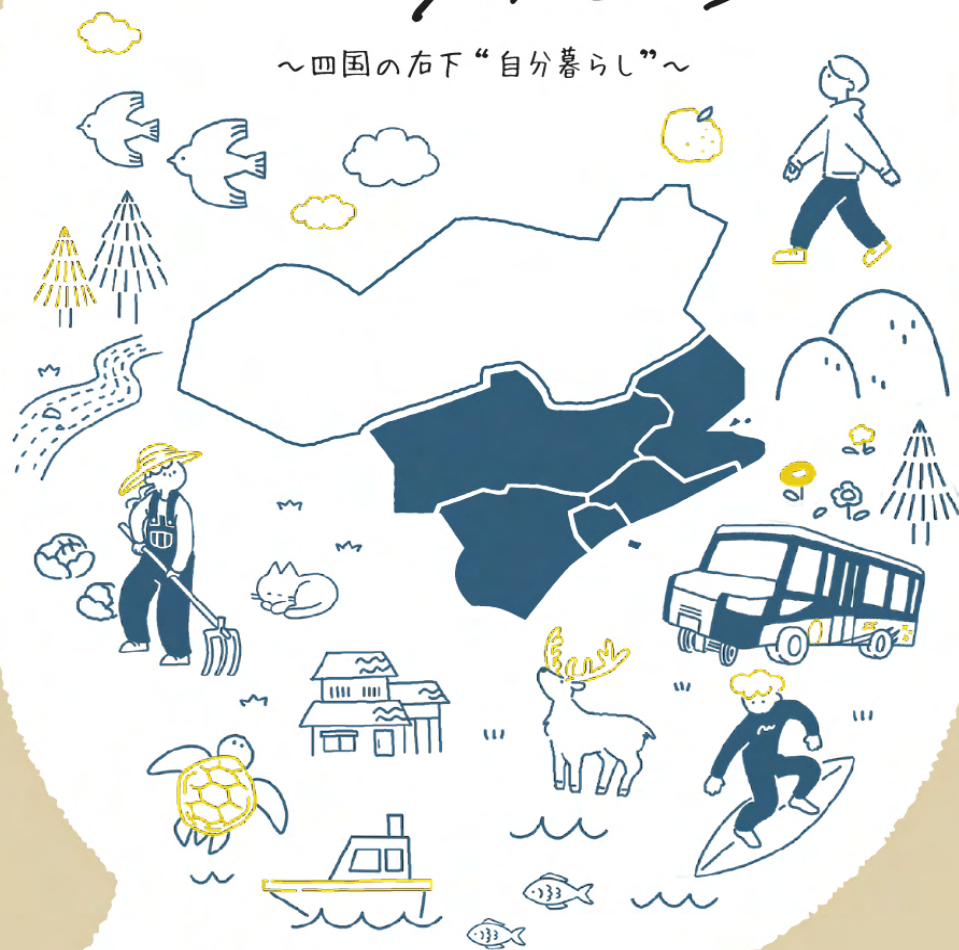


徳島県南移住ガイドブック

先輩からの
メッセージ

～四国の右下“自分暮らし”～



Contents

Anan

阿南市

自然も街人も近くに感じて 居心地のいい暮らし.....P4

西原 茉莉枝さん

離島から始まった手作り工房 二度目の移住は子育て重視.....P6

佐々木 敦生さん

Uターンで起業 広大な農地で行う農業経営.....P8

三木 義和さん

那賀町

Naka

P10..... デザイン×木頭杉で地域おこし 木と人のあたたかさを感じる生活

平川 さやかさん

P12..... 倒産をきっかけにUターン起業 緑の中の広告代理店

谷澤 勇さん・知圭さん

P14..... 農業をやりたい一心で 那賀の人柄に惹かれて一家で移住

中畑 満成さん

Mugi

牟岐町

フリーランスで自由に！好きなことを仕事にする楽しさと難しさ.....P16

小林 大介さん

出会いをきっかけに移住しWワーク 美容室&カフェを地元の癒しの場所に.....P18

家形 さゆりさん

日本と世界を旅した末に 地元愛溢れる徳島を故郷に.....P20

重村 卓さん

美波町

Minami

P22..... 行き先は地図で決定！田舎で革ブランドの店を開業

藤原 拓さん

P24..... 幼い頃からの夢は海人さん ママになってもやる気十分！！

角地 美聡さん

P26..... 高齢両親のため北海道から移住 祭りと人情にアツい町で驚きの毎日

野間 貴夫さん

Kaiyo

海陽町

仕事も住む場所も自分次第 夫婦で竹あかり職人の道へ.....P28

桧垣 健さん・フローレンスさん

美しい海で牡蠣養殖に挑戦 水産業をよりよい仕事へ！.....P30

岩本 健輔さん

都会のバリキャリから一転 田舎でゲストハウスを開業.....P32

國方 由紀子さん

『四国の右下』に
移住し、自分らしく暮らす
人たちの声を集めました

「四国の右下」には多くの移住者がいます
この地に惹かれて移り住んだ人
様々な土地を渡り歩きここにたどり着いた人
故郷を一度離れ再び戻ってきた人

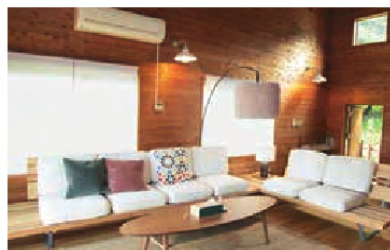
彼らはなぜ「四国の右下」で暮らすことになったのか
どこに魅力を感じているのか
そして今、移住について思うことはなにか

そんな先輩移住者の声を
それぞれのライフスタイルと共にご紹介します



四国の右下

四国の東南に位置する徳島県南部の1市4町（阿南市、那賀町、牟岐町、美波町、海陽町）の総称。太平洋を臨むこのエリアは、温暖な気候で過ごしやすく、豊かな自然を生かした農業や漁業、林業が盛んである。また、各地に独自の祭りや文化が残り、個性豊かな一面を持つ地域である。



Cottage Coliberty の一部屋。広々とした木目調の部屋で落ち着いた雰囲気。

談に乗っていただきました。県内を案内してもらい地元の人にも合わせてもらいました。そうするうちにすっかり徳島の魅力にハマって、『他のところを見に行く必要ないやん、ここにしよう！』って決めちゃったんです（笑）。

その後、徳島県南部の海陽町でのおためし移住などを経て、数ヶ月後には阿南市へ移住。「ずいぶん思い切った行動だったと今でも思います。でも、下見の時にオーナーをはじめとした実際に徳島に住む人たちと出会えたことが大き



かったです。そのおかげで不安も感じなかった。移住の体験ができる自治体は多くあるけど、その時に地元の方や先輩移住者としてっかり交流できれば移住へのハードルが下がると思いますよ。」

自然と街が共存する場所で楽しく便利に暮らす

「初めはもっと県南の方に住もうと考えていたんです。でも、阿南市って自然が豊かなのに街も近く、生活するのにとても便利。もちろん車は必要ですが、10分あれば市街地に行けちゃうので不便は全然ないですよ。」海も山も川も近くにあって、生活も便利、食べ物も美味しくて申し分ないという西原さん。「嫌なところをあえて言うなら、虫が多いことです（笑）。」

収入は大阪にいたことと比べるともちろん少ないが、使うことも減ったという。「私、意外と物欲

先輩からの
メッセージ
Iターン
Message from experienced

自然も街も人も近くに感じて
居心地のいい暮らし



にしはり まり え
西原 茉莉枝さん
(1993年生まれ)

【出身地】大阪府
【移住先】阿南市
【職業】コテージ管理・地域商社
【店舗名】株式会社あわい
【移住歴】1年

大好きな自然に
囲まれて暮らしたい！

美しい景観で知られる阿南市の淡島海岸から歩いて3分。1棟貸しコテージ「Cottage Coliberty」で働く西原茉莉枝さんは、コテージの管理と宿泊者への対応、そして地元の特産品をネット販売する地域商社に携わっている。大阪出身で、子どものころは自然の中で遊ぶのが大好きだったという。熊本のおじいちゃん家に行くとき、野山を駆けまわって遊んだり、牧場で馬に乗せてもらったりするのが嬉

がなかったんですよ。」物に溢れた都会にいたときは気付かなかった自分。そんな新たな一面を発見できるのも移住の良さかもしれない。



人と関わって 生きることが楽しい

阿南市で仕事をするようになって感じるのは「人との関わりが深い」こと。休日に仕事で会った人のお店に行ってみたり、取引先の

移住を考える人へ アドバイス

決め過ぎないこと

自分のスキルや理想にこだわるのもいいですが、決め過ぎると地域に馴染むのが難しくなる気もします。自分は何でもやるつもりで来たからそれがよかったのかも。柔軟に受け入れる気持ちの余裕が必要だと思います。

思い切って飛び込んで

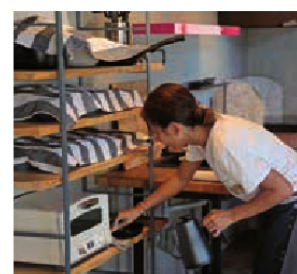
最終的には自分が住みたいと感じた場所に決めるのがいいと思います。そして動くときは思い切って。家族がいると難しいかもしれませんが、私のように単身の場合は「失敗してもいいや」くらいの気持ちで飛び込んでみていいんじゃないでしょうか。



しかった。「自宅は大阪市内の住宅街にあつたんです。近くに思いっきり遊べる場所がなくて『どうしてうちの周りにはおじいちゃん家みたいに住ぶところが無いの？』って思っていました（笑）。その頃から自然への憧れは強く中学生の時には将来は地方の田舎で住みたいと本気で考えていたという。

下見がてらまた訪れた 徳島の魅力にどハマリ

働いていた大阪の会社を退職し、移住先の下見を兼ねて旅行で初めて徳島にきたのは2021年。その時出会ったのが宿泊したゲストハウスのオーナーだった。「実は今の職場の社長なんです（笑）。オーナーも他県からの移住者だったので滞在いろんな相



客室の備品をチェックする西原さん

農家さんの畑に立ち寄りたりすること。「オンとオフの切り替えが全然必要ないんです。大阪でいたときは考えられなかった。人を知り自分も知ってもらうことが楽しくて、いい意味で人に頼ることも知りました。お互い助け合いながら生きる、それがとても居心地いいんです。」

地元の人とは当たり前すぎて気付かないけれど、都会で生活していた自分だからこそのわかる阿南の良さを発信していきたいと話す西原さん。「コテージに宿泊されるお客様に阿南市を思いっきり楽しんでもらえるような提案をしています。私と同じように阿南市を好きになってもいいから嬉しいから。」



培った技術と自身の手先の器用さを生かしたいと考え、帆布製品の工房兼ショップとして『出羽島帆布工房』を開店した。帆布とは船の帆に使われる厚手で丈夫な布。漁師町である出羽島の雰囲気合っていると選んだ素材だった。小さな島にできた新しい店は様々なメディアで紹介され、注目を集めた。当初島民達は不思議そうに眺めていたが、佐々木さんが地域活動に参加することで、徐々に距離が縮まっていったという。その後岡山で出会った奥さんと結婚し、1年後には子どもが生まれた。「島では21年ぶりの赤ちゃんだったらしく、皆さん本当に喜んで可愛がってくれました。」

2度目の移住先を探していた時、阿南市で今の住居(兼工房)である古民家を見つけた。「たまたま通りかかって『この家いいな』と思ったんです。空き家のようなだったので市役所に問い合わせたら、移住担当の方がうまく計らってくれて(笑)、無事に借りる事ができ

「実は出羽島に移住すると決めた時、母から『不便利だし、小さな集落だからいろいろ大変よ』って言われていたんです(笑)。島には学校も病院もないし、買い物も連絡船で牟岐に渡らないといけない。でも僕たち家族にとってはそれほど大変ではなく、むしろ楽しんでいました。ただ子どもが大きくなるにつれて、もう少し教育環境が整ったところがいいかなと考えるようにはなりました。」

出羽島を楽しみつづき子育てを考えた再度移住



先輩からの
メッセージ
Iターン
Message from experienced

離島から始まった手作り工房
二度目の移住は子育て重視



さ さ き あつお
佐々木 敦生さん
(1979年生まれ)
【出身地】 京都府
【移住先】 阿南市 (移住前は牟岐町)
【職業】 オリジナル布製品 製作・販売
【店舗名】 YAMASA
【移住歴】 11年

車が一台もない離島
母の故郷・出羽島へ

阿南市最大の海水浴場として知られる北の脇海岸。そこから程近い古民家で営まれているのが、オリジナルの布製品工房兼ショップの「YAMASA」だ。

店主の佐々木敦生さんは京都府出身。移住前は着物の生地を湯のしする職人として働いていた。徳島へやってきたのは2011年の事だったが、最初に住んだのは徳島県南部の離島「出羽島」だった。海部郡牟岐町沖にある出羽島

ました。移住先は県外も含めていろいろ考えたんですが、やっぱり海から離れられなくて(笑)。ここも海まで歩いてすぐなんですよ。」

祖父から引き継いだ
新たな屋号で初心に帰る

阿南市には2022年の春に引っ越した。工房の名称もこの移住を機に「YAMASA」へ変更。

「原点に返る気持ちで、祖父が京都で営んでいた店の屋号を引き継ぎました。店舗はまだ準備中ですが、小物や衣類などの新しい商品もこれから充実させていきたいです。」

自らの夢に邁進する佐々木さんだが、その傍らには家族の存在が欠かせない。「小学2年生になる

移住を考える人へ
アドバイス

ダメなら戻ればいいと考える

田舎暮らしは、合う人もいれば合わない人もいる。合えば本当に楽しいけれど、合わなければ辛いんですよね。でもダメなら戻ればいい。自分の責任の範囲であれば、自由にやりたいことをやったらいいと思います。

田舎のルールにあえて慣れる

どこに住んでもそうだと思うんですが、その地域のルールを守ることが大切です。地域行事などにも積極的に参加することをおすすめします。手伝ったりするうちに慣れるし(笑)、地元の人とも仲良くなれますよ。



工房にずらりと並ぶミシン。用途によって使い分けているそう。

小さな島でお店を開店
島内外の注目を集める

そうして解体の難を逃れた出羽島の家をリノベーション。前職で



作業中の佐々木さん。工房では染色から縫製まですべてを手掛ける。

は、1周4km程の小さな島。島民は移住当時で約100人(現在は約60人)。港近くの集落には伝統的な漁村の街並みが今も残り、道路はすべて徒歩専用。車は1台も走っていない。
母親の故郷が出羽島で、子どもの頃から何度も訪れていたという佐々木さん。「海が好きで、出羽島独特のレトロな雰囲気も大好きでした。20代の頃からいつか住みたいと考えていたんです。それなのに母の実家を取り壊す話が出て、自分が住むからやめてほしいと頼みこんだんですよ(笑)。」



お子さんとみかん狩りを楽しむ三木さん

先輩からの
メッセージ

Uターン

Message from experienced

Uターンで起業
広大な農地で
行う農業経営



所にその話をいただいて。その農地にはハウスもあり、さらに施設や機械も提供してもらえ、地元農家の方に出会えたのも良かったですね。」2012年に阿南市へ移住し、準備期間を経て2014年に事業を開始した。

滑り出しは順調だったが、半年程経った頃大きな台風に見舞われた。「ほぼ全てなくなりまして。ハウスは水没、畑のネギは強風でもぎ取られ、機械も壊れました。農業の厳しさを思い知らされましたね。」そんな時、三木さんを奮い立たせてくれたのは、地元で雇った従業員の言葉だった。「全部ダメになって仕事が無くてどう

しようかと悩んでいたら、パートのおばちゃんたちが『私達なら暫く休んでも大丈夫。復活したときにまた呼んでよ。』って言うてくれたんです。嬉しかったですね。」

文化を守る地元の人の
気持ちを受け止める

「神戸にいた頃は、徳島で働くイメージがなくて、正直ちょっと下に見たというか、都会で働くことにステータスを感じていたんです。でも阿南に来てみたらすごくいいところだ(笑)。空が広くて自然豊かで人も良くて。田舎だけど、産業や町がしっかりしているのでも子育て環境や生活に不便を感じることないし、都会である必要なんてないなって。ただ台風はちょっと困るかな(笑)。」
起業の際に地元の反発はなかったか尋ねてみると「それはやっぱり多少はありました(笑)。藍住出身でも阿南では『よその人』で、

都会でのサラリーマン生活
から一転、農業を志す

「情熱があれば夢は叶う」を理念に掲げる(株)情熱カンパニーは、阿南市見能林町に本社を置き、お米や野菜を生産・販売する農業生産法人である。代表を務める三木義和さんは徳島県板野郡藍住町出身。大学卒業後、神戸市内の人材派遣会社に就職したが、再び徳島に戻り独立したUターン起業家だ。神戸で働いていた頃は営業職

三木 義和さん
(1979年生まれ)

【出身地】 藍住町
【移住先】 阿南市・職場(移住前は兵庫県)
【職業】 農業生産法人 就労支援事業
貸農園サービス経営
【店舗名】 株式会社情熱カンパニー他
【移住歴】 10年

従業員に自慢してもらえ
る企業でありたい

三木さんは農業生産法人の他に、就労継続支援事業や貸農園サービスなどの事業も行っている。神戸にも事業所があるため、現在は藍住町で居住しているそうだ。「うちで働いてくれている社員に『いい会社だよ』って自慢してもらえ企業でありたいと思っています」

移住を考える人へ
アドバイス

自分をしっかり持つことが大切

自分をしっかり持っていた方がいいと思います。よその土地だからと気を遣って人の意見に流され過ぎると、失敗したときショックだし、人のせいにしてしまう。自分がこうしたいという気持ちには正直に。

一カ所にこだわらなくてもOK

今はどこでも仕事ができる時代です。一カ所にこだわる必要もないと思います。重く考え過ぎず、多拠点で活動する選択肢もあっていいのではないのでしょうか。



阿南市で起業
最初の挫折

その後、阿南市に広大な農地があり、農業をやりたい若者を探しているとの情報を得て、Uターン起業を決意。「短期間低資本でつかい農業をやりたいと思っていた



だったという三木さん。ハードな毎日をごすうち「もつとワクワクした仕事があった」と30歳で農業を志す。「サラリーマンの時に様々な業界の人と接する機会があったんですが、その中で農業が面白いな。ビジネスの可能性と魅力を感じたんです。経験は全然なかったんですけどね(笑)。」
規模の大きい農園運営を実現したいと考えた三木さんは、香川県の農業生産法人で2年間の研修を受け、農業技術や農業経営を習得した。



平川さんデザインの書架サインやカレンダー。木で作られており、図書館がほっこりとした雰囲気に。

地域おこし協力隊で 広がるコミュニティ

平川さんは普段、那賀町地域おこし協力隊として働いている。主な活動場所は、木頭杉や阿波ヒノキを使った木工製品の企画製造を行う「WoodHead」。前職が印刷会社のデザイナーだったという平川さんは、そのスキルを活かしてデザイン・製品開発を行っている。「初めは夫と同じグループ会社に入社させていたかどうかと考えていたんですが、新しいコミュニティで視野を広げたくて協力隊に

応募しました。実際幅広い世代やいろんな職種の方と関わる事が出来て、改めて人とのつながりを大切にしようと思えたので、自分にとってかなりプラスになっています。」

趣味はオフロードバイク！ プライベートも充実

また、WoodHeadが指定管理委託を請け負う木頭図書館でも業務を行っており、図書館の書架サインや木で作られたカレンダーも平川さんのデザインだ。「木頭杉はとても軽くて、持ち運びもし易い素材なんです。自分がデザインしたものがその場で形になるのは、すごく楽しいです。」



も良くて最高です。オフロードを走るのはスリル満点で、怖いけどそれが楽しいんです！」



オフロードバイクで
那賀町を満喫！

元々取得していた猟銃免許を生かして猟友会にも所属している。「狩猟は地域の役にも立てるし、自分自身楽しんでやっています。群馬にいた時は猟師なんですごく特殊な仕事と思っていましたが、こっちに来たら当たり前に免許を持つてる人がたくさんいて（笑）。先輩猟師さんが大勢い

て、丁寧に教えてくれるので頼もしいです。」

マルチに働くおじいちゃん おばあちゃんがカッコいい

マイホームを建てて、那賀町の一員としてますます馴染んでいく平川さん一家。地域おこし協力隊の任期はあと1年で、その先のことはまだ考え中だ。「那賀町に来てから初めての事にチャレンジする機会が増えて、一人一人の能力を最大限に伸ばしてくる環境だと感じています。木頭地区の高齢者の方々もマルチな才能を持つての方が多くて、何でもこなせる姿は本当にかっこいい。あんな年のとり方ができたら素敵だなって思います。」

移住者向けの支援金制度

徳島県の移住者向け支援金制度「みんなでリスタート！」(P34参照)、を利用しました。



先輩からの メッセージ Iターン Message from experienced

デザイン×木頭杉で地域おこし
木と人のあたたかさを感じる生活



ひらがな
平川 さやかさん
(1977年生まれ)

【出身地】 秋田県
【移住先】 那賀町(移住前:群馬県)
【職業】 那賀町地域おこし協力隊
【店舗名】 株式会社 WoodHead
木頭図書館
【移住歴】 1年

夫の転勤が決まり、 娘も喜んで那賀町へ

平川さやかさんは、ご主人と娘さんの3人家族。那賀郡那賀町木頭地区に移住したきっかけは、ご主人の転勤だった。彼の勤め先の社長である那賀町出身の実業家・藤田恭嗣氏への信頼もあり、2021年の4月に一家で那賀町にやってきた。

「私自身は秋田の田舎出身なので、木頭でのカルチャーショックはあまり無かったです。でも娘がちょうど小学校に上がるタイミングで、

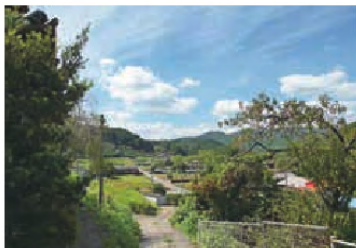
過ごせているようだ。



本棚の整頓をする平川さん



グで、生徒の少なさを知った時は『この子に友達が出来なくて、外に出なくなったらどうしよう』と不安になりました。しかし娘さんにとっては新鮮な環境だったようで、「ここに行きたい!」と熱望したという。「子どもは少ないんだけど、のびのびと自然の中で遊べるし、近所のおじいちゃんおばあちゃんにも構ってもらえるんですよ。外で遊んできたと思ったら野菜抱えて帰ってきたり(笑)。学校でも学年関係無く、みんなで仲良く遊んでいるみたいです。実際に通わせてみて、心配いらなくなってます。同じ学校の生徒数は小・中学生合わせて19人。加えて周囲の大人にも遊び相手になってもいい、楽しく過ごせているようだ。」



オフィスから見える景色。都会では中々見られない風景が広がっている。

んです。でもいざ帰ってみると、『こんなにも自然の緑が深かったかな』と感動してしまっただけ。その見渡す限りの緑に目を奪われ、しばらくは初めて訪れた土地かのように写真を撮っていたという谷澤さん。「一度出て、帰ってみないと気付けない魅力であるんだな」と。今ではすっかり那賀町に落ち着きました。」

また、妻の知圭さんも那賀町に魅了されていた。福岡県出身で就職も福岡から大阪と、都会しか知らない彼女にとって那賀町の自然は衝撃だったそう。「例えばここ

で見る夜空の星はすごく大きくて、まるで『ぼた、ぼた』ってインクを落としたみたいだし、なにより那賀川がめちゃくちゃ綺麗でカッコいい。都会なら遠出しなないと見られないような場所が家の裏にあるなんて！」と熱弁してくれました。

助け合って深まる仲

「大阪では自分のことさえこなしでいればよかったけど、田舎ではみんなが力を合わせてやっていくのが前提。生活でも仕事でも、那賀町では人との距離がとても近いと感じますね」と谷澤さん。

知圭さんは移住当初、友人が出来ず心細い思いをしたこともあったという。「でも、あるとき家庭菜園を始めたんです。一生懸命やっているうちに、近所の方たちが少しずつ野菜や種のお裾分けをしてくれたり、育て方を教えてもらったり。いつの間にか溝が埋まっていった、不安も無くなりました。」



もちもちデザイン社屋に掛かっている暖簾の「ン」の部分は長女さんの手形を押して作られたそう

先輩からの
メッセージ
Uターン
Message from experienced

倒産をきっかけにUターン起業
緑の中の広告代理店



谷澤 勇さん 知圭さん
(1989年生まれ / 1989年生まれ)

【出身地】 那賀町・福岡県
【移住先】 那賀町 (移住前は大阪府)
【職業】 広告代理店
【店舗名】 株式会社もちもちデザイン
【移住歴】 3年

波瀾万丈の末、
Uターン起業

谷澤勇さんは那賀郡相生町(現那賀町)の出身。大学への進学を機に大阪に移住し、12年間を過ごしたのち、2019年に那賀町に帰郷し広告代理店「株式会社もちもちデザイン」を立ち上げた。

大阪では様々な職種を渡り歩き、経験を積んだという谷澤さん。「芸能事務所に所属した時は、アイドルのマネジメントをしたり、僕自身もタレント活動をしたりし

田舎と都会の橋渡し

谷澤さんは、まちづくり団体「那賀人」等にも所属するほか、草刈りや消防、子どもたちとのイベントなど地域活動に積極的に参加している。また、会社の事業としても地域に貢献したいという思いがあり、将来的には都会と



PCで作業中の谷澤さん

移住を考える人へ
アドバイス

疲れたら羽を伸ばしに

都会で暮らす地方出身の方は、もし疲れたら一度羽を伸ばすつもりで1、2週間帰ってみるのも手だと思います。帰ってきて初めて気がつく魅力ってたくさんありますから。(勇さん)

移住コーディネーターの活用

地方という完成している世界に入っていくのは不安だと思うので、私たちも認定されている「よくしな移住コーディネーター(P.34参照)」の存在を利用してほしい。一人でも頼りになる人がいると安心感が違うので、是非活用してほしいと思っています。(知圭さん)



昔は気が付かなかった
緑の深さに感動！

「学生の頃は那賀町の事を『なにもないところ』だと思っていた



ていました。華やかな生活の裏で借金を抱えることもありましたね(笑)。」その後に就職した広告代理店で妻の知圭さんと出会い結婚したが、これまた順風満帆にはいかなかった。「結婚して、広告の仕事も面白くなってきていたのですが、なんとその会社が倒産してしまっただけ。妻が上の娘を妊娠していたところで、これからどうしようって事になったんです。」再び就職する事も考えたが、夫婦2人とも広告業を続けたかった事もあり起業する事を選んだ。大阪を拠点にする選択肢もあったものの、最終的に那賀町へ戻ることに。「金銭的にも苦しかったので、一度帰って親のスネをかじりながら考えよう(笑)。」

田舎の橋渡しをするような活動をしていきたいのだそう。「移住してみたいけど仕事が無いんでしょ、って思っているような人たちへの扉を開きたいんです。林業や漁業だけでなく、広告業やデザイナーのように、都会でしかできないと思われているような仕事も田舎でもできるんだよって伝えたい。逆に、やっぱり田舎では触れられないような都会的な文化があるのも確か。自分たちが発信源となつて、那賀町でも多種多様な音楽やスポーツなどにもっと触れられる機会を作っていけたらなと思っています。自分が大阪で得たものを生かして地域に関わっていけたら嬉しいです。」

農業をやりたい一心で
那賀の人柄に惹かれて一家で移住



なかはた みつなり
中畑 満成さん
(1996年生まれ)

【出身地】大阪府
【移住先】那賀町
【職業】農家
【移住歴】2年半

農家を目指して
一念発起

那賀郡那賀町驚敷地区。大阪から移住し、農家を営む一家がある。長男の中畑満成さんは大阪府守口市出身の26歳。工業高校を卒業し電気工事士として働いていたが、23歳の時に農業をやりたいと一念発起し、那賀町にやってきた。「高校の時からずっと興味はあったんです。大阪にいた時も菜園を借りて土いじりをしていたんですよ。」

決め手は那賀町の人々

一心で、両親や当時中学生だった妹さんを説得し一家で移住する事にお父様がその時の気持ちを語ってくれた。「最初は大阪に残ろうと思っていたんだけど、農業は一人じゃ人手が足りないって言うもんだから。息子のせいであんな目におうてます(笑)。」



移住先を決めたのは、大阪で行われた農業イベント。移住コーディネーターの小林陽子氏から那賀町の紹介を受けた。「正直畑ができればどこでもいいかなと思ってました。那賀町を選んだのは、小林さんや移住交流支援センターの人たちと那賀町を見に来たときに会った方々の人柄が良かったから。それが一番の決め手でしたね。いざ移住するとなった時も、皆さんが手早く準備を進めてくれたおかげで家も農地もすんなり決まりました。」実際に那賀町に来てみた感想はというと、「良い意味でも悪い意味でも、毎日が日曜日みたい(笑)。癒し



中畑さんが管理をしている畑。これから新しい作物を増やしていく予定。

目的で住んでみるのもいいんじゃないかと思っています。」

一歩ずつ学んでいく農業
地元の師匠とともに

現在畑で育てている作物はケイトウ、菜の花、葉牡丹、ゆずの5つ。五反の土地を購入し、両親と中畑さんと管理している。ほぼ未経験から農家の道を志した中畑さんは、土地を整地するところから始め、地元の農家の方から教うたてや苗の定植などは手ほどきを受け



た。台風に見舞われたり、シカやイノシシなどの害獣被害に遭ったりすることもありますが、失敗の経験や地元の師匠の教えから学びを得て育てているそう。「木頭ゆずの師匠はなんでも教えてくれます。一緒に道を歩くと『あれは食べられる、あれは○○っていう植物だ』って。ひとつ聞きにきただけなのに何時間もつきっきりで話してくる(笑)。」

口数は少ないが、人と話す事は好きだという中畑さん。「人の数は多くはないけど、僕みたいな人にも気ままに色々教えてくれる面白い人が居る。楽しいですよ。」

まだ見つかっていない
不思議な魅力が満載

那賀町の魅力を聞いてみると、意外な答えが返ってくる。「この辺りは古い言い伝えが残っていたりするの面白いんですよ。あの石は触ったら悪いことが起こるとか(笑)。まだ世間に見つかっていない面白い話やスポットがあって、それを探しに出かけるのも楽しい。不思議な魅力のある土地だと思います。」

中畑さんの那賀町でのもう一つの楽しみ方は、山に入ったり、川縁を歩いたりして次に作る作物のネタを探すことだそう。「これから育ててみたいのは『ユキモチノウオ』。面白い花の形をしています。コアなファンがいるんです。乱獲

移住を考える人へ
アドバイス

何でもやりたいという気持ちで
こだわりすぎなければいくらでも
仕事はあると思います。人口が少
ないと人手がどこも足りないです
から、競争相手も少なくやりやす
い。何でもやってみようという気持
ちが大切だと思います。

ただ、お金を稼ごうと思っ
て来ると大変な思いをするので、
そこはよく考えた方が良いでしょう。

寂しがり屋は要注意

人は少ないので、大勢でワイワイするの
のが好きな人だと寂しくなるかも
しませんね。自分から話をし
て行くと面白い話がたくさん聞
ける環境ではあるので、積極
的に動くのが良いと思います。



畑の整備をする中畑さん

先輩からの
メッセージ
Iターン
Message from experienced

フリーランスで自由に！好きなことを
仕事にする楽しさと難しさ



オーストラリアの

自然に感動！

こばやし だいすけ
小林 大介さん
(1980年生まれ)

【出身地】愛知県
【移住先】牟岐町(移住前はオーストラリア)
【職業】フリーランス
(映像クリエイター・WEBコンテンツ制作)
【移住歴】8年



釣りを楽しむ小林さん

“クラゲみたいなたちが性に合った”

牟岐町に移住したのは2014年9月。「協力隊ですすごいんですよ、町が仕事も家も用意してくれてお給料ももらえるんです。あ、でも最初はシャワーもない家でしたけどね(笑)」
牟岐町での暮らしは小林さんの性に合っていたと話す。「牟岐ってクラゲみたいな人が多いんです(笑)。それが自分に合っています



子どもとお散歩中の一枚

したね。」独特の表現だが褒め言葉だそう。ゆとりがあつて、のんびりしていて、いい意味で危機感がない。それゆえ、干渉されることもそれほどなかったという。「僕はあえてある程度距離を置くようにしています。地元の人とも他の移住者とも。近づきすぎると衝突が起こることもあるので。程よい距離を保つことでうまくやっていると

町の一員として生きていく

協力隊では、オーストラリア移住前に従事していたWEB製作のスキルを活かし、サイト構築や地域の情報発信などを中心に活動した。「最初は自分がここに来たことで、何らかの波をおこしてやる



趣味のドラムを演奏する小林さん

自分中心の生活から
家族のために
小林さんの家は少し山に入っ
た場所にあり、近くには川が流れ



うって思ってたんです。でもたかが一人のちょっとした活動で町が変わることなんてない。それなら、生活して働いて納税して(笑)。この町の一員として楽しく暮らす方がいいって気づいたんです」
牟岐町に来てから新たにカメラとドローンの面白さに魅了された小林さん。撮影した田舎の風景を編集して動画作品を作るため、映像制作のスキルも身に付けた。「それが徐々に仕事に繋がっていったことで、独立のきっかけになったと思います。」地域おこし協力隊で2年半の活動後、フリーランスのクリエイターとして独立した。

移住を考える人へ
アドバイス

ネット情報を信じすぎないで

自分がネットに関わっているからこそ思うのですが、移住についても今は情報が溢れています。ネット上の二次・三次情報を信じすぎると後悔することもある。実際に自分の目で現地を見て、人と触れ合ってから決めることをおすすめします。

気負いすぎず気楽に

理想を言えば、元々ある地域の産業に入って、地元の人と助け合いながらちゃんと生計を立てていけるのがベストかもしれない。でも、どんな形であれ地域に貢献はできるので「地域の為にならない」と気負い過ぎる必要はないと思います。



いいか、今考えているところですが。」牟岐町での暮らしは好きだが、もしかしたら近々出ていくかもしれないと話してくれた。人生はどうなるかわからない。考え方や状況が変われば、またどこかに移住するのかもしれないのではないか。

先輩からの
メッセージ
Iターン
Message from experienced

出会いをきっかけに移住しWワーク
美容室＆カフェを地元の癒しの場所に



がた
家形 さゆりさん
(1985年生まれ)

【出身地】大阪府
【移住先】牟岐町
【職業】美容師・カフェオーナー
【店舗名】Ui_hair&make・
Ui_Cafe
【移住歴】2年

牟岐町駅前の癒し空間

美容室とカフェが併設された
“Ui_hair&make・Ui_Cafe”
牟岐町の目と鼻の先にあるその
建物に入ると、まずは白を基調
としたナチュラルな雰囲気のカ
フェスペースが
お出迎え。そ
して入口横の
ドアの続く先
には、お洒
落で居心地
の良さそう
な美容室が



外国にきた、
みたいな感じ！

初めは大阪とのギャップに戸惑
うことも多かったという家形さ
ん。「まず、牟岐町には不動産屋
さんがいない！お店をやる為にど
うやって物件を探すの？って旦那に



サーフィンを楽しむ家形さん

ある。家形さゆりさんは大阪府枚
方市で生まれ、24歳の時からフ
リーランスの美容師としてのキャ
リアを積んできた。
徳島に初めて訪れたその日は、
サーフィン好きの友人の付き添い
だった。そこで出会った牟岐町出
身のご主人と惹かれ合い、1年も
しないうちに結婚を決めたとい
う。思いも寄らないきっかけから、
牟岐町での生活が始まった。



美容室でお仕事中的家形さん

美容室を町の居場所に

大阪で暮らしていた頃と今の状
況を比べて、どちらがよいと思
うか聞いてみた。「比べられないで
す、違いすぎて。牟岐での暮らし
は第二の人生を歩んでいるみた
い。地元のおばちゃんたちが牟岐
のことはなんでも教えてくれるん
です。お裾分けしてくれる野菜で
旬を感じるようにもなりました
し、おすすめのレシピをポスト
に入れてくれたりもするんですよ
(笑)」

大阪に居た時とは違う成長を感
じているという家形さん。今後の
事を聞いてみると、「店を牟岐に
暮らす人の居場所にしたい」と話
してくれた。「若い子も来てくれ
るんですが、「田舎だから」って

自然の一部として生きる

相談したら、『役場に行けばいい
よ』って。役場に物件を探してま
すなんて言ったら変な顔されない
のかな？って思ってたんですけど、
都会とはなにもかも勝手が違
い、一つひとつの行動に対して理
解する事に時間がかかったとい
う。牟岐町での生活は驚きと発見
の連続で、まるで外国に来たよう
だったと話す。「今はすっかり役
場を頼りにしています。小さい町
だからこなんでも親身になって
くれて。役場ってすごいんですよ
(笑)」

元々アウトドア好きな一面も持
つ家形さん。牟岐町は綺麗な海や
川にすぐ遊びに行けることも魅力
のひとつだ。「実は髪もメイクも
気にせずがつり遊びたいタイプ
なんです。サーフィンも練習中
ですけど、まだまだですね(笑)」
そんな美しい自然に囲まれて、
家形さんは生活の端々で「自分も
自然の一部なんだ」と感じるよう
になったという。「この辺りは下
水道が通っていないので、浄化槽



ご主人が作ったイノシシやシカの
ワンちゃん用無添加ジャーキー

移住を考える人へ
アドバイス

自分らしくが一番！

移住したばかりの頃は人との距離
感や文化の違いに戸惑うかもしれ
ませんが、出来るだけ自分らしく過
ごすことで自ずとそのままの自分を
受け入れてもらえるようになると思
います。

地方銀行の口座は必須

地方銀行の口座は一つ
あると便利です！今まで
使ってた口座が使い物
にならなくなる場合があ
るので、移住したらすぐ
に作っておくことをオス
スメします(笑)。





の初めての居住だった。「新居さんをはじめ、徳島で出会った人々は皆さん地元愛に溢れていて。サーフィンも教えてもらって、一緒に海に行くたびに『徳島は楽しいぞ!』って、本当に心から楽しい。僕には故郷と呼べるほど長く居た場所がなかったから羨ましくもあったのかもしれないが、彼らがとても輝いて見えました。」

その後も鳥取や広島でログビルダーとして働いていたが、少しずつ転職を考えるように。「ログハウスは好きでも、その反面もずっと人と触れ合う仕事がしたいと思う自分が出て、ヘルパーの資格を取ったんです。」その後、阿南市のグループホームに就職。介護の仕事は自

現在家族4人で住んでいる海陽町のお家は、新居氏が建てたあたたかな雰囲気ログハウスだ。「自然素材の良さと生活しやすさが融合された新居さんのログ



その後海部郡海陽町出身の奥様と出会い、結婚。地元が大好きな彼女の勧めで、海陽町に住むことになった。

子どもたちに
宝物のような体験を

身の気持ちにとてもしっくりきたという。「徳島を選んだのは、楽しそうに徳島の魅力を語る新居さんたちのことを思い出したから。彼らが好きなの場所を僕も楽しんでみたくなって...不思議と、ここが僕の故郷になるのかもしれないと感じました。」



先輩からの
メッセージ
Iターン
Message from experienced

日本と世界を旅した末に
地元愛溢れる徳島を故郷に



しげむり たかし
重村 卓さん
(1972年生まれ)

【出身地】 広島県
【移住先】 牟岐町・海陽町
【職業】 ケアマネージャー
【店舗名】 牟岐町社会福祉協議会
【移住歴】 16年

日本一周、
オーストラリア一周

重村卓さんは、海部郡牟岐町の社会福祉協議会でケアマネージャーとして働いている。両親の地元は広島県だが、いわゆる転勤族で幼少期から色々な地域で暮らしてきた。加えて、大学生の時に日本一周、卒業後にオーストラリア、カナダ、アラスカと世界を巡る旅をし、経



徳島で出会った人々の
地元愛に惹かれて

そんな時、徳島県阿南市のログハウスメーカー「ANA LOG」の新居隆治氏と出会う。彼の建てるログハウスに魅了され、1年間一緒に働くことに。これが徳島で

「徳島を通ったとき、水平線に浮かぶ朝日が綺麗だったのが印象的で、今思えばその時から惹かれていたのかもしれない。」卒業後、当初の目的であったオーストラリアへ。半年間の旅の経験を経て、「これができる」と言えるものを身につけたいと思うようになったという。

元々興味のあったログハウスの建築を学ぶために、本場であるカナダやアラスカを訪れた。1年間技術を磨き、帰国後は鳥取県でログビルダーとして働き始めた。



新居氏が手掛けた重村さん宅。木のぬくもりが感じられる素敵なお家。

族でもっと色々な経験をしたい。それと同時に、仕事でもっとスキルをつけて地元の人たちに貢献できたらと思っています。仕事と家庭のバランスを大事にして、牟岐町や海陽町をもっと楽しんでいます。」



移住を考える人へ
アドバイス

わくわくする気持ちに正直に

僕は旅をしていたときにかく何かに惹かれる感覚に正直で、ここにたどり着いたのもそんな直感に導かれたからだと思っています。場所や人にわくわくする気持ちを大事にするといいんじゃないでしょうか。

何か貢献できるスキルを

自分が貢献できるものを持っておくのも大切。地元の人たちに恩返しできるようなスキルがひとつあると、なにかあったときに自分もプレにくなります。受け入れてくれる移住先にも根付いて行きやすくなると思います。

先輩からの
メッセージ
Iターン

行き先は地図で決定！
田舎で革ブランドの店を開業



ふじ わり ひろむ
藤原 拓さん
(1986年生まれ)

【出身地】千葉県
【移住先】美波町 (移住前は東京都)
【職業】革職人
【店舗名】HWDT
【移住歴】1年

商品を直接届ける為に
良コスパの田舎へ

四国霊場第23番札所「薬王寺」は海部郡美波町にあり、厄除けの寺としても知られている。その門前町である「桜町商店街」に、革製品の工房兼購入可能なショールーム「HWDT」が2022年にオープンした。
店主の藤原拓さんは千葉県出身の革職人。前職は東京で友人と革製品のブランドを運営していたそう。「量産して卸先に売ってもらう」というスタイルだったので、商



藤原さんの
商品の一部！

行き先は地図を見て
直感で決めた

藤原さんの移住先の決め方はかなり直感的だった。「まずは日本地図を見て。行った事なかった西側や南側を眺めていたら、『徳島』の『徳』って漢字がなんかいいじゃ



んって(笑)。

早速移住者向けの説明会に参加し、現地見学を薦められて初めて美波町を訪れた。「田舎」廃れているという感じではなく、何もないけど生活圏がコンパクトにまとまっている所が良かったです。店舗向けの物件も公募してて、申請が通ったのでそのまま行こうと。

移住者の多い町で
受け入れ体制万全

2021年夏、美波町に移住。少し貯金した以外はきっちりした準備や計画もせずにやってきた。それでも町に馴染むのにそう時間はかからなかった。「移住者が比較的多い場所だから、地元の方は『来てくれてありがとう』みたいなスタンスで迎えて入れてくれました。人は少ないけど同世代の移住者も何人か居たり、近所さんがちよくちよくご飯に呼んでくれたり、なんだかんだいろんな人に構ってもらってますね。」
築100年を超える店舗兼住宅をリノベーションする際にも、地



HWDTの店内。リノベーションされた内装は落ち着いた雰囲気。

こだわりのものづくり
期待される職人に

ブランドの屋号「HWDT」の由来は、高さ・幅・奥行き・時間の頭文字。時間をかけて制作した革製品を、使い手もまた時間をか

移住を考える人へ
アドバイス

苦しい時も楽しめたら良い

自分は普通の移住者の方のように、十分な準備をして来た訳ではないので、運とタイミングが良かったですね。こういう移住の仕方は独り身だからできるのかもしれないし。あと、苦しい事も楽しめる人だったらアリかもしれないですね。



柔軟さが町に馴染む秘訣

それなりに柔軟な姿勢で居れば、なんとかなるか...まずはその場で出来る事から取りかかり、少しずつ自分のやりたい事もやっていけば良いと思います。



もらってバス釣り始めました。昨日は滝に行ったし、もう少し落ち着いたらサーフィンにも行きたいですね。」
都会でのステータスを手放してからスタートする事は、多くの人々が苦慮するだろう。しかしマイノリティを切り替えて、周囲へ感謝の気持ちを忘れなければ、着の身着のままの移住でも、案外なんとかなるようだ。



PCで作業中の藤原さん

先輩からの
メッセージ
Iターン
Message from experienced

幼い頃から夢は海人さん
ママになってもやる気十分!!



りたいと思うようになって、高校に入学した時には漁師の道に進む事を決めてましたね。」

海人体験に参加
本気度で驚く漁師たち

すみじみごと
角地 美聡さん
(1996年生まれ)

【出身地】大阪府
【移住先】美波町
【職業】漁師
【移住歴】8年

テレビ番組の影響で
海人に憧れる

大阪府出身の角地美聡さんは、海部郡美波町阿部地区で旦那さんと3人の子どもの5人暮らし。子育てや家事に奮闘する傍ら、漁師として働いている。

角地さんが漁師を志したきっかけは、あるテレビ番組だった。人気芸人が無人島でサバイバル生活をする中で、海に潜り獲物を捕えて叫ぶ姿に夢中だったそう。海に潜る事がめっちゃ楽しそう。良いなあと。それから海人さんにな

高校3年生の夏、美波町伊座利地区が主催した「あまちゃん養成塾」に参加した。「珍しいし行ってみようかなと思って。地元の人に『私いずれはこっちに来たいんですよ!!』って言ったら、『あゝ来て来て(笑)。』みたいな軽いノリで。『ほな行きますよ!!』って実際にその年の11月、親と挨拶に行ったら驚かれました(笑)。」

高校卒業と同時に伊座利地区の水産会社に就職した角地さん。素潜り漁は6月から9月までだったので、最初は船に乗って定置網漁



収穫物を確認中の角地さん



に行きました。漁の後は会社でやっていた阿南にある定食屋さんでも働いていて、朝獲った魚を調理して出していました。」

漁師は男社会のイメージがある職業だが、角地さんは早々に馴染んだのだそう。「私全然気にしないタイプなので(笑)。厳しかったけど、好きな事がやれて楽しかったですね。」素潜り漁に関しては特に専門的な訓練等は無く、ある程度の肺活量と視力(コンタクト可)があれば、頑張り次第で海人になれるそうだ。

結婚・出産・子育て
仕事は少しセーブ

2017年、結婚を機に所属していた会社を退職し、住まいを旦那さんの実家がある阿部地区に移した。旦那さんは親子3代で漁師をしており、角地さんもそれを手伝う形で自営業の漁師となった。子どもが産まれてからは仕事をセーブして子育てに専念中だ。「4歳、2歳、1歳、全員男の子で毎日大運動会です(笑)。やっと一



家族でお散歩中の角地さん

番下の子も地域の子ども園に行き始めたので、少しずつ漁も行けたらと思うんですが、潮水に浸かった後はすごく眠くて家事をするのが大変なんです(笑)。休みたい時には融通のきく仕事です。歩合制なので収入は減ります。その分は夫や義父、義祖父がカバーしてくれて助かっています。」

地域の子どもは角地家を含めても7人だが、比較的子育てしやすい環境だという。「自然が多いから、夏は川遊び、秋は栗拾いをしたりして、都会では出来ない体験ができるので良いかなと。確かに買い物とか生活面で不便な面はあ



るけど、人の距離が近くて子育てに協力してくれるし、ありがたいです。良い人達ばかりで、私自身も可愛がってもらっています。」

住めば都の美波町
仕事への意欲も充分☆

「美波町は本当に良い所だし、住めば都になるんですよ。ちょっと困った事があつたとしても、周りの人が助けしてくれるし、相談もしやすい。逆にこちらもスマホの使い方を教えたりしたら喜んでくれるし(笑)。移住者の人も意外と多くて、みんな『良いところだね。』って話してます。」

子どもが大きくなったら本格的に漁に復帰して、素潜りや船にもどんどん乗りたいそう。仕事への意欲とポジティブで人懐っこい性格、加えて母は強し。この最強コンビを少し見習いたいものだ。



移住を考える人へ
アドバイス

個人事業主は体が資本!

阿部の漁師さんはみんな個人事業主なので、青色申告を税理士さんに頼んでいます。漁師になりたい人にすごい来て欲しいけど、自己責任でお願いします(笑)。生活面は地域の人がお世話をやいてくれるかもしれないけど、健康面は体が資本です。あと、天候次第で穫れ高に左右されて収入が安定しない面があります。

お誘いは基本断らない

せっかく誘ってくれたのに断っていたら、「次は誘うのをやめようかな」と思われてしまう。それは嫌だから、ある程度のお誘いは全部受入れるようにしています。

先輩からの メッセージ

Iターン

Message from experienced

高齢両親のため北海道から移住
祭りと人情にアツい町で驚きの毎日



美波町に来ましたが、その時も移住者宿泊用の古民家に安く泊まらせてもらえたり、いろんな物件も見せてくれたので、本当に至れり尽くせりでした。

現在は、少し山の方に入った地区に住んでいる野間さんだが、移住当初は大浜海岸近くに家を借りて暮らしていた。「隣近所の距離が近い場所だったので、住む前は、『よそ者が』とかあるのかなど少し心配してたんです（笑）。でも、全然そんなことなくて温かく迎え入れてくれました。驚いたのは、娘が学校から帰ってくる時、近所の人々がみんな『おかえり』って声をかけてくれると聞いた時ですね。自分の地域の子どもを我が子のように思ってくれてるんだなって感動しました。」



祭りを中心に
地域が動く！

野間さんがもうひとつ驚いたのは、美波町が、祭りを中心に

動く町だったこと。美波町では、秋になると各地区で祭りが開催される。「ちょうさ」と呼ばれる太鼓屋台が町を廻り、大浜海岸へ繰り出す。日和佐八幡神社秋季例祭は特に盛大で有名だ。「とにかく皆さん祭り好き（笑）。すべてが祭りを中心に動いている感じがします。最初に住んだ地区は特に熱心で、移住したすぐから隣の地区に『絶対来いよ』って誘われてました。」

しかし、コロナ禍のためここ数年は開催が見送られ、参加できたのは今年が初めてだったそう。「引越した後だったので、地区は違うのですが呼んでくれました。規模が縮小されていたとはいえない熱気でしたね。終わった後、感激して泣いている人もいて、皆さんの祭りにかける思いに改めて驚きました。今住んでいる地区にも別の祭りがあるらしいです（笑）。」



の ま た か お
野間 貴夫さん
(1982年生まれ)

【出身地】大阪府
【移住先】美波町(移住前北海道)
【職業】牧場勤務
【店舗名】原田牧場
【移住歴】3年

北海道から美波町へ

家族で移住

海部郡美波町にある「原田牧場」で働く野間貴夫さんは、2019年に北海道から美波町へ家族4人でやってきました。

野間さんは大阪出身。動物に関わる仕事がしたいと北海道江別市の酪農学園大学へ進学し、卒業後は北海道内の牧場で肉牛の飼育や繁殖などに携わっていた。京都出身の奥様と結婚し、2人のお子さんにも恵まれて忙しくも楽しい毎日を過ごしていたが、高齢になっ

場は勤務時間が特殊なため、なかなか祭りの練習や準備に参加できないが、できるだけ協力して楽しみたいと話してくれた。

自然豊かな美波町を
余すところなく楽しむ

昨年、土地を購入し自宅を建てたという野間さん。最近自宅の



新しい自宅での記念撮影！

移住を考える人へ
アドバイス

移住者の多い地域はオススメ

不安もあると思いますが、とりあえず来てみたら何とかなります（笑）。相談できる人を見付けられたら心強いですね。美波町もそうですが、移住者が多い地域はサポートもしっかりしているのでオススメです。

自治体の補助を活用

自治体が出してくれる色んな補助は調べた方が良いでしょう。僕の場合は家を建てる際、ローンを組む時に美波町から補助（P.34参照）があって結構助かりました。ちなみに土地は地元の方が安く売ってくださったのでとてもありがたかったです！！



美波の温かい
人柄に感動

遠く北海道からの移住だったが、思ったより大変ではなかったそう。「移住コーディネーターの小林陽子さんが、いろいろと相談に乗ってくれたので助かりました。家探しに北海道から2回ほど



野間さんがDIYで製作中のピザ窯



牧場で作業中の野間さん

てきた両親のことが気がかりに。「親に何かあった時、やっぱり北海道だと遠すぎるなど。妻とも相談して、実家の近くに引越す事を考え始めました。職種は変えたく無かったのですが、大阪に近い牧場はないか知り合いの獣医さんに相談したら、今の美波町の牧場を紹介してくれて。そんなに近くはないんですけど（笑）、関西には意外と牧場って無いんですよ。」

※移住コーディネーター…P.34参照

仕事も住む場所も自分次第
夫婦で竹あかり職人の道へ



かがき たいし
桧垣 健さん
(1978年生まれ)
フローレンスさん
(1985年生まれ)
【出身地】大阪府・フランス
【移住先】海陽町
【職業】竹あかり職人
【店舗名】たけの花 【移住歴】4年

きっかけは
最愛の人のひとこと

竹あかりとは竹にドリルで穴を開けて模様を描き、中に明かりを入れて灯す灯籠のようなもの。桧垣さん夫婦は2018年に大阪から海陽町海陽町に移住し、「たけの花」という屋号で、竹あかり職人として暮らしている。

2人が出会って交際を始めたのは健さんの地元・大阪。フランス人のフローレンスさんは自然豊かな田舎が好きで、海陽町にも度々



作業中、真剣な眼差しのフローレンスさん

竹あかり作りを仕事に
転職と移住を決意

結婚後も数年大阪に住み、竹あかり作りは趣味として楽しんでいた。あるとき知人から、海陽町に

「たけの花」の活動は最初から比較的順調でした。昔からの友達がい

「たけの花」の活動は最初から比較的順調でした。昔からの友達がい



仲睦まじい様子の桧垣さんご家族

ペントに呼ばれたり、メディアにも取り上げてもらえました。軌道に乗るまではアルバイトも考えてたけど、意外とする間もなく...とは言え、あまり忙しくもなりたくない(笑)。移住した理由のひとつに、「自分達の時間を大切にしたい。今後は妻の故郷のフランスにも拠点を置いて、年に2ヶ月位はあちらで生活したいですね。」と語る健さん。夏はいつでも川に飛び込めるようTシャツに海パン姿で仕事している事もカミングアウト(笑)してくれた。こんな貴重な体験や自由なライフスタイルも、移住したからこそ味わえる醍醐味だ。



移住を考える人へ
アドバイス

一に決断、二に行動!

田舎暮らしは経費も安く済む場合が多いと思うし、意外とやたら簡単やなと思うので、決めたら行動する事が大事。特別な事をした訳ではないですね。

土地や家の購入に一苦労...

良い雰囲気のある町ほど、土地や空家を購入するには苦労するかもしれません。地主さんと思いがけずありますから。私たち夫婦も今は借家なのですが、売ってもらえるように気長に交渉していきたいと思っています。

そこでは移住者同士のコミュニティが強く、地元の人との間に溝ができていた。「海陽町では地元の人と移住者が一緒になって町を盛り上げよう」として、た事を思い出して、そっちの方がいいなと思いました。」

手厚いサポートと
地域住民のやさしさ

改めて海陽町にやってきて、NPO法人あったかいようの移住体験施設「いもちの家」に1ヶ月住まわせてもらい、家を探した。「あったかいようさんには今でもお世話になっています。空き家から出た家具等を譲ってもらってとても助かりました」と健さん。「海陽町に住む人のあたたかさが嬉しい。来たばかりの頃は日本語が全然しゃべれなかったが、関係なく身振り手振りで話しかけてくれた。全然こわくなかった。阿波井が分からなくてもOK。子どもが産まれて、病院や保育園にもお世話になっていくけど、親身になっ

※ NPO 法人あったかいよう ... P.35 参照



移住先を決めるための
車中泊2人旅

移住する田舎については海陽町の他にも候補があり、車中泊しながらいろんな場所を巡った。しかし、最有力候補だったある県を訪れた際に違和感を覚えたという。



養殖場に船で向かう岩本さん

移住した翌年、勤めていた水産研究所で牡蠣の養殖事業を始める事となった。一般的に美しいとされる海は、牡蠣のエサとなるプランクトンが少なく、養殖には不向きだ。那佐湾も例外では無かったが、「県南の新たな産業を生み出す」という大義への挑戦だった。難しい条件に加え、本来であれば、地元の漁師さんに海を使わせてもらう事も容易ではない。しかし岩本さんの人柄と水産物への探求心が高じて、海陽町内の漁協から海の使用許可を得る事ができた。「毎

美しい海で牡蠣養殖に挑戦!!



先輩からのメッセージ Iターン

美しい海で牡蠣養殖に挑戦
水産業をよりよい仕事へ!



いわもと けんすけ
岩本 健輔さん
(1983年生まれ)

【出身地】静岡県
【移住先】海陽町(移住前は沖縄県)
【職業】牡蠣の種苗生産・養殖、水産研究
【店舗名】株式会社リブル
【移住歴】9年

家族ができて安定した会社員へ転職し移住

海陽郡海陽町の水産ベンチャー企業「株式会社リブル」。代表取締役の岩本健輔さんは、約8年かけて「美しい海(那佐湾)」での牡蠣養殖を成功させ、そのデータを収集・利用した「スマート漁業」に取り組んでいる立役者だ。出身は静岡県。沖縄県の琉球大学に進学し、大学院で博士号を取得した後、水産研究員として働いていた。仕事にはやりがいを感じていたが、有期雇用契約だった

も「できるノウハウと種苗を全国各地に広げていくのだそう。

子ども達と自然で遊ぶ居心地の良い海陽町

「仕事の後でも子ども達と川に行ったり、虫を捕えたりしています。僕は釣り、妻はサーフィン、ポディボードの趣味があって、仲間や友達と家族ぐるみで遊んだりもします。海陽町の人はあたたかい上に距離感も良くて。普段は干渉しないけど、困っていたら親身になって助けてくれるのがありがたいです。この辺りは昔から人の往来があるので、外部から来た人に



移住を考える人へアドバイス

地元のキーマンに出会うこと

海陽町の生活に馴染むまで、お世話してくれる人にたどり着けるかどうかで、その先の住み心地や居続けられるかどうかが決まると思います。自分の場合は民宿のオーナーにいろんな方と繋いでもらって助かりました。

地域活動に積極的に参加する

地元の方々との付き合いや地域活動に参加する事で、その地域の習わしやルールを知る事ができます。あと子どもと一緒にいると、「〇〇ちゃんのお父さん」と認識してもらえて仲良くなるきっかけになったりしましたね。何にせよ、普段の積み重ねが大切です。



休日に家族でお出掛け中の一枚

民宿で寝泊まりしつつ住む場所を探す

2013年夏、働く場所は決まっていたが、不動産情報の少ない田舎で、家はすぐに見つからなかった。「一旦家族を実家に帰し、しばらく民宿でお世話になりました。そのオーナーに海陽町での家探しを相談したら、今の大家さんを紹介してくれて。他にもいろいろな人を紹介してもらったおかげで、順調に生活できています。」



め、結婚と子どもが産まれた事を機に転職を決意。岩本さん曰く、「水産系の研究ができる会社を探していた時、妻が美波町(海陽郡)にあった民間の水産研究所を見つけてきました。彼女も結婚前は研究員をしていたので、僕のやりたい事への理解がありましたね。」

先輩からの
メッセージ
Iターン
Message from experienced

都会のバリキャリから一転
田舎でゲストハウスを開業



くに かに ゆ き こ
國方 由紀子 さん
(1965年生まれ)

【出身地】新潟県
【移住先】海陽町(移住前は東京都)
【職業】ゲストハウス経営
【店舗名】お宿・キッチンみつ佳
【移住歴】5年

夫の趣味に付き合っ
度々海陽町を訪れる

サーフィンのメッカとして全国的にも知られる海部郡海陽町。この町でゲストハウス「お宿・キッチンみつ佳」を営む國方由紀子さんが、海陽町に訪れるきっかけになったのも、旦那さんの趣味の「サーフィン」だった。「当時住んでいた東京から、夫婦で車に乗って(海陽町に)よく来てました。長年



懐古的で落ち着ける
こだわりのゲストハウス

2017年に移住し、ゲストハウスをオープンした。その1年後に旦那さんが早期退職をして合流。「開業当初は夫にも手伝ってもらったんですが、今は1



ゲストハウスの一室。モダンレトロな装飾で落ち着ける雰囲気。

通っているうちに地元のひとと親しくなったり、風土や食材の豊かさ等も体感して、「居心地の良い魅力的な町」だと思っていた。元々地方でゲストハウスを開きたいと思っていた、他の地域もいろいろ見て回った結果、知り合いも居るし、受け入れてもらえそうな風土だったので、こちらに決めました。夫も「良いよ」っていう感じでしたね(笑)。



人で運営できています。夫は夫で別の事をしてこちらの生活を楽しんでますね。」

ゲストハウスの物件は知り合いからの紹介で古い民家を借りて改装。外国人観光客向けに和洋折衷でモダンなインテリアを意識した。飾られている調度品の多くは、屋号の由来でもある母の満住さんから譲り受けたものだ。「よく『おばあちゃんにきたみたい。』と言われます。ベッドはあえて無くして、畳に布団を敷いています。」

食事は世界各国の料理を食べ歩いた経験を生かして腕を奮うおまかせコースだ。旬の地元食材を仕入れ、素材の良さを生かした調理を心掛けている。「自然が豊かなので、農産物も海産物も本場に美味



しいです。例えばオクラはオクラの味がちゃんとするし、魚も新鮮で臭くない。旬の味が楽しめるって嬉しいですね。」
観光やお遍路、ツーリング等、利用客は様々だが、1日2組の予約は埋まる事が多いのだそう。

ストレスフリーな環境で
ゆったりとした生活

移住前の國方さんの職歴は実に華々しい。「航空会社勤務」から始まり、「エアライン予備校講師」「外国人向け高級マンションのコンシェルジュ」等、バリバリ働くキャリアウーマンだった。それ故に都会ではストレスを感じる場面も多かったようだ。「東京は人が多いので、まず電車に乗る事が苦痛で。仕事も接客業だったので、対人関係でもストレスが溜まりましたね。こちらでは皆さんのんびりしてて優しくて。意地悪もよそ者扱いも無くて居心地が良いですね。」ストレスフリーな環境に身を置くと、自分自身にも変化があっ



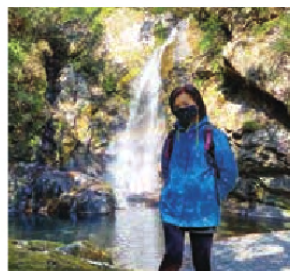
移住を考える人へ
アドバイス

地域の人に頼り過ぎないこと

何でもかんでも地域の人に頼るのは良くないと思います。海陽町の人は優しいので、なんだかんだとお世話をやいてくれますが、ある程度は自分で責任を持って暮らしていけるようにしましょう。そうして土地に根付いていく事がお世話になった人への恩返しに繋がります。

仕事を創り出せると◎

田舎には仕事が少ない事が多いので、自分の強みを生かして仕事をクリエイティブできると良いですね。補助金を受けられるか調べる事もおすすめします。私の場合は海陽町から起業支援の補助金(P34参照)をいただきました。



プライベートで観光中の一枚

た。その「人」自体が素晴らしい資産だと思えます。」
これから増えるであろう旅行者に向けて、良い物件があれば1棟貸しの宿泊施設も作りたいそうだ。身を置く環境次第で生活の満足度を上げられる事と、徳島の食べ物美味しい事を彼女から教わった。



発行日
2023 年 3 月

発行元
「四国の右下」若者創生協議会

問い合わせ
「四国の右下」若者創生協議会事務局
(徳島県南部総合県民局 内)
〒779-2305
徳島県海部郡美波町奥内字井才天17-1
電話 0884-74-7319
Mail nanbu_c_m@pref.tokushima.jp

編集・発行・企画・制作・印刷・製本
米崎印刷株式会社
〒774-0013
徳島県阿南市日間野町九反ヶ坪111-3
TEL 0884-22-2247 FAX 0884-23-6269

デザイン・制作
山下 祐希

インタビュー・文
村上 浩子
井上 智子
杉本 亜希

撮影・プロジェクトマネジメント
米崎 顕

④ 阿南市役所 (ふるさと未来課)

阿南市の移住支援金につ
いての情報が掲載さ
れています。



④ 那賀町役場 (まち・ひと・しごと戦略課)

「イイ那賀暮らし」のサ
イト運営を行っていま
す。お問い合わせはこち
らから
(TEL.0884-62-1184)



④ 牟岐町役場 (企画政策課)

「牟岐町移住交流支援セ
ンター」のサイト運営を
行っております。お問い
合わせはこちらから
(TEL.0884-72-3420)



④ 美波町役場 (政策推進課)

美波町の移住・交流につ
いての記事を掲載してお
ります。



④ 海陽町役場 (まち・みらい課)

海陽町の移住・定住に関
する情報を掲載しており
ます。



④ 牟岐人-MUGIZINE-

牟岐町への移住定住をサ
ポートするウェブメディ
ア。「地方に移住しても
良いかもしれない」と、
考える人たちへの情報を
提供しております。



④ 牟岐町移住交流 支援センター

牟岐町への移住を考えて
いるならここをチェック
！空き家・体験・交流
情報などが掲載されてい
ます。



④ 美波町移住交流 支援センター

美波町への移住を考えて
いるならここをチェック！
くらしのガイドや移住・交
流・お試し滞在の情報な
どが掲載されています。



④ NPO法人 あったかいよう

海陽町外から海陽町への
移住を希望している方に
向けて、海陽町での生活
を体験できる、おためし
住宅「いもちの家」の情報
を掲載しております。



④ とくしま移住支援 物件検索サイト

希望する生活スタイルに合った物件情報を
検索できます。U・I・Jターンで徳島での暮
らしを考えてみたい、始めてみたい方に！

※こちらは PC 専用サイトになります
<http://www.tokushima-kyojushien.org/uij/>

P.11

「みんなでリスタート!徳島移住促進支援金」(徳島県)
未就学児と共に移住する人及び県外の学生に支給される補助金。

P.13/P.14/P.26

「とくしま移住コーディネーター」(徳島県・各地域)
移住者の受け入れに関する知識を持ち移住者の支援を行う人。徳島県が認定。

P.27

「住宅建築資金借入利子補助金」(美波町)
美波町の住民が、融資を受けて居住用住宅を建築(増改築)する場合に、利子の一部を補助。

P.33

「海陽町ふるさと創造戦略補助金」(海陽町)
海陽町の住民が町内で起業する際に予算の範囲内において交付される補助金。



移住関連サイト

④ 住んでみんなで徳島で!

徳島への移住に関する情
報が盛りだくさん!暮らし
・住まい・仕事のこと
などこのサイトを見れば
全てがわかります。



④ 徳島わくわく 移住支援事業

東京 23 区の在住者・通
勤者が徳島県で就職・企
業する場合に、引越
費用 100 万円(単身世帯
は 60 万円)を支給される。



④ 『とくしま帰郷』住宅対策 総合支援センター(空き家バンク)

利用予定がなく長期不在
となっている「空き家」
の相談、調査、利活用の
コーディネートを含めた
総合窓口。



④ 移住体験施設

徳島県内の移住体験がで
きる施設の一覧を紹介し
ております。



④ 四国の右下移住ナビ

右下への移住をご検討さ
れているかたに対しての
各地域の相談窓口。



④ 阿南市おとし 滞在費補助金

阿南市に移住を検討され
ている方が、就職活動、
地域の情報等を収集する
ことを目的として来市され
た際の宿泊費を助成いた
します。



④ 阿南市移住交流 支援センター

阿南市移住交流支援セン
ターのブログ。いろんな暮
らしの選択肢ができる阿
南市で、あなたの移住ラ
イフをスタートさせてみま
せんか?



④ 那賀町わくわく 移住支援事業補助金

東京圏から那賀町に移住
した者が、特定の要件を
満たした場合に、移住支
援金が交付される。



④ 那賀町移住交流支援 センター(イイ那賀暮らし)

那賀町への移住を考えて
いるならここをチェック!
アナタが思い描くイ
イナカ暮らしにあった地
域を探してみませんか?





先輩からのメッセージ
電子ブック版は
右のQRコードからチェック！

