製品が不法投棄されていました。土建業の友人に委託し、自分も手伝いながらなんとか再生を果たしますが、次の土地も同様の状態。3枚で事業資金が尽き、以降は田中さんと土木作業の経験を持つスタッフとで、コツコツ整備していくしかありませんでした。



「今思えば、私たちの本気度を試していたのでしょう。農家にとってかけがえない農地を、どこの誰ともわからぬ私たちに預けることに不安も抵抗もあったと思います」

やがてすぐ使えるよう管理された土地を紹介してもらえるようになり、耕作地は順調に広がっていきました。その後も、各地の地域代表者や農業委員との信頼関係を築きながら農家一軒一軒をめぐって農地を増やしては、自分たちで開墾し、耕し、そばを蒔いて、収穫することを地道に繰り返し、実績を積み重ねていきます。

7年を経た現在、農地は90ha。約700人の農家から借りるに至っています。なかには条件の悪い畑もありますが、そうした土地もすべて引き受けることが、自分たちの使命だと、田中さんは感じています。

「スタートはビジネスでした。しかし、農家の方々の土地への思いを知れば、条件が悪いからいらぬとは言えません。昭和ヒトケタ世代の方が支えてくれた農や食を、形を変えて新たな時代についでいくことを、私たちに託してくれたんだと思うのです」

農地を守りながら 山と町、町と山を結ぶ力に

かまくらやが生産するそばは年間約100トン。県産そば粉全生産量の5%にあたり、県内最大の生産規模となっています。近年は大豆の生産もスタート。みそ、しょう油など県産調味料の原材料として注目されています。

また、6次産業化によりそば粉、麺など付加価値の高い商品を製造、販売することも進めています。販路の確立、拡大に生かされているのが、自動車販売で培った営業力。「二足のワラジはだめだって、最初は周囲のみんなに反対されましたが、今では二足だからこそできる事業だと確信しています」。

中山間地の畑の生産性を高めるため、地域の人々と協働で、鹿の食害から畑を守る鉄製フェンスを3年がかりで設置したり、地域の祭りやイベントに協力したり、活動の幅はどんどん広がっています。農地の再生、活性化は、かつて農業が盛んだった地域に活力を注ぐ役割も果たしているのです。

こうした活動により、かまくらやは2014年、全国農業会議所・全国農業新聞主催の「第6回耕作放棄地発生防止・解消活動表彰事業」で農林水産大臣賞を受賞。2017年春には、そばをメインにした直売店をオープン。そば畑の周辺で生産される新鮮な野菜を提供し、地域に光を当てたい考えです。農地を守り活性化させながら、山と町、町と山を結ぶ力になることが田中さんの願いであり、目標です。



PROFILE

たなか こうじ
1963年 長野県松本市(旧波田町)出身。
2008年のリーマンショックを機に自動車の売上げが激減。業績の悪化に加え、若者の車離れや人口減少など自動車業界そのものの厳しさが増すなか、自ら付加価値の高いものをつくって売るメーカーになることを志向し始めた。
製麺会社を営む長年の友人が「信州そばは本物じゃない」と嘆くのを聞き、「本物の信州そば一緒につくろう」と投げかけたのがきっかけに、2009年農業生産法人かまくらやを設立、そばの生産に着手する。農地を借りる困難さを痛感した経験から、理念に過疎地の耕作放棄地解消を据え、積極的に取り組む。また6次産業化に成功。2014年「第6回耕作放棄地発生防止・解消活動表彰事業」(全国農業会議所・全国農業新聞主催)で農林水産大臣賞受賞。現在、県内最大規模の年間100トンを生産している。

松本・安曇野周辺の魅力

故郷であり、長年、自動車ディーラーとして営業に携わり、信頼を培ってきた地域。農業生産法人を設立し、土と向き合うようになって、地主さんとの信頼関係を築くとともに、大地への愛着も深まっています。農業を介して、中山間地域と都市部とをつなぐ役割に使命感を感じています。

多役型実践に必要なと思うこと

社会とどう関わるかを明確にした理念を持ち、ブレることなくその理念を追求する事業を進めていくこと。複数の事業それぞれの経験やノウハウは必ず相乗効果につながると実感しています。今後はソーシャルビジネスへの視点を持ち、中山間地のコミュニティの力になっていきたいですね。



「本物の信州そば」を自分たちでつくって発信しようとスタートした事業。農地取得の困難さが地域の信頼を得る大切さと社会的役割を痛感する機会に。二足のワラジだからこそ継続性、発展性のある事業としてそば生産に取り組めたのです。



道化師 × 臨床道化師 × 短大教師



PROFILE

つかはら しげゆき
1967年 東京都出身。
信州の自然に憧れ、長野大学社会福祉学科に学ぶ。学生時代、交通事故で長期入院した際、生き方をじっくり考え、言葉も世代も越えて世界を旅できる道化師になろうと決める。日本で展開したアメリカの道化師養成所でトレーニングを受け、海外での実践を経て帰国、国内で数少ないプロのクラウンとなり全国で活動。1995年阪神淡路大震災の際、現地でボランティアのコーディネーター、がれき撤去、避難所の運営などに携わり「生活」や「命」の重さと向き合う。拠点をしっかりと持ち、地に足のついた活動をしようと長野へ。市民の表現力を高めようと活動する一方、病の子どもの生きる力を高める一助にと2003年「臨床道化師」の活動をスタート。道化師と教育の接点も確信し、2012年より短大の専任教員として学生の表現力向上を指導。

信州の魅力

山に囲まれた自然への強いあこがれが、信州と東京生まれ、東京育ちの私を結びつけました。道化師、臨床道化師の活動は全国各地に広がっていますが、生活の拠点は自然が身近な信州においてほかにありません。登山、キャンプなど、自然と触れ合いながら家族と過ごす時間を大切にしています。

多役型実践に必要なと思うこと

プロの表現者の責任として、表現力の向上や完成度を高める努力を怠ってはならないと考えています。そのうえで社会にどう貢献していけるかを考え、受け手の幸せや生きる力の向上につながる取り組みを進めていきたい。目の前の人といつてもダイレクトに向き合う心が大切ですね。



言葉も世代も越え、世界を旅できる道化師。
エンターテインメントだけでなく、人の生きる力を後押しする表現者として
教育、医療、福祉に関わる活動を続けています。



仕事は自分でつくるもの
既存のルールにしばられない

塚原成幸さんは全国でも数少ないプロの道化師です。アメリカの道化師養成所が日本で展開したクラスに学び、プロのエンターティナーとしてデビューしたのは20代前半のことでした。

高校生の頃から「仕事は人が敷いたルールに乗るものではなく、自分でつくり出すもの」との思いを漠然と抱いていた塚原さんは、大学で児童福祉を学びながら、人がやっていない仕事を探求していました。

あるとき紙芝居というエンターテインメントの中に、人間が生きていくための濃厚なメッセージが込められていることに衝撃を受けた塚原さんは、子どもたちの前で紙芝居を上演する「お話キャラバン」を企画。休みを利用しては一人で全県を縦断するボランティア活動に没頭します。

ところが4年生を目前にした1月、イベントに向かう道中で交通事故を起こし、生死をさまよう大怪我で半年近く入院してしまいます。それが「生きる」と真剣に向き合う契機となりました。助かった命をどう生きるか、模索のなかで見いだした道が「道化師」でした。周囲の誰もやっていない仕事であり、言葉も世代も越えて世界を旅できることも大きな魅力でした。

海外での修業を経て日本で活動を始めた塚原さんの仕事は順調でした。生まれ育った日本人たちに笑顔になってもらい、自分も成長していきたい。そんな思いを胸にテーマパークや劇場の舞台上でパフォーマンスを続けますが、次第に違和感が高まっていきます。

「地に足がつかない気がしたのです。人生をかけて笑顔を届けるべき相手は、他にいる



んじゃないのだろうか。そう感じ始めた1995年、あの阪神大震災が起こりました。

エンターテインメントだけではなく
「道化」の役割

すぐに現地入りした塚原さんは、被害が甚大だった神戸市長田区に入り、約4年にわたり復興支援に携わります。がれきの撤去、避難所の運営、続々集まってくるボランティアのコーディネートなど、さまざまな役割に対応しながら、地域、人、暮らしと深く関わり、それまで以上に「生きる」と真剣に向き合うようになりました。道化師としての表現にも、夢や魔法だけでなく「暮らし」が加わり、奥行きが増しました。

神戸の復興宣言を機に、今度は自身の暮らしと向き合った塚原さんは、長野を拠点に道化師の活動を再開するとともに、市民の表現力、コミュニケーション力の向上に役立てるため、市民講座を通じてプロのスキルを伝え始めます。

しかし、舞台上でパフォーマンスを続けるうちに疑問が再び頭をもたげ始めます。「今、ここに来られない人々こそ、笑いを求めているのでは

はないのか?」それが入院している子どもたちを訪問する「臨床道化師」スタートのきっかけでした。

臨床道化師は単に笑いを届ける存在ではありません。「子どもたち一人一人の生きる力を高めるための表現、人とコミュニケーションをする力をはぐむ表現が求められます。人と関わるとおもしろいという気持ちに子ども

がなれるような、そんな関係を築くのが、病院でのコミュニケーションです」。

当初、病院へのアプローチはなかなか受け入れられませんでした。しかし、塚原さんの根気強い声かけと確かな成果が目目されるようになり、今では多くの小児病棟が塚原さんの来訪を待ち望んでいます。

舞台も、病院も、授業も
人を笑顔にする究極のライブ

塚原さんは2012年から短大の教員として、保育者の養成にも携わっています。「こうあるべき」という固まった価値観にしばられがちな学生が多いことを憂い、柔軟で多様性に富んだ視野を養い、のびのびと生きてほしいと願っています。

「子どもたちと本気で向き合い、本気で遊べる保育者になってもらいたいです」

そのために、学生が自分自身の人生としっかり向き合うすべを伝え、ポジティブに生きていけるよう、パフォーマンスの実技も交えながら指導を続けています。

「舞台も、病院も、授業も、究極のライブだと思うのです」と、塚原さん。エンターテインメントだけにとどまらない「道化師」の多彩な役割を追求し、25年を経た今も、パフォーマンスを、そして自分を磨き続けています。



コワーキングスペース・シェアオフィス代表 × **プランニング&デザイン** × **企業の企画運営部門勤務**



高めるUXデザインの分野でこれまでと変わらず力を発揮しています。

JRのアクセスがいい富士見～東京間の二拠点生活は思いのほか快適だと、津田さんは感じています。森に囲まれたオフィスでの時間や、南アルプスや甲斐駒ヶ岳を眺望する住まいで家族と過ごすひとときも、かけがえないものになっているようです。「人間味豊かな地方ならではの生活も楽しんでいます。今後は菜園に挑戦し、食費など生活コストを下げたいとも考えています」

**「八ヶ岳山麓に住みたい」
思いがとんとんと現実に**

登山やキャンプが趣味の津田賀央さんにとって、長野県は以前から親しみを感じる地域でした。いつか好きな八ヶ岳の周辺に住みたいと、休日に東京から八ヶ岳山麓を訪れた折、Facebookでチェックインすると、すぐさま「富士見におもしろいことをやっている人たちがいるよ」とのメッセージが。都会から富士見町に移住し、建築や花卉栽培をしながら伸びやかに暮らす30代、40代の人々と、その日のうちに話せる機会を得たのでした。

「それまでリタイア世代の移住しかイメージがなかったので驚くとともに、移住というものに初めてリアリティを感じたのです。自分も移住したいと、明確な意思を持ちました」

広告代理店でデジタルコンテンツのプランナー、メーカーでUXデザイナーと、デジタル時代の最前線で働いてきた津田さんは、日々、仕事のおもしろさや充実感を味わう一方で、生涯現役を貫けるようなワークスタイルを模索し始めてもいました。自分だけでなく地方に移住した人たちがITを活用して仕事をし、生活が成り立つような仕組みを作れないか、検討していたのです。

タイミングを同じくして、富士見町が進めてい

たのが「富士見町テレワークタウン計画」でした。

「宝の原石だと確信しました」と、津田さん。すぐにメールで手伝わしてほしいとアピールしたところ、1週間後には町の担当者が品川のメーカー本社へ津田さんを訪ねて来てくれ、その翌週には町長へのプレゼンが実現。思いがけないスピードでプロジェクトへの参加が決まり、移住が現実のものとなりました。

**週4日富士見、週3日東京の
二拠点生活**

このとき、もしも勤務先であるメーカーが津田さんの思いを理解してくれなければ、移住の実現はありませんでした。津田さんはワークスタイルの新しい提案として、東京・富士見の二拠点生活をプレゼンテーション。社会的な価値を伝えることで、上司の理解を得ることに成功しました。

現在、週末を含め週4日が富士見町の時間です。移住してすぐ、町が推進するテレワークタウン計画の一環として「ホームオフィスプロジェクト」をスタート。町の委託を受け、大学の保養所をリニューアルした建物を活用し、コワーキングスペースとシェアオフィスを複合させたビジネス施設「富士見 森のオフィス」を企画運営しています。

また、自らコワーキングスペースを利用し、プランニング&デザインを手がけるオフィスを起業。コワーキングスペースに集まってくるさまざまな業種の人たちとのネットワークを生かし、企業や行政のPRコンテンツ制作をはじめとする各種プロジェクトに取り組んでいます。

一方、週3日は東京に滞在し、品川のメーカー本社で勤務。製品やサービスの満足度を

**新しいコミュニティデザインを
ここから発信していけたら**

津田さんが自ら実践している「新しいワークスタイル」は、ITが普及したこれからの働き方を模索する多くの企業、自治体の注目の的。全国から取材の申し込みが絶えません。多忙の合間を縫って、それら一つ一つに丁寧に応えているのは、津田さん自身が「プロモーションの一モデルとして、地方での働き方や富士見町の取り組みをアピールする結果になる」から。

津田さんは、新たな社会の仕組みをデザインしていくという次の事業展開も見据えています。「町内に点在するさまざまな施設や、多様な能力を持つ方々をネットワークし、富士見にしながら日本中、あるいは世界中の仕事ができる、そんな新しいコミュニティデザインを、ここから発信していけるはずですよ」

自然豊かな富士見町の森の中で着々と進む最先端の取り組みから目が離せません。



PROFILE

つだ よしお
1978年 神奈川県出身。
大手広告代理店でデジタルコミュニケーション領域のプランナーとして活躍。商品やサービスの満足度を高めるユーザー・エクスペリエンス(UX)デザイナーとしてメーカーへ転職。充実した日々ではあるが、生涯現役として仕事をしていくために働き方のスタイルそのものを変えたいと感じている時期に、よく登山やキャンプに出かけていた八ヶ岳山麓、富士見町が進めるテレワークタウン構想を知り、企画発案者としてアプローチ。町のプロジェクトに参加することとなり、驚きのスピードで移住が実現。勤務先のメーカーの上司に新しい働き方をプレゼンし、在職勤務しながら富士見での起業を実現した。2015年よりコワーキングスペースとシェアオフィスが複合した「富士見 森のオフィス」と自身のプランニング&デザインオフィス「Route Design 合同会社」代表を務める。

富士見町の魅力

富士見町には30～40代の現役世代の移住者が多く、「地方で働き、暮らす」ことにリアリティがあります。自然が豊かな割に、アクセスやライフラインの面で決して不便ではないことも魅力の一つ。最近は忙しすぎて、好きな登山やキャンプの時間が減っていることが残念なのですが……。

多役型実践に必要なだと思うこと

現在は都会に比べて地方の所得が低いという現実がありますが、「多役」の実践によって所得をプラスに転じていく新たなワークスタイルの可能性が広がると考えています。そのための仕組みや行政、企業の理解とともに、多役に携わる個々のスキルアップや自己管理能力も不可欠でしょう。



生涯現役を貫けるようなワークスタイルを模索し
愛する八ヶ岳の麓と東京の二拠点生活にたどり着きました。
地方で心豊かに生きる一つのモデルとなるよう取り組んでいる真っ最中です。



**コーチング
インストラクター** × **ラジオ
パーソナリティ** × **フリー
アナウンサー**



**マイクを通して
人を元気に、幸せに**

「諏訪が大好きなんです」。パーソナリティを務める番組の編集作業を終えたばかりのスタジオで、ホッと一息つくようにヘッドフォンを外した土橋桂子さんは、魅力的な声で語り始めました。

「ここには自然が豊かで暮らしやすく、伝統に培われた独自の文化があります。その割に東京や名古屋にも近いから、首都圏や中京圏の欲しい情報がリアルタイムで入って来ますし、学ぶこともすぐできる。最高の環境です」。

民放ラジオのパーソナリティとして自分の番組をはじめ局制作のさまざまな番組づくりや企画に携わっている土橋さん。地元と深く関わりながら、中央や全国の情報にもアンテナを張る土橋さんにとって、諏訪はロケーションとしても、仕事や学びの環境としても、申し分ない地域なのだといいます。

土橋さんは現在、フリーランスの立場で放送局と契約を結び、番組制作に携わっているほか、フリーアナウンサーとして司会、インタビューなどを務めています。「フリーランス」という言葉は今でこそ一般的ですが、土橋さんが出産を機にフリーランスの道を選んだ1980年代の長野県、特に諏訪地方では、働き方としてまだ社会に認知されていませんでした。土橋さんは、その先駆的存在です。

「当時は披露宴の司会を女性がすること自体、異色でした。人の司会を見たくて頼み込んで式を見学させてもらったり、都会の披露宴の様子が知りたくて芸能人の披露宴のTV中継を録画したり。まだインターネットもなく、取材も情報収集も体当たり。そのおかげで私自身のノウハウとして身につけ、磨きをかけてことができました」。時代に合わせて変化して

いく披露宴のスタイルに即応し、新郎新婦や親族に喜ばれる印象深い司会をする土橋さんは引っ張りだこ。司会を務めた結婚披露宴の数は1500件を越えました。

子育てが一段落したころ、土橋さんは当時の局長の要請を受けてラジオの仕事に復帰します。フリーランスの経験と行動力が、土橋さんのパーソナリティとしての仕事にも奥行きをもたらしました。現在はスタジオから声を届けるだけでなく、企画、構成、取材、編集、レポート、ディレクションなど、さまざまな役目を果たしながら活躍を続けています。

**「自己肯定」を支援し
生きる力を育むコーチング**

「フリーランスの立場で生涯仕事を続けていきたい」と考えた桂子さんは、参加した起業セミナーで、「コーチ」の存在と「コーチング」の役割、そして、それを長野県内で学べることを知ります。矢も盾もたまず松本市内の「コーチングアカデミー」に入学。学び始めてすぐ「自分の生涯の仕事に」と、全力で取り組むことを決意します。

土橋さんが学んだコーチングは、ビジネスコーチングとは少し違い、人の自己肯定をサポートし、前向きに生きるエネルギーを与えるコミュニケーションスキル。土橋さん自身もコーチングによって人間関係上の悩みや仕事、生き方への迷

いが解消される経験をします。
コーチとなって相談者に寄り添うだけでなく、コーチングを行える人材を育て、地域のより多くの人々に幸せになってほしいという思いが日増しに募った土橋さんは、コーチングインストラクターとなり、さらに2015年「コーチングアカデミー諏訪校」の開校にともない校長に就任。一人でも多くの方にコーチングを伝えたいと力を注いでいます。

昨今は、子育てや女性の生き方に関するセミナーや講演の依頼も多く、明るく前向きに生きる女性たちを支援する存在としても、土橋さんの名前を知る人が増えています。

「自己肯定が自信を持って社会と関わるスタートです。親が自分を肯定しなくては、子どもの自己肯定感を育むことがむずかしい。母親の悩みをサポートすることが子どものサポートに直結し、未来を明るくしていくことにつながると気づいたんです」。

**学ぶのに遅すぎることはない
望んだそのときに学びどき**

土橋さんがコーチングに出会い、学び始めたのは56歳のとき。企業に勤務していれば、そろそろ定年を意識する年齢です。しかし、土橋さんは新たな学びに飛び込むことを躊躇しませんでした。

「学びに遅すぎるということは決してありません。学びたい、学ぼうと思ったそのときこそが学びどき。あきらめずに努力すれば必ず道は拓けますし、自分の軸がしっかりしていれば、その道は必ず自分が目指したい方向に伸びていきます」と、力強く語ります。「私自身が、そのモデル。いくつになっても夢はかなうし、成長も続けていけるって、出会う人すべてに感じてほしいのです」



PROFILE

つちはし けいこ
1954年 伊那市出身。
活動拠点：諏訪市
アナウンサーとして勤務していた信越放送を、出産を機に退社、フリーランスのアナウンサーになる。1500組を越える結婚披露宴の司会を担当。子どもの手が離れたのを機にラジオの仕事に復帰、諏訪放送局制作番組のパーソナリティに。
起業セミナーでの出会いからコーチングの存在を知り、「生涯の仕事」として全力で取り組む。さらに、コーチを育てるインストラクターとなり、60歳で南信初の学びの場「コーチングアカデミー諏訪校」の校長となる。現在、ICA国際コーチ協会に所属。インストラクターとして、コーチングアカデミーで教鞭を取るほか、講演、セミナー、ワークショップなどを展開。SBCラジオのパーソナリティ、フリーアナウンサー、司会者としても活躍、地域の人々に親しまれている。

諏訪の魅力

長野県最大の湖・諏訪湖、霧ヶ峰、八ヶ岳など、自然がごく身近にありながら、東京や名古屋に近く、勉強会などにも気軽に足を運べるアクセスのよさが素晴らしいですね。仕事をするうえでも、学ぶうえでも、非常に恵まれた環境だと思っています。



多役型実践に必要なと思うこと

多役をやる上で家族の協力は欠かせません。自分に余裕を持たないと、うまくいかないことが多いので、家族にはいろいろ助けてもらっています。常に自分を磨くこと、心に余裕を持つこと、他人の話をフラットな状態で聞くことを心がけています。

学びたい、輝きたいと思う心に、年齢制限なんかありません。
一生現役で学び、仕事をし、夢を追い続ける私の姿が
「もう年だから」と思う人の背中を押すきっかけになったらうれしいですね。

福祉施設職員 × 英会話講師 × 農業



自分にできることを
人のためにする

週末には企業などからの要望に応え、主に子どもたちを対象に英会話を教えています。英会話はネイティブスピーカーに習うのが一番といわれますが、脳も感情も柔軟な子どもたちとノールさんとの会話風景は実に自然で、子どもたちが遊ぶように英語でのコミュニケーションを習得していく様子が手に取れます。

実は、4歳になる娘のじゅりちゃんとのコミュニケーションが勉強になっているのだとか。「私が娘に英語で話しかけると、娘は日本語で答えるというようなことがしばしばあり、娘から日本語を教えられることもあるのです。同時に日本に来たのに、日本語は娘の方が上手になってしまいました。英会話は希望があれば大人にも喜んで教えると、意欲的です。

また、義母のりんご畑と野菜畑での農作業も、ノールさんの日課です。農繁期には近所のぶどう農家へアルバイトにも出掛けます。「正直、農業はキライ」と苦笑するノールさんですが、お願いされれば喜んで出向くのは、ニューヨークでの警察官時代の名残でしょうか、助けが必要な人には手を差し伸べずにはられないのです。

ノールさんは最近、運転免許を取得。「やっと車通勤ができるようになった」と、うれしそうです。「合格したときは自分をたっぴって夢じゃないことを確かめたよ。どんなことも努力すれば、いつかはカタチになるんだ」と、笑顔を見せてくれました。



180度違った生活がスタート
思ってもいなかった須坂での暮らし

ニューヨーク生まれニューヨーク育ちのノールさんは、日本人の妻と結婚し、娘が2歳になる頃、妻の実家がある須坂市に移住しました。大都会から思ってもみなかった日本の田舎へ、180度違う環境での生活のスタートです。須坂では車を運転できなければ買い物ひとつできない、大好きなピザやハンバーガーを食べたいときにすぐ食べられない、その上日本語が全く分からず、苦勞の連続でした。

「それでもホームシックになったことはありません」と、微笑むノールさん。田舎ならではの家族ぐるみの人間関係や、豊かな自然、澄んだ空気が心地よく、ニューヨークへ帰りたとは思わないそうです。移住してから2年半が経った今、生活習慣や食文化の違いにはまだ多少の戸惑いや苦勞を感じるものの、日常生活に支障をきたすことはなくなりました。納豆や刺身も好きになりました。毎日の日本食、農作業、徒歩での出勤のおかげで、ニューヨーク時代には90kgもあった体重が、今では65kgになり、まるで別人のようにスリムで健康的になりました。

須坂で「働く」
言葉の壁を乗り越えて

ノールさんは須坂市の総合福祉施設「須坂やすらぎの園」に勤務し、主に営繕やデイケアサービスのサポートに従事しています。働き始めた頃は、何をやるにもどこへ行くにも事務の職員がついてきて、身振り手振りとかたこと英語を交えて指示してくれたといいます。当時は日本語がまったく理解できず、指示されることと全然違うことをしてしまい、ストレスが溜まることもしばしば

ばでした。

言葉の壁の高さを身をもって感じたノールさんですが、そんな時は妻の存在が支えとなりました。アメリカで「外国人」として同じ経験をしてきた妻が自分の体験を語り、励ましてくれるのです。それを聞き、明日も頑張ろうと思う、その繰り返しでした。「自分の理解者がいることは、異国で生活する上でとても励みになる」と、しみじみ話します。



やがて、ノールさんは仕事にも徐々に慣れ、いろいろな工具の使い方や修理の仕方を覚えて、施設スタッフとして溶け込んでいきます。最近では施設内にある喫茶開店のアナウンスも日本語でこなしています。デイケアサービスでは日本語の練習を兼ね、車いすを押ししたり、会話の相手をするなど、お年寄りのお世話も受け持つようになりました。

「ノールさんはとてもまじめで信頼できます。ただ、あまりに熱心で仕事に集中しすぎるので、もっと仲間と気楽なおしゃべりや会話を楽しんで、日本語の上達を目指してほしい」と、施設長の大島さん。とはいえ、ノールさんが施設の利用者から親しまれ、なくてはならない存在となりつつあることをとても喜んでいます。今、施設では、2017年4月に子どもの放課後保育施設「やすらぎ児童クラブ」のオープンに向け、準備を進めています。クラブでは英語教育も予定しており、講師・ノールさんの活躍に期待を寄せています。

PROFILE

1980年 アメリカ ニューヨーク出身。
ニューヨークで生まれ育つ。ニューヨークではNYPD(ニューヨーク市警察)として約4年、その後主にITやビルメンテナンス業に従事。2014年10月、須坂市出身の妻とともに日本に移住。
2015年、須坂市の総合福祉施設「須坂やすらぎの園」に事務職員として就職。備品メンテナンスなどの営繕業務、アメリカ人入所者のケア、デイケアサービスでの仕事、海外からの視察受け入れの際の通訳などを行っている。同施設が2017年4月に開所する児童クラブ(共働き・ひとり親の子どもの放課後保育)で英語教育を担当予定。
妻、いずみさんが勤務する長野市内の企業にて、週末、子どものための英語教室を開催。ネイティブスピーカーと子どもたちが触れ合う機会として保護者から好評を博している。
また、農家が忙しい時期はりんごやぶどうの手伝いもしている。

須坂市の魅力

家に帰ると玄関に野菜が置いてある……。自宅で採れた野菜や果物のおすそ分けが時期によっては毎日のように届く。同じように義母もお隣さんへおすそわけ。それが当たり前のように、言葉のいらないコミュニケーションがあります。田舎では近所の人との結びつきが非常に強く、隣人皆が家族のように助け合っていることがとても素晴らしいと思います。

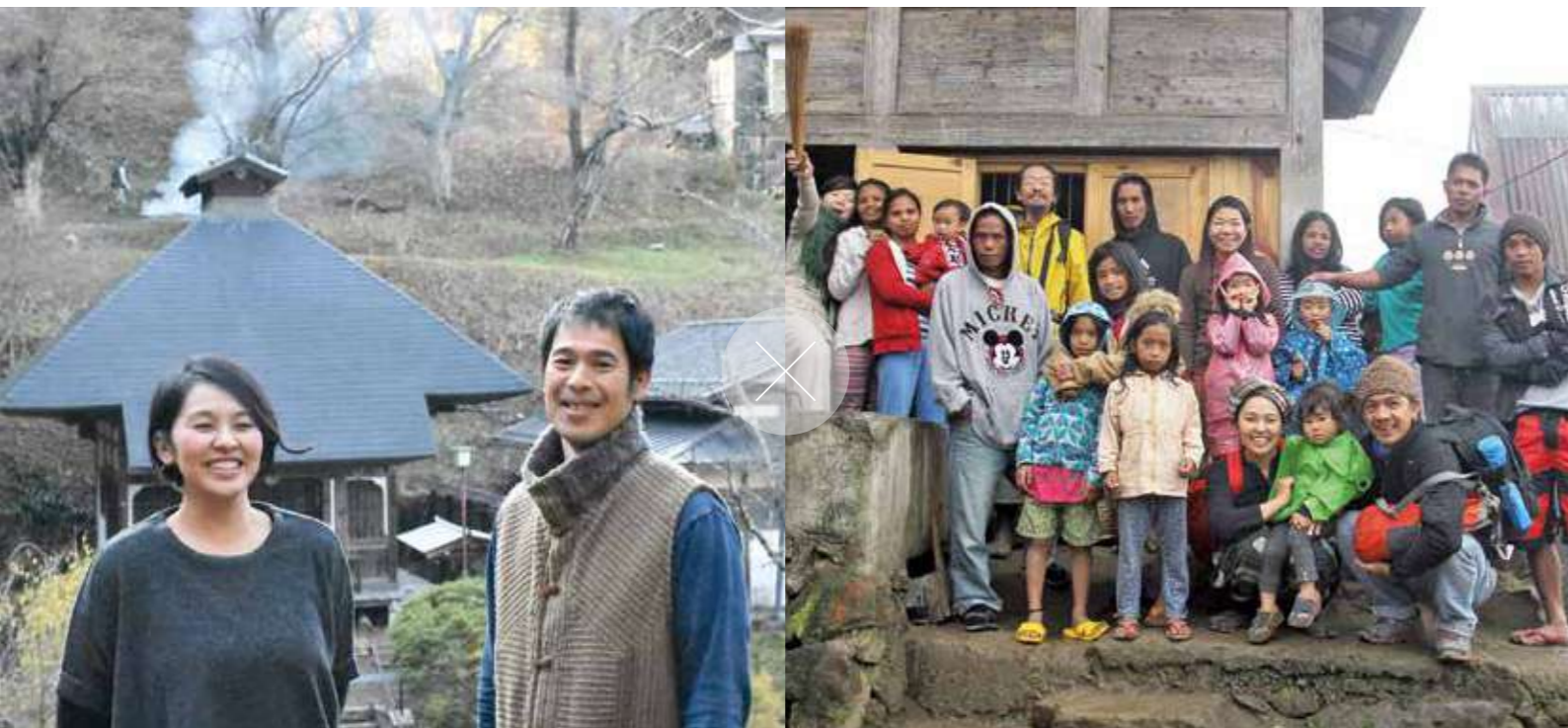
多役型実践に必要なと思うこと

依頼された仕事はできる限り断らずに受けるようにしています。多くの「外国人」がもつコミュニケーションという壁、自国では当たり前だった「就職」が、日本に来てからは当たり前にならない環境で、多くの苦勞をしてきましたが、外国人である私を受け入れてくれた「須坂やすらぎの園」の統括施設長、大島順道さんに感謝しています。英会話や農業以外でも、自分を必要としてくれる人がいれば時間をつくり貢献していきたいと思っています。

ニューヨークの大都会から須坂の田舎町へ。
生活も容姿も180度変わり、新しい自分の可能性を模索中。
日々の努力はいつかカタチになると信じ、大変ながらも充実した日々を過ごしています。



クリエイター × 草の根文化芸術活動家 × 介護職 × 記者



自然も、大地も、温泉も
「自分のもので、みんなのもの」

直井保彦さん、恵さん夫妻の住まいは、上田市別所温泉の奥まった一角にあります。美しい里山に包まれるようにたずむ神社の境内から急坂をたどって玄関へ。車では直接アクセスできない、築半世紀を越えたこの家に出会った10年近く前、直井さんたちは「以前からここに来ることが決まっていた気がする」ほどの親しみを覚えたといいます。

「今は都会偏重的な空気の世の中ですが、いつか田舎や山あいが再評価され、価値観が逆転する時が来ると思うんです」というのが、夫妻の共通する意見。里山の自然を身近に感じ、地域の人々と親しく語りながら日々を過ごす生活は、10年を経て夫妻を飽きさせることはありません。

古くから地域の資源であった別所温泉を、誰の所有でもなく「財産区」という組織で管理、保全する姿や、老若男女が暖かく言葉を交わし合うこの土地の様子は、「自分のもので、みんなのもの」を意味するテトゥン語（東ティモールの言語）「イタニアン」を思い出させると、保彦さん。大地とともに生きる共同体のおおらかな感性が、別所温泉にも息づいていると感じるそうです。

撮影やNGO活動などで、独立の騒乱があった東ティモールやフィリピンの山あいの集落に長く暮らした経験を持つ二人は、それぞれの帰国後、あまりにも「人」が中心の世の中、特に都会に違和感を覚えました。「開発途上」と呼ばれる国々の困窮や、廃棄物の山などの過酷な状況の多くが、実は日本をはじめとする「先進国」の影響で生まれている現状を目の



別所温泉の奥まった一角にひなびれたたずまいを見せる直井さんの住まい。塩田平の豊かな自然を見渡す高台を拠点に、夫妻はさまざまな活動を展開。保彦さんの写真は人へのまなざしがとめどなく温かい。



当たりしに、また、その環境下でたくましく美しく生きている人々との交流を通じ、価値観が大きく変化していたのです。

直井さん夫妻にとって別所温泉は、自分たちの価値観に正直に生きる場所。そして、多様な働き方、多様な活動を通じ、自分たちがめざす生き方ができる場所にほかなりません。

大地を感じ、民族を考える
イベントを恒例化

保彦さんは主として人を撮る写真家としての活動に加え、芸術文化活動のプロデュース、訪問介護などを、また、恵さんは切り絵、グラフィックデザイン、記者、海外交流アドバイザーなど、夫妻それぞれに多彩な役割をこなし、暮らしを営んでいます。環境負荷を極力抑え、できる限り自給を目指し、地域の人々と積極的に関わりながら、忙しさに流されることなく、ていねいな暮らしを心がける日々は、都会時代にはなかった穏やかさに満ちています。

そうしたなかで育んできた思いを形にし、二人が共に主催者として取り組んでいる2つのイベントがあります。別所神社の神楽殿を舞台に、さまざまなアーティストを招いて行う火と太鼓の祭り「daichi no kioku(大地の記憶)」、そして平和への思いをテーマにした「うえだ平和映画祭」です。

2011年の東日本大震災を機に、「かつての人々がしてきたように、鎮守の森に集い、アートや音楽を通じて大地と人とのつながりを見つめ直し、日々の暮らしに感謝をささげよう」と始めた「daichi no kioku」。6回を数え、アーティストも参加者も心一つにして楽しみ、充実感とともに次回を待ち望む、昔からの祭りのような空気が生まれています。

「うえだ平和映画祭」は、ドキュメンタリー映

画監督、故岩佐寿弥氏の「地方に世界の民族を考える映画祭があってもいいよね」という言葉を力にスタート。単に反戦を訴える取り組みではなく、映画を通じて地球規模で民族や平和に目を向ける取り組みとして上田に定着し、2016年に4回目を迎えました。

未来へつないでいくものは何だろう
誰もが自然に語り合える場所へ

「普通の人々が普通に平和や、歴史や、民族や、地球の未来のことを語れたら、世の中ってもっといい方向に向かうんじゃないかな。上田がそんな場所になっていったらいいなと思いつつ活動しています」と、保彦さん。恵さんも「消費するだけ、廃棄物を生み出すだけ、目の届きにくい遠い国々に負担を強いるだけの生き方から脱却しようと、今の生活を選んだんです。だから活動しないと」と、意欲的です。

現在、子育てにも奮闘中の夫妻。これから子どもたちが生きていく未来を、希望の持てるものにするための草の根の活動を、地道に、しかし確かな足取りで続けています。



PROFILE

なおい やすひこ

1976年 愛知県名古屋出身。

企業の写真部に所属して写真を学ぶ。東ティモールで市井の人々を撮影し、2002年5月には独立に立ち会う。その後、NGOに同行してフィリピンバヤタスでゴミが野積みされた最終処分場に関わる人々を撮影。ここで恵さんと会い結婚。写真家、プロデューサー、訪問介護スタッフとして活動。

なおい めぐみ

1978年 長野県上田市出身。

NGO職員としてフィリピンバヤタスで医療関係の業務に従事している時、保彦さんと出会い、写真と撮影の目線に共感。結婚し、長女出産を機に2007年から上田市別所温泉に在住。上田高校スーパーグローバルハイスクールの海外交流アドバイザー、切り絵アーティスト、グラフィックデザイナー、ローカル紙記者として活動。夫妻で「うえだ平和映画祭」、別所神社神楽殿を舞台にしたイベント「daichi no kioku」を主催している。

上田市別所温泉の魅力

昔の風景や空気や人付き合いが残っている、心地よい地域です。今の世の中は「人」が中心過ぎますよね。自然や大地とつながりながら、人同士も胸を割って語り合い、つながり合える、そんな実感を得るきっかけを、この別所温泉から発信できたらと思うんです。

多役型実践に必要なと思うこと

一つの役割にしばられ過ぎると生きていることに疲れ、鈍感になってしまう気がします。その点、多役型の働き方、生き方は、自分自身を安定した状態に保てるいいスタイルだと思いますね。でも、つい時間に追われがち。日々の生活をていねいにしていくことが課題です。



大地とつながりながら、愛を持って、ていねいに生きる。そんな暮らし方が、この別所温泉では自然にできると感じます。平和や歴史や地球のこと、気負わず普通に語り合えたらいいなと思うのです。



農的暮らし × ゲストハウス × 市会議員
運営 (2017年3月現在)



PROFILE

ますだ ぼうざぶろう
1969年 大分県出身。
東京で子育てするなか、消費一辺倒の都市生活をやめ、自分たちが食べるものを自分たちで手がける暮らしをしながら子育てをしたいとの夫婦の思いが一致。懇意だったファミリーが安曇野でりんご農家になったのを機に、たびたび遊びに来たことが縁でこの地に移住。半自給の農的暮らしを実践。
移住した頃から地域で使われずに眠っている民家を全国から人が訪れる場所にしたいと考え、『人の心が通い合う宿にしたい』と周囲に語りつづけた結果、3年後に物件が見つかり、地域の人々の協力で改修を行い、「地球宿」をオープン。インターネットや口コミを通じ、国内外を訪ねてくる人が後を絶たない。
一方地元の廃棄物処理施設に関する問題をきっかけに、地元の人々がもっと地元のことを知り、発言できる環境を整えようと、市政にも積極的に関わるようになり、今に至る。

安曇野市の魅力

環境がよく、四季の風景が美しいのは言うまでもありませんが、それ以上に、安曇野を愛してやまない地元の方々との交流が魅力です。同じように「半農半X」の暮らしを通じて新しいライフスタイルを楽しんでいる人もこの地には多く、そんな人々と、前向きな語り合いができる日々は楽しいですね。



多役型実践に必要なと思うこと

「農」に関してはあくまで素人。プロである地域の先輩たちに教えてもらったり学んだりしながら生産の質を高めていきたいと考えます。「地球宿」に関しては、創設時の思いがブレることのないよう、自身も訪れる方々も豊かさを感じられる場所として育てていきたいですね。

自分たちが食べるものは自分たちで手がけながら子育てを。そんな思いで安曇野に移住し、始めた「半農半X」の多役的な暮らし。共感の輪がワールドワイドに広がって、この先がますます楽しみです。



「一人多役」は自分らしさを発揮できる理想的な生き方

増田望三郎さんがオーナーを務めるゲストハウス「安曇野地球宿」のコンセプトは「出会いと体験のコミュニティ宿」。旅の宿であるだけでなく、世界の人々が集い、出会って、心を通わせ合うことのできる宿を創ろうという思いを込め、2007年にオープンしました。実際、この宿には国内外各地から多くの人々が引きも切らず集まって来ます。増田さんファミリーや近隣の農家が栽培した農産物を中心とした料理が並ぶ食卓を、滞在者みんなで囲み、家族のように味わうひととき、旅や人生を語り合う時間、時には農の体験などを通じ、泊まり合わせたゲスト同士が仲よくなり、その後も続く親交を培っていく場所となっているのです。

増田さんは安曇野に移住した2004年当時から、こうした宿づくりをライフワークにしたいと考えていました。消費一辺倒の都会生活を離れ、自分たちで食べる穀物や野菜を自分たちで生産する「農的暮らし」をベースにしながら、自分らしさを発揮できるもう一つの仕事として夢見たのが「地球宿」でした。「農」は、宿泊者に提供する食材や体験プログラムのメニューなど、宿運営のソフトとしても価値を持ちます。

京都府綾部市在住の塩見直紀氏が提唱、実践する、農の暮らしと自分の持ち味や特技を生かしたもう一つの仕事X(エックス)を組み合わせた半農半Xのライフスタイルを増田さんも自らのキーワードとして、ここ安曇野で実践。「農」と「地球宿」に、2013年からは市会議員(2017年3月現在現職)という役割も加わりました。「一人が多役に携わることで、さらに自分の持ち味や潜在的な特性が引き出され、より自分らしさを発揮する生き方が実現すると思います」と、それぞれの役割に全力で取り組んでいます。

「夢を語る新年会」
みんなでよりよい未来を見続ける

大分県出身、移住前は東京でサラリーマン生活をしてきた増田さんと安曇野との縁は、懇意にしていた家族が都会から安曇野へ移住し、りんご農家になったことに始まります。自然豊かな環境で、農生産に携わりながら子どもを育てたいと考えていた増田さん夫妻は、彼らをはじめ訪ね、安曇野の魅力に惹かれて移住を決意しました。

農的生活や地域の文化、風習などについて



で地域の人々に積極的に声をかけて教わりながら、「地球宿」の夢を語り続けて3年。空き家となった古民家が「増田さんの夢に合っているのでは?」と、地域の人から情報をもらい、夢が実現していきます。

古民家の改修は、増田さんに共鳴、賛同した人々が手弁当で集まり、それぞれの技や力を発揮してくれました。たくさんの人々の手を借りた宿は「地域みんなの場」と認知されるようになり、その存在を誰もが気に留め、気軽に集う場所になっていきました。

毎年、立春の頃に宿泊客、近隣の人々、宿を愛する仲間たちなど多様な人々が膝を交え、自分の夢を自由に語り合う「ドリカム新年会」を開催。「地球宿」を中心に、心温まるコミュニティの輪がどんどん広がっています。

地域に根ざしながら
新たな可能性に挑戦する

安曇野には増田さんのように「半農半X」で暮らしを営んでいる人々が大勢います。農と大工、農と酒造り、農とクラフト、農とレストラン、農と医師……その人々のライフスタイルを伝え、地域のブランドとして発信しようと、増田さんは仲間と協働し、「安曇野発!農に生きる仲間たち」と題した冊子を発行しました。

また、毎月数組は訪れる移住を検討中の人々の思いに耳を傾け、安曇野という地域や「半農半X」の魅力を先駆者として伝えていきます。

地に足がついた暮らし、仕事、そして人との交流を貫く増田さんは、地域住民の代表として行政にも積極的に関わるようになります。「地域の未来に自分たちの思いを反映していくためには、私たち自身にとって政治が身近な存在でなくては」と感じたのがきっかけでした。

「多役」の役は、いくつあってもいいと、増田さんは考えています。「取り組めることは、絶えず変化しています。その変化に柔軟であること、興味を感じるから目をそらさず一歩踏み出して取り組んでみる。そうすれば、自分自身の可能性にも、人の輪にも広がりがうまれていきます」



ゲストハウス経営 × **なんでも村仕事** × **大学TA**



PROFILE

むらさわ ゆうだい
1987年 長野県飯田市出身。
活動拠点：天龍村
名古屋の商科系大学でマーケティングを学んだ後、農業を通じた人づくり、国づくりを目指しアジア太平洋地域で活動する公益財団法人OISCA(オイスカ)の国際協力ボランティアとして2年半タイへ。山奥の村でたくましく生きる現地の人々との交流を通して「足るを知る社会」に感銘を受ける。
帰国後、半年間東京でテレビ関係の仕事に従事した後、天龍村の地域おこし協力隊員として3年間活動。地域のPRや活性化につながるさまざまなプロジェクトを展開。任期終了後も天龍村に住み、隊員時代から取り組んできた古民家改修を続け、村の生活を体験できるゲストハウス「満月屋」を2016年10月にオープン。村人の求めに応じたさまざまな仕事に携わりながら、住人と一緒に地域を元気にする活動に取り組んでいる。

信州・天龍村の魅力

人はひとりでは生きていけないけれど、村の人たちと一緒になら、心豊かに、強く、楽しく生きていける。そのことに気づくことができるのが天龍村です。このあたたかい村で、家族を持ちたい、子どもを育てたいと思っています。

多役型実践に必要なと思うこと

小さな村落の中では一つの仕事だけで暮らしを成り立たせるのは、現実的にはなかなか困難。でも多役型ならそれができます。いくつかの仕事をこなし、地域の人とコミュニケーションを持ちながら、地域に必要な存在となっていくこと。村暮らしならではの豊かさや安定を実感できるはず。



古材、自然素材、地域の人々の「おさがり」を活用して空き家を改修

村澤雄大さんは、下伊那郡天龍村が募集した「地域おこし協力隊員」OBです。2016年6月に丸3年の任期が終了しましたが、天龍村に住み続け、隊員時代から行ってきた空き家の改修を進め、2016年10月にゲストハウス&シェアハウス「満月屋」をオープンさせました。天龍村の暮らしを体験できる宿であり、村内外の人がコミュニケーションを深める場所にしていこうと考えています。

改修にあたっては大工だった村人の指導を仰ぎ、協力してもらいながら、可能な限り自分たちで直していきました。古材や自然の材料を用いるほか、協力隊員が毎月発行する新聞に「満月屋欲しいものリスト」を掲載し、資材、家具、建具をはじめとするさまざまなものを村人から「おさがり」としてもらって活用。自分の提供したものが使われることで、村の人々にとっても親しみの持てる身近な施設となることを目指しました。

工事中に差し入れをしてくれた人たちも合わせると100人近い人々が関わり、約2年の月日をかけて、「満月屋」は完成しました。現在、地域協力隊員3名がシェアハウスとして居住、活動拠点としながら、村澤さんとともに宿泊者をサポートしています。冬に生まれればかりの子やぎとその母やぎも、スタッフとして来訪者に笑顔をもたらしています。

協力するより生きる力や知恵をもらった

協力隊員時代、村澤さんは自分たちを「地域おこし協力隊」改め「あっぱれ!天龍

村ありが隊」と名付け、活動してきました。「協力しているというのはどうもおこがましくて、実は村の方々に協力してもらっているからこそ、ぼくたちはいろんな取り組みができるのだという思いが強くなったからです」。

昔ながらの生活の知恵、地域の歴史・伝統の中に息づく技術や考え方、人と人とのあたたかく濃密な関わり合いなど、村人との交流からいろいろなことを教えられ、伝え受けることが、村澤さんの活動の糧となりました。「自分ができる『CAN』を押しつけるのではなく、村人の『WANT』に応え、一緒にやっていくことがぼくらの役割だと感じます」

天龍村の風景や生活、行事などを村外や都会の人々に体験してもらうツアーなど、数々の企画に参加した人の多くが、天龍村の熱烈なファンになっていくのは、村澤さん自身が「ありが隊」と感じたことを、ツアーやイベントを通じ熱心に伝え続けているからこそなのでしょう。そのスタンスは隊員任期が終了後の今も変わっていません。



の人に楽しんでもらうためのラフティングのインストラクター&ガイド、時には草取り、修繕などの代行。また、環境や限界集落を研究する武蔵野大学のTA(ティーチング・アシスタント)も務めます。

出張時には、村をPRするために袖をモチーフにしたかぶりものをまとい、ヒッチハイクで移動します。ヒッチハイク自体は、学生時代に財布をすられたことが発端ですが、今では村公認のPR活動。ヒッチハイクで生まれる縁や、多様な価値観と出会う経験が、村での活動の輪を広げるのに大いに役立っているといいます。

この村で家族を持ち村の人たちと一緒に生きていきたい

天龍村は人口減少のスピードが著しく、限界集落化している村。それだけに地域の人々の人間関係は細やかで濃密。「人は決してひとりでは生きられないことを気づかせてくれる村です」と、村澤さん。NGOスタッフとしてタイの山奥で暮らし、感銘を受けたのに似た「足るを知る暮らし」ができる場所だといいます。

「しかも、美しい茶畑、名産の柚餅子、伝統の祭事といった素晴らしい宝がいっぱいあります」。それを一過的な観光資源にするのではなく、豊かに生きていくための資源として村の皆さんと一緒に守り伝え、村外の多くの人と共有していくために、村澤さんはいつも村の人と語り合い、新しい取り組みを見据えています。

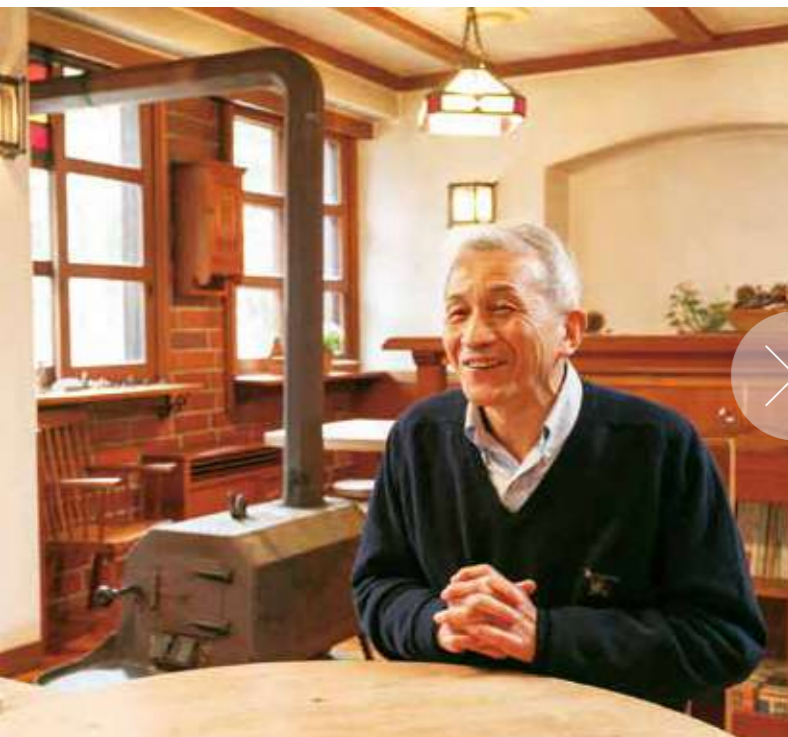
「ぼくを家族のように受け入れてくれたこの村で家族を持ち、村の人たちと一緒に子どもを育てていきたい、そんな夢を持っています」



天龍村の大きな自然と村の人々から日々「生きる力」をもらっています。この地でたくさんの人々と関わりながら生活を営んでいきたい。そのために、できる限りのいろんなことに挑戦し続けようと思うんです。



プチホテル × **おもてなし** × **ホテルの接客**
経営 × **マイスター** × **アドバイザー**



PROFILE

むろふし よしろう
1948年 静岡県出身。
白馬エリアのプチホテル、ペンションの先駆者の存在として「山の森」を経営するかわら、実家である静岡県三島の歴史あるホテルの専務、常務、相談役を歴任し、現在は接客やサービスのアドバイザーとして活躍中。「山の森」は白馬の森のなかにたたずむ静かな宿として都会の人々からの評価が高く、マスコミにもしばしば取り上げられる宿。
長年信条としてきたおもてなしの心に響く高野登氏の考え方に深く共鳴し、長野県が氏を塾頭として開催している「信州おもてなし未来塾」を受講、2015年、第一期「信州おもてなしマイスター」に認定された。おもてなしマイスターとしての取り組みを自らの仕事で実践するほか、求めに応じて講演講師、教育研修、おもてなし講座を展開。全国でも珍しい「観光科」のある白馬高校での課外授業に繋がればと意欲を燃やす。

白馬村の魅力

四季折々に変化に富んだ美しい風景は、今も毎日新鮮な喜びを届けてくれます。自然から受ける信州の豊かさへの感謝と感動は、年齢を重ねるほどに深まるように思います。だからこそ、この魅力、価値を、「おもてなし」という視点から、より多くの方々に伝えていきたいと思うのです。

多役型実践に必要なと思うこと

信州、白馬の素晴らしさを発信していくためにも、自分自身が好奇心、向上心、意欲を失わないためにも、常に信州の外の社会、人々との交流を持ち、刺激を受け続ける努力を怠らないことが大事ですね。自らの活力こそ活動の源泉ですから。



一生追求していくおもてなしの心

室伏羲郎さんは、白馬村神城の森の中にたたずむプチホテル「山の森」のオーナーです。1978年に創業した「山の森」は、村内に200軒以上あるペンション、プチホテルの草分け的存在。旅人に、白馬の自然の中で過ごす安らぎのひとつを提供する食彩の宿として愛されています。また、室伏さんが妻の民代さんとともに提供する、さりげない思いやりに満ちたサービスは、旅慣れた都会の人々も満足させ、「上質」をキーワードとする雑誌などで繰り返し紹介されてきました。

さらに、室伏さん自身は静岡県三島市の老舗ホテルを実家とし、役員を歴任。長年にわたり定期的な往来を重ね、接客やサービスの向上に努めてきました。いわばおもてなしのプロフェッショナルです。

その室伏さんが、おもてなしの考え方や姿勢について、かねて共感を寄せていたのが、元ザ・リッツ・カールトン・ホテル日本支社長の高野登さんです。長野県が高野さんを塾頭とする「信州おもてなし未来塾」を開催すると、情報を得て、迷うことなく受講。2015年、第一期「信州おもてなしマイスター」に認定されました。

「おもてなしは技術ではなく、心です。一生追求し、磨きをかけていくものという思いから受講しました。高野さんから直接その心を学べたのが大きな収穫でした」。



「豊かに時を過ごしたい」という思いに応える場所、地域として

プチホテルのオーナーとして心のごもったおもてなしを提供するのに加え、室伏さんは今、「信州おもてなしマイスター」として、地域の人々がおもてなしの心や感性を高めていくことを後押しをする役割を担っています。

白馬村は国際的な山岳リゾート。多くの人々が観光やサービス産業と無縁ではありま



せん。北アルプスの山並みを背景に、四季を通じてさまざまなアクティビティが提供されている昨今ですが、ビジネスありき、経済ありきのサービスを押しつけるのではなく、「心豊かなひとときを過ごしたい」という来訪者の思いに応える場所、地域となっていくことが、白馬のブランド力をより高めていくことにつながると、室伏さんは考えます。その鍵となるのが「おもてなし」。農業や製造業に携わる人々も、自分の仕事の先に見える消費者を意識することが仕事の質を高めることにつながるとも。

「おもてなしは技術ではなく、心です。一生追求し、磨きをかけていくものという思いから受講しました。高野さんから直接その心を学べたのが大きな収穫でした」。

身近なものの魅力に地域の人々がもっと気づき大切にしてほしい

室伏さんが初めて白馬を訪れたのは、学生時代。ボランティアのサークルで、都会から遠く離れた地方で幼稚園、小学校の子どもたちの遊びや勉強をサポートする活動を展開するなか、合宿先の一つに選んだのが信州でした。そのサークルに妻の民代さんも所属していました。

北アルプスの絶景が間近に迫り、あふれる自然が広がる白馬の環境に魅了された二人は結婚後、30代前半でこの地に移住。プチホテル「山の森」の営業を開始します。美しい森の景観に調和し、経年が風情となっていくよう意識して建てた「山の森」は、40年近い歳月を経てなお美しく、味わいに満ちたたたずまいを醸しています。

「自然の豊かさが信州の豊かさの原泉であるとの実感は、年齢を重ねるほどに深まっています。学生時代と変わらない風景が今も目の前に広がり、四季折々に彩りや表情を変えて新鮮な感動をもたらしてくれるのです」

が、森から一步出た白馬の風景は、この数十年で大きく変化しました。近代的で急速な開発とインフラ整備が、白馬の最も大切な財産である「自然と調和する景観」を、とところろ置き去りにして進んでしまったことを、室伏さんは残念に思っています。観光を重要な産業に位置づけている地域にとって、「景観もインフラとして整備していくべき」というのが、室伏さんの持論です。

「地域の人々にこそ、白馬の景観の素晴らしさに気づいてほしい。大切にするという心ごと継承していけば、価値あるものとして次の世代がより大切に守ってくれます」。おもてなしの心とともに、白馬の魅力語り継ぎ、守り育ていくことも、室伏さんの新たな役割となりつつあります。



学生時代からおとずれしていた白馬村に移住して半世紀。
自然と調和したこの地の魅力と価値を
おもてなしとともに伝えていく重要性を思わずにはいられない昨今です。

ランナー × **駅伝チーム監督** × **国際ビジネスコンサルタント**



PROFILE

1964年 カナダ出身
英語塾講師としてカナダから派遣来日。企業に派遣され、翻訳、通訳、輸出入業務のサポートを行い、ネットワークが広がったのを機に独立。オフィスを立ち上げて事業展開。東信エリアを中心に10社あまりの企業と契約し、国際ビジネスコンサルタントとしてニーズに応えている。
マラソン2時間33分の記録を持つランニングアスリートでもあり、金哲彦氏がコーチを務めるニッポンランナーズ会員。「長野マラソン」には外国人出場枠で毎年出場、長野県縦断駅伝では区間賞受賞、区間新記録達成など実績がある。上田東御小県チームの監督就任後はチームを連続優勝に導いた。引退後4年を経て再就任した2016年には3位に。2020年の東京オリンピックに向け、ビジネス、スポーツの両面から日本・上田と世界の橋渡し役として、社会のニーズに応えていきたいと考えている。

上田の魅力

上田は物価も安く住みやすいですね。自然に囲まれた環境もいいですし、気温がマイナス30度～40度になる冬が半年続くカナダの町からやってきたので、1年中半袖で歩ける気候も気に入っています。東京へのアクセスもよく、ビジネスをするうえでも大変便利な場所だと感じています。

多役型実践に必要なと思うこと

何をしたいか、自分がどうなりたいか、目標とビジョンを持ち、いろいろなことを学び続けることが大切です。私自身も勉強は生涯終わらないと思いますし、まだまだ学びたいことが山のようにあります。常に学び続けること、情報を得続けることが大事なんです。そのための時間管理も大事になってくると思います。私は現在、駅伝監督任務を除いて週45時間勤務をしているのですが、カナダでは35時間が一般的だったので、もう少し時間的な余裕がほしいですね。時間と気持ちに余裕があって初めて多役ができるのかなと思います。

上田が大好き、そしてこの地を走ることが大好きで30年はあっという間に過ぎました。仕事とスポーツで、上田と世界をつなぐ役割を今後も担っていきます。

走り続ける実業家

レッティさんが英語の指導者としてカナダから来日して30年が経ちます。「日本は何より治安がいいです。仕事もあるし、人も優しいです」と話す日本語は実に滑らかです。

県内外のさまざまな企業に派遣され、翻訳、通訳、輸出入業務のサポートなど、幅広い業務に従事してきたレッティさんは、その間に人的にも、ビジネス面でもネットワークを広げ、独立起業を果たします。フレンドリーで誠実な人柄と、培ってきた企業や金融機関との信頼関係が、当時まだハードルが高かった外国人単独での起業を実現させました。

現在は東信地域を中心に県内外の複数企業と契約。国際ビジネスコンサルタントとして企業の国際化を言語、人的交流、異業種の橋渡しなど、多角的にサポートしています。

また、ランナーとしても、マラソンの2時間33分という記録をはじめ数々の実績を持っています。1987年から上田東御小県(旧上田小)チームのメンバーとして12年にわたり連続出場を果たした長野県縦断駅伝では、何度も区間賞や区間新記録を打ち立ててきました。長野市で開催される「長野マラソン」には、1999年の第1回大会からフル出場しています。そのほか、国内外のマラソン大会に積極的にエントリー。「ホノルルマラソン」では40歳以上の部門で優勝するなど、華々しい成績を残しています。

「子どもの頃から陸上の選手でした」というレッティさん。実はカナダの州代表として全国大会に出場していた実力の持ち主。カナダ国内のマラソン大会でも優勝を果たしており、来日後も、走る習慣を持ち続けて来たのです。

チームを優勝に導いた名指導が復活

自らランナーとして走り続けてきたレッティさんは2009年に長野県縦断駅伝の上田東御小県チーム監督に就任します。

「監督を依頼されたときはびっくりしました。でもこれも何かのご縁ですし、自分にできることを精一杯やってみようとお引き受けしました。気がついたら週に50時間もチームの指導に費やしていましたね」

明るい笑顔が印象的なレッティさん。その明るさでチームを盛り上げますが、実はかなり厳しい監督でもありました。その成果が出て、監督就任1年目にして上田東御小県チームは初優勝。その年の最優秀監督賞も受賞します。翌



多役の実践には自己実現への意志と自己管理が大切と語るレッティさん。上田は愛してやまない第2のふるさとだが、ふるさとカナダへの愛情も変わらない。「国籍を2つ持てばいいの」と本音を語る。



年は準優勝、翌々年は3位と続き、監督最終年2012年に2度目の優勝を飾ります。

監督を退任し、ビジネスに本腰を入れていたレッティさんに、再び監督就任の依頼があったのは2016年。2020年の東京オリンピックに向け、スポーツ、ビジネス、国際交流の接点を模索しているさなかのことでした。上田市民からの熱い要望に応え、レッティさんは再び監督就任を決意します。

「ところが、以前のように選手が集まらないのです。これには苦労しました。しかも今の選手は厳しい指導が苦手なんです。新たな時代の指導法やアスリートの育成法を考える契機にもなりました」

レッティさんが復帰したチームは、順位を前年の5位から3位に上げることに成功。レッティさんは、2020年に向けてチームをさらに強くし、成績も勝ち取っていきたくて新たな意欲に燃えています。

「駅伝を盛り上げ、この地域に世界の注目が集まるくらい素晴らしい選手を育てたい。いつか駅伝をオリンピックの競技種目にするのを夢見ています」。

日本人より日本を知るカナダ人

レッティさんが情熱を燃やしていることが、ほかにもあります。それは着物とカラオケ。レッティさんは日本人以上に、日本文化を知り、経験を重ねているカナダ人なのです。

着物では、全国的に権威ある着物大会に出場し上位の成績を残しています。もちろん自分で着付け、スタイリングをこなします。



ずくだしてます!

INTERVIEW

一人多役

私たちも多役で がんばっています!

この地で仕事を通じて、得られるエネルギー
長野県がくれるパワーだと信じて。
一人多役を続ける私たちからのメッセージ!



3 パン屋 × 空手道場 × 消防団員
須坂市在住
大峽 正臣さん

朝4時から夕方までパン屋の仕事、夕方からは空手の指導者として、長野市や須坂市で子供達を教えています。消防団にも所属し、訓練や大会に参加しています。



4 地域おこし協力隊 × 自然学校経営
小谷村在住
大日方 冬樹さん

協力隊の隊員として小谷村を全国に発信しています。住民に混ざり様々な活動を行っています。自然学校を運営し、さらに地域の魅力を伝えたいと思います。



5 会社経営 × デザイナー × アーティスト
長野市在住
加藤 哲朗さん

山奥の集落にショップをオープン。地域の方々の理解を得て、仲間たちと日々楽しく仕事をしています。



6 薪ストーブ取扱店 × 社会福祉団体
長野市在住
金児 哲哉さん

父の跡を継ぎ、薪ストーブ取扱店「木資源販売(株)」を運営しています。障がいをお持ちの方たちと一緒に、薪作りや配達などを行っています。



7 林業 × コンサルタント
大町市在住
香山 由人さん

22年前に川崎から移住し、林業を始めました。自ら現場作業を行い、若手の育成に力を注いでいます。2013年に「(株)山川草木」を設立。林業コンサル兼木材商社を目指しています。



8 農業 × 英語接客 × 英語講師
飯山市在住
木内 マミさん

夏はハーブ農園、冬は野沢温泉の宿で得意の英語を活かし、外国人観光客を相手に案内業務をしています。また英語サークルを開き、様々な年代の人に英語を教えています。



9 「自然農」の暮らし × 「自然農」体験教室 × 環境再生
富士見町在住
黒岩 成雄さん・牧子さん

不耕起、無肥料、無農薬の「自然農」を実践する、スウアの森 イトモリ自然学校(旧名称 ハヶ岳自然生活学校)を運営。この取り組みで、貴重な絶滅危惧種の虫や植物が復活しています。



10 飯伊森林組合 × 大鹿歌舞伎
大鹿村在住
小塩 泰嵩さん

伝統芸能の担い手。中学生のとき大鹿歌舞伎に魅せられ、同世代の仲間が村を離れる中、村に残り大鹿歌舞伎を続けています。

INTERVIEW

一人多役

ずくだしてます!

私たちも多役で がんばっています!

11 ジャム屋 × 移住者の受け入れ促進
長野市在住
是利 靖雄さん



東京から移住し、ジャム作りをしています。材料からこだわったジャムは各方面で大人気です。移住希望者の相談にのり、地域の活性化に協力しています。

12 多肉ハウス × 建築家 × アーティスト
富士見町在住
迫田 英明さん



10年前に富士見町に移住し多肉ハウスをオープン。地域の仲間と建築作業も行っています。また自身も作家として数々の作品を手がけています。

13 事務職 × フラワーデザイナー
長野市在住
重田 美保さん



事務職をやりながら趣味でもある花を生かした仕事をしています。花の仕事の主たる仕事にしないことで、心にゆとりが持て、本業も楽しく行えています。

14 消防団団長 × 町議会議員
佐久穂町在住
高橋 康徳さん



常に危険が伴う消防団をまとめることが団長の役割です。最近では若い人のなり手が少なく、人数の確保が大変です。町議会議員として町のために働いています。

15 農業女子 × 野菜ソムリエ
飯田市在住
殿倉 由起子さん



父の経営する農場で、しめじやリンゴなどを作っています。野菜ソムリエの資格を取り、地元の野菜・果物の魅力を幅広く発信していきたいと思っています。

16 子育てコミュニティ代表 × 市民記者
松本市在住
西森 尚己さん



教育委員をやっていた8年間、松本市中の学校現場を見てきました。子どもたちの現状を知り、不登校の子どもたちの居場所「子どもの支援・相談スペースはぐルッポ」を開設しました。

17 農業 × 体験交流施設
小谷村在住
藤原 真弓さん



小谷村で体験交流施設「ゆきわり草」を経営。四季の自然を楽しめる施設として人気があります。運営のほか、雪中キャベツやミニトマトなどの栽培もしています。

18 大学非常勤職員 × 英語通訳案内士
長野市在住
増尾 はる子さん



信州大学で非常勤職員をする傍ら、インバウンド観光に携わる多くの皆さんと協力して、長野を訪れる外国人観光客に長野の魅力を知っていただくための活動をしています。

19 農業 × 新事業計画中
佐久市在住
由井 まな美さん



主人と農園を中心としてやってきましたが、今は農園を主人に任せ新事業の準備中です。仲間たちと社会実験を兼ねたお惣菜屋さんを開き、地域の憩いの場としたいと思っています。

20 食堂 × 食品加工 × こんにやく農園
大町市在住
渡部 啓二さん



食堂経営をしながら、こんにやくの生産・製造・加工を行っています。様々なこんにやくを作り、県内外に販路を拡大中です。



※五十音順

長野県で「一人多役」型を 実践する方を応援します！



詳細は
県HPトップページから
検索ワードで
検索してください。

助成・資金貸与

NPOを支援する寄附サイト 「長野県みらいベース」

寄附募集を通じて、公共的活動を行うNPOを財政面から支援

農業で豊かなライフスタイル 応援資金利子補給

「農ある暮らし」による新たなライフスタイルを求める方の就農に対する資金貸付への支援

活動の認定・広報

子育て支援員認定研修

保育や子育て支援分野の事業等の従事者又は従事希望者に対して必要な技能等を修得するための研修を実施し「子育て支援員」として認定

NPO法人設立講座

NPO法人の設立要件や申請手順などの説明に加え、個別相談に応じる講座を開催

ガイド等育成研修

信州のおもてなしのけん引役として「信州おもてなしマイスター」を認定し、マイスターを活用したガイド研修の実施（観光おもてなし推進事業）

<http://www.omotenashi-nagano.net/meister>

技術指導

農ある暮らし入門研修

農業に興味を持ち、将来長野県内への移住を希望する方や移住した方などを対象に農業に親しむ体験型研修を実施

林業士の斡旋

里山の整備や地域材を活用する地域、個人に対し、技術指導として林業士を斡旋

林業技術者の養成研修

将来、地域の中堅の人材となる林業士の養成研修及び林業機械の担い手養成のために伐木造材技能者、林業架線作業主任者等の養成研修を実施

ハンター養成学校

長野県の豊かな自然を守り、野生鳥獣に負けない地域づくりを進めるため、野生鳥獣の適正な管理に必要な捕獲等を行う新たなハンターを養成

外国人旅行者向け 観光ボランティアガイド団体の紹介

土日等の空いている時間に「観光ボランティアガイド」の業務を行っている団体を長野県観光外国語ウェブサイト「Go!NAGANO」にて紹介

「林業士」として認定

森林・林業に関する知識・技術を習得する研修を実施し、各地域の森林・林業活動を支える「林業士」として認定

「地域おこし協力隊」の活動支援

地域おこし協力隊員の活動ステージに応じた研修を実施するとともに、隊員同士の交流や情報交換の機会を確保

実践しやすい環境づくり (企業認定)

「職場いきいきアドバンス カンパニー」認証制度

仕事と家庭の両立ができる職場環境の改善や雇用の安定を進め従業員がいきいきと働き続けられるよう短時間正社員制度など多様な働き方等の制度を導入し、実践的な取組を行っている「一歩進んだ」企業を認証

消防団活動に協力している 事業所を優遇します

消防団が活動しやすい環境整備や消防団員の確保を促進するため、消防団活動に協力している事業所に対する優遇措置を設けています。

⇒消防団活動協力事業所応援減税、建設工事などの入札参加資格における優遇、中小企業振興資金における貸付利率の優遇 等

南信州民俗芸能パートナー企業制度 (南信州地域のみ)

民俗芸能保存・継承団体の取組に協力し、支援する企業・団体を「南信州民族芸能パートナー企業」として登録し、登録証を交付

創業・起業支援

創業に関する相談・助言を ワンストップで実施する 「ながの創業サポートオフィス」を設置

- 若者、女性、シニア、移住者向けの創業セミナー等を開催
- コワーキングスペース等の民間団体と連携して、創業機運を盛り上げるモデル事業を実施

地域から応援

信州消防団員応援ショップ事業

火災や災害などから地域の安全・安心を守るため、日夜活動している消防団員を応援するとともに、その活動を支えていただいているご家族等に対して、ご登録いただいた店舗や施設から割引等の特典サービスを提供

協働・マッチングの支援

協働コーディネートデスク

協働に関する相談・提案を受けて、民間の主体と県との協働をコーディネート

ウェブサイト 「長野県プロボノベース」

専門的知識・経験を持つボランティア(プロボノ)とNPO等とのマッチングを支援

移住・二地域居住に 関する支援

楽園信州ファミリー

長野県への移住・二地域居住希望者等に、移住・二地域居住の前後に役立つサービスや特典(※)を提供する無料会員制度。

- (※サービスや特典の例)
- ・引越し料金割引
- ・賃貸物件の仲介手数料割引
- ・自動車教習所での料金割引 等

移住コンシェルジュ

移住・二地域居住者が地域に溶け込むための支援(※)を無料で行う団体の窓口。

- (※支援内容の例)
- ・移住・二地域居住に関する相談
- ・地域の慣習や行事の紹介 等



【お問い合わせ】

長野県 産業労働部 労働雇用課 TEL.026-235-7119 FAX.026-235-7327