

## 「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 博 (66歳)  
なまため ひろし
- ・ご家族：淳子 (妻 64歳) ・楽太郎 (ジャックラッセルテリア 11歳)  
あつこ らくたろう
- ・いつ：2019年
- ・どこから：東京都 町田市
- ・どこへ：只見町 大字 長浜
- ・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



家族写真

#### 【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す。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、例えば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頂きました。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、只見の生活を楽しむ会に参加したり、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とってくれるお店(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います。

**【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。

2019年6月21日 自宅にて