

# 「只見 移住物語」

## ゆっくり暮らす (Slow Living) 編

編集・連絡先：只見町役場 地域創生課

TEL 0241-82-5220

FAX 0241-82-2117

# 「只見 移住物語」

## ゆっくり暮らす (Slow Living) 編 目次

- 第一章 《その時、その時に、私たちが出来る事、心地よいと感じたことを積み重ねてきた結果が、いまの生活》  
濱口 喜博 様 (69 歳)  
徳江 様 (65 歳)
- 第二章 《一人静かに本を読んでもらえる》  
菅原 孝 様 (68 歳)
- 第三章 《最後の最後まで、通えるうちは通いたい》  
大宮 明さん (68 歳)  
みゆきさん (66 歳)
- 第四章 《自然の摂理に従い、静かに暮らしてゆく》  
生天目 博 (66 歳)

## 「只見 移住物語」

### 二地域居住者

#### 【移住者のご紹介】

- ・お名前：濱口 <sup>よしひろ</sup>喜博 様 (69 歳)
- ・ご家族：徳江 <sup>とくえ</sup> 様 (妻 65 歳)  
長男 (独立 40 歳)、長女 (独立 37 歳)  
それぞれが独立を保った 3 世帯同居家族
- ・いつ/どこへ：平成元年 (1989 年) から只見町へ通い通い始め、平成 4 年 (1992 年) にログハウスを只見町 朝日地区 長浜区 N 沢 (地名) に建設、平成 8 年 (1996 年) に長浜区 K 沢 (地名) の現住居へ移動。
- ・どこから：神奈川県 横浜市
- ・いましていること：自然の摂理に従った生活、自然観察、家の周りの整備や、庭作り。
- ・まえにしていたこと：NTT (システム プログラマー エンジニア・システム オペレーター・営業など)



ご自宅の居間にて 濱口ご夫妻

## 【始まり】

横浜の自宅で、たまたま只見町を紹介している TV 番組を観ました。T 株式会社（本と森の交換のシステムを行う）の代表者 K さんが田舎暮らしの楽しさを紹介する番組でした。それを観て興味を持ち、1 週間後に只見町を訪れました。それが 30 年前、平成元年の前半だったと思います。（喜博様）

話を聞きに行ったのが始まりでした。（徳江様）

私は雪国育ちではなく、横浜で 3 代目 横浜っ子なのですが、雪が大好きです。日常のストレスから離れ、自然の中で穏やかな時間を過ごしたいと思っていました。雪が降り、自然が豊かなところという理由で、ここを選びました。（喜博様）

自然にあこがれ、豊かな自然の中にある土地を探していたので興味を持ちました。しかし、この話は原野商法ではないのか、信頼できる場所なのかを確認したかったのです。こうして平成元年（1989）に、只見町との縁が出来ました。（喜博様）

## 【準備】

移住へ向けた準備は K さんのアドバイス「四季を体験することが良い」から始まりました。  
（徳江様）

「豪雪地帯」と言われていましたので、雪の状況を確認する事にしました。平成元年（1989 年）から旧青少年旅行村いこいの森キャンプ場（現 奥会津ただみの森キャンプ場）へ 4 年間 通いました。（喜博様）

冬は、地元の民宿に泊まりました。（徳江様）

町中にある「ふる里」という名前の民宿です。お正月も一家そろって民宿で過ごしました。雪祭りにも来ました。四季折々の只見を 4 年間 経験して N 沢（地名）に最初の家を建てることになりました。N 沢（地名）の土地は T 株式会社の K さんに何か所か候補地を案内してもらい決めました。（喜博様）

この間に、土地の購入資金や建物の建設費の準備も進めました。（徳江様）

資金としては、サラリーマンのうちに借金しても、（仕事をしているうちに）返せばいいのではないかと考えたのです。サラリーマンでも建てられるログハウスという資金計画を基に最初のログハウスを建てました。当時 N 沢（沢名）を少し上るだけで沢蟹が、それはもう沢山いました。冬は、野兎が家の近くまで来て、沢にホテルもいて家の網戸に飛んできて光っていたことがありました。本当に自然の豊かなところですよ。（喜博様）

平成 4 年(1992 年-喜博様 41 歳)に N 沢 (地名) にログハウスを建てましたが、平成 7 年 (1995 年)に、夫が脳出血を発症してしまいました。それまで屋根から落ちた雪の処理や家の周りの除雪作業は、夫がスノースコップでしていたのですが、その作業を軽減するために平成 7 年 (1995 年)から同じ長浜区の K 沢 (地名) に、除雪がし易い家を建て始め、平成 8 年 (1996 年)に現在の家に移りました。夫の健康が戻ってからは除雪機も購入して除雪をしています。 (徳江様)

平成 10 年 (1998 年-喜博様 47 歳) に、自らの健康と、家族のために早期退職を選びました。その後は、アルバイトをして生活しました。(喜博様)

### 【家族の絆】【二地域居住】【不安】

もちろん妻とはいつも一緒ですが、子供は親の身勝手と言うか、連れて来ていました。 (喜博様)

いつも家族 4 人で一緒に動いていました。小学生、中学生まではいつも家族一緒でしたね。 (徳江様)

少し話題がそれるかもしれませんが、今も家族一緒です。実は、現在 長男、長女とそれぞれが独立を保った状態で 3 世帯同居をしています。三世帯同居住宅です。3 世帯同居になった原因と言うか、訳なのですが、3 年前でしたか平成 30 年 (2018 年) の台風 24 号(注 1) で 2 階建ての屋根が吹き飛ばされ、住んでいた横浜の家が全壊してしまったのです。 (喜博様)

(注 1)2018 年 10 月 1 日 台風 24 号

東日本の太平洋側を中心に記録的な暴風となり、全国 55 地点で最大瞬間風速が観測史上最大を記録した台風。30 日夜から 1 日未明にかけ太平洋側で相次いで記録的短時間大雨情報が発表された。

私の家は国道を見下ろす崖上部 際だったので、下から吹き上がる強風で屋根がそっくり、本当に完全に飛ばされました。台風が通過する夜半「ドーン」という音が聞こえました。1 階で寝ていたのですが、その時は何が起きたのか判りませんでした。翌朝 様子を見るために 2 階に上がっていくと、なんと階段の途中から「空」が見えました。(喜博様)

竜巻のような感じで吹き飛ばされました。(徳江様)

その家には母と私たち夫婦の 3 人が暮らしていました。新しく家を建てるとなれば経済的にも大変ですし、私は退職していましたので、これからのことを相談するために家族会議を開きました。話が進むうちに長男夫婦、長女夫婦から「みんなで協力して一緒に住もうよ」と提案があって、三世帯同居住宅で一緒に住む結論になりました。ということで一緒

に暮らしています。(喜博様)

いまは子供も大きくなり独立して夫婦二人で来られるようになりましたが、子供が中学生や高校生の時は、子供だけ残して行くことを心配しながら、行き来することもありました。夫が退職してからは、こちらへ来られる機会、期間も増えましたので、夫の気持ちが分かるだけに「私も一緒に行ってあげたい」と思う一方、横浜に子供を残す事に不安と感ずることがありました。

やはり食事の面で、子供に苦勞を掛けたのではないかと思います。作り置きした料理を冷蔵庫に保管するとか、冷凍するといった工夫もしました。でも中学や高校の頃は育ちざかりなので、それだけでは足らなかったと思います。買って食べていたこともあったかと思ひます。

男の子は高校生にもなれば、親へ相談するとことは少なくなると思ひますが、勉強のこともそうですし、友達との関係もそうでしょう、色々と思ひ事はあつたと思ひます。親がそばにいれば何か支える事も出来たかもしれません。あるいは、ただ愚痴や文句を親にぶつけるだけでも、何か助けになつたのかと思ひます。そのはけ口といふか、解決の糸口を見つめる過程で苦勞させてしまつた気がします。(徳江様)

もともと私は車が好きなんで、ほぼ 100% 私は車で来ていました。往復で 700km 位あります。通常ルートは横浜から羽田線に乗り、東京首都高速に入り、向島線、川口線で浦和に出て、その後東北自動車道を走り、那須塩原で降りて、一般道を走ります。普段ですと早くて 5 時間かかります。冬になると 6 時間半ほどかかりますか、私が一人で来ることもありました。(喜博様)

夫が先に来て、2 週間くらい一人で過ごし、私が途中電車で行くとか、それで帰りは一緒に(車で)帰るとか、色々なやり方をしました。(徳江様)

田島まで私が迎えに行くとか、バスで来てもらうとかね。(喜博様)

二地域居住を始めたことで子供たちへは何かしら影響はあつたと思ひますが、子供たちは良く理解してくれて、いつも「行っていいよ」って言って送り出してくれました。私たちは、子供達が応援してくれたこと、また彼らがしっかり成長したことに感謝しています。  
(徳江様)

環境とか、インフラで不安に感じたことは、やはり近くに医療機関があるかどうか、それと交通状況でした。横浜から来るとなれば、2 通り位のルートがないと非常時には困るので調べました。町には朝日診療所があり、大きい病院なら田島に県立 南会津病院がありま

した。当時は会津バスの路線バスも運行していましたので、何とかなると思いました。

あと鉄道なら新幹線と只見線でも来られるし、東武線なら会津田島に来て、バスで来られることを確認しました。(喜博様)

### 【現在】

最近 (緩い傾斜地の) 直ぐ上にお住いのOさんとお友達になり「只見の自然に学ぶ会」へ誘って頂き入会しました。私たちは只見に通っている年数は多いのですが、夫婦二人で行動していました。二人で楽しく動いていましたが、会の趣旨にある只見の自然を良くしようという考えまでには至っていませんでした。会に入ると色々と催し物があって、参加出来る時は参加させていただいています。楽しいですね。お正月や季節の飲み会では、私はお酒を飲まないのですが、参加するように心掛けています。飲み会に出ることで、知り合いが増え、お付き合いが広がります。

おしらせばんは頂いていません。でも防災無線を入れて頂きました。二地域居住者には入れてもらえるか解らなかったのですが「クマが出た」とか、「災害時の避難指示」等の放送が流れても、窓を開けて聞き耳を立てるのですが、反響して良く聞こえなかったのです。命に関わる問題なので、役場に出向きお願いしたところ、設置してもらえることになりました。とても感謝しています。(喜博様)

### 【変化】

NTTを早期退職した理由は病気です。過労とストレスの蓄積が原因だと思います。NTTでシステムプログラマーエンジニアをしているときの睡眠時間はほぼ4時間でした。短い睡眠時間の中でも、頭の中ではプログラムのことを考えていて、2時間位経つと目が覚め、頭に浮かんだプログラムを枕元のメモに書き込み、高ぶった気持ちを抑えて眠ろうとする努力の繰り返しでした。

就業開始前、早朝出勤してプログラムテストを行い、バグ(プログラム上の欠陥)の修正作業を行いました。当時 会社のメインコンピューターを営業時間中に修正作業で使うことが許されていなかったからです。こんな生活がまるまる1年 続き、脳出血を引き起こしてしまったのだと、私は思いました。(喜博様)

大きなストレスがかかっていたのだと思います。(徳江様)

こんなことがあって、こちらに来てなにか仕事をしようとは全く考えませんでした。ストレスが無くなり、精神的にとっても安定しました。性格は穏和になったと思います。会社に勤めているときは1日一言、二言くらいしかしゃべらないこともありました。「おはよう」とか、「失礼します」と言うくらいです。仕事中に人との会話はありませんでした。

こちらに来てからは人と良くしゃべるようになりました。夫婦の間の会話は、もともと仲が良いので、色々なことを話します。これは勤務していた時も、現在も変わらないですね。  
(喜博様)

本当に自然が豊かなことです。山菜も自分の庭で取れます。夜空の星は素晴らしいです。  
(喜博様)

ホタルもいいですね。虫は多いですけど。鳥も沢山いるのです。(徳江様)

たまに蛇も出てくるよ。マムシは怖いね。(喜博様)



ご自宅 お庭から撮影

### 【将来】

子どもたちは、私たちの生活を観て、自分たちもそうしたいとは思っているようですが、忙しくてなかなかそうはできないと考えているようです。「お父さん、お母さんのようにはできないだろう」と話しています。二人とも「私たちが自然の中で暮らすことはとても良いことだ」と励ましてくれます。近くに湯ら里など温泉も一杯あるし、まして「いまは新型コロナウイルス感染が拡大しているから、持病を持っているお父さんには、お母さんとこちら（只見）にいてくれた方が安心だね」と、いまの生活を後押ししてくれます。

(徳江様)

ここを子供たちへ残したいと思っています。以前に『お父さんが亡くなった後は、お母さんはここが気に入っているから使うと思うけど、二人とも亡くなった後はどうする？』と聞いたことがあります。長女は「二地域居住（というスタイル）で来てみたい」と言い、長男は「来たいけど、仕事の都合で休みが取れないから、無理かなあ」と。長男は「時間があれば遊びに来たい」と言うことでしょうか。（喜博様）

除雪のことを考えると、やはり冬に来ることは無理だろうと、だから地元で除雪をしてくれる人をお願いして家を維持するか、それとも来られないから処分するとか、考えるのではないですかね。（徳江様）

ここまで来るのにも時間がかかるし、仕事が終わってちょっと来られるという場所ではないからね。

孫（長女の息子）に「こっちに住んでみる？」って聞いたことがあるのですが、最初は「いいよ」って言っていました。でもいまは「こっちは住めないかも」って言い始めていますよ。（喜博様）

孫も雪も好きですし「イワナの里（黒谷川の清流で育ったイワナとヤマメが放たれた釣り堀）」も好きなので、遊びに来たいのですが、中学生になると、なかなか来られませんよね。（徳江様）

若い時は働くことに、子育てに必死だから、なかなか時間は取れないのかもしれないですね。（喜博様）

### 【希望】

特に目標をもって何かをしようとか、したいということはありません。自然の中で、二人で穏やかに暮らして行きたい、それが唯一の希みです。30年前に只見に通い始めたときから「定住」や「二地域居住」といったライフスタイルを気にかけて事はなく、その時、その時に、私たちが出来る事、心地よいと感じたことを積み重ねてきた結果が、いまの生活、つまり「二地域居住」となりました。

今年 母は90歳になりました。ケア施設で暮らしていますが、認知症の兆しもなく元気です。母のことを考えると、いまは「定住」ではなく「二地域居住」なのでしょうか。この先どのように変化して行くのか分かりませんが、都会の利便性と、豊かな自然の恩恵を共に受けられる、この生活にとっても満足しています。（喜博様）

これを「希望」に入れていいのかわかりませんが、メイン道路の除雪の話が解決するといいですね。でもね、私、ここの縦（登り坂道）、横（自宅前の道）の道の除雪を楽しみにして、仕事（社会的 奉仕作業）のつもりで周りの人達と一緒にしています。（喜博様）

### 【不便】

公共交通が少なくなりました。昔は路線バス（会津バス）がありましたが、いまは「雪んこタクシー」と、只見～田島間の定期路線ワゴン「自然首都 只見号」だけになってしまいました。

あと病院の「科」が少ないですね。私たちには直接は関係ないことかもしれませんが、妊婦さんにとって南会津には産科がないので、会津若松へ行くらしいですね。車でも1時間半はかかるでしょう。大変だと思います。（喜博様）

### 【健康】

私は、持病を持っています。持病のデパートといえるくらい沢山持っています。前は、朝1回に15錠ほどの薬を服用していました。飲まない薬がないと言うくらいです。横浜にいる時は毎日運動していましたが、こちらでは家の周りを熊のように歩き回っています。散歩に出るということではなく、この辺をうろうろしていることが運動になっています。昔は夫婦で自転車を持っていて、只見駅まで自転車で行きました。往復したこともあります。最近では、往來する車が怖いので自転車には乗っていません。（喜博様）

私は、特に運動はしていません。家の中だけで動いているだけです。（徳江様）

### 【アドバイス】

運転免許証がないと田舎では暮らせません。運転免許と車は田舎の必須条件ですね。お年を召した方でも、若い方でもこれは気につけないと田舎では暮らせません。今は若い方でも自動車免許を取らない方が増えていると聞きますが、ここでは動けませんので注意が必要だと思います。

車に関連する事ですが、通い始めた当初 冬に車を置くのに車庫がなくて困りました。車の置く場所がなかったのです。たまたま知り合いになった集落の方のところにお車を置かせていただいていたのでした。横浜から「行きます」って連絡すると、車を置く場所の除雪をしてくれて、車を置かせてもらっていました。ここでは自分の車庫を持たないと、冬を過ごす場合は大変だと思います。いまは、坂を下りたところのOさん（緩い傾斜地の上にお住いのOさんとは別の方です）の後ろに車庫を作りました。（喜博様）

土地を購入するときに「豪雪」とは聞きましたが、日々の生活に関連して「車庫」のことや「除雪機が必要」といったより身近なアドバイスがあったら、より適切な準備ができたと思います。しかし、こちらに来ないと解らないことってあると思います。（喜博様）

近隣の方とのお付き合いは、集落の方へ挨拶をすとか、話をしたりするように心掛けました。よく田舎の方は警戒心が強いと聞きますが、初対面でも「お茶飲みにおいで」と誘

ってくれる方もいて、もちろん人にもよるのですが、そのような方とお知り合いになれて良かったと思います。ご夫婦で横浜の家にも泊まりに来てくれて、横浜を案内したりしたこともありました。(徳江様)

### 【生活】

買物はブイチェーンによく行きます。会津田島のヨークベニマルにも買い物に行きます。横浜からこちらに来るときにヨークベニマルに立ち寄り買い物をします。滞在期間が長くなる時は、足りないものをブイチェーンで購入しています。(徳江様)

### 【印象】

最初の印象は、なんといっても豊かな自然と雪、夜空の星ですか。強い印象が残っています。(喜博様)

自然が豊かなだけに虫の多さですか、蜂に4回刺され、アレルギー症状を起し朝日診療所へ行ったり、特にカメムシの多さには驚きます。いまは慣れましたが、1か月に1回来る感じだと、家の中はカメムシだらけで、すごいことになっています。家のいたるところに落ちていて悲鳴をあげていました。(徳江様)

蛇もちょくちょく出てきますが、カメムシは蛇よりも「曲者」ですね。(喜博様)

2020年8月26日 ご自宅にてインタビュー  
インタビュアー 移住コーディネーター 生天目 博

## 「只見 移住物語」

### 二地域居住者

#### 【移住者のご紹介】

- ・お名前：菅原 <sup>たかし</sup> 孝 様 (68 歳)
- ・ご家族：とも子様 (妻 68 歳)、長男 (独立 40 歳 東京)、長女 (独立 33 歳 千葉) 孫 1 人
- ・いつ：2011 年 5 月
- ・どこから：福島県 いわき市
- ・どこへ：只見町 朝日地区 長浜区
- ・いましていること：読書三昧、晴読雨読
- ・まえにしていたこと：公立学校職員



ご自宅 居間にて

#### 【始まり】

購入したきっかけからお話ししましょう。

2011年3月11日東日本大震災（東北地方太平洋沖地震）地震M9がありました。その1か月後4月11日いわき市内で福島県浜通り地震(注1)が発生しました。マグニチュードの規模はM7で、ほぼ阪神淡路大震災と同じですか。マグニチュードは大きかったのですが、山の中だったので何とか（甚大な被害には成らず）収まりました。でも4名の方が亡くなりました。

(注1)福島県浜通り地震

東北地方太平洋沖地震から1か月後の4月11日、12日と連続して直下型の大地震が発生し、いわき市中・南部に大きな被害をもたらした。3月に起こった大地震の影響（誘発地震）とみられ、いずれも震度は6弱の大きさ。4月11日の震源は井戸沢断層南端の地下約6km、マグニチュードは7.0、12日には湯ノ岳断層の西側、地下約15kmを震源とするマグニチュード6.4の地震が起きた。今までに確認されていた断層に加え、長い同断層の南東方向に約2km延びた場所でも地割れや亀裂が生じた。

その後見に行ったら1.5m位の高さまで断層が盛り上がっていました。原発の近くだってそんな断層があり、今まで知られていなかった断層も含め、地震の断層がありましたので、3本位出来ているのですが、それを見て4月末にOさん（菅原さんの職場友人。現在菅原さんの斜め前に居住）へ連絡をしました。

Oさんからは「連休だから、こちらへきてみたらどう」と誘われ、只見町を訪れました。

原発には使用済み核燃料がまだ乗っかっていて(注2)、これがひっくり返ったら東日本は全滅ですよ。あれが終わるのは、私達が活着ている間は絶対に片付きません。真っ直ぐ西（いわき市から見て只見町の方位）なので、風向きを考えると県内で一番安全と思いました。

(注2)福島第一原子力発電所事故

2011年3月11日の東北地方太平洋沖地震による津波の影響により、東京電力の福島第一原子力発電所で発生した炉心溶融など一連の放射性物質の放出を伴った原子力事故。炉内燃料のほぼ全量が溶解した。国際原子力事象評価尺度において最悪のレベル7に分類される。

そんなことで、そうなった場合に逃げる場があってもいいではないかと思ったのです。それに買える値段だったのです。車1台分くらいの値段だったので購入しました。ちょうどT株式会社（本と森の交換のシステムを行う）でこの家を売りに出していたところだったのですね。あまり計画性はありませんが、家族の避難先として価値があると本気で考えました。2011年5月連休明けに、ここを購入しました。

東京では放射性物質の問題が騒がれていましたけど、「いわき」では、地震後4月上旬まで町が死んでいました。人がいなかったのです。お金持ちは、みな外国へ行ってしまう。本当に、お医者さんも病院を閉じて、どこかに行ってしまう。何か月後かに帰ってきたり

するのですが、出て行ってしまいました。本当に自宅の周りが真っ暗になりました。

そんな状況の中で購入しました。私の場合は田舎にあこがれてとかではありません。いわき市自体が田舎です。東京とは違い、少し行けば山も、谷も、海もあります。自転車で行ける距離にすべてあります。いいところなのです。いわき市内にも別荘物件はありますが、最初の理由が原発ですからね。一番 端っこ（只見町）へ来ました。

### 【家族】

特に相談はしなかったのですが、妻はびっくりしていました。手ごろ（な値段）だというのが一番です。那須とかは高いじゃないですか、それに原発の問題もあるから那須は駄目でしょう。やはり値段ですね。車1台とほぼ同じ値段ですから。

### 【準備】【現在】

2011年5月に、この家を購入した時は公務員としてまだ働いていました。2013年3月に定年を迎え、5年間 再任用制度で勤務しました。66歳になって半年間だけ同じ仕事をしました。本当の意味で仕事から離れたのは2019年4月です。4月からは「無職」で、読書を楽しんでいます。

昨年までは働いていましたから買ってからは行ったり来たりしていました。それこそ休みの時、土日の休みなので、月曜や金曜日を休みにしたりして。1泊2日ではいわきからでも大変ですから。日帰りはやはりきついです。ここからだ田島から下郷を通過して白河へ行き、白河から東北自動車道を少し走り、あぶくま高原道路を行き、次に49号という国道を走ると、最短で3時間15分かかります。いまはそのお金（高速道路代）ももったいないので、全部下道を通っています。途中で白河ラーメンとか食べたりして走ったりして、それでも4時間かかりませんね。

子供たちは独立して離れていますが家族4人で来たことがあります。家を買った翌年2012年に「居間」を増築したのですが、確か増築する前に来ました。その後 息子夫婦が来たり、妻と妻の父親が、もう亡くなりましたが父親も来たことがあります。居間を増築するための木材は、庭にいっぱい杉の木が生えていて、切った杉で作ってくれとお願いしました。そんなので節がいっぱいあるのです。節も景色の一つですね。

移住に向けた準備は、そもそも移住という概念がありませんから何もないです。避難場所として通っているうちに「まあ、生活するのに不便なところはないし、一人静かに本を読んでもらえる」という感じですね。

私は本があれば、一日誰ともしゃべらなくても大丈夫な人ですから。まあ草刈りはしますが読書三昧です。読書のジャンルはなんでも、小説は好きですね。新刊本も買いますし、一冊55円とか、50円の本も買います。

昔から家族にご飯を作ったりしていましたから、自分で三食を作り、洗濯もします。妻は、まだ仕事があり働いているのであまり来ません。家族が来なくても特に寂しくはありません。

今年の冬（2019年から2020年にかけての冬）は、こちらに居ました。除雪機を買ったのですが、1回しか使いませんでした。暖房はペレットストーブです。この部屋（居間）は小さいので薪ストーブだと壁からの距離が必要で置けないでしょ。でもペレットストーブなら前に温風を出すので、後ろにも、脇にも熱が伝わらないので使っています。燃料のペレットは、いわき市に遠野町というところがあるのですが、そこにペレットを作る工場があり、ここの行き帰りに200kg(1袋 10kg)積んでは運びました。200kgあれば一番寒い時で10日～14日間程もちます。秋のうちに何回か行ったり来たりして、その間にどさっと買って運びます。今年は使い切れませんでした。



ご自宅 全景

### 【変化】

ここは空気がきれいです。いわきと比べても空気がきれいだと思えるくらいきれいです。やはり一番はのんびり出来得ることですね。仕事をしないですからね。

ここの環境の良いところは、杉の木を切ったら、切ったところがカタクリの花畑になったのですよ。このあたりでは面積当たりの本数が多いのではないかと思います。そこら辺にはタラの木が沢山あります。こちらにもありますね。日当たりが良くなったのでバン

バン出てきたのかと思います。ほかのものも含め天ぷらにして食べます。その時には何人か山菜取に来るといことがあります。家族よりも他の人の方が多いですね。お友達が家族連れで来たり、お酒飲みに来たり、夫婦で山菜取りに来たりします。若い子が山菜をもらいに帰り道に寄りますからとか、そんな事がたまにあったりします。

私がこちらへ通うようになっていわきの家の猫が増えました。前から1匹はいましたが、この前に帰ったら小猫が2匹加わり、計3匹になっていました。

### 【将来】

やはり、だんだん年を取ってゆくわけで、あまり体調の変化がなければ、あと10年ほどはこのまま出来るでしょうが、その先はちょっと不安ですね。でも、この地域に来たからといって取り立てて別な不安があるかと言うと、そうではないです。

### 【不便】

暮らし始めて困ったことは特にありません。お酒を飲むと車の運転はできませんよね。また歩いて買い物に行くこともできないので、飲む前には「ちゃんとタバコがあるか？お酒はあるか？」と言うことをチェックはしておかないと、計画的な買い物です。買物はブイチェーン（注3）まで行きます。南郷から来る途中に河原田商店があるので寄ります。いちばん近いのは朝日郵便局の前、ヤマザキの向こう側のおばちゃんがいるお店（渡部ストア）へ、タバコを売っているので行きます。

（注3）食料品を主体としたスーパーマーケットで、福島県郡山市 株式会社ブイシージーが親会社。只見町のメインスーパーマーケット。

### 【健康】

つい先日胃カメラをしましたがきれいでしたよ。お酒は毎晩たっぷり飲んでいきます。酔っぱらうまで。お酒はほぼウイスキーです。夕方お風呂に入るでしょ。次は、ちびり、ちびりと台所で料理をしながら飲み始め、ここで（居間）で食べて、片付けて、寝ちゃうという感じです。寝るのは早いです。九時ごろには寝てしまいます。0さんのところで飲むときは日本酒です。

### 【アドバイス】

毎日家の中から眺める景色なのでロケーションは大事だと思います。家でリラックスしているのに、すぐそばに何かあったら困りますからね。

### 【生活】

0さんを通してゴミカレンダーを貰っています。一人暮らしだとあまりゴミは出ません。2週間貯めても特大のゴミ袋1つあれば間に合います。いわきに帰る時に焼却場に直接持

って行きます。ビン、缶は持ち込めますが、燃えないゴミは駄目なので、自宅に持ち帰ります。そんなに燃えないゴミは出ませんので持ち帰ります。

### 【印象】

時々来る期間は月に1回とか2回とか、それこそ2泊、3泊程度でした。夏休みとか、連休とかではちょっといましたが、やはり、いわきの生活が主で、たまに来るという感じでした。印象は「遠い」くらいかな。

でも季節の良い時、例えばカタクリの時とか、山菜の出る時とか、それこそタラの芽も、コシアブラも、ワラビも半径10m、20mの世界で取れるのですね。ワラビはものすごく出るので、取って、処理してうちにも持って行きます。途中の勤務した職場の学校に持っていったりもしました。今年も持って行きました。

栗も、そこにある木が栗の木なので、栗の実も沢山落ちます。去年いっぱい栗の実が落ちて、ちょっと家を空けてしばらく経ってから帰ってくると、熊にすべて食べられていました。熊の糞が家の前にありました。

いわきもちょっと出れば自然の豊かなところですけど、ここは家の周りがそんな感じです。

驚いたことは、雪です。去年は少なかったけど、その前の年ですか除雪した後は3m位の雪の壁が出来ますよね。でもスノーシューで歩いてゆくと狐の足跡とか、兎の足跡とかがあって跡を追ったりしてみたりします。

### 【二地域居住】

最初のきっかけは緊急避難で購入しました。その後 仕事を終えるまで通いました。幸い原発はあれ以上すごいことは何も起きませんでしたから。今までのところ。

いまは年の7~8割をこちらで過ごしています。

いわきの人なんかにも「何で只見なの、遠いじゃない？」と言われることもあります。

いわき市内だって別荘地はあるのですが、だけど私は、きっかけが原発事故でしたから。

ここに来れば、遠いのですが、いわきとは全く違う自然なのです。

例えば植物でも、いわきで見たことのないものが結構生えている。日本海側の、雪国の特徴がある。ツバキだってユキツバキでしょ、いわきは大島にあるようなでかいツバキ、ヤブツバキですしね。ほかの植物もやっぱり違うってことがありますね。

また風景が違いますね。こちらの山、会津の山はすごく尖っている。白河から走ってくると山が尖がっているのが分かる。会津の山は新しいから、ものすごく尖がっている。

いわき市なんかは、すごく古い土地ですから、山のてっぺんまで人が住んでいられるよう

なところですから。運転しながら、きょろきょろしながら来るのが面白い。

2020年8月27日 ご自宅にてインタビュー  
インタビュアー 移住コーディネーター 生天目 博

## 「只見 移住物語」

### 二地域居住者

#### 【移住者のご紹介】

- ・お名前：大宮 <sup>あきら</sup>明さん（68歳）  
みゆきさん（66歳）
- ・ご家族：長女（独立 42歳 埼玉）、長男（独立 38歳 神奈川）  
トラジ君（同居 猫 推定 11歳、飯舘村で4年前に保護された原発被災猫 ♂）
- ・いつ：平成2年（1990年）から溪流釣りで通う
- ・どこから：神奈川県 鎌倉市
- ・どこへ：只見町 朝日地区 長浜区
- ・いましていること：明さん 只見町 公認自然ガイド  
只見町 野生動植物保護監視員  
只見町 ブナセンター友の会 役員  
ふるさと 只見案内人協会 役員  
只見の自然に学ぶ会 役員  
只見町広報員 ふるさと大使
- みゆきさん 只見町 公認自然ガイド  
只見町 ブナセンター友の会 会員  
只見の自然に学ぶ会 会員  
河井継之助記念館 ボランティア ガイド  
会津只見史談会会員
- 越前琵琶奏者 <sup>おおみや きよくけい</sup>大宮 旭溪  
越前琵琶日本旭会所属  
越前琵琶湘南旭会所属  
日本琵琶楽協会会員  
NPO 法人越前琵琶連合会所属

- ・まえにしていたこと：公立学校職員（ご夫妻ともに）



大宮ご夫妻とトラジ君

### 【始まり】【家族】【準備】

30年前、1990年（平成2年）から溪流釣りで<sup>かねやま ひのえまた いわゆる</sup>金山や桧枝岐 所謂 奥会津へ通い始めました。妻も一緒に（溪流釣りを）始め、通っていました。

南会津、奥会津を中心に通いました。金山へは相当通いました。只見にも通いました。ここに来るきっかけは溪流釣りです。あそこの壁に魚拓が貼ってあるでしょ、10年前に私が釣ったイワナで48cmあります。息子も釣りをしますが、息子は50cmを、この人（みゆきさん）は50.5cmを釣って、私が一番短い。私の経験が一番長いのに、一番小さいのしか釣っていないのです。（明さん）

欲張ったから。（みゆきさん）

このイワナを釣り上げたのは〇沢と言う所で、小さな沢です。もう10年たちましたね。（明さん）

あの水害（2011年7月の新潟・福島豪雨）で沢がほとんど駄目になって、魚が居つくポイントが無くなってしまいました。（みゆきさん）

その前に原発事故（2011年3月11日東日本大震災）もあったからね。（明さん）

金山へ通い続けるうちに自分たちの「拠点」を持ちたいと考え始めました。夏休みになれば家族全員で滞在するので民宿に年間100万円以上払っていましたから。（明さん）

そう夏休みは、10日くらいは確実に来ていました。（みゆきさん）

1週間以上とか。4人で1週間いれば、いくら民宿でもね。（明さん）

まず金山で（拠点になる場所を）探しました。（みゆきさん）

でも空き家があっても駄目でした。私は持つもりではなく、借りるのでも良いと思っていたのですが、人に貸すと取られてしまう感覚があったみたいで、どうしても駄目でした。（明さん）

あの頃は（空き家を紹介してくれる「空き家バンク」のようなものは）どこにもないし、金山にもまったくなくて、知り合いにお願いして、あたってもらっても結局は手放す気はないってことになって、終わってしまいました。（みゆきさん）

溪流釣りは9月30日で禁漁になりますが、10月になればキノコの最盛期になるでしょ。溪流釣りで溪流を歩いていると自然とキノコに出会うのです。ナメコとかムキタケとかね。また11月になれば鉄砲（狩猟時期）が始まって、地元の親しい方から「鴨鍋するから来ないか！」って誘われたりして、だんだん利用する期間が長くなって、ますます拠点が欲しいと考えました。（明さん）

金山時代は、9月になると土日、土日は全部来ていました。週末に休暇を挟んで金、土、日とか、土、日、月とか。（みゆきさん）

9月は、半分以上はこちらに来ていました。4連休があると、前日か、後の日に休暇を入れると5日間いられるじゃないですか。そんな感じで9月はもう半分以上はこちらに来ていました。（明さん）

9月はこちらの住人でしたね。私たち職場は違いますが、仕事は同じ（公立学校職員）でしたから。「一人職場（一つの学校に一人の事務職員）」なので、ある程度の融通が利かせられる職場だから、計画がたてられたのです。（みゆきさん）

文科省の方針で、公立小中学校の行政職員は基本一人(定員数)なのです。現業の用務員さんを除けば、あとは皆 教員です。斜め前に住む S さん、いわきの方ですが、実は同じ公立学校職員で、事務職員の全国組織でのつながりがあって、昔からの知り合いです。原発事故が起きた際に S さんから緊急避難する相談を受けたので、ここを紹介しました。ここに誘ったのは私たちです。(明さん)

ちょうど「(物件が) 売りに出ているよ」ってお話しました。(みゆきさん)

話しを金山時代に戻しますが、拠点を探求めてあれやこれや調べていくうちに T 株式会社(本と森の交換のシステムを行う)に出会いました。(みゆきさん)

何軒か物件を案内してもらい、T 株式会社が管理している別荘地の一角にある家を借りることができました。その家のオーナーは県外在住の方で、管理人の方が管理されている家でした。これで自分たちの拠点が出来たと思ったのですが、1 年たたないうちにオーナーの方から明け渡しの要望があって返しました。借りていた家でお蕎麦屋さんを計画されたようです。

そんな状況を見ていた T 株式会社 代表 K 氏から幾つか提案、別物件の紹介を受け、この家にたどり着きました。2003 年(平成 15 年)10 月に、この家を購入しました。私たちが三代目のオーナーになります。設置されていたストーブを見てほれ込んでしまいました。あの赤いストーブです。K 沢(地名)に来て 18 年、ここを買って 17 年が経ちます。(明さん)

私が体調を崩して 2000 年 1 年間 仕事を休んでいたのですが、体調も回復して、先の目途が立ち始め、どこかに泊まれる拠点が欲しいと、考え始めていたところでした。だから拠点づくりには積極的でした。そして、私が大イワナ(ファミリー1 位)を釣った日に、契約をしました。(みゆきさん)

家族の反応は良かったです。息子は釣りをするし、娘は別荘が出来たようなもので、ただ遠いのが難点といていたな。(明さん)

ここへの移動は車ですが、でも 2 人で交代しながら運転できるので楽ですよ。それと 1997 年(平成 9 年)の時から猫が加わりました。猫好きなので。いまいる子(トラジ君)の 2 代前の猫を連れて、車に乗せて移動しました。

お盆や何かで私の田舎に帰省すると、虫採りや、そんなことばかりしていました。子供たちも一緒について遊びまわるみたいな生活をしていましたから、気にもなりませんでしたし、家族 誰もが嬉しかったと思います。(みゆきさん)



「森の家」外観写真

【現在】【変化】

明さんが、いまされている活動

- 只見町 公認自然ガイド
- 只見町 野生動植物保護監視員
- 只見町 ブナセンター友の会 役員
- ふるさと 只見案内人協会 役員
- 只見の自然に学ぶ会 役員
- 只見町広報員 ふるさと大使

みゆきさんが、いまされている活動

- 只見町 公認自然ガイド
- 只見町 ブナセンター友の会 会員
- 只見の自然に学ぶ会 会員
- 河井継之助記念館ボランティア ガイド
- 会津只見史談会会員

越前琵琶奏者 おおみや きよくけい 大宮 旭溪

- 越前琵琶日本旭会所属
- 越前琵琶湘南旭会所属
- 日本琵琶楽協会会員

NPO 法人越前琵琶連合会所属

冬もいますよ。年間を通してコンスタントに、4週間ここにいると、1週間 鎌倉にいる感じです。5週のうち8割をこちらにいますから、まあ半分は移住しているようなものですね。向こう（鎌倉）の方が別荘と言う感じですか。（明さん）

鎌倉に、この人の母親がいたのですよ。（みゆきさん）

だから、その関係で（鎌倉と只見を行き来しました）。（明さん）

お正月前後に来るようになったのは退職する2~3年前からかな。退職した年からは、ほぼ冬場はこちらが主で、お正月も当然いて、さっきも言ったように1週間くらいちょっと戻って、もう8年になります。（みゆきさん）

こちらに来て良かったと感じる事はいっぱいあるけど、一番は水が美味しいことだね。  
（明さん）

お酒も美味しいでしょ。（みゆきさん）

お酒はどこでも美味しいけど、やはり水が美味しい。簡易水道だけど違う。汲んで持って帰ったくらいだからね。（明さん）

そう、そう大きなポリタンクで持って帰った。（みゆきさん）

あと色々なところに湧水もあるじゃないですか。（明さん）

大倉というところに「崖下清水」（注1）という湧き水があって、息子は必ず汲んで帰っています。（みゆきさん）

以前 町が湧水調査をして「只見町 名水10選」を選定しました。その中に猫淵清水という湧水があるのですが、ここは町内で唯一の硬水なのです。ここのお水も美味しいですね。  
（明さん）

（注1）「崖下清水」も「只見町 名水10選」の一つ。

あと良かったのは、前はキノコを採った後は、軸（石づき部分）を切り捨てる作業を行って、残りを持ち帰って向こうで処理していたのです。ここが出来てからは、ここで全部きれいに処理して、保存までできるので、すごく楽になりましたね。（みゆきさん）

深い緑に囲まれていて、私たちは、ここを「森の家」って呼んでいるのです。  
他の方は伐採していますが、うちは杉を何本か切った位で…。カタクリが沢山出てきました。水害の後にN沢(沢名)に入っていないませんが、奥にすごく太いブナがあるのです。何本も。

越後のマタギ？、大工？が（樹皮に）刻んだ跡が、そのまま残っています。写真を撮りましたが、それでももう十何年前ですから。砂防ダムのところで橋を渡り、林道を登ってゆくと、車止めが在って、その後はゼンマイ道になる。良いところです。(みゆきさん)

冬場なんて、誰にも会わない日がありますから。そんな事いくらでもありますからね。  
(明さん)

まったくストレスがかからなくていいですね。(みゆきさん)

変わったことと言えば、私は生物なんか全然興味なかったのです。文系の方で。こちらに来て生物に興味を持ちました。地元の方でやはり生物に詳しいWさんと言う方と知り合いになったり、ブナセンターの自然ガイドの研修を、宿泊研修も含めて、一冬の間 受けたりして、どんどんと、その方向にのめり込んでいきました。購入する本も植物とかに関係するものばかりになりました。(明さん)

トンボは、前から好きでした。(みゆきさん)

そう、トンボが好きだったので池を作りました。自然に関心の高い人たちの知り合いが増えました。ここは別荘地なので、ご近所の方とはいっても、地元の方との付き合いが多いわけではありません。日頃のお付き合いは少ないかもしれませんが、自然に興味を持つ只見町の方とお付き合いを通して、自分たちの暮らしは豊かに、楽しくなるし、また只見町へ貢献できると理解しています。集落、部落、区の中には入っていませんが、それを補い、相互に良いところがあると思うのです。(明さん)

## 【将来】

やはり「最後の最後まで、通えるうちは通いたい」これに尽きます。

自然に関する活動と、それに関わる方々とのお付き合い、交流がとても楽しいのです。

溪流釣りは、今年は3回しか行っていません。溪流釣りシーズンは4月から9月までなのですが、4月は寒くて、今年は少なかったですが、雪が多くてほとんどしませんでした。5月の連休後くらいから始めました。伊南川の館岩から、桧枝岐村の境あたりから只見川合流点までが一つの漁協になっていて、そこの年券(注2)、1年間 何回どこで釣ってもいいと言う券を買っています。でないとい日幾らの日釣券、南郷の、1軒だけある釣具屋さんで日釣券を買って釣場に入らなければいけないのです。釣りはできる限りして行きたいで

すね。息子の子供、孫まで溪流釣りをするようになりました。11歳、小学校5年生も溪流釣りをします。(明さん)

(注2) 遊漁券、各地域の漁協が発行する遊漁の許可証で釣り券、鑑札とも言われる。

自分で仕掛けを作れるようになって、なんかその気になってますね。(みゆきさん)

コロナ禍だから、孫はまだ1回しか来ていないけど「釣りをして、釣れてよかった」と言っていました。息子と孫、私の3人で小さな沢に入るので、孫の世話は息子に任せっぱなしです。(明さん)

### 【不便】

いまはコロナ禍なので演奏会(みゆきさんの越前琵琶)が出来なくなっていましたね。先の演奏会はブイチェーン(注3)の近くでSさんと言う方が「山響(やまびこ)の家」という農家民泊をされていて、その2階で行いました。旦那さんは昨年まで森林組合長をされていた方です。只見町の歴史で言うとスキーの普及に尽力を注がれた方です。(明さん)

(注3) 食料品を主体としたスーパーマーケットで、福島県郡山市 株式会社ブイシージーが親会社。

只見町のメインスーパーマーケット。

そこが会場になって、とても良い雰囲気のところなのです。河井継之助記念館ボランティアガイドも琵琶の縁です。(みゆきさん)

だけど鎌倉に戻った1週間で、私は時間を持て余し、なんの楽しみもなく過ごしてしまいましたが、この人は、ハードスケジュールの中をお師匠さんのところへお稽古に通っています。(明さん)

ここでも普通に暮らしているならそれほど困ることはありませんね。(みゆきさん)

皆さん、そうなのでしょうが、やはり(命に係わる)大病の時は困りますね。(明さん)

食材なんかも、冬を越せば、やりくりの仕方も覚えてしまう。何をどれだけ保存しておけばよいか分かるようになるから不便は感じません。ブイチェーンにもあまり行かないで済みます。基本は会津田島を通るときに調達して、冷凍や他のものを振り分けておいて、足りないものをブイチェーンで買います。(みゆきさん)

高田の納豆とかね、高田の納豆は美味しいね。(明さん)

鎌倉から戻ってくるときは湾岸線に入り羽田空港の真ん中を突っ切り、ディズニーランド

の手前を北上して中央環状線を経て川口 JCT に入ります。東北自動車道の西那須野塩原 IC で降り、下道を走って会津田島に入るのがメインルートですね。(みゆきさん)

首都高速が事故で渋滞しているときは茅ヶ崎 JCT から圏央道に入ります。時間はほぼ同じですが、料金はだいぶ高いかな。(明さん)

### 【健康】

他に健康面で注意していることは特にありません。病気は急性系ではなく慢性系を、それなりに持っています。毎朝 体重を量っていますよ。(明さん)

この人は、全然注意していません。病院関係は戻った時に診てもらえますが、ただ歯医者さんだけ、診療所の歯医者さんへ行っています。(みゆきさん)

私は 50 年間、歯医者さんへ行ったことがありません。虫歯があっても歯医者に行った事がなかった。歯医者嫌い、大嫌い。歯医者好きな人いないでしょう。痛み止めとかで頑張っ  
て、全然行きませんでした。(明さん)

普通の人にはしかたなく行きますが、子どもの頃のトラウマがあつたらしく、嫌いな  
の。私は歯医者さんに行きます。コンサートの後に歯に問題があつて、友人に相談したら「診療所の S 先生いいよ」ってアドバイスを受けて診療所に行くようになったのです。そんな  
こともあつてその友人が、この人の背中を押して、やっと診療所の歯医者さんに行くよう  
になりました。だから歯医者さんはこちらが主治医です。

向こう（鎌倉）で歯のトラブルがあつたら、この人 行くところがない。(みゆきさん)

初めての歯科医院へ行かなくてはいけない。怖いですよ。(明さん)

### 【アドバイス】【生活】

私は群馬県の田舎育ちなのです。古い集落共同体の中で育ちました。私の親は教員だったので、周りと比べると少し異質だったと思います。そんな環境のなかで、子供ながら「しがらみが多くて大変なところ」という想いが育つたのだと思います。そんなことから最初に金山で家を探すときも、一定の距離が置ける場所がいいと思っていました。集落の外れのぼつんと離れたところとか、集落の中ではないところとか、そんな感じで探しました。

こちら（只見）でも、この別荘地なら、外から来られた人が多く、それほど人間関係も密にはならない。適度な距離が取れるという感覚があつて、ここなら生活できるだろうと思  
いました。ある意味、こちらから地元の人とある程度距離は置いていたかと思います。

(みゆきさん)

例えば「学ぶ会」とか、Wさんとか、Nさんとか、そのような方々と仲良くなったのもそんなに長くはないです。この4~5年でしょうか。それまでは、本当に、ここにおいて、自分たちのペースで、自分たちで動き回っていた感じです。ブナセンターにも行っていましたが、それもそんなに深いかかわりではありませんでした。学ぶ会に入ってから本当に深く付き合いを始めた感じです。(明さん)

もしかすると子供の頃の記憶が“ワクチン”として働いて、免疫力が高まるまで必要な時間を守ってくれたので、その後 スムーズに交流関係が築けたのかもしれない。

この人は都会育ちだから、あまりそういうことが気にならない、しませんでした。私は、心の中に心配や不安としてとどまるものがあつたので、別荘地なら適度な距離を取って生活できるだろうと思いました。(みゆきさん)

ここ(別荘地)は、まだ特別なところかもしれません。でも、ここにも地元の人が住むようになれば、外から来た人と地元の人が住むようになれば、変化して行くと思います。  
(明さん)

### 【印象】

移住して最初の印象はご近所とのお付き合いがどうのこうのと言う心配がなかったので、良いところに来たなと思いました。(みゆきさん)

### 【二地域居住】

いま自宅マンションの理事をしています。気がつけば自宅から只見町へ30年間 通い続けました。只見に通う私たちのライフスタイルを「定住」か、あるいは「二地域居住」か、単純に区分けするなら「二地域居住」になるのでしょうか。事実、鎌倉に住む町外在住者として、私は「ふるさと大使」を拝命し、只見町の魅力や情報を発信していますから。

同時に、30年という年月は「定住者」と「二地域居住者」の壁を取り払い、私たちに思わぬプレゼントをしてくれました。(明さん)

そう「自然ガイド」って、基本「町民」でないと駄目だったのに。(みゆきさん)

「自然ガイド」も「野生動植物保護監視員」も、「町民」でないと認められないのですが、こうして「町民」としての扱いを認められ、登録、活動しています。(明さん)

只見へ通い続けた30年間を思うと感慨深いですね。(明さん)

まあ30年間、人生の約1/2近く、釣りをしていたってことですよ。(みゆきさん)

2020年8月28日 ご自宅にてインタビュー  
インタビュアー 移住コーディネーター 生天目 博

## 「只見 移住物語」

### 二地域居住をへて定住

#### 【移住者のご紹介】

- ・お名前：生天目 <sup>なまため ひろし</sup> 博（66歳）
- ・ご家族：淳子 <sup>あつこ</sup>（妻 64歳）・楽太郎 <sup>らくたろう</sup>（ジャックラッセルテリア 11歳）
- ・いつ：2019年
- ・どこから：東京都 町田市
- ・どこへ：只見町 朝日地区 長浜区
- ・いましていること：只見町役場 移住コーディネーター
- ・まえにしていたこと：私立大学 職員



自宅前で撮影

#### 【移住する前の生活はどのような感じでしたか？】

東京の私立女子大学の施設・設備管理部門で働いていました。新校舎の建設、既存校舎の改修、机、椅子等の備品購入、緑化管理と言ったバックヤード業務を担当していました。仕事上ストレスがなかったとは言いませんが、毎日の通勤で利用する田園都市線の混雑、遅延と運休は大きなストレスでした。「仕事に区切りがいたら広い環境の中で暮らしたい」と思っていました。

**【移住を考えた理由はなんですか？】**

2000年に奥会津 ただみの森 キャンプ場（旧只見青少年旅行村 いこいの森 オートキャンプ場）を訪れ、只見が好きになりました。自然が豊かで、本当に素敵なところだと思いました。それ以来 週末や休暇を利用して通い続けました。2005年に小さな家を建て、いまで言う二地域居住のライフスタイルを始めました。

当初 私は仕事を辞めたらこちらに住み、妻は町田で妻の実母と暮らしながら、行き来する予定でした。義母が高齢者住宅へ入居を希望したことから 2019年3月 私の退職を機に家を整理し、妻と私、楽太郎の2人と1匹で移住することになりました。

**【家族の反応は？】**

長年通っていたので、誰の反対もなく当然の事のように話は進みました。  
長男家族も賛成してくれました。移住の話しを聞き、妻の友人達が驚いていました。

**【移住に向けた準備はどのように進みましたか？】**

退職、義母の高齢者住宅への入居、住居の売却と引き渡し、只見への引っ越し等を同時進行したのは大変でした。人生の後半に経験する行政、民間手続きのほぼすべてを経験したのではないかと思います。

**【現在】**

2019年6月に引っ越ししました。移住後は畑仕事のまねごとや、西洋ミツバチの飼育に専念するつもりでした。その時に20年来こちらでお世話になっている地元の方から『只見に根を下ろす覚悟なら1年くらい、役場で働いてみるといい』とアドバイスを頂き移住コーディネーターという職をご紹介します。現在 只見町役場 地域創生課所属 移住コーディネーターとして勤務しています。

**【移住して自ら変わったと思う事がありますか？】**

仕事の帰りにコンビニに立ち寄り、欲しいものを買うといった便利さはありませんが、便利さと豊かな生活とはまったく別の世界だと言うことが分かりました。少しずつですが緩やかに自然に合わせて生きていくようになったと思います。

**【移住して家族に変化がありましたか？】**

私が月～金で仕事をするようになったので、妻の基本的な生活のペースは、今までとあまり変わらないようですが、四季の移ろいを楽しみながら手芸、園芸、読書等ののんびりした時間を過ごしているようです。また小学校での読み聞かせボランティア、「只見町 昔はなしの話」に参加したり、今年は長浜 婦人会のメンバーにも加えて頂き、皆さんと一緒に活動する時間を楽しんでいるようです。

**【暮らし始めて困ったことはありますか？】**

特に大きな困難はありません。日常生活で、欲しいものがあれば書籍や小物類も amazon や 楽天で手に入れようと思えば可能ですし、食料品もほぼ会津生協 (Coop) で手に入ります。ただ欲しいと思うものが少なくなった、内容に変化が出た気がします。

住み始めて分かる事もありました。例えば、除雪機や草刈り機等 長く使う機械類は評判の良い専門店で購入する『ホームセンターで買ってはいけない。修理や維持管理をしっかりしてくれるお店 (人) から購入すべきだ』とか、何かにつけて軽トラックがあると便利、車庫がないと冬の車堀りが大変など、住んでみて、地元の人から教えてもらって、初めて分かることも沢山ありました。困ったことがあったら、地元の方に相談すると良いと言う好例です。

**【これからやりたいことがありますか？】**

夫婦二人と犬1匹で、自然の摂理に従い、穏やかに暮らします。

自然豊かな環境にあこがれていても、都市部での生活が中心になる長男家族や、妻や私の友人が訪れた際に、のんびりとした時間を過ごし、楽しめる環境を作って行きたいと思えます。



炭にしみこませた水を飲み、巣に持ち帰る働蜂

**【健康面で注意していることはありますか？】**

以前から循環器系疾患を持っています。都市部と比較して医療環境が十分とは言えないかもしれませんが、それが定住をためらう理由にはなりません。移住に際して主治医

に電話やメールで相談できるようにお願いをしました。定期的にホームドクターの検査、検診を受けるために東京へ行きますが、併せて職場の元同僚と食事会をして楽しんでいきます。

日々の生活面では体重管理、血圧管理に注意しています。只見の暮らしは肉体的にハードですが、理屈抜きに生きている充実感があります。東京にいた時より人生をより楽しみたいと思うようになりました。それも単に長く生きるだけではなく、よりよく生きてみたいと思います。

**【これから移住する方へアドバイスがありますか？】**

いまは定住、二地域居住に関して多くの情報を手に入れることができ、安心して相談できる環境が整っています。時間をかけて、自分の感性に合った場所を選ぶことが良いと思います。

一方、定年を待って田舎暮らしをしようと思う方も多いようですが、定年後からスタートするのではやはり限界があるように思います。本当にしたいことは何かを見極め、その上で情報を集め、説明会に行き、体験ツアーに参加するなどの準備を進める事が大切だと思います。

**【ご近所とのお付き合いで心がけたことはありますか？】**

近隣の方たちとの交流頻度を高く保つように心掛けました。こちらから先に挨拶を行い、話をする機会を探しました。自分たちがどこからきて、これから何をしようとしている誰なのか、時間をかけ少しずつでも理解してもらおう事が良いと思います。そのうちに向こうからも声を掛けてもらえるようになり、だんだん親しくなっていくと思います。

**【冬の厳しさ、雪との付き合い方をどのようにされていますか？】**

冬は確かに寒いので、家族が温かく暮らせるようにせつせと薪割をしています。移住して初めての冬は、記録的に雪が少なかったので、楽でしたが、最悪、買い物にも出られないような日があるかもしれないという覚悟はしていました。

**【二地域居住をしてきた感想はいかがですか？】**

将来に移住を検討しているのであれば、二地域居住から始めることが良いと思います。本当に田舎暮らしができるのか？近隣との付き合いは旨く行くのか？楽しみながら、時間をかけ準備できるのが大きな利点です。

ここから只見町役場 移住コーディネーターとしての宣伝になります。

国内屈指の豪雪地帯である只見町ですが、雪が融け田植えの始まる5月から、初雪が降る12月までの間、自然豊かな只見町で暮らし、厳しい冬季間は都市部へ戻る生活なら、両地域のメリットが享受できます。新型コロナウイルス（COVID-19）の蔓延で、デジタル技術

を駆使したテレワークが普及しました。このような技術によって一定期間 地方で暮らす二地域居住がより身近になったと思います。二地域居住は、働き盛り世代も、シニア世代にとっても、豊かな人生を過ごせるライフスタイルだと思います。

只見町では、移住、定住、二地域居住を考える方が安価に滞在できるお試しハウス オラホを準備しています。では手始めに何から始めたらいいの？費用はどれくらいかかるの？と言った質問なら町下庁舎 2階 地域創生課へ。ご相談お待ちしております。  
連絡先は0241-82-5220です。

**【その他 なんでも自由】**

誰も明確な答えを持っていないし、避けて通れない課題なのかもしれませんが、自動車の運転が出来なくなったらとか、いつまで健常なまま過ごせるかといった不安がよぎることもあります。限界が来るその日まで夫婦二人と犬1匹で、自然の摂理に従い、穏やかに暮らしていきたいです。

2019年6月21日 自宅にて