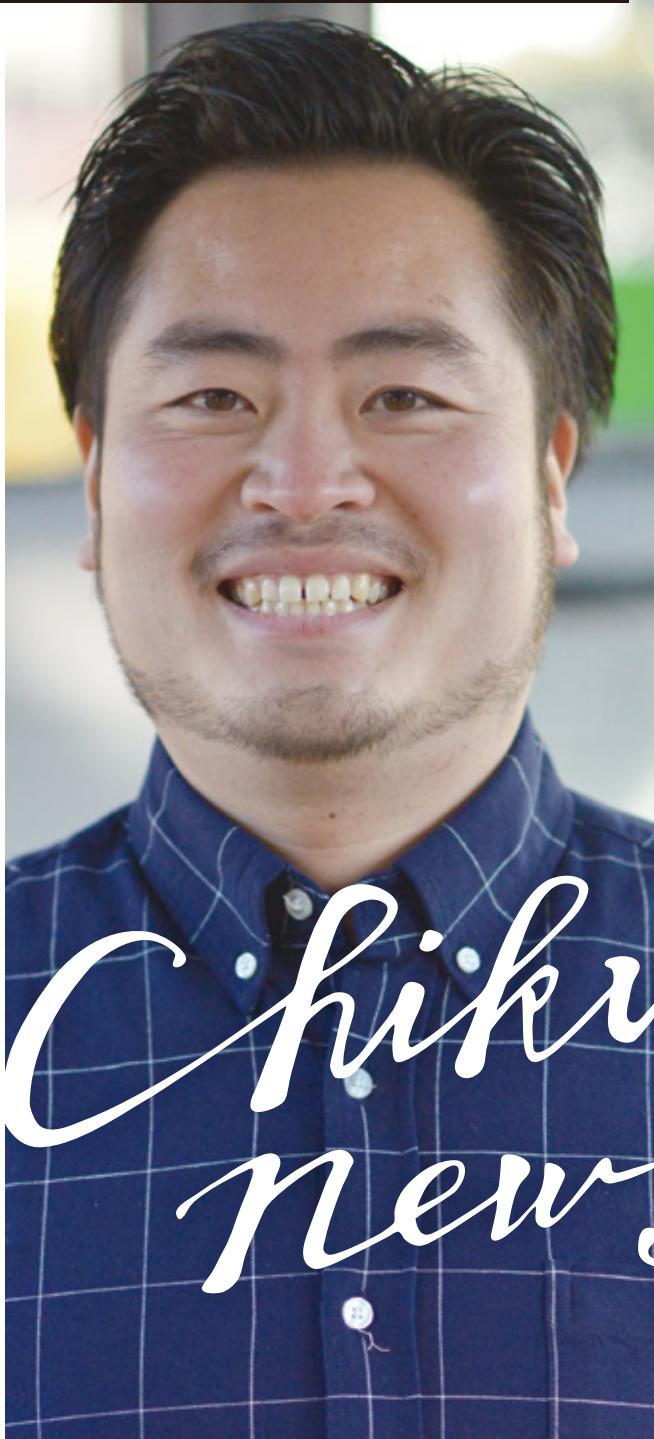


家族とともに、信州・千曲市で暮らす

千曲市  
Chikuma City

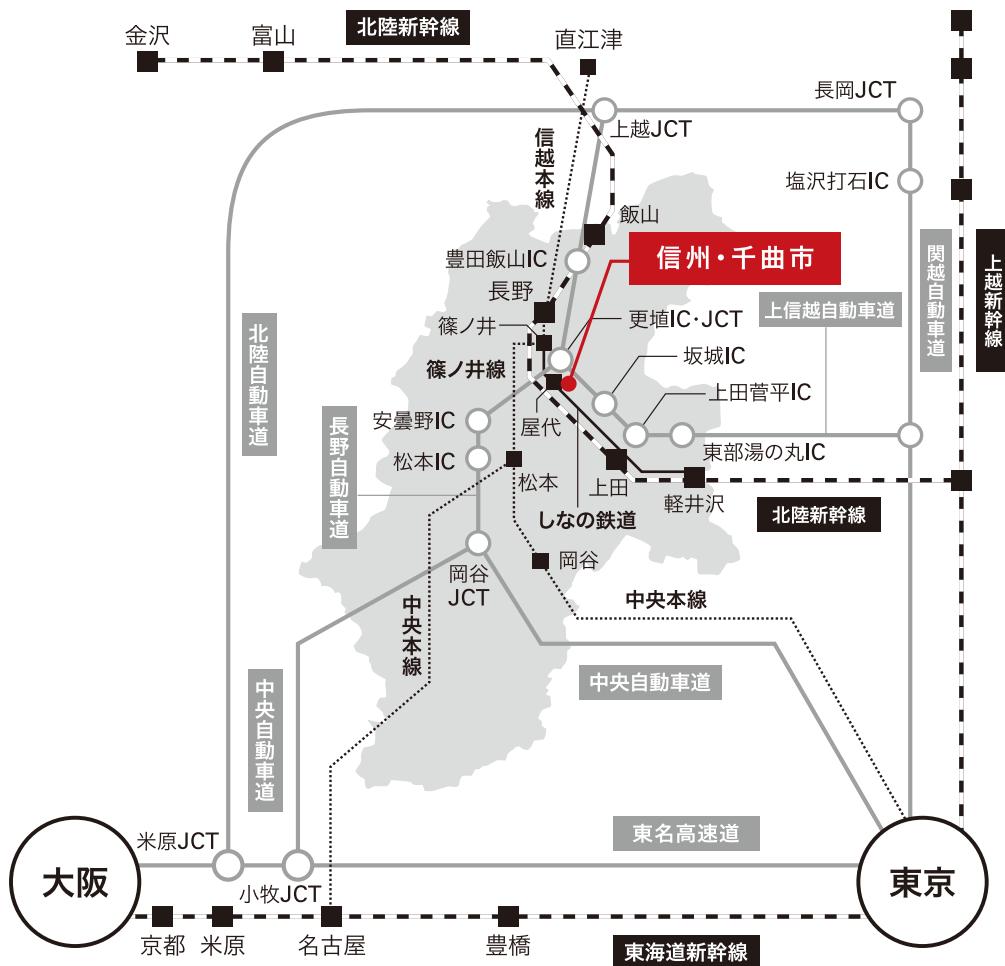
# GOOD WORK GOOD LIFE

この場所で  
生きること、  
働くこと。



*Chikuma  
new Story*

Vol.  
02



#### 主要都市からの電車での所要時間

東京方面から 北陸新幹線、上田駅下車・しなの鉄道に乗り換え(約2時間)

金沢方面から 北陸新幹線、長野駅下車・しなの鉄道に乗り換え(約2時間)

大阪方面から 東海道新幹線、名古屋乗り換え、  
中央本線、篠ノ井下車・しなの鉄道に乗り換え(約4時間)



## 千曲市 経済部 観光交流課

〒389-0821 長野県千曲市上山田温泉2丁目12-10

TEL:026-214-5799 FAX:026-261-4607

koryu@city.chikuma.lg.jp

<http://www.city.chikuma.lg.jp>

## 就農支援

### U・Iターン

### 就農者支援

U・Iターンにより市内で就農予定の里親研修修了者で、5年以上農業を続け、自ら居住するために住宅（借間含む）を借受け、家賃を支払う55歳未満の者（青年就農給付金受給者を除く）に、最長3年間の生活支援金（5万円/月）・住宅支援金（2万円/月）の助成。

### 農業用機械取得費助成

就農後3年を経過しない新規参入者が、農業機械等を取得する際の経費（1/2以内 最大50万円）を助成。



### 就農体験研修費助成

市内で就農を予定している者が、県農業大学校主催の研修を受講する際の受講料を助成。

## 移住支援

### 移住支援

親子孫の三世代で千曲市へ転入、あるいは千曲市の実家に暮らす親世代との同居や1Km以内の場所に近居するために転入した場合は、住宅の購入や整備に対して40万円まで補助。

# CHIKUMA CITY SUPPORT SYSTEM

## 千曲市独自の支援制度

### 就職支援

（長野地域連携中枢都市圏事業）

広域企業情報サイト「おしごとながの」を通じて、千曲市を含めた就職情報を届けています。

千曲市で働きたい方はこちらから

おしごとながの

検索



### ICT関連事業所

### 開設支援事業

空き建物を改修して事業所とした場合、改修費最大500万円補助（かかった経費の1/3上限）。

空き建物を賃借して仕事を始めた場合、3年間の賃料最大300万円補助（賃料の1/2上限）。

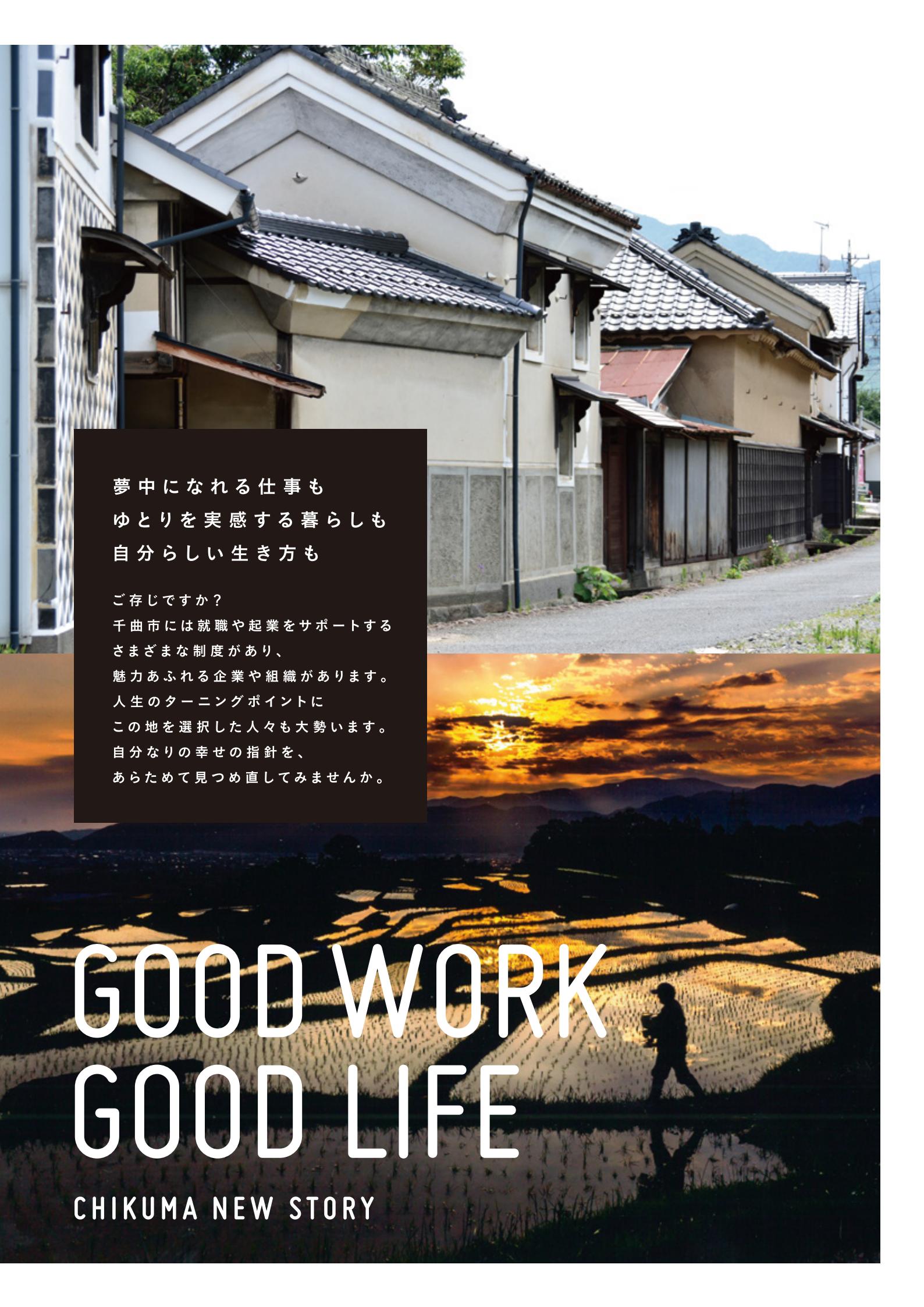
専用通信回線使用料等、3年間で最大600万円補助（年間使用料の1/2上限）。

## 就職支援

### 商店街空き店舗等活用事業

空き店舗又は空き建物の改修費、起業者は最大で150万円、起業者以外は100万円補助（かかった経費の1/2上限）。

地代・家賃補助（年間最大20万円、賃料の1/4限度、最大1年間）。



夢中になれる仕事も  
ゆとりを実感する暮らしも  
自分らしい生き方も

ご存じですか？  
千曲市には就職や起業をサポートする  
さまざまな制度があり、  
魅力あふれる企業や組織があります。  
人生のターニングポイントに  
この地を選択した人々も大勢います。  
自分なりの幸せの指針を、  
あらためて見つめ直してみませんか。

# GOOD WORK GOOD LIFE

CHIKUMA NEW STORY



東京で15年間暮らしましたが、結婚して子供が生まれると、家族、特に子供がのびのびと過ごせる環境を選びたいなと思って、妻の実家（長野市）の近くに住むことを考えました。ここは全然田舎とは思っていなくて、地の利がよく、買い物も便利。野菜もおいしいし、温泉にもすぐ行けて、とても恵まれた環境です。交通の便がよく、東京や他の地域での仕事もうまく両

立できています。

今は、自分の会社（ふろしきや）の仕事をしながら、東京の会社にも籍を置いています。あと、京都の実家がパン屋なんすけど、そちらの顧問もやっています。当初は、会社を辞めて完全に独立しようとしたんですが、仕事を色々持っていたので、いきなりやめらるるのは…ということで、起業しても続けられるようにと、会社が仕組みを整えてくれました。企業に対し、オフィスや働き方のプロデュースをする会社なので、もともとオフィス出社義務はなく、「自立して自由に働く」ことを、先んじて実践していました。10数年で信頼関係も築けていたので、住んでいる場所や距離は関係なく、仕事をしっかりやってくれさえいれば、問題ないということで、もとの仕事を「副業にする」というこ

とを許してくれました。

ここでは、幼稚園バスを改造した車内で仕事をしています。会社でオフィスを作りすぎて、普通のオフィスに飽きてしまって（笑）。どこにでも行けるので、仕事も地域を限定せず、いろいろな場所・組織で主にソフト面のコンサルティングをしています。肩書きは、どんな相手にも伝わりやすいように、プロデューサーやディレクターではなく、あえて日本語の「まとめ役」にしました。地元自治会の会合に参加した際、役員決めて散々もめて、これでは決まらないなと思って、目が合った30代の男性と一緒に「決まるようおれらががんばろう」と、いろいろ提案して、最終的に投票方式で決まりました。この時は「まとめ役」としての本領を発揮しましたね（笑）。

## ふろしきや

東京での会社員時代にキャリアを重ねながら構想し、起業。地域や組織の活性化を軸に、データ・情報解析から、プロジェクト構想、実行プロセスの設計、空間ディレクションまで、幅広い業務を総合的にディレ

クションする。幼稚園バスを改造したオフィスで、日本全国、場所を限定せずに顧客のニーズに合わせた仕事を展開している。多様な関係者の意見を「まとめる」役割を『ふろしきや』という名前に込めている。



STORY  
03

たむらひでひこ

京都府出身。2007年に企業のオフィスづくりのコンサルティングを行う『リンクブレイス（現在のディー・サイン）』に入社。プロジェクト・マネージャーとして様々な企業のオフィス・働き方をプロデュースし2016年に『ふろしきや』を起業。2017年1月から千曲市に拠点を移す。二児の父として、保育園の送迎から地元自治会の寄り合いで仕事と生活の垣根を超えて、千曲市に溶け込めるよう奮闘中。実家（京都府）は創業70年の老舗のパン屋。

ふろしきや 代表取締役／まとめ役

田村英彦さん

自分にも家族にも居心地の良い  
環境を千曲市でつくりました



STORY  
04

銀の羊 本間一郎さん 三枝子さん

ここへ来る“志”のある人たちと、  
地域をつなぐ足がかりになりたい



**一郎**: 2013年9月に三重県から移住しました。当時、病気療養中だった妻の母の看病のために、度々長野市へ通ううちに、移動の負担が重くなり、いっそ転居して、看病に専念しようと、長野市周辺であちこち居住候補地を探しました。

**三枝子**: とにかく、この窓から見える景色が素晴らしいかったです。6月の緑が素晴らしい、木立でウグイスがずっと鳴っていて。衝動買いというか、“衝動決め”でした(笑)。

**一郎**: 引っ越して初年度には大きな台風や記録的な大雪に見舞われ、えらい所へ来てしまったな、と思いましたね(笑)。けれど、こ

こへ来て一番よかったのは、地元の人がアットホームだということ。田舎になると、いろいろなおつきあいがあって、大変というイメージがあったけど、全然そんなことはなかったんです。皆に親切にしてもらえるし、たまたま去年は4年目で役が一度に3つ来て、大変でしたが、そういう立場を経験して初めていろいろなことがわかるじゃないですか、だから、嫌だと思わずやってみることが大事ですね。

**三枝子**: 2014年の6月に、母は90歳で亡くなりました。その後、しばらく、喪失感でぼーっとして過ごしました。看病のために來

たので、お店をやろうなんて、思いもせぬ…。20年ほど前に、三重県でレストランを開業し、挫折した経験があって、もう2度とやるまいと思ってたんです。けれど、ここがあまりに素晴らしい場所なので、ここだったらお客様を招いてちょっと何かお出ししたいなという気持ちがだんだん芽生えて。主人は、最初は反対していましたけれど、「何か、体を動かすことはやった方がいい」と後押ししてくれました。そして、2016年の6月にカフェを開店しました。今では、主人も接客にも慣れ、積極的にお客様との会話を楽しんでいる様子です。



古民家カフェ 銀の羊

姨捨の棚田にほど近い坂の途中に佇むカフェ。三枝子さんが調理を、一郎さんが配膳や接客を担当。こだわりのチーズフォンデュは、旬の野菜や漬物との相性も抜群。甘さ控えめの自家製ケーキもおすすめ。窓の外の

緑と景色を楽しめるテーブル席、子連れでもゆったりとくつろげるお座敷があり、気楽におしゃべりができる空間にリピーターが多い。週4日、金曜日から月曜日の10時から17時まで営業。冬期(1月~2月)休業。

ほんまいちろう  
兵庫県出身。大学卒業後、三重県内で就職。無機工業化学のエンジニアとして、車や洗濯機など家電の塗料の原料、ビデオテープなど記録媒体の原料となる塗料の研究開発に従事。退職後、暫く会社経営に携わった後2013年に千曲市へ移住。スキー、テニス、ゴルフなど趣味を楽しみながら三枝子さんのカフェをサポートしている。

ほんまみえこ  
長野県長野市出身。義兄の紹介で一郎さんと出会い、結婚後は三重県へ。専業主婦として2児の成長と家庭を支えた。料理、織物、陶芸、インテリアなど豊富な知識と経験を生かし、カフェの開業に至る。