北信地域のあれこれ

子育てと医療

子育て環境
子育て支援はどの市町村も力を入れています。子育て支援センターを新たに開設したり、信州やまほいく認定の園も多くあります。また市町村独自で出産祝い金を贈る自治体もあります。

学校
市町村の規模によって学校の状況は様々。小学校は統合により、減少していますが、スクールバスの運行等により通学の不便が軽減できるようにしています。

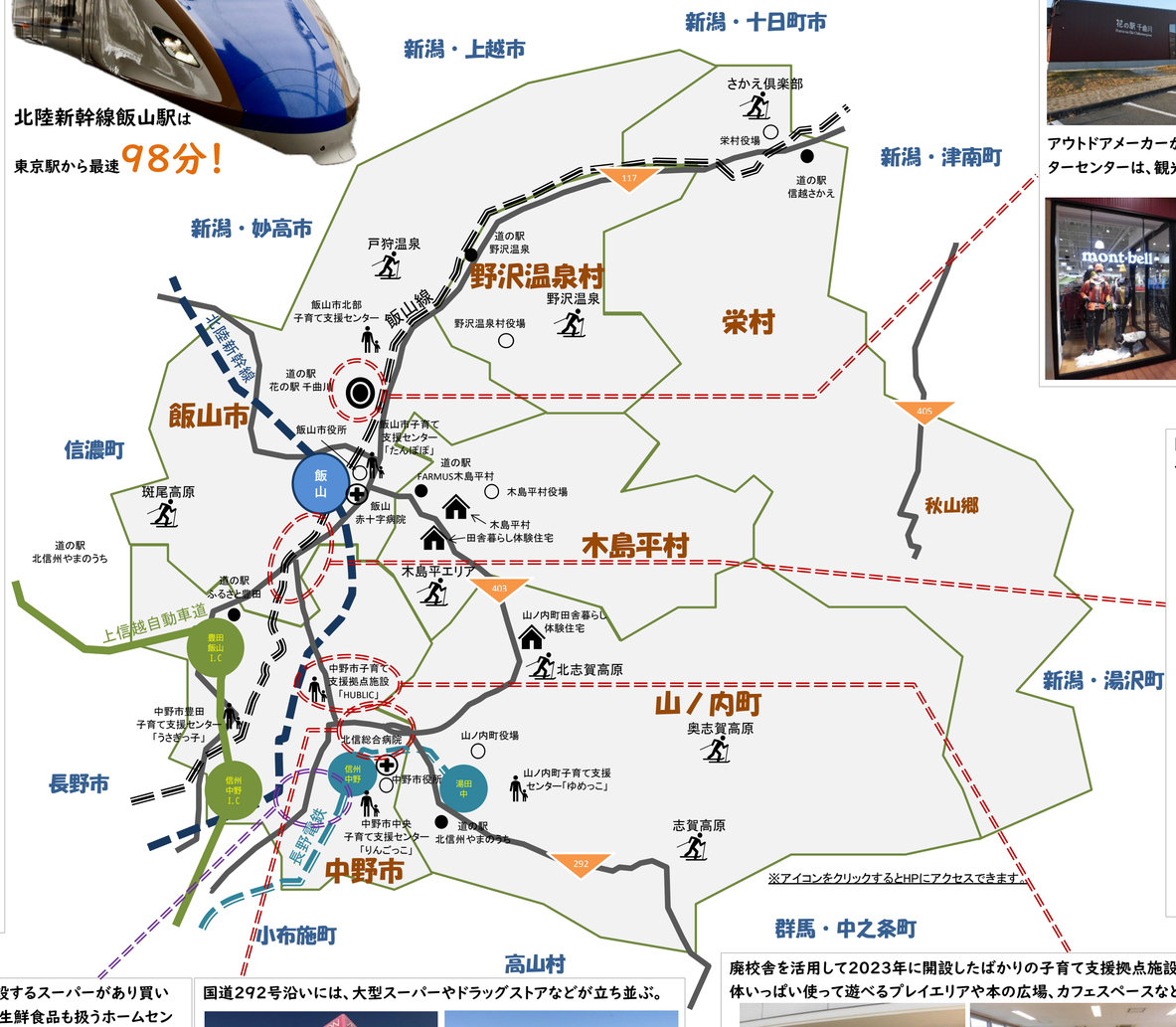
	小学校数	中学校数（公立）
中野市	7	4
飯山市	4	2
山ノ内町	3	1
木島平村	1	1
野沢温泉村	1	1
栄村	2（分校含む）	1

新しいスタイルの学び
中野市
「HUBLIC」に併設する形で、インターナショナルスクールが令和7年春に開校。対象は2歳から小学生で、田舎暮らしをしながらも英語教育が受けられます。

一貫教育
木島平村は小中一貫校教育、野沢温泉村は保小中一貫教育を実施しています。栄村でも小中9年間の義務教育を一貫して行う「義務教育学校」を令和8年度に開設予定。各地域で教育県ならではの特色ある教育を展開しています。

医療
大きな病院は、中野市の北信総合病院と飯山市の飯山赤十字病院。栄村はお隣の津南町・津南病院に通院する人も。何かあればドクターヘリで他地域の病院へ搬送される時もあります。

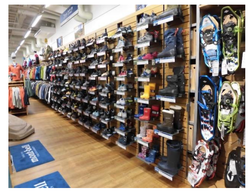
北陸新幹線飯山駅は
東京駅から最速 **98分！**



※アイコンをクリックするとHPにアクセスできます。

目の前に千曲川が広がる道の駅「花の駅 千曲川」は2023年11月にリニューアルオープンしたばかりの道の駅。館内は地元の農産物やお土産品が並ぶ直売所・お土産コーナーのほか、地元食材を使って、店内で調理した料理を提供するカフェレストランも。

アウトドアメーカーが直営する「モンベル飯山店」は、アウトドアウェアや、登山・キャンプ用品や自転車などを幅広い商品を扱っています。併設するビジターセンターは、観光案内を受けたり電動自転車やレインウェア、トレッキングシューズのレンタルなどが出来ます。



国道117号沿いには、大型スーパーやホームセンター、ドラッグストアなどが立ち並ぶ。

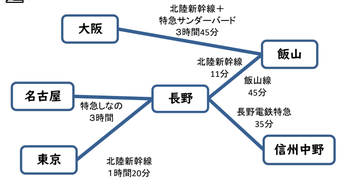
天気とアクセス

気温と雪
「長野の夏は涼しい」というイメージもあるかもしれませんが、地域によって様々。標高が高いと日中でも涼しく、平野部だと最高気温が35℃を超える日もあります。

一方、冬は豪雪地帯のため2m超える積雪を観測する地域もありますが、除雪体制は充実しており、雪の日でも安心して外出できます。地域によっては4WDの自動車が必須です。

	最高気温 1月	最高気温 8月	最低気温 1月	最低気温 8月	最深積雪
飯山	2.5	30.6	-6.2	20.4	144
野沢温泉	1.7	28.9	-4.7	19.5	205
長野	3.8	31.1	-3.9	21.5	33
東京	9.8	31.3	1.2	23.5	6

※出典：気象庁（1991年～2020年の平年値）（℃）（cm）

アクセス


住まいと生活

移住と住まい
民間のアパートは中野市・飯山市とも中心地に点在しています。町村は、数に限りはありますが、公営住宅を建設した自治体もあります。

山ノ内町、木島平村は移住体験住宅があり、移住前に雪国の生活に触れることができます。

住まいの情報は各市町村の空き家バンクにもご相談ください。

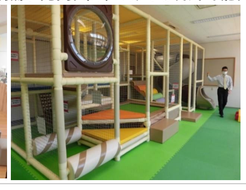
買い物
中野市の国道292号沿いや信州中野駅近く、飯山市の国道117号沿いには、大型スーパーマーケットやドラッグストア、ホームセンター等が並び、山ノ内町、木島平村、野沢温泉村からも車で15分圏内。日常の買い物場所には困りません。

栄村は大型スーパーまで距離があるため、ちょっとした買い物は村内や津南町の商店やコンビニで済ませ、たくさん買い物をするときには、飯山市や十日町市まで足を延ばします。

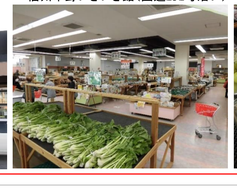
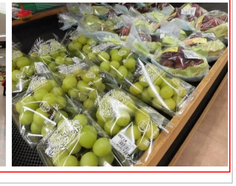
信州中野駅南西側には、ドラッグストアを併設するスーパーがあり買い物に便利。DIY用品や園芸用品だけでなく、生鮮食品も扱うホームセンターもあります。

国道292号沿いには、大型スーパーやドラッグストアなどが立ち並ぶ。

廃校舎を活用して2023年に開設したばかりの子育て支援拠点施設「HUBLIC」。建物は開放的なつくりで、体いっぱい使って遊べるプレイエリアや本の広場、カフェスペースなど設備が充実。市外の方でも利用可能。



信州中野I.C.前や国道292号沿いにあるJAの直売場は、季節の果物や野菜が手頃な価格で販売され、観光客にも人気が高い。

JA中野市農産物産館　オランチェ（信州中野I.C.前）

信州中野いきいき館（国道292号沿い）