

南信州 移住宣言

南信州移住促進ガイド

長野県南信州地域振興局



移住するなら みんな信州 南信州

移住したい都道府県14年連続1位^(注)の信州。
そんな信州の最南端に「南信州」があります。
西に中央アルプス、東に南アルプスに囲まれ、
中央に天竜川が流れます。
豊かな大自然に恵まれた南信州。

先人から脈々と受け継がれてきた民俗芸能。
半生菓子や伝統野菜も魅力のひとつです。
航空宇宙産業への取組が
この地に新たな活力を生み出します。
伝統を守りながら挑戦を続ける南信州。

2027年に開通予定のリニア中央新幹線。
三遠南信自動車道の整備も進み、
東名・新東名高速道路へのアクセスも向上します。
新たな交通網の整備により、
東京から約45分、名古屋から約27分。
2大都市圏の中心で、
新時代を迎える南信州。

あなたを南信州14の市町村が、
手を携えてお待ちしております。
理想の暮らしを見つけに、
南信州移住宣言！してみませんか。

注：宝島社「田舎暮らしの本2020年2月号」



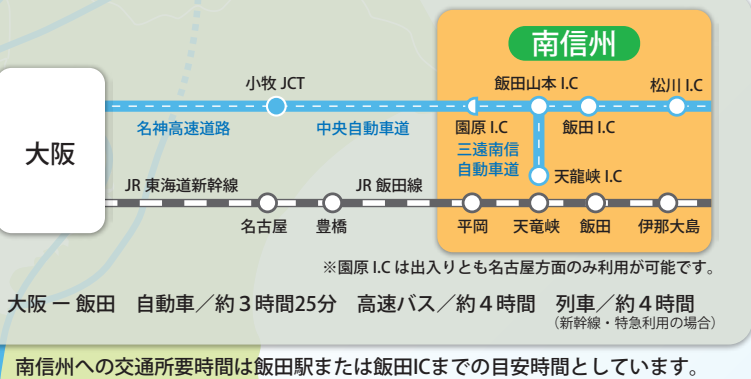
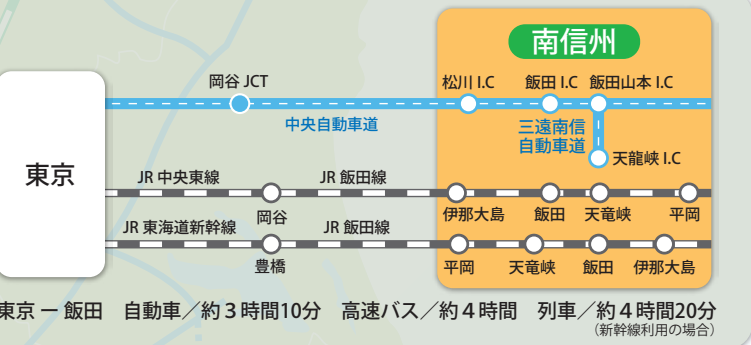
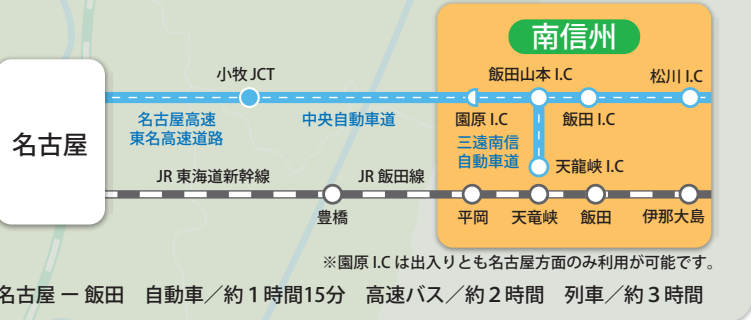
長野県知事からあなたへのメッセージ

長野県は県民の幸福度が高く、「移住したい都道府県」に14年連続日本一に選ばれているなど、ポテンシャルの高い県です。みんながともに幸せを分かち合い、絆を育む「南信州」があなたの新しいふるさととなることを願っています。

長野県知事 阿部 守一



交通アクセス



三遠南信自動車道

静岡(浜松市)へのアクセス向上

長野県飯田市から静岡県浜松市に至る高規格幹線道路。南信州地域と三河・遠州地域との移動時間を大幅に短縮します。

リニア中央新幹線

首都圏・中京・関西へのアクセス向上

東京～名古屋～大阪間を約1時間で結びます。長野県飯田市上郷飯沼に長野県駅が設置される予定です。2027年には名古屋まで、2045年には大阪まで開業する予定です。飯田市は東京(品川駅)と約45分、名古屋と約27分程度で結ばれる見込みです。

南信州 Guide map

凡 例

- | | |
|----------|------------|
| ◎ 市役所 | ⊗ 警察署 |
| ○ 町村役場 | 文 小学校 |
| ㄚ 消防署・分署 | ㊦ 中学校 |
| ⊕ 病院 | ⊗ 高校 |
| ⊕ 公的診療所 | ⊕ 養護学校 |
| 153 国道 | Ⓜ 短大 |
| —+— 鉄道 | 🚉 道の駅 |
| | 🛣️ 高速自動車国道 |



0 5km



(提供) ふるさと信州風景100選

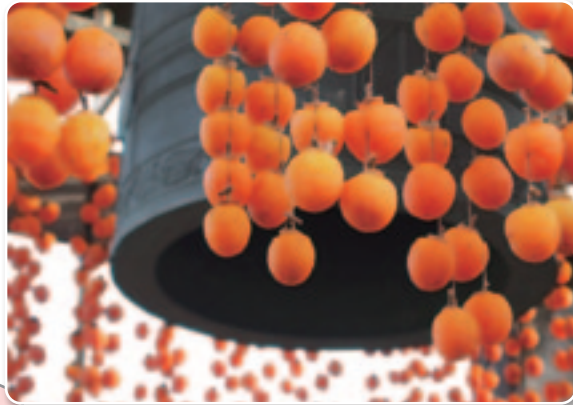


(提供) 南信州広域連合



(提供) 天龍村

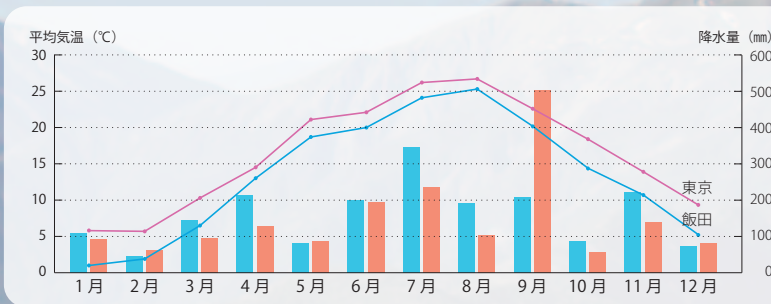




(提供) ふるさと信州風景100選



(提供) ふるさと信州風景100選



南信州の春は4月初旬、桜の開花が始まります。標高の少し高い地域では、夏でもクーラーがいらぬほど涼しく快適に過ごせます。澄んだ空に、星や花火が光ります。夏から秋にかけて果物狩りを楽しむと、紅葉の季節を迎えます。冬は冷えますが、県内では雪の少ない地域です。

あなたの思い描く信州の田舎暮らしが、ここで見つかります！



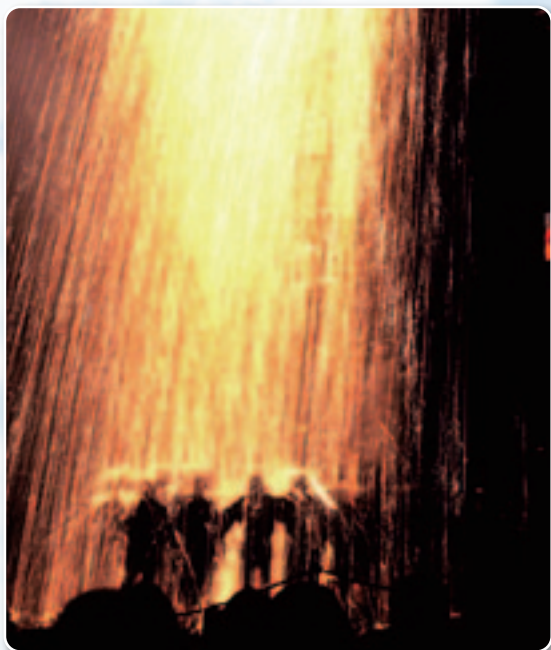
(提供) スタービレッジ阿智誘客促進協議会

日本一の 星空

自然豊かな南信州には「日本一の星空」と呼ばれる場所があります。標高1,400mの高原には「満天の星空」が広がっています。

他にも「星の森オートキャンプ場」を始め、星を見ながらキャンプを楽しむ場所が多数あります。

都会では味わえない星空を身近に感じに来ませんか？



南信州の夜空を彩る

花火

南信州には、1年間で30以上の花火イベントがあり、夜の南信州を彩ります。

中でも、県無形民俗文化財に指定されている「清内路の手づくり花火」は、300年余りの歴史を誇り、その美しさと迫力は圧巻です。

日本の貴重な資産 伝統芸能

南信州では、国指定・選択無形民俗文化財（民俗芸能・行事）が17件登録されています。これは、県内10地域で最も多く、約半数を占めています。

南信州が「民俗芸能の宝庫」とも言われる所以であり、四季折々の民俗芸能を体感することができます。



(提供) 阿南町

南信州ってここ

心にしみるふるさと

風景

長野県では、美しく豊かな信州の農村風景を「ふるさと風景」として103箇所選定しました。

そのうち南信州には、県内10地域で最も多い15箇所が選ばれています。

「信州らしさ」や「ふるさと」が実感できる風景に出会えること、間違いなし！

H27.6 選定



(提供) ふるさと信州風景100選

信州を豊かに潤す 水

南信州には、豊かな水資源があります。地域内には、諏訪湖を源流とする天竜川と愛知県三河湾に注ぐ矢作川の2つの一級河川が流れています。

また、名水百選に選ばれた「猿庫の泉」、平成の名水百選の「観音霊水」、信州の名水・秘水の「一番清水」などのきれいな湧水が豊富で、休日にはその水を求めて、県内外から多くの人を訪れています。



南信州の高い

エコ意識

長野県はごみ排出量少なさランキング全国1位のエコな県として知られています。

南信州のごみ排出量は、県平均817gを大きく下回る647gで、県内10地域で2番目の少なさを実現しています。

さらに、全国のごみ排出量の少ない市町村のトップ10に南信州から3村がランクイン！なんと、最も少ない村では356.6gと県平均の半分以下となっています。

環境省『平成29年度一般廃棄物処理実態調査』



(提供) 高森中学校

んなところ!



(提供) 豊丘村

多様な 農業

南信州は中山間傾斜地が多いため、その標高差や温暖な気候に恵まれており、北部ではなし・りんご・干し柿等の果樹と酪農・養豚などが、南西部の山間部では酪農・肉用牛・養豚などが行われています。また、南部では茶の栽培も行われており、地勢を活用した多様な農業が営まれています。

全国に誇る 産業

南信州では、食品から電子部品・機械関連まで多様な産業が盛んです。特に水引、凍豆腐、半生菓子、高い国内シェアを占めています。贈り物にも重宝します。

最近では、国際戦略総合特区「アジアNo.1航空宇宙産業クラスター形成特区」に南信州の34社が参加するなど、成長が期待される航空機産業への参入に向けた機運が高まっています。



南信州子育てラインナップ!

全ての市町村が子どもを育てやすい環境づくりに取り組んでいます。
ここでは、その一部をご紹介します!

合計特殊出生率は **1.70**
県内10地域で**No.1!**

(全国 1.38 長野県 1.53)
「H20～H24 人口動態保健所・市町村別統計」

保育所の待機児童は
ゼロ!

出産祝い金

全ての市町村で出産祝い金を支給しています。
多くは、第3子以降を対象に行っていますが、第1子から対象としているところもあります。中には、第4子になんと!『100万円』を支給している村もあります。



保育料軽減

長野県では、全ての市町村で第3子以降にかかる保育料の軽減を行っています。(兄弟同時入所要件なし・所得要件なし)

更に、南信州の市町村の中には、第2子半額や第3子以降無料といった手厚い支援をしているところもあります。

医療費助成

全ての市町村で中学校卒業時までの子どもが医療機関にかかった医療費は実質無料となっています。

更に、実質無料期間を高等学校卒業時までとする市町村もあります。

医療体制

南信州14市町村は、文化圏・生活圏を共有しており、市町村の枠を超えて連携した取り組みが進んでいます。

中でも、医療分野では、地域中核病院や地域の開業医・診療所などが連携して救急医療や産科医療を守る取組を行っています。



(提供) 南信州広域連合

その他

他にも市町村ごとに、特色ある子育て支援を行っています。

【例】「育児手当」、「小中学校時の給食費補助」、「高等学校時の通学費補助」、「子育て応援券発行」、「チャイルドシート補助」など



南信州へ移住したい！

でも、南信州ってどんな市町村があるの？
どんな支援が受けられるの？

南信州は14市町村それぞれ個性いっぱい！

各市町村充実した支援策を用意してお待ちしています！
気になる市町村をチェック!!



市町村名	紹介ページ	結婚・子育て支援								住宅支援			就労支援			お試し		お問い合わせ先 所属 電話番号		
		結婚祝金	結婚相談窓口	出産祝金	育児手当	入学祝金	給食費補助	通学費助成	医療費助成	子育て支援施設	住宅取得補助	リフォーム補助	空き家紹介	新規就農支援	起業支援	通勤費助成	無料職業紹介			移住体験住宅
松川町	P.9	●	●	●		●			●	●	●		●	●		●	●		まちづくり政策課	0265-36-7014
高森町	P.10		●	●				●	●	●		●	●		●				産業課 観光振興係	0265-35-3111
大鹿村	P.11	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●		総務課	0265-39-2001
豊丘村	P.12		●	●				●	●	●	●	●	●	●		●	●	●	産業建設課	0265-35-9056
喬木村	P.13	●	●	●				●	●	●	●	●	●	●				●	企画財政課	0265-33-2001
飯田市	P.14	●	●	●		●	●	●	●		●	●	●	●		●	●	●	結いターン 移住定住推進室	0265-22-4511 (代)
下條村	P.15		●	●	●	●	●	●	●	●	●			●				●	総務課	0260-27-2311
泰阜村	P.16	●	●	●				●	●	●	●			●		●			村づくり 振興室	0260-26-2111
天龍村	P.17	●	●	●		●	●	●		●	●	●			●	●	●	●	地域振興課	0260-32-1023
阿南町	P.18	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●		●	●	●	総務課 企画財政係	0260-22-2141
売木村	P.19	●		●				●		●	●	●	●	●	●			●	村づくり 総合推進室	0260-28-1101
根羽村	P.20	●	●	●		●		●	●	●	●	●	●	●		●		●	総務課	0265-49-2111
平谷村	P.21	●	●	●	●	●	●	●		●		●	●	●		●			教育委員会	0265-48-2211
阿智村	P.22		●	●		●	●	●	●	●	●	●	●			●	●	●	定住支援 センター	0265-43-2220

○ 支援を受けるには条件等がありますので、詳細は各市町村へお問い合わせください。

ま っ か わ ま ち

松川町

移住相談窓口：まちづくり政策課まちづくり推進係
TEL.0265-36-7014 FAX.0265-36-5091

〒399-3303 長野県下伊那郡松川町元大島3823
HP <https://www.town.matsukawa.lg.jp/>
E-mail seisaku@matsukawa-town.jp
人口：12,650人（令和2年1月1日現在）
面積：72.79km²
アクセス：【自動車】松川IC⇒県道59号線（5分）
【電 車】JR伊那大島駅から徒歩（10分）



くだものの里 まつかわ

松川町は、伊那谷のほぼ中央に位置し、町の中央を北から南へ天竜川が流れ、東に南アルプス、西に中央アルプスを仰ぐ、清流と緑に恵まれた河岸段丘の町です。

水はけが良く、日当たりも良好なうえ、昼夜の寒暖差があり、日照時間が多いという南信州特有の気候に恵まれている当地では、果樹栽培が盛んに行われています。6月のさくらんぼに始まり、ブルーベリー、プルーン、プラム、梨、ぶどう、りんご、柿など、12月まで季節ごとのおいしい果物が楽しめます。

主な移住・定住への支援

① 移住体験・促進住宅

移住を検討されている方が、町の生活環境を一時的に体験することができる移住体験住宅があります。30年度には、移住を予定している方が定住までの仮住まいとして利用できる移住促進住宅も3棟オープンしました。

② 空き家情報の紹介

町内にある空き家の情報をご紹介します。空き家の家財道具などの処分費用に対する補助金もあります。

③ 就業・起業支援

雇用就業相談員を配置し、希望者と町内企業とのマッチングを行っています。商工会をワンストップ窓口として、起業支援を行っています。開業資金の補助もあります。



生活交通環境

主な交通手段は車です。
JR飯田線の伊那大島駅・上片桐駅があります。町内を循環するコミュニティバスも利用できます。



買物環境

生活に必要なものは基本的に町内で揃います。
車で30分圏内には、大型商業施設もあります。



医療環境

町内に赤十字病院があります。
不妊・不育症治療への助成を行っています。



子育て環境

出生から18歳までの医療費の無料化、保育料の軽減や大学、短大、専修学校への進学に対し奨学金の貸与事業等を行っています。
小中学生に対し、基礎基本の確実な定着と伸びる力を一層伸ばす学習支援を実施しています。

松川ICあり 都心部にも近い ちょうどいいまち まつかわ

た か も り ま ち

高森町

移住相談窓口：産業課観光振興係

TEL.0265-35-3111 FAX.0265-35-8294

〒399-3193 長野県下伊那郡高森町下市田2183-1

HP <http://www.town.nagano-takamori.lg.jp/>

E-mail sangyou@town.nagano-takamori.lg.jp

人口：13,034人（令和2年1月1日現在）

面積：45.36km²

アクセス：【自動車】松川IC⇒県道15号（10分）

【高速バス】バス停「高森」

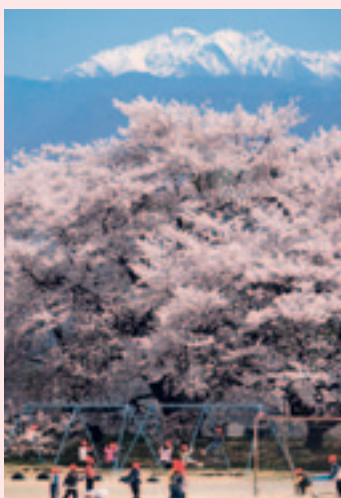
【電 車】JR下市田駅、市田駅、下平駅、山吹駅



市田柿発祥の里から、日本一の子育てタウンへ

高森町は飯田市隣りのコンパクトタウンです。伊那谷を流れる天竜川の西岸に位置し、南アルプスからの朝日を望む段丘の町です。春には日本さくらの会からかつて選定された「日本一の学校桜」、冬には天竜川から立ち上る「朝霧」など、四季折々の景色が楽しめます。また、南信州を代表する特産品「市田柿」は、高森町が発祥です。

高森町では「子ども子育て支援」に重点的に取り組んでいます。平成30年春には、町内の人気公園区域内に、女性の妊娠・出産から子育て、そして就業・起業等を支援する拠点施設「あったかてらす」がオープン。また、中学校の新校舎や小中学校の新給食センターに加え、岡山大学との連携によるタブレット学習（ICT教育）の導入など、教育環境も充実しています。



主な移住・定住への支援

1 子育て支援

各種助成制度の充実はもちろん、高森町では母親一人ひとりに寄り添った、妊娠期からの切れ目ない子育て支援（たかもりまちネウボラ）を実施しています。

2 新築住宅の固定資産税免除

移住世帯や子育て世帯等を対象に、新築住宅の固定資産税を最大7年間課税免除します。

3 空き家情報の紹介

空き家バンクにより、空き家情報を紹介します。

4 起業・就業支援

アントレプレナー支援相談室の実績ある支援員が、起業・就業支援を実施しています。

【上】高森中学校新校舎 【左下】日本一の学校桜と南アルプス
【右下】道路や公園を管理する役場建設課と子育てママさんとの意見交換



生活交通環境

近隣市町村への通勤・通学アクセス抜群です。JR飯田線の駅が4駅あります。主な交通手段は車ですが、公共交通バスが町内を巡回しており、中学生無料スクールバスも運行しています。リニア中央新幹線（2027年開業）長野県駅まで車で10分です。



買物環境

出砂原商店街のほか、大型ショッピングセンターや大型ホームセンターがあります。またコンビニエンスストアも6店舗あるなど、買物環境は充実しています。地元で人気の産直市場があります。



医療環境

病院（1）、整形外科（1）、内科医院（4）、眼科（1）、歯科（3）、薬局（6）、ドラッグストア（2）
町内医療機関の充実に加え、総合病院（飯田市立病院）へも車で15分です。
レディースクリニックが平成30年に開業しました。
※（）町内医療機関数



子育て環境

中学校（1）、小学校（2）、町立保育園（4）、私立保育園（1）、都市公園（7）
高森町では、子育ての不安な気持ちや悩みを抱えている皆さんを支え、安心して子育てができるよう支援します。多くの方に利用いただける子育て支援サービスを進めていきます。
※（）町内施設数

子育てするなら高森町へ！

お お し か む ら

大鹿村

移住相談窓口：総務課企画財政係

TEL.0265-39-2001 FAX.0265-39-2269

〒399-3502 長野県下伊那郡大鹿村大河原354

HP <http://www.vill.ooshika.nagano.jp/>

E-mail ki-zaisei@vill.ooshika.lg.jp

人口：1,000人（令和2年1月1日現在）

面積：248.28km²

アクセス：【自動車】松川IC⇒県道59号（40分）

【電車】JR伊那大島駅からバスで大鹿村終点（60分）



南アルプスと歌舞伎の里

大鹿村は長野県の南部、南アルプス赤石岳の麓に位置する山村です。

映画「大鹿村騒動記」では、地芝居「大鹿歌舞伎」を通して、村の生活や歌舞伎に打ち込む人々の姿が生き生きと描かれ、全国から注目されました。

他方、「日本で最も美しい村」連合に加盟しており、美しい景観を維持するための清掃や花の植栽など、村民一緒になって活動を行っています。

村にはコンビニや信号機もありませんが、ゆったりと暮らすには本当に良いところです。

主な移住・定住への支援

1 大鹿村空き家情報の紹介

大鹿村への移住希望者に、村内にある空き家を紹介します。

2 若者定住補助制度

45歳以下の方を対象とした『住宅新築等補助』や『若者通勤費助成金』などの支援を行っています。

3 南信州大鹿村フチ移住ツアー

NPO法人が実施している移住ツアーです。山里暮らしを体験し、地元住民のナマの声を聞いてみませんか。

4 親子山村留学

小・中学校に通うお子さんと、保護者が一緒に大鹿村へ住んで通学する制度です。

山村留学用の住宅も用意しています。



【上】大鹿歌舞伎定期公演

【左下】道の駅

【右下】南アルプス（赤石岳）



生活交通環境

主な交通手段は車です。朝夕は通学のための路線バスが運行しており、高校生は無料バスを配布いたします。他にも村内の移動は、循環バス又は必要に応じてNPO法人の有償移送支援が利用できます。



買物環境

村内に日用雑貨や食料品を販売している商店の他、道の駅にも商業施設があり、お買い物ができます。近隣市町村のショッピングセンターで買い物をする事もできます。



医療環境

村営の診療所があり、村民の方々が多数利用をしています。診療所では対応できない場合は、飯田市・松川町・高森町の病院を利用しています。



子育て環境

出生から18歳までの子どもの医療費が実質無料化となる助成を行っています。遠方からの小・中学校への通学はスクールバスを利用しています。高校通学は、路線バスが無料で利用できます。

地域の自治会活動、村の活動に積極的に参加してくれる若い方を待っとるに♪



とよおかむら

豊丘村

移住相談窓口：産業建設課移住定住専任

TEL.0265-35-9056 FAX.0265-35-9065

〒399-3295 長野県下伊那郡豊丘村大字神稲3120

HP <http://www.vill.nagano-toyooka.lg.jp/>

E-mail teiju@vill.nagano-toyooka.lg.jp

人口：6,707人（令和2年1月1日現在）

面積：76.79km²

アクセス：【自動車】松川ICから（15分）、飯田ICから（25分）

【電車】JR市田駅（徒歩10分）

【高速バス】高森バス停（10分）



アルプスに挟まれた河岸段丘と清流の里

南アルプスと中央アルプスに挟まれ、天竜川が目の前を流れ、その天竜川が織成す日本一と謳われる河岸段丘の東側に位置する、絶好の景観に恵まれた南信州の「豊丘村」です。

豊丘村は、日中の寒暖の差を利用して作られる果物は味が格別で、春よりサクランボ・桃、夏にはぶどう・梨、そして秋には王様のりんご、年末には特産の「市田柿」が生産され、宝石のような果物が途絶えることなく楽しめる村です。

更に秋には、もう一つの日本一（質と生産量）と謳われる「松茸」が現れます。名の通り、豊かな丘の村です。

主な移住・定住への支援

1 「豊丘村版ワーキングホリデー」を実施

二泊三日のお試しで、宿代・食事代は全て村持ち、参加者は交通費のみで、豊丘村の良いところを体感。夜は宿で、就農・移住の相談会も実施しています。

2 空き家の紹介

農家用・一般用それぞれに移住用の空き家を紹介します。

3 村独自の就農支援・移住支援が充実

新規就農者には、営農経費として1/2補助、研修支援や就農支援の定額補助などを用意しています。また、移住者には空き家改修1/2補助、住宅取得1/3補助及び宅建業者仲介手数料全額補助等々を用意しています。個人事業起業家への支援もあります。



【上】村の航空写真【左下】ワーキングホリデーの様子【右下】とよおかまつりの様子

4 「地域サポーター」を設置

移住者の皆さんが、いつでも、なんでも気楽に相談できる「地域サポーター」を地域毎に9人配置しています。移住前だけでなく、移住後まで頼りになります。



生活交通環境

主な交通手段は車です。村営路線バスも村内5路線運行しています。（100円高校生以下無料）高齢者（73才以上、65才独居者）に、福祉タクシー（村内どこに行くにも1回700円）があります。



買物環境

村内に日用雑貨や食料品を販売している商店が、定期巡回バスを出して遠距離で買い物の困難な方々の支援をしています。買い物後は、自宅の玄関先まで送ります。



医療環境

村内に医療機関がありご利用いただけます。隣の高森町には病院があります。（役場から徒歩約5分）



子育て環境

出生から18歳までの医療費が実質無料化助成を始め、各種個別検診等充実しています。学校・保育園への遠距離通学通園には村営バスがあり、高校通学には電車定期券補助もあります。保育料の軽減措置も各種。給食のお米は全部、村が負担しています。

一つ大事なお願いがあります。豊丘村で組織されている自治組織（区・自治会・隣組）に属し、その地域の文化等を理解する中で、皆さんの生活をしていただきます。これが承諾されないと、支援は出来ません。

たかぎむら

喬木村

移住相談窓口：企画財政課

TEL.0265-33-2001 FAX.0265-33-4511

〒395-1107 長野県下伊那郡喬木村6664番地

HP <http://www.vill.takagi.nagano.jp/>

E-mail kikaku@vill.takagi.nagano.jp

人口：6,340人（令和2年1月1日現在）

面積：66.61km²

アクセス：【自動車】松川ICから（約25分）、飯田ICより（約20分）

【電車】JR飯田駅からバスで喬木村交流センターまで（約35分）



人が輝き 未来につながる ^{うま} 美し郷 喬木

長野県の南部、伊那谷を南北に流れる天竜川の東岸に位置し、河岸段丘による豊かな自然に囲まれ、北を豊丘村、東・南及び西の村境は飯田市に接しています。

県南部の中心地である飯田市への交通アクセスもよく買い物・医療等の利便性が高いのが特徴で、2027年開通予定のリニア中央新幹線の長野県駅からも車で約5分と好立地ですが、公共交通は便数が少なく、マイカーは必需品です。

四季の変化も明瞭で、鮮やかな新緑・紅葉が楽しめ、名産であるいちごをはじめとした当地域特産の果物がとても甘く彩り豊かに実ります。



主な移住・定住への支援

1 定住補助制度

住宅用地の取得や住宅の新築に対して補助制度をご用意しています。また、太陽光発電設備の設置や空き家の改修につきましても補助制度があります。

2 出産・子育て支援制度

村に永住する意思のある方に出産祝金を支給します。また、お子さんの医療費の支援も行っています。

3 村の魅力を発見！移住体験ツアー！

村の主要施設・名所から周辺地域までのご案内のほか、各種支援制度についてもご説明させていただきます。きっと村の魅力を発見していただけるはずです！



【上】アルプスの丘公園から望む村の風景 【左下】こども学遊館と芝ランド 【右下】ICT教育(タブレットによる協働学習の様子)



生活交通環境

主な交通手段は車です。便数は少ないですが朝昼夕に路線バスもあります。他にも村内下段を循環するコミュニティバスがあり、村市街地への移動に利用できます。(65歳以上の方は事前に役場へ申請いただくことで村内運行エリアが無料となります。)



買物環境

村内に食料品や日用雑貨を販売するスーパーマーケットがあり、薬局や飲食店、コンビニエンスストアもあります。また、近隣市町村にはショッピングセンターやレンタルショップ等もあります。(車で5分～15分圏内となります。)



医療環境

村内に医療機関がありご利用いただけます。近隣の飯田市、高森町には病院もありますので、村内の医療機関では対応できない場合はそちらをご利用ください。



子育て環境

出生から18歳まで医療費の自己負担分を補助しており(事務手数料300円・入院時食事代を除く)、午後7時までの延長保育、児童クラブもあります。給食ではアレルギー対応食の提供も行っています。

喬木村の教育施策の取組が評価され「2018日本ICT教育アワード文部科学大臣賞」を受賞しました。たかぎの子どもたちは、学力に加え、思考力や表現力も向上しています。



移住相談窓口：結いターン移住定住推進室

TEL.0265-22-4511(代) FAX.0265-22-4568

〒395-8501 長野県飯田市大久保町2534
HP <http://www.city.iida.lg.jp/site/yuiturn/>
E-mail yuiturn@city.iida.nagano.jp
人口：100,676人（令和2年1月1日現在）
面積：658.66km²
アクセス：【自動車】飯田IC・飯田山本IC
【電車】JR飯田駅



飯田市

山、里、街の暮らしを実現できる自然豊かな山都

飯田市は、南アルプスに抱かれた山の暮らし、自然の恵みをまるごと味わう里の暮らし、歴史と文化の香りたたぶよう街の暮らしと、多様なライフスタイルが実現できるまちです。

「りんご並木」をまちづくりの原点としており、日本で一番大きな人形劇の祭典「いいだ人形劇フェスタ」を通じた小さな世界都市の実現に向けて歩みを進めています。

産業では、精密機械分野を始め、水引などの伝統工芸や食品製造分野でも地域特性が活かされ、多種多様なビジネスチャンスを生み出します。

また、環境に配慮したまちとして国の「環境モデル都市」に選定され、全国初の地域環境権条例を制定し、低炭素で活力ある地域づくりを実現しています。

高校生が自分の地域を深く学び、生き方を考える「地域人教育」を進めており、公民館が地域住民の皆さんと学校の先生方とともに授業を組み立てています。



【上】豊かな自然が生み出す景観と産業
【中】いいだ人形劇フェスタマスコットキャラクター『ぽお』と子どもたち
【下】飯田市まちづくりの原点『りんご並木』の整備をする飯田東中学校生徒たち

主な移住・定住への支援

1 移住相談窓口「結いターン移住定住推進室」

仕事や住居、子育て環境など、移住希望の方それぞれが描く生活スタイルや抱える課題に応じ、ワンストップの相談支援を行ないます。

2 住宅の紹介

市内の空き家を紹介する「空家バンク」では、利用者向けに改修補助金、子育て世帯引越費用補助金があります。

3 お試し体験

農家民泊、ワーキングホリデー、クラインガルテン等、農をステージとした飯田市を体験できる仕組みがあります。また、地区とのつながりを目的としたふるさと納税「飯田市20地区応援隊」もあり、地域と一体となり移住・定住策を推進しています。



生活交通環境

生活の主な交通手段は車です。冬季はスタッドレスタイヤが必要です。公共交通は、JR飯田線、市内を巡る市民バス・乗合タクシーなどがあります。主要都市への高速バスも充実しています。2027年開業リニア中央新幹線の長野県内リニア駅は飯田市に設置されます。



買物環境

市街地や国道沿いには飲食店や各種日用品店が揃い、農産物直売所やスーパーもあり、生活には困りません。また、店舗利用と合わせ、宅配サービスやインターネット通販などを利用する方も多くいます。



医療環境

飯田市立病院を中核とし、診療所を含めた地域の医療機関がシステムで結ばれ、ひとりの患者さんを連携して診る体制があります。また、里帰り出産も含めてほぼお断りすることなく分娩を受入れるなど、出産体制が整っており、出生率は長野県内19市の中では1位です。



子育て環境

地区に1人以上の保健師がおり各種相談に応じ、無料で利用できるつどいの広場や子育てサークル、様々な一時預かり制度があるため、知らない土地でも安心して子育てができます。地域密着型の自然体験等を通じ、子どもがわくわくするような体験ができる保育園・認定子ども園が多く、飯田市ならではの質の高い子育て環境が整っています。

リニアがもたらす大交流時代に『暮らし豊かなまち』をデザインする
～合言葉はムトス 誰もが主役 飯田未来舞台～



下 條 村

移住相談窓口：総務課企画財政係

TEL.0260-27-2311 FAX.0260-27-3536

〒399-2101 長野県下伊那郡下條村睦沢8801-1

HP <http://www.vill-shimojo.jp/>

E-mail sjkizai@vill-shimojo.jp

人口：3,729人（令和2年1月1日現在）

面積：38.12km²

アクセス：【自動車】飯田山本IC⇒国道151号（7分）

【電 車】JR天竜駅からバスで学校前（役場付近）（14分）



小さくても、瞳かがやく下條村

下條村は、長野県最南端下伊那郡のほぼ中央に位置し、冬でも比較的降雪量が少なく年間を通して過ごしやすい村です。

タレント峰竜太さんの出身地としても知られ、シンガーソングライターのでこさんが田舎暮らしをテーマに全国デビューしております。また、ご当地ヒーローの地域戦隊カッセイカマンも全国各地で活躍しております。

下條村は様々な取り組みにより、健全な財政運営を行っており、若者定住促進住宅をはじめ、特に子育て支援や定住支援に力を入れ取り組んでおります。

主な移住・定住への支援

1 定住促進制度

45歳以下の方で、村内へ定住する方へ、住宅建設費（上限100万円）、土地購入・造成費（上限100万円）の補助を行っております。

2 移住奨励制度

55歳以下の方で、下伊那郡外、県外から村内へ定住するため移住された方へ、支度金20万円を支給しております。

3 空き家活用制度

村内の空き家、空き店舗を活用し、起業される方へ工事費（上限50万円）の補助を行っております。



【上】中央アルプスと南アルプスとそば畑
【左下】コスモスの湯（日帰り温泉施設）
【右下】若者定住促進住宅



車で移動が必要不可欠です。
保育園では、保育園バスが運行しております。

生活交通環境



村内には、食料品や日用雑貨を販売するショッピングセンターがあります。
コンビニは2軒あります。隣接の飯田市へは、車で25分程度で行けます。

買物環境



村内には、医院と診療所がそれぞれあります。
診療所に対応できない場合は、隣接する飯田市等の病院で診てもらえます。

医療環境



高校生まで医療費全額補助。出産祝い金支給。
給食費補助。小、中学校入学祝金支給。等、子育て支援が充実しております。

子育て環境

小さな村ですが、子どもが元気いっぱい瞳かがやく、そんな村に来てみませんか!?

やすおかむら

泰阜村

移住相談窓口：村づくり振興室 村づくり振興係

TEL.0260-26-2111 FAX.0260-26-2553

〒399-1895 長野県下伊那郡泰阜村3236番地1

HP: <http://www.vill.yasuoka.nagano.jp>

E-mail: kouhou@vill.yasuoka.nagano.jp

人口：1,616人（令和2年1月1日現在）

面積：64.59km²

アクセス：【自動車】三遠南信自動車道千代IC→県道1号（10分）

【電車】JR飯田線温田駅からタクシー（20分）

JR飯田線天竜峡駅からタクシー（15分）



ひと・地域が輝くむら

泰阜村は長野県の南端に位置し、標高300m～800m程の高低差のある自然豊かな山林に囲まれた人口約1600人の小さな村です。

日本でいち早く高齢化社会を迎え、村をあげて在宅福祉の充実に取り組み、高齢化問題をほぼ脱した村でもあります。信号もコンビニもありませんが譲り合い、行き交う車の中からでもあいさつをかわす人にやさしい村です。担当部署が一丸となって、UターンやIターンを希望する皆様に対応させていただきます。



元旦マラソンのようす(田本地区)

主な移住・定住への支援

1 空家情報

空家や村営住宅など村内にある物件を随時紹介します。

2 若者移住・定住支援

泰阜村ひとねる条例により、16歳以上45歳以下の方を対象として「出産祝金」や「通学定期助成金」、「住宅新增改築補助金」などの助成を行っています。

3 移住体験ツアー

泰阜村での生活を体験してみませんか。随時受け付けております。ご相談ください。



自然の中で子育て(あんじゃね自然学校のようす)

元楽天イーグルス監督のデーブ大久保さんと毎年野球を通じて交流しています



生活交通環境

主な交通手段は車です。朝夕は通学のための路線バスを運行しています。村内の移動は、福祉バスまたは必要に応じて民間のタクシーによる有償運送が利用できます。



買物環境

村内に日用雑貨や食料品を販売している商店が数件あります。飯田市や阿南町など近隣市町村のショッピングセンターまで車で20分～30分で行けるのでそんなに不便は感じません。



医療環境

村営の診療所があり、村民の方々が多数利用をしています。診療所の他にも飯田市や阿南町などの近隣市町村の医療機関を利用しています。



子育て環境

高校生以下の医療費無料化や、学校給食費半額補助などの助成を行い、ファミリーサポートセンターも完備しています。また、遠方からの小・中学校への通学はスクールバスを利用しています。

子育てするならやすおか村。ぜひ一度見に来てください！



天龍村

移住相談窓口：地域振興課移住定住推進係

TEL.0260-32-1023 FAX.0260-32-2525

〒399-1201 長野県下伊那郡天龍村平岡878

HP <http://www.vill-tenryu.jp>

E-mail s-suishin@vill-tenryu.jp

人口：1,246人（令和2年1月1日現在）

面積：109.44km²

アクセス：【自動車】飯田山本IC⇒国道151号⇒県道1号(45分)

【電 車】JR平岡駅下車



信州に春をつける村

天龍村は長野県の最南端に位置し、村の南側は愛知県と静岡県に接しています。

総面積は109.44km²、その9割以上が山林で村中央を流れる天竜川と各支流からなる深いV字渓谷の中に集落が点在する「純山村」です。

県下で最も温暖な地と言われており、1番早く梅や桜が開花します。

毎年長野県は「天龍村」から春を迎えます。

主な移住・定住への支援

1 定住促進事業

「住宅新築等補助金」や「空き家等取得補助金」、「空き家片づけ事業補助金」、「U・Iターン助成金」、「通勤助成金」、「結婚祝金」、「出産祝金」など各種支援を行っています。また、無料職業紹介や結婚相談などもワンストップで情報提供します。

2 村からの情報発信

★天龍村 移住・定住ページ

<http://www.vill-tenryu.jp/ijyu4.html>

★天龍村 Facebook

<https://www.facebook.com/TenryuMura/>

★天龍村 Twitter アカウント

南信州 天龍村 (@tenryu_vill)

★天龍村地域おこし協力隊 Facebook

<https://www.facebook.com/tenryu.arigatai/>

★天龍村地域おこし協力隊 Twitter アカウント

あっぱれ！天龍村ありが隊

(@Tenryu_ARIGATAI)



【上】元気に井戸端会議
【左下】中井侍地区の茶摘み風景
【右下】村鳥：ブッポウソウ



生活交通環境

村内にはJR飯田線の駅が5つあり、中心の平岡駅には特急も停まります。

また、村営バス、飯田市南信濃方面への路線バス、タクシー会社もあります。



買物環境

村内には日用雑貨や食料品を販売する商店のほか、郵便局、信用金庫、JA、ガソリンスタンドなどがあります。

また、インターネットなどの通信販売で注文した商品は早ければ翌日には配達されます。



医療環境

村内には診療所があります。

診療所に対応できない場合は、お隣の阿南町の県立病院、飯田市にある各病院を利用します。



子育て環境

少人数できめ細やかに大人の目が届き、どの子どもたちも力を発揮できる環境が一番のウリです！経済面でも出生から18歳まで医療費は無償です。また、保育料の減免、園児の給食・おやつが無償化、小中学校の児童・生徒の給食費の無償化、高校生への通学費補助、高校・専門学校・大学等への奨学金貸与事業なども行っています。

「気候」も「人」もあたたかい天龍村へ是非お越しください

あなんちょう

阿南町

移住相談窓口：総務課企画財政係

TEL.0260-22-2141 FAX.0260-22-2576

〒399-1511 長野県下伊那郡阿南町東條58番地1

HP <http://www.town.anan.nagano.jp>

E-mail soumu@town.anan.nagano.jp

人口：4,520人（令和2年1月1日現在）

面積：123.07km²

アクセス：【自動車】天竜峡IC⇒国道151号（20分）

【電車】JR温田駅から車（5分）



自然あふれる交流の町 あなん

阿南町は南アルプスと中央アルプスに挟まれ、天竜川の右岸にある、長野県の最南端に位置しています。

昔から民俗芸能の宝庫と呼ばれ、国の重要無形民俗文化財「新野の雪祭り」「新野の盆踊り」「和合の念仏踊り」をはじめ、四季折々に催される大小様々なお祭りがあります。いずれのお祭りも生活に根差しており、地域の繋がりも強い町です。

民俗芸能の宝庫あなんで暮らしてみませんか。

主な移住・定住への支援

① 空き家バンクで情報提供

阿南町での暮らしを考えている方へ、空き家に関する情報を提供する空き家バンクを設けています。

② 新築とリフォーム補助

個人で1,000万円以上の建設費を支払って住宅を新築する場合に補助があります。

また、個人の住宅をリフォームする際に、費用の一部を補助する制度もあります。

③ 阿南町暮らしを体験

クライנגルテン新野高原では、体験型農園をご用意しています。体験型農園を利用して、阿南町暮らしを体験してみませんか（3泊4日12,000円から最長9泊10日まで ※4泊以降は、1泊4,000円）。



【上】新野の雪祭り 【左下】平石農場の菜の花畑
【右下】クライングルテン新野高原



主な交通手段は自家用車です。
公共バスに加え、通学・通院のための町民バスが運行しています。

生活交通環境



町内に日用雑貨や食料品を販売する商店があり、一部の商店ではお店への買い物送迎も行っています。

買物環境



県立病院が1ヶ所と町営の診療所が3ヶ所、歯科医院が2ヶ所あります。

医療環境



出生～中学生3年生までの医療費の助成 事業や保育料の軽減、小中学校の給食費の半額補助などの支援があります。
また、保育園の延長保育や小学校の学童クラブ（放課後の児童お預かり）も行っています。

子育て環境

地域の活動に参加してくださる方大歓迎！ 阿南の町においてなんしょ

うるぎむら

売木村

移住相談窓口：村づくり総合推進室

TEL.0260-28-1101 FAX.0260-28-1102

〒399-1601 長野県下伊那郡売木村968-1

HP <http://www.urugi.jp/>

E-mail kankou@urugi.info

人口：544人（令和2年1月1日現在）

面積：43.43km²

アクセス：【自動車】飯田山本IC⇒国道153号（50分）

【電車】JR温田駅から南部公共バスで売木（45分）

※南部公共バスは、土日運休



ふるさとの原風景が残る村

長野県売木村は信州最南端の村の一つで、南を愛知県豊根村に接し、愛知県最高峰の茶臼山北麓に位置します。1000～1300メートルの山々に囲まれた小さな盆地は、まさに「ふるさとの原風景」という表現がぴったりなのどかさです。天竜奥三河国定公園の中心をなす茶臼山高原をはじめ、豊かな自然が売木の特徴です。

また、売木村は様々な体験、交流イベントが盛んで、関係人口が多いのも特徴です。さらに人口の35%近い200人弱がIターン者（移住者）という移住者にウェルカムな村。近年は若い世代や子連れの新移住者も増えています。小さな村では一人一人が主役です。子どもや若者、年寄りまで皆が住みやすい「幸せな村」を目指して、一緒に売木村の物語を作りませんか。



【上】『Uフェス』湖畔の広がる
キャンプ場での音楽イベント
【中】定住促進住宅（総檜）



【下】高森山とはざ架け米

主な移住・定住への支援

1 売木村住宅・空き家の紹介

売木村への移住希望者に限り、村内にある住宅・空き家を紹介します。

2 U・Iターン助成金制度

①U・Iターン等助成金

40歳以下で住所を有して引き続き1年以上居住して永住の意志がある者に交付金を支給します。

②後継者助成金

新規学卒者で、卒業該当年度内に住所を有して居住就業し、かつ、本人及び父母に永住の意志がある者に1年経過後支給します。



生活交通環境

主な交通手段は自家用車です。1日5便の南部公共バスがJR飯田線温田駅へ運行し、内2便が飯田病院まで直行しています。ただし、土日は運休です。村内は、村民バス（デマンドバス）を利用できます。



買物環境

日用雑貨を販売している商店は村内に2軒あります。近隣市町村のショッピングセンターで買い物をする方が多いようです。一番近いコンビニへは、車で約20分です。



医療環境

売木村国保直営診療所があります。月・火・木・金曜日に診察しています。車で県立阿南病院へは、30分、同じく飯田市立病院へは、1時間ほどで行けます。



子育て環境

出生から18歳までの子どもの医療費の助成を行っています。保育園待機児童は0人です。山村留学売木学園では、留学生を募集しています。

「何より人がいい。そして環境がいい」若い移住者が活躍しています。村づくりの仲間募集中です！

ねばむら

根羽村

移住相談窓口：総務課企画財政係

TEL.0265-49-2111 FAX.0265-49-2277

〒395-0701 長野県下伊那郡根羽村2131番地1

HP <http://nebamura.jp>

E-mail soumu4102@nebamura.jp

人口：897人（令和2年1月1日現在）

面積：89.97km²

アクセス：【自動車】飯田山本IC⇒国道153号（50分）

【バス】JR飯田駅から信南バスで阿智村駒場乗換

西部コミュニティバスで根羽村終点（105分）



林業と矢作川源流の郷

根羽村は長野県最南端に位置し愛知県と岐阜県の3県境にある林業の盛んな村です。

また愛知県の三河湾に注がれる矢作川の源流地でもあり170万人の生活用水ともなっています。この矢作川を大事に守っていくために愛知県安城市をはじめ下流域の皆さんとは交流事業が盛んであり、年々交流人口が増加しています。一方で少子高齢化が深刻な問題になっていますが、若者の流出を防ぐために子育て支援、若者定住事業等を積極的に進めると共に雇用の創出、地域経済の循環の確保を図っています。

緑と清流に囲まれた根羽村でのんびりと過ごしてみませんか。



【上】七年祭

【下】樹齢1,800年の月瀬の大杉

主な移住・定住への支援

1 根羽村空き家情報

現在空き家の持ち主（管理人）に意向を確認しております。随時情報提供をしていきます。

2 若者定住補助制度

40歳以下の方を対象として「若者定住祝金」「結婚祝金」などの支援をおこなっています。また「出産祝金」50歳以下の方を対象とした「住宅新增改築補助事業」もあります。



生活交通環境

主な交通手段は車です。朝夕は通学のため路線バスが運行しています。村内の移動においては巡回バスが利用できます。



買物環境

食料品、日用雑貨等を販売していますが、自動車で1時間ほどで長野県飯田市、愛知県豊田市、岐阜県恵那市へ行き買い物することもできます。



医療環境

村には開業医があり村民が多数利用しています。歯科診療については週2回老人福祉センターで実施しています。また各種予防注射の助成も実施しています。



子育て環境

出生から18歳までの子どもの医療費無料化を取り組んでいます。また、小学生、中学生への入学補助、高校生には通学及び修学の補助も実施しています。

根羽村のゆるキャラ「スギリン＝左」と「ねばたん＝右」もよろしくね。



ひらやむら

平谷村

移住相談窓口：教育委員会

TEL.0265-48-2211 FAX.0265-48-2212

〒395-0601 長野県下伊那郡平谷村354

HP <http://www.vill.hiraya.nagano.jp/>

E-mail kyoui@vill.hiraya.nagano.jp

人口：401人（令和2年1月1日現在）

面積：77.37km²

アクセス：【自動車】飯田山本IC⇒国道153号（30分）

名古屋IC⇒猿投グリーンロード⇒国道153号（1時間30分）



子どものための小さなリゾート

平谷村は、長野県のほぼ最南端にあり、標高1000mの高原の村です。村の中心地から車で5分圏内にスキー場、温泉&プール、ゴルフ場、道の駅、平谷湖管理釣り場、宿泊施設などがそろっています。

長野県で一番人口の少ない村で、村民400人強ですが、年間30万人ほどの観光客が中京圏を中心に訪れる山の小さなリゾートです。自然環境をいかした、子どもたちのための教育や子育て支援に力をいれています。夏が最高の観光シーズンで、おいしい高原野菜や川遊びなど、家族連れで遊びに来てもらいたい村です。

主な移住・定住への支援

① 子育て支援制度

出生から18歳までの子どもに対し、出産祝い金、育児手当、園児・児童の保育園料・給食費・学年費・修学旅行費全額補助、中学生給食・通学補助、高校通学補助、医療費補助を行っています。

② 定住対策制度

移住コーディネーターを配置して、移住希望者への相談や村の案内、空き家探しなど希望に沿った案内を行っています。また、移住体験や村民交流、移住イベントなどを定期的実施していきます。詳細は、移住者向けホームページ（hiraya-iju.com）をご覧ください。



【上】夏の風景 【左下】全力で遊ぶ 【右下】小学校新校舎



生活交通環境

主な交通手段は車です。西部コミュニティーバス（根羽村～阿智村）が通学等のため朝昼夜（平日5便、休日3便）運行しています。



買物環境

村内には日用雑貨や食料品を販売している商店、コンビニはありませんので、飯田市等近隣町村で買い物をお願いします。



医療環境

村営の診療所がありますが、根羽村から医師を月水木金曜日の午後2時半～4時半までお願いし、診察を行っています。診療所に対応できない場合は、飯田市の病院を利用しています。

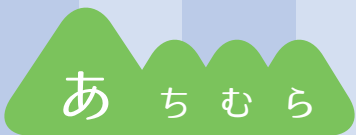


子育て環境

子育て支援の詳細は、ホームページをご覧ください。Hiraya Kids Village Projectでは、子どもたちの全力遊びを応援し、自然体験学習や異文化交流、プログラミング、県外研修などを実施し、健全な育成に努めています。

県下一人口の少ない村で、子育てをしながら、自然を満喫してみませんか by.ちんえもんくん





阿智村

移住相談窓口：阿智村定住支援センター

TEL.0265-43-2220 FAX.0265-43-3940

〒395-0303 長野県下伊那郡阿智村駒場483

HP <http://www.vill.achi.lg.jp>

E-mail teijyu@vill.achi.nagano.jp

人口：6,359人（令和2年1月1日現在）

面積：214.43km²

アクセス：【自動車】飯田山本IC⇒国道153号（10分）

園原IC⇒園原インター線国道256号（10分）

【電車】JR飯田駅から路線バス（40分）

【高速バス】伊賀良バス停⇒タクシー（20分）



星ふるさと 阿智村

～日本一の星空と花桃といで湯の郷～

日本一の星降る郷であるだけでなく、すべてのひとの心のふるさとでもありたい・・・。

星々が何万年の歳月を超えて輝くように、阿智村もまた奥深き歴史のステージに新たな輝きを刻んでいきます。

『暮らす、生きる。阿智家族』

いま暮らしている人もこれから暮らしたい人も、観光や仕事で村を訪れる人も阿智村に関わるすべての人は大きな家族です。阿智村で暮らすこと、生きることの礎を広くバックアップしています。

【阿智家族チャンネル】YouTubeにて阿智村プロモーション動画 配信中▶



主な移住・定住への支援

1 家をたてる

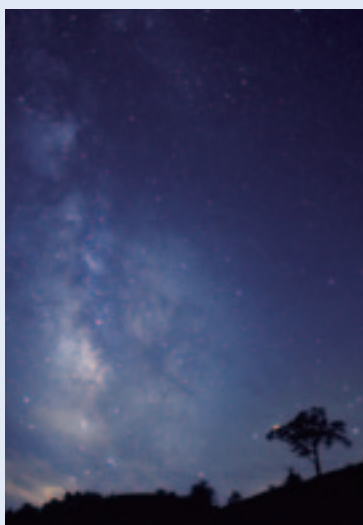
若者（集落）定住支援金として、定住目的で宅地や空き家を取得、住宅を新築または増改築する場合、支援制度があります。

2 家をさがす

移住を検討している方が一定期間、生活体験できる住宅や、民間、村営含む約300戸の住宅、空き家の情報発信を行っています。

3 家をなおす

空き家の不用品の処分、改修に対する補助や、住宅等太陽光発電システム設置補助、住宅リフォーム促進事業補助等の制度があります。



【上】定住促進スローガン 【左】日本一の星空 【右上】花桃 【右下】屋神温泉郷



生活交通環境

広域的には路線バス、西部コミュニティバスが、村内は巡回バスが、中学校へはスクールバスが運行しています。主な通勤方法は車になり、冬季は積雪、凍結を考慮対策が必要です。



買物環境

村内の商店で十分な買い物をすることが出来ませんが、近隣の市町村にも車で買い物に行くことができる地域です。



医療環境

村営の診療所や医療機関がありますが、村内で対応できない場合は飯田市の病院へ行かなければならないケースもあります。



子育て環境

保育園は6園、小学校は5校、中学校は1校あります。未満児保育や延長保育を実施、乳幼児を対象とした教室や健診、小学生から高校生の医療費が実質無料化となる助成をしています。

移住を検討している方は、お試し暮らし住宅で体験してみませんか？若い世代、大歓迎！

長野県は南信州へ移住したい人を応援します

Iターン登録

長野県へのIターンを希望される方が、専用サイトでご自身の情報を登録すると、人材を求める企業・団体から求人のリクエストが届きます。それ以外にも、移住セミナーや転職セミナーなどの情報を受け取ることができます。

問 長野県 信州暮らし推進課
☎ 026-235-7024



Iターン信州 検索

新規就農里親制度

就農希望者の支援に積極的な熟練農業者の方を「里親(農業者)」として登録し、就農を希望する方に紹介して農業研修をサポートする「長野県新規就農里親制度」により、県内での就農を支援しています。

就農をご希望の方は、長野県就農支援情報WEBサイト「デジタル農活信州」でチェックしてみてください。

問 長野県 農村振興課 担い手育成係
☎ 026-235-7243



デジタル農活信州 検索

その他の支援

創業に関する相談・助言のワンストップ窓口

問 ながの創業サポートオフィス
(長野県中小企業振興センター内)
☎ 026-269-7359



ながの創業サポートオフィス 検索

信州で林業をしたい

問 長野県林業労働財団
☎ 026-225-6080



長野県林業労働 検索

住まいを探したい

問 楽園信州空き家バンク
(長野県 信州暮らし推進課)
☎ 026-235-7024



楽園空き家 検索

移住の前後に役立つ特典・サービスを受けたい

問 楽園信州ファミリー
(長野県 信州暮らし推進課)
☎ 026-235-7024



楽園信州 検索

三大都市圏相談窓口

相談で来訪される場合、事前のご予約をおすすめします。

東京 銀座NAGANO 移住・交流センター

東京都中央区銀座5-6-5 NOCOビル4階
(東京メトロ 銀座駅 A1・B5 出口から徒歩1分、
JR有楽町駅から徒歩7分)
[相談時間 10:00~18:00] ※年末年始を除く
TEL.03-6274-6016
☐tokyo-ijucenter@pref.nagano.lg.jp

銀座 NAGANO 検索

東京 認定NPO法人ふるさと回帰支援センター

信州に暮らす。楽園信州移住相談センター
東京都千代田区有楽町2-10-1 東京交通会館8階
(JR有楽町駅 京橋口・中央口徒歩1分)
[相談時間 10:00~18:00] ※月、祝日、年末年始を除く
TEL.080-7735-3992 / 090-1657-7401
☐nagano@furusatokaiki.net

ふるさと回帰 検索

大阪 大阪移住・交流サポートデスク

(長野県大阪観光情報センター内)
大阪府大阪市北区梅田1-3-1-800 大阪駅前第1ビル8階
(大阪市営地下鉄西梅田駅から徒歩1分、
JR大阪駅から徒歩4分)
[相談時間 平日9:30~17:00] ※祝日、年末年始を除く
TEL.06-6341-7006
☐osaka-ijudesk@pref.nagano.lg.jp

名古屋 名古屋移住・交流サポートデスク

(長野県名古屋観光情報センター内)
愛知県名古屋市中区栄4-16-36 久屋中日ビル4階
(栄地下街13番出口から徒歩4分)
[相談時間 平日9:30~17:00] ※祝日、年末年始を除く
TEL.052-251-1441
☐nagoya-ijudesk@pref.nagano.lg.jp



長野県魅力発信ブログ「南信州お散歩日和」

<http://blog.nagano-ken.jp/shimoina/> ▶ 南信州の暮らしや自然を職員がお伝えしています。

南信州の移住・観光ガイド「南信州ナビ」

<http://msnav.com/> ▶ 南信州14市町村の観光情報などを発信しています。

発行 長野県南信州地域振興局

〒395-0034 長野県飯田市追手町2-678

TEL:0265-53-0401 FAX:0265-53-0404 E-mail:minamichi-kikaku@pref.nagano.lg.jp

HP <http://www.pref.nagano.lg.jp/minamichi/minamichi-somu/index.html>