

山梨県で、遊ぶ、楽しむ、生活する

やまなしStyle

Vol. **09**
2026
Autumn



山梨県

令和8年9月1日 山梨県広聴広報グループ発行
〒400-8501 山梨県甲府市丸の内1-6-1
TEL 055-223-1338 FAX 055-223-1525



人生が変わる “山梨ライフ”への道

これが正解！

■ Special Interview

歴史&ミステリー好きにはたまらない、
甲斐国で始まった新生活

40を前に、新天地へ——

お笑い芸人 金田 哲(はんにゃ)さん

■ 山梨で見つけた、7つの暮らし方

■ 「まずは二拠点から」が吉。東京の自宅から通う、“やまなし住まい”の魅力

■ NO YAMANASHI, NO LIFE 先輩の証言

■ Pick up ~愛犬と大自然を遊び尽くす！

山小屋で手に入れた、アクティブな毎日

■ 山梨移住を成功させる公的支援活用ガイド



『やまなしStyle』は、電子書籍アプリ『Catalog Pocket』でも無料でご覧いただけます。10ヵ国語への翻訳や読み上げ機能にも対応しています。

これが正解！／

人生が変わる
“山梨ライフ”への道

01 Special Interview

歴史＆ミステリー好きにはたまらない、甲斐国で始まった新生活

40を前に、新天地へ――

――お笑い芸人 金田 哲（はんにゃ.）さん

04 先輩たちのリアルな暮らしが、あなたの一步を後押し！

山梨で見つけた、7つの暮らし方

06 「まずは二拠点から」が吉。

東京の自宅から通う、“やまなし住まい”の魅力

▶ 上野原市 三十日珈琲 Shared Roasting 経営 後藤伸啓さん

▶ 身延町 カフェ森の中へ オーナー 塚田昭子さん

10 NO YAMANASHI, NO LIFE. 先輩の証言

▶ 北杜市 MUD CAFE 経営 弓場由一さん、会社員 弓場怜子さん

▶ 韮崎市 TAP8 オーナー 柳澤和也さん、恵さん

▶ 丹波山村 一般社団法人タバヤマベース 代表 小川晶子さん

▶ 笛吹市 あちこちふぁーむ 代表 中村竜輔さん

18 Pick up

愛犬と大自然を遊び尽くす！

山小屋で手に入れた、アクティブな毎日

▶ 道志村 長沼重則さん、渡邊祐子さん

20 Column “自分らしさ”を取り戻す「サードプレイス」としての価値

21 Information データで裏付け。全国屈指の「暮らしやすさ」

22 山梨移住を成功させる公的支援活用ガイド

アンケートに答えて、
山梨の特産品を当てよう！

本誌に関するアンケートにご回答いただいた方の中から、抽選で10名様に「酸っぱさに驚くな！ YETIドレッシング 300ml ×2本」をプレゼント！



応募締切：2026年11月13日（金）

ご応募は2次元コードから

※いただいた個人情報はプレゼント送付以外の目的には利用しません。

※当選者の発表は、プレゼントの発送をもって代えさせていただきます。



【「やまなしStyle」とは？】

山梨県外にお住まいの方々に、“やまなし”の魅力をお伝えするメディアです。観光で訪れるのもよし、住むのもよし、そんな山梨県の素晴らしさをご堪能ください。

【発行】山梨県広聴広報グループ 〒400-8501 山梨県甲府市丸の内1-6-1
TEL 055-223-1338 FAX 055-223-1525

■編集 株式会社プレジデント社
■アートディレクション キトミズデザイン合同会社
■校正校閲 株式会社ヴェリタ
■印刷・製本 共立印刷株式会社

表紙写真：市来朋久

※本誌に掲載されている画像、文章などの無断転用・無断転載はお断りいたします。

※掲載画像の一部はAdobe StockおよびShutterstockのライセンスにより使用しております。

歴史＆ミステリー好きにはたまらない、
甲斐国で始まった新生活

お笑い芸人

金田 哲 はんにゃ.

かなださとし●1986年生まれ、愛知県出身。2005年、川島章良とお笑いコンビ「はんにゃ」を結成。2009年、「爆笑レッドシアター」出演を機にブレイク。近年は俳優としても活躍の場を広げ、映画『燃えよ剣』『ルドック』『ZICK』やドラマ『光る君へ』など話題作に多数出演。現在『君の好きは無敵（TBS系）』に出演中。10月からは『真田十勇士 SHADOWS OF THE TEN NINJA』（テレビ朝日）に出演予定。2025年に山梨移住。

文●山田清機／撮影●市来朋久／写真提供●吉本興業

山梨で見つけた、7つの暮らし方

いま、山梨で二拠点生活を始める方や、移住する方が増えています。

理由の一つは、都会にはない緑があふれる豊かな自然。

東京圏に隣接し、アクセス良好、多様な働き方ができるのも選ばれるポイントです。とはいえ、一世一代の大決断。「仕事は見つかるのか」「住む家はどう探せばいい？」……そう悩む方も多いでしょう。今回は、山梨で充実した新生活を送る7組を紹介。

“リアルな声”をお届けします。

二拠点生活

移住

子育て・教育

→ P.14

丹波山村

小川晶子さん

一般社団法人タバヤマベース 代表

長男が小学2年生のとき、村の「親子山村留学制度」を利用し移住。現在、放課後子ども教室を運営。



店舗経営・地域協働

→ P.6

上野原市

後藤伸啓さん

三十日珈琲 Shared Roasting 経営

コーヒー豆の焙煎体験イベント開催のため、主に週末を上野原市で過ごす。家は築300年の古民家。



アクティブライフ

→ P.18

道志村

長沼重則さん、渡邊祐子さん
山小屋 紡 運営

「ワンちゃんがのびのび過ごせるように」と、月の大半を道志村で生活。ドッグラン併設の貸別荘も運営中。



山梨県への移住をお考えの方は
まずこちらへ

専門の移住相談員が常駐し、山梨県への移住、二拠点生活を考えている人へ各地域の魅力を伝え、豊かな暮らしができるようサポートしています。



やまなし
暮らし
支援センター

東京都千代田区有楽町2-10-1
東京交通会館8階
NPO法人ふるさと回帰支援センター内
080-1600-5730

古民家カフェ経営とリモートワーク

→ P.10

北杜市

弓場宙一さん、怜子さん
MUD CAFE 経営/会社員

自然を求め埼玉から移住。市の「空き家バンク」で出会った住まいで、憧れのカフェ経営をスタート。



飲食店経営

→ P.12

韮崎市

柳澤和也さん、恵さん
TAP8 オーナー

夫は長野、妻は山梨出身。東京で生活したが、将来の不安などから移住し、ビアレストランを開店。



新規就農

→ P.16

笛吹市

中村竜輔さん
あちこちあーむ 代表

高校時代から農家を志望し、3年間の研修を経て独立。市の「新規就農支援事業」なども活用した。



Uターン・地域協働

→ P.8

身延町

塚田昭子さん
カフェ森の中へ オーナー

故郷の集落と東京を往復。「東京の感覚を持ち帰り、故郷に刺激を」との思いで、二拠点生活を選択。



「まずは二拠点から」が吉。
東京の自宅から通う、〝やまなし住まい〟の魅力

「移住はハードルが高い」という方におすすめなのが、二拠点生活。山梨だから実現できるデュアルライフの真価を伺いました。

テレワークと両立する、築300年の古民家シェアロースター経営



山梨県
上野原市

三十日珈琲 Shared Roasting 経営
後藤伸啓さん

風格のある長屋門の前に立つ後藤さんは兵庫県西宮市生まれ。2018年に「ADDRESS」に参画し、拠点開発・拠点管理事業の責任者に就いている。

1カ月の滞在割合

滞在日数 6日

上野原市

東京都

電車で1時間30分ほど

滞在日数 25日

※月により変動



1.「三十日珈琲 Shared Roasting」は2023年11月に開業。導入した最新鋭の小型焙煎機では、パソコンの専用ソフトと連動させて焙煎ができる。2. 焙煎豆の通販も不定期で実施。生豆に上野原市産の柚子の香りをまとわせた品など、この地域ならではのコーヒーもつくっている。

JR上野原駅から車で約5分。坂道の先に、築300年経つ古民家の立派な長屋門が現れました。長屋門とは居住スペースのある門のこと。その一室で後藤伸啓さんは友人の稲福良祐さんとシェアロースター「三十日珈琲」を営んでいます。

一人で地域に関わりたい

「シェアロースターはコーヒー豆を販売する人などに焙煎機を時間貸しするサービスです。それ以外にも焙煎体験会を開いていて、僕が担当するのは主にその体験イベント。毎月2〜3回、週末を中心に東京から上野原に来て、1〜2泊して戻るルーティンで生活をしています」

すね。上野原に友達ができて、東京とは違うコミュニティを体験でき、視野も広がる気がします」

二拠点生活を始めて3年。今年になってまたまた縁のあった丹波山村にも通い始め、地域活性化起業人にも就任しました。現在は東京・上野原・丹波山村を行き来する日々。地域それぞれで持つ肩書きがシームレスにつながり、後藤さんの人生をより豊かなものになっているようです。



写真提供：後藤伸啓氏

YAMANASHI ⇄ TOKYO

上野原での家は長屋門の奥にある母屋。この建物は全国各地の〝住まいのサブスクサービス〟を展開する「ADDRESS」の拠点になっています。聞けば、後藤さんは創業初期からのメンバー。当初は業務として上野原を訪れていましたが、稲福さんとシェアロースターを立ち上げたのを機に二拠点居住にシフトしたといいます。

「仕事ではなく一個人として地域に深く関わってみたい」とずっと思っていたんです。僕の仕事はほぼテレワークですし、上野原なら東京から電車で1時間半ほどと行き来しやすい。自然豊かな環境は東京とは別世界ですし、面白い活動をしている人も多く刺激になるんです」

「二拠点生活は子どもにも好影響で時折一緒に訪れては田舎暮らしを楽しんでいるそうです。」

「仕事ではなく一個人として地域

「二拠点生活は子どもにも好影響で

3. シェアロースターと同じ敷地内の計6室ある母屋が後藤さんの第二の家。開放的なリビングでテレワークも快適にできる。4. 2026年4月から、丹波山村の「副業型地域活性化起業人」に。村の地域活性化に向け、さまざまなことに挑戦予定。5. 焙煎体験では後藤さんがコーヒーを入れて試飲してもらおう。6. 「三十日珈琲」共同経営者の稲福さん(左)は大阪府出身。後藤さんとは関西人同士ということもあり、初対面で意気投合したとか。



6

東京都
目黒区



写真提供：後藤伸啓氏

三十日珈琲 Shared Roasting



写真提供：三十日珈琲

山梨県上野原市松留939

完全予約制

※ご予約はInstagram (@misoca_coffee) まで

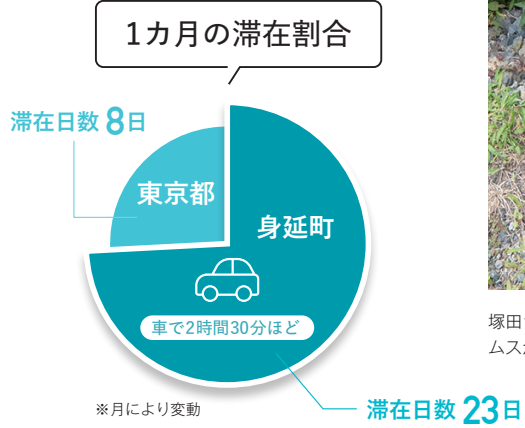
おいしい野菜を育てて提供するグループ、
「中山マダムス」の仕掛け人に



塚田さんは、東京で30年近く暮らしてUターン。手にするのは中山マダムスが育てた野菜。昨年は年間39品種を栽培したそう。



1. カフェは2025年4月にオープン。木を多用した店内はまさに森の中のようなすがすがしさだ。2. 甲州富士桜ポークでつくったボルケッタ丼1,200円。ボルケッタは豚肉をロールして焼いたイタリア料理。ソースのイタリアンパセリや付け合わせのピーズなどは中山マダムスたちが育てたもの。



故郷・中山でつけた使命

もともと地元から発信するなら移住でもいいはず。なぜ二拠点居住にしたのでしょうか。

「理由はここがよい場所だと再確認するためです。ずっと住むとこの環境が当たり前になってしまうので。」

「カフェ森の中へ」があるのは身延町の中山地区。22世帯約30人が暮らすこの集落には、懐かしい里山の景色が広がっています。店主の塚田昭子さんは中山生まれ。長く東京で暮らした後、2017年に郷里へ戻り、2025年から週1回、東京で1、2泊する生活を送っています。

「戻ったのは、埋もれている価値に光を当てる仕事をしたと思ったから。中山には地元の人が気付いていない、世界に誇れるものがあふれているんです。里山の景色はその一つ。その魅力を発信し、外から人を呼ぶ拠点としてカフェを開きました」

それに、東京でアップデートした感覚を持ち帰れば、地域の刺激によって好循環が生まれると考えました」

その考えはカフェにも表れています。フードメニューはおしゃれなイタリアンがベース。コルラビ、バタビアレタス、カロセツロといった珍しい西洋野菜がふんだんに使われています。その野菜をつくるのは開店をきっかけに結成された「中山マダムス」の7人。平均年齢84歳という地元の女性グループです。

「カフェは地域を巻き込む形にしたいと思って、野菜づくりをお願いしました。育てるのはなじみのない西洋野菜ですが、チャレンジにワクワクすると受けてもらえました」

この野菜づくりを機に、毎週金曜日の定例会もスタート。マダムたちがカフェに集まり、野菜のお礼に出される飲み物とスイーツを口にしながらかおしゃべりに花を咲かせます。

「この地域の生活は不便なことも多いのに、みなさん、『今が一番幸せ』って笑顔で言うんです。自然と接していると心が豊かになって、小さな幸せを感じ取れるのでしょう」

マダムたちのいる中山は山間のパワースポット。塚田さんのエネルギー源もまさにここにあるようです。



塚田さんと談笑するのは82歳のケイコさん。畑にはイタリアンパセリなどいくつもの野菜が植えられ、「カフェで出してもらえると張り合いがあります」と笑顔。



3. 中山マダムスの最長老、クニエさんは御年91歳。この日は黄と緑のズッキーニやピーズ、バジルなどを収穫させてもらった。4. フィレンツェのきんちゃく型トマトは夏が旬。中山マダムスが育てる野菜の種は種苗業「みらいのたねEnYukan」太田さんが提供している。

YAMANASHI ⇄ TOKYO



写真提供：身延町

「中山マダムス」のメンバーは明るくパワフル。カフェでは栽培の情報交換も盛んだ。中山で生まれ育った人がいれば嫁いで来た人もいるが、全員が「ここが一番!」と口をそろえる。

カフェ森の中へ (FOREST LIFE,K.K.)



- 山梨県南巨摩郡身延町中山1865
- 11:00-17:00 (ランチ14:30L.O.)
- 水曜、木曜、金曜

東京都
新宿区



写真提供：塚田昭子氏

一目惚れした土地で、 自然を感じる豊かな暮らしを

美しい里山と清らかな天然水の郷として知られる北杜市白州町。
この地で“自分らしい働き方”を実現した秘訣とは？

文●三浦愛美／撮影●野瀬勝一



1. 田園の中にたたずむ築120年の古民家。数十年間は無人のまま置かれていたそう。2. 1階は居住スペース。本棚は宙一さんの手製。怜子さんはここでリモートワークを行う。3. 床板や階段なども、大工さんに方法を教えてもらいながら、自分の手で仕上げていった。



北杜市
MUD CAFE 経営 弓場宙一さん
会社員 怜子さん



淹れたてのコーヒーに、旬のフルーツが詰まったシフォンケーキ。平飼卵を使った生地は、口の中でふんわりとほぐれていきます。ここは北杜市白州町、緑豊かな田園にたたずむ古民家カフェ「MUD CAFE」。

「ここを初めて訪れたのは2021年の冬。甲斐駒ヶ岳を望む雪景色に一目惚れしたんです」

そう語るのは店主の弓場宙一さん(60)。メーカーに勤めていた宙一さん・怜子さん(40)夫妻が移住を考えたのは、都会の慌ただしさが理由でした。管理職として激務に追われていた怜子さんは、コロナ禍を機に、「自然豊かな場所で暮らしたい」と思うようになったそうです。

宙一さんは当時、「あと数年で退職金が出るのに」と周囲に言われましたが、タイミングは大事ですから」と話します。そして、二人で候補地を探していたとき、市の「空き家バンク」で出会ったのがこの古民家でした。2022年に購入し、週末ごとに通いDIYを重ねたそうです。

自分たちらしさを実現

「喫茶店のマスターに憧れていた」と語る宙一さん。改修に精を出すかたわら、東京でコーヒーや飲食の講座に通い、準備を進めました。いまは子育て中心の毎を送り、週末限定で店を開けます。

「いざとなったらアルバイトすればいいと思った」と語る怜子さんも、移住後にフルリモート勤務が可能な東京の企業に転職。数カ月に一度ほどの頻度で出社しますが、基本的に平日は古民家の1階でパソコンを開き、週末は二人で店に立ちます。

そんな二人に、移住を考える人へのアドバイスを尋ねてみました。

「どれほど準備しても想定外は起きるもの。最後は飛び込む勢いが必要かもしれません」と宙一さん。

「もし無理だったら帰ればいい。それくらいのゆるさだから、踏み出せたのかもしれないね」と怜子さん。

完璧な計画よりも「まず暮らしてみよう」。そんな二人の穏やかな時間が、ここには流れています。

北杜市移住INFO

- ▶ **住宅支援**：「空き家バンク」制度や、「子育て世帯マイホーム取得支援事業費補助金」(新築の場合最大150万円)など。2泊3日から体験できる、「お試し住宅」も
- ▶ **就労&起業支援**：市内にサテライトオフィスを開設。合同企業説明会は定期開催。創業支援金制度あり

詳細は北杜市のホームページをご確認ください。
https://www.city.hokuto.yamanashi.jp/teijyu_ijyu/

甲斐駒ヶ岳の山並みに魅了。
「気付いたら決めていた」



4. かつて養蚕に使われていた2階がカフェに。吹き抜けを活かした開放的な空間が広がる。5. ブルーベリーがたっぷり入ったシフォンケーキ。地元の旬の食材をふんだんに使う。6. 移住にあたり、まず場所や暮らしの条件などを二人ですり合わせ、「計画書」を記した。



古民家カフェ
「MUD CAFE」



● 山梨県北杜市白州町白須2793
● 080-3208-8573
● 臨時休業中
※ 営業日の詳細は
インスタグラムでご確認ください
@mudcafe.kominka_yumiba

先輩の証言 2

クラフトビールと燻製料理。 活気ある街で、 念願の店を夫婦二人で開業

近年、移住先として注目を集める韮崎市。コロナ禍を機に移住し、
店を構えた柳澤さんは、「人とのつながり」がこの地の魅力と語ります。

文●三浦愛美／撮影●野瀬勝一



1. ブルーグレーの壁と無垢材が調和する店内。天井や棚などは和也さんが仕上げた。2. ビールサーバーにあしらわれた木のハンドルは、韮崎の山を歩きながら探したもの。3. 一枚板のカウンターにはクラフトジンも並ぶ。来る人を飽きさせない工夫がここには光る。



韮崎市
TAP8 オーナー
柳澤和也さん、恵さん



夕暮れ時に足を踏み入れると、そこにはシックな空間が広がります。JR 韮崎駅近くのビアレストラン「TAP8」の店主・柳澤和也さん（39）は、「お客さんに『山梨らしくないね』と驚かれることもあります」と笑いながら出迎えてくれました。

長野県出身の和也さんは山梨の大学を卒業後、パートナーの恵さんと上京し、10 年間東京で暮らしました。クラフトビール専門店です。経験も、コロナ禍で営業自粛に。自宅にこもり、将来を考えるうち、今後の子育てや高い家賃負担に対する不安から、「都会で暮らし続ける未来」を思い描けず、恵さんの出身地・韮崎市への移住を決意。

「自分の店を持つのが夢でした。それに、若い地元の人と移住者と一緒に、まちづくりをしていることにも惹かれましたね」

人を結ぶ琥珀色の一杯

この店の看板はきめ細やかな泡が特徴のクラフトビールと自家製の燻製料理。和也さんがDIY でつくった店内を、子育てしながらフラワーアレンジの制作やワークショップを開く恵さんの作品が彩ります。

二人の「得意」を活かした店づくりで、
飲む人も、飲まない人も通う場に



写真提供：TAP8

4. タップならではの滑らかな泡が魅力。個性を楽しめる「飲み比べセット」が人気だ。5. ランチは燻香の効いたスパイスカレーがメイン。ファンも多いそう。6. 8種の提供には困難もある。だが「多様なスタイルを届けたい」との思いで実現させた。

韮崎市移住INFO

- ▶ **育児支援**：県内最大規模の子育て支援センター「にら★ちび」や、中高生のための居場所となる青少年育成プラザ「Miakis」などを開設
- ▶ **就労&起業支援**：各種相談窓口や支援金制度あり

詳細は韮崎市のホームページをご確認ください。
<https://nirasaki-sonosakini.com/>



クラフトビアレストラン 「TAP8」



- ▲ 山梨県韮崎市中央町1-14-2F
- ☎ 0551-45-6984
- 🕒 火&金：18:00～23:00／水&木：12:00～14:00、18:00～23:00／土：16:00～23:00／日：12:00～16:00
- 🗓 月曜日

「地域の支えや、同世代で同業の移住者仲間との切磋琢磨はありがたかったです。移住を検討する方には、ぜひその土地に足を運んで、地元の人との対話を重ね、知恵を借りることをおすすめします」とアドバイス。

土地に根差し、耳を澄まし、人々と語り合い歩んできた時間が、この店には和やかに息づいていました。

山梨で8種の生クラフトビールを提供する店は珍しく、地元客はもちろん、旅行者や東京時代の常連も訪れているそう。人気の背景には、堅実な店づくりがありました。

「女性やお酒を飲まない人にも気軽に来てもらえるよう、ランチメニューやノンアルコールドリンクのラインアップを充実させるなど、試行錯誤を重ねてきました」

移住当初は新生活に開業と子育てが重なり、苦勞を感じた時期もあったと、和也さんは話します。



丹波山村移住INFO

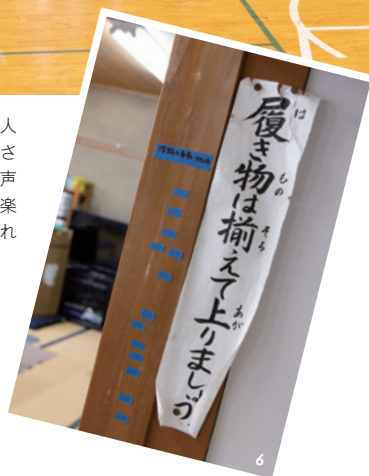
- ▶ 親子山村留学制度：毎年4月スタートで、対象は小学生および中学生。申し込みには、年に数回開催される移住見学会（親子山村留学説明会）への参加が必須
- ▶ 住宅支援：定住促進用の賃貸住宅用意あり。月額 30,000円～50,000円程度

詳細は丹波山村のホームページをご確認ください。
<https://www.vill.tabayama.yamanashi.jp/>

移住者だからこそ受け身はNG
 信頼関係を築く努力が大切



4.「帰りの会」で子どもたち一人ひとりの声に耳を傾ける小川さん。5. 小学校の体育館で、歓声を上げながらドッジボールを楽しむ子どもたち。6. 柱に刻まれた子どもたちの成長の記録。



丹波山式ゆるイエナ

ドイツ発祥の「イエナプラン教育」の理念を踏まえた、丹波山村独自の教育アプローチ。

個性を尊重しつつ、子どもの自立と共生を培う。丹波山村では、小中学校の少人数環境を活かした複数学年合同の取り組みや、生徒各自の理解に合わせた自由進度学習を通じ、「インクルーシブな思考」「対話」「創造性」などを育てている。

放課後子ども教室 「丹波っこくらぶ」



丹波小学校の隣にある集会所を拠点に、毎週月・水曜日に開室。工作や手芸、体育館を使っの球技など、子どもたちは各自のペースで多彩な遊びを楽しめる。

豊かな日々はこれからも続きます。

「村の方々に敬意を払いつつ、思い付いたアイデアを相談する。そんなふうにして少しずつ仕事広がっていききました。移住者だからこそ受け身ではなく、自分から信頼関係を築いていく努力がとても大切だと感じていますね」

「丹波っこくらぶ」立ち上げもそんな活動の一つ。村の教育委員会から受託して運営するこの教室は、子どもたちが放課後や長期休みに安心して過ごせる、地域に欠かせない場所になりました。

「村の方々に敬意を払いつつ、思い付いたアイデアを相談する。そんなふうにして少しずつ仕事広がっていききました。移住者だからこそ受け身ではなく、自分から信頼関係を築いていく努力がとても大切だと感じていますね」

丹波山村

一般社団法人タバヤマベース 代表
小川晶子さん



1. 山梨県北部に位置する丹波山村。人口は約500人。村の中心には多摩川の源流のひとつ、丹波川が流れる。2. 丹波小学校。全校児童は20人弱で、半数程度が山村留学でやってきた子どもたち。3. きれいに整頓された「丹波っこくらぶ」の室内は、寺子屋のようなアットホームな雰囲気だ。

わが子の“山村留学”を契機に移住して、「放課後子ども教室」を運営

子どものための移住をきっかけに、自治体と連携したお仕事開拓へ。自然豊かな村で見つけた新しい働き方とは。

文●三浦愛美／撮影●牧田健太郎



「遊ぼう!」。毎週月・水の放課後、子どもたちが飛び込んでくるのは、丹波山村唯一の小学校の隣にある集会所で開かれる放課後子ども教室「丹波っこくらぶ」。カルタや工作など、子どもたちは思い思いの遊びをしながら自由な時間を過ごします。

子どもをのびのび育てたい

運営するのは一般社団法人タバヤマベース代表の小川晶子さん(57)。東京から丹波山村の親子山村留学制度を利用して、移住してきました。

「息子が小学2年生の頃、突然『田舎の静かな学校に行きたい』と言い出したんです。大人数が苦手で自然好きな子でした。ある時、多摩川源流を遡ってみようと家族で車を走らせてみたら、ここに着いた。気付けば11年目です」とカラカラ笑います。

実は当時、息子さんは都会の学校にあまり馴染めず、小川さん自身もいささか行き詰まりを感じていたそうです。しかし移住後、地域全体で親子を見守る村の温かさに触れ、二人とも元氣を取り戻しました。

もともと小川さんはフリーランスのライター。情報発信という特技を活かして、自治体PRや村内の人

新規就農者支援事業を利用し、希少な専業すもも農家へ

すもも生産量日本一を誇る山梨県。
農業とは無縁だった東京出身の若者が、「Iターン」就農に挑みました。

文●三浦愛美／撮影●牧田健太郎



笛吹市
あちこちふぁーむ 代表
中村竜輔さん



「このすももは果汁が豊富。ストローを刺して飲めるくらいなんですよ」
かぶりつくと、甘酸っぱい風味が口いっぱいに広がります。青空の下、たわなに実る畑を切り盛りするのは、中村竜輔さん（26）。県内でも貴重な、すもものみを育てる農家です。

若き農家の独立への道

東京都多摩市出身。親戚に農家はいません。この道を選んだ理由を尋ねると、笑顔でこう答えてくれました。「昔から漠然とサラリーマンには向かないなと。自分のペースで働ける農家を目指すようになりました」

高校3年生の夏休みには長野県のレタス農家に住み込みで働き、卒業後は山梨県立農林大学校へ。「倍率が低かったから（笑）」という理由で果樹コースを選びましたが、そこで果樹の面白さに魅了されたと言います。卒業後は、農林大学校に紹介してもらった笛吹市内の農家で3年間修業し、2023年に独立しました。

「運がよかったです。農家さんには独立時、畑や大型機材まで貸与してもらいました。もちろん大きな補助金が交付される笛吹市の『新規就農者支援事業』にも助けられました」

笛吹市移住INFO

- ▶ **新規就農者支援**：Iターン就農者に対し、補助金として年額100万円以内を、Uターンや新規学卒および転職者には年額50万円以内を交付（いずれも45歳未満対象）
- ▶ **住宅支援**：子育て世帯のマイホーム取得に対し、30万円を補助

詳細は笛吹市のホームページをご確認ください。
<https://www.city.fuefuki.yamanashi.jp/>



4. 管理するすももの木は約200本。繁忙期には早朝5時から21時頃まで作業が続くことも。5. ファーマーズマーケット（東京・青山）での販売の様子。リピーターも増えている。6. 人気品種の1つ、爽やかな甘酸っぱさが特徴のクインローザ。



県立農林大学校の学びを活かし
妻子とともにIターン移住



山梨県が実施する就農支援制度

チャレンジ農業体験：農業初心者や、法人への就職・自営就農の適性を確認したい人向けのプログラム。ベテラン農家や農業法人などで、最大20日程度の農作業を体験

やまなしあぐりゼミナール研修：自営や親元での就農など、県内での就農希望者が対象。アグリマスター（先進農家）の下で行われる農作業実習や、経営管理に関する講義などを組み合わせた長期研修

すもも専門店
「あちこちふぁーむ」



サマーエンジェル、クインローザのほか、貴陽、大石早生、ソルダム、サマービュートなど多品種のすももを栽培。販売期間は毎年6月～9月頃。農協を通じて卸しているほか、オンラインショップ、山梨県内の各所などで販売している。

繁忙期は6～8月。果樹の手入れをしながらホテルでも働き、年間の生計を立てています。

さまざまな果樹の中からすももを選んだのは、幼い頃に祖母宅のすももの木に登って、その実を食べた懐かしい記憶があったから。また、山梨はすももの生産量日本一でありながら、専門農家は極めてまれで、ライバルが少ないという利点がありました。さらに、他の果物があまり市場に出回らない初夏に出荷できる点も大きな強みです。山梨県内だけでなく、東京・青山のファーマーズマーケットにも出店し、着実にすももファンを広げられました。

「昨年の猛暑は苦勞しましたが、今年は順調でした」とにっこり。

「自然相手なのでままならないこともありますが、それも含めてやりがいを感じるんです。自分らしく働ける今の生活に満足しています」



5 | 4
7 | 6

4. チワワのちっちとともに富士山頂へ。もう何度も一緒に登山を楽しんでいます。
5. 美しい富士の眺めは、山梨ならではの褒美。 6. 山中湖でSUPを満喫。水上でもこむぎとちっちは物おじしません。 7. つむぎと一緒に参加したトレイルランニング。毎朝の散歩で鍛えた健脚を発揮しました。



山も、湖も、散歩道も
全部が夫婦と愛犬たちの遊び場



道志村
渡邊祐子さん
長沼重則さん

1. 夫婦が営む、貸別荘「山小屋 紡」。BBQができるテラスもある。 2. 生活空間は古民家をDIYで再生。天井が高く、開放的な空間です。 3. 手前左から、つむぎ(5才)、こむぎ(3才)、ちっち(12才)。後ろにいるのは、最年少のだいふく(10カ月)。

3 | 1
2

愛犬と大自然を遊び尽くす！
山小屋で手に入れた、アクティブな毎日

大切な犬たちと、もっと安心・安全に暮らしたい……。そんな切実な願いから、ある夫婦がたどり着いた理想の暮らしを訪ねました。

ワンちゃんも大満足



四季折々の豊かな自然と、東京への近さ、これが道志村を選んだ理由です。

チワワのちっち、柴犬のつむぎ、こむぎ、だいふく。計4匹に囲まれ、そう笑顔で話すのは長沼重則さん、渡邊祐子さんご夫妻。東京都清瀬市に自宅を残しながら、現在は週の大半をこの村で暮らしています。

「近年、都内の猛暑は過酷になる一方で、夏の路面はまるで鉄板。だから犬の散歩のために、わざわざ赤城山や山中湖まで出かけていたんです」

徐々に東京暮らしに限界を感じていた頃、転機が訪れました。

「たまたま山梨で泊まった古民家の心地よさに魅了されたんです。その後、知人に『道志村で空き古民家が売りに出ているよ』と教えてもらい、即購入しました」

その後、隣家も手に入れ、DIYをしながら、犬と泊まれる貸別荘「山小屋 紡」をオープンしました。付設の天然芝ドッグランでは、4匹が毎日しつぽを振っていきいきと駆け回っています。

県外から足を運びやすい立地は、家族にも好評です。

「子どもと孫が名古屋と東京に住んでいるので、親族が集まる拠点として

でも大正解でした」とにっこり。孫たちが来ると、喜んで近くの山や滝へ向かうそうです。

野山も湖も、
いつも一緒に

でも何より大切なのは愛犬たち。朝夕の散歩では毎日2万歩を歩きます。以前はわざわざ車で出かけていた遊び場もいまではすぐ近くになり、犬たちもすっかりこの村の環境が気に入っている様子。近隣だけではありません。共にトレイルランに参加し、富士山に登頂したことも。河口湖や山中湖でマリンスポーツを楽しむ際も、もちろん一緒。山梨一帯がワンちゃんとの遊び場なのです。

では改めて感じる、ここ道志村の魅力とは？

「村の方たちも親切だし、湖にも近い。自然の美しさも格別です」

近くを流れる清流沿いは、春は桜、初夏はアジサイで彩られます。

「ほら、すぐそこに山の樹々が見えるでしょう。秋には紅葉、冬は雪景色を楽しめます。四季を目いっぱい体感できるのが、一番の贅沢ですね」

かけがえのない4匹の「家族」との道志村ライフは、お二人にとって、まさに理想の環境といえそうです。

データで裏付け。全国屈指の「暮らしやすさ」

東京都のお隣でありながら、豊かな自然に恵まれ、全国屈指のフルーツ産地として知られる山梨県。ぶどう、桃、すももは、生産量全国1位ですが、ここでは主に“暮らしやすさ”を裏付けるランキングを紹介します。

健康寿命

男性 第3位 女性 第4位

(2022年)

男性 73.47年 全国平均72.57年
女性 76.16年 全国平均75.45年

全国屈指の日照時間など、恵まれた環境が長寿の原因ともいわれています。県では「甲州8つの合い言葉※」で健康づくりを推進中。65歳以上の高齢就業者割合は全国第2位です。

出典：厚生労働省「健康寿命の令和4年値について」

日照時間は全国トップ3の常連で、2015～19年度にかけては5年度連続で全国1位を記録しました。安定した気候が、県民の健やかな毎日を支えています。

出典：政府統計ポータルサイト「e-Stat」



※「食事はよく噛み、こびっと（しっかりと）食うじゃん」「塩分控えめ、素材の味がいいじゃんね」など、食事や日常生活の注意点を喚起する8つの合い言葉

子どもの幸福感

第2位

(2025年)

72ポイント 全国平均50ポイント

「友達関係に満足していますか」「普段の生活の中で、幸せな気持ちになることはどれくらいありますか」など、政府が掲げるウェルビーイングに関するKPIの9指標をもとに調査。

出典：日本経済新聞（2026年4月18日付）



「25人学級」も幸福感に影響!?

山梨県では2021年、公立小学校1年生の1クラス人数の基準を25人にする少人数学級を全国初導入。その後、各学年へと拡大しています。教員が子ども一人一人にじっくり向き合うことができるため、豊かな学びを実現しているほか、子どもの自己肯定感向上にも寄与しています。

全国に誇る「水のおいしさ」

第1位

(2025年)

160万4360kL 全国平均10万3444kL

良質な水資源を背景に、ミネラルウォーター生産量1位。蛇口からそのまま飲めるおいしい水が生活を支えます。

出典：日本ミネラルウォーター協会「都道府県別生産数量の推移」

人口100万人当たり図書館数

第1位

(2021年)

65.8館 全国平均34.2館

県民の文化的な生活を支えています。ちなみに、全国で初めて図書館でビデオの貸し出しを始めたのも山梨県でした。

出典：政府統計ポータルサイト「e-Stat」

1日の食事時間

第1位

(2021年)

1時間45分 全国平均1時間39分

食事時間をたっぷりとれるのも豊かさの証し。このスローなライフスタイルが、健康寿命を支えているのかもしれません。

出典：総務省統計局

森林率

第4位

(2021年)

78% 全国平均67%

山に囲まれ、どこからでも緑が見える山梨県。それでいて都心へのアクセスがよく、移住先として人気なのも納得です。

出典：林野庁

COLUMN

自分らしさを取り戻す「サードプレイス」

としての

価値

せわしない日々之余白を生み出す新たな居場所

皆さんは「サードプレイス」という言葉をご存じでしょうか。家庭や職場、学校などとは異なる居心地の良い第3の居場所を意味し、これに加え、訪れた人々が共創や地域貢献に携われる場所を山梨に見出そうとしているのが、幅広い分野でプロデュースを行う株式会社ビームスクリエティブです。

これまで県南部や県東部の地域活性化プロジェクトに携わってきた松下さん。何度も現地に足を運ぶうちに、この地の持つ豊かさを実感していったそうです。地元の人に教わった穴場の花火大会に家族を連れて行ったり、山の恵みを味わったり。仕事の枠を超えて、いつしか自身が山梨に惹かれていました。

アルな体験価値は高まっています。セレクトショップの『ビームス』が全国各地の店舗運営で培ってきた地域活性化のノウハウを活かし、これまでにない化学反応を起こせばと考えています」と松下さん。

サードプレイスとしての山梨の魅力は、その懐の深さにあります。都心から車で約90分走るだけで豊かな自然に触れ合えて、山の幸をはじめとした特産物も豊富。センスの良い飲食店や懐かしくも新しい古民家宿、幼稚園を改修した映画館など、地域課題を解決しつつ非日常体験ができる施設も生まれています。何より、外から訪れる人をあたたかく迎え入れてくれる空気があるのです。

さらに「サードプレイスは、推し活と似ています」とも。居心地の良い場所へ「推し」を持つことで、人生は楽しく豊かになる。それは、忙しい日常の中で失いかけていた自分らし

さを取り戻すことにも繋がります。山梨には、それだけのポテンシャルがあると松下さんは期待を寄せています。

難しく考える必要はありません。ただ、ぼんやりと過ごせる場所がひとつあるだけで、日々の景色は変わっていきます。そんな居場所を探しに、まずは山梨へ寄り道してみたいかがでしょうか。



株式会社ビームス クリエイティブ
シニアプロデューサー
松下 圭さん



写真提供：松下 圭氏

共に山梨の地域活性化に挑むメンバーたちと。松下さんお気に入りの古民家宿「るうふ 織之家」にて、美味しい食事と安らぎのひと時を満喫。

松下さんが注目する山梨のイイトコロ



1 都心から近い

都心からは車で約90分。「気軽に行ける」というのはサードプレイスとして大きな強みだ。



2 山の幸が美味

ジビエや川魚、キノコに山菜と山の幸が豊富。松下さんのおすすめは南山梨発祥の「ヤマ焼き」だ。



3 懐深い地域

センスの良い飲食店や古民家宿、幼稚園を改修した映画館など、新しい挑戦が次々に生まれている。



山梨移住を成功させる公的支援活用ガイド

都心から近く、自然豊かな住環境が整い、移住先として高い人気を誇る山梨県。「やまなし暮らし支援センター」の相談員・中川恵美さんによれば、就労支援、住宅補助や移住支援金、子育てへの助成など、公的制度が手厚く用意されているといえます。スムーズな移住に向け、自分に合った制度を探してみてください。



仕事



山梨県には、製造業をはじめ観光、農業、医療・福祉、小売など幅広い産業が存在します。移住者の求職を支える県公式の就職情報サイトなども用意されているため、まずは活用してみましょう。

住まい



山梨県は地域ごとに生活環境が大きく異なります。生活全体のイメージや希望に合わせて、移住情報を発信するWebメディアや移住支援金制度など、以下の「住まいの支援制度」を確認し、住まいを探してみましょう。



① 情報収集

- **二拠点居住・移住総合Webメディア「Y-charge」の活用**
 - ・山梨県を拠点に二拠点生活や移住を実践する人々の声や、暮らしに役立つ情報を発信する県運営のWebメディア
 - ・情報収集の起点として活用できます
- **「移住アンバサダー制度」**
 - ・実際に移住した人や地域で暮らす人が、生活の様子や子育て環境などの情報を移住者の目線で伝えてくれる制度
 - ・行政の案内だけでは分かりにくい日常の情報を入手できるのも魅力です

② 物件探し

- **「空き家バンク」(各市町村で運営)**
 - ・空き家の所有者が登録した物件情報を、移住希望者に紹介する仕組み
 - ・古民家や庭付き住宅など、一般の不動産市場には出ていない物件が見つかることも
 - ・山梨ならではの住まいに出会える可能性がある一方、築年数の古い物件では修繕の可能性についても考慮に入れましょう

③ 各種補助制度の活用

- **「移住支援金」制度**
 - ・東京23区内に在住・通勤していた方が、山梨県内で対象となる求人に応募するなど一定の要件を満たした場合、申請に基づき支援金が交付されます
 - ・要件については事前に確認を
- **「やまなしKAITEKI住宅」**
 - ・県が定める省エネルギー性能や快適性などの基準を満たした住宅の新築・改築を対象に支援を行う制度
 - ・長く快適に暮らせる住まいづくりの後押しを目的としています



ステップ① 情報収集・仕事探し

- **県公式就職支援サイト「やまナビ!」の活用**

「やまナビ!」は、多数の県内企業の情報を掲載するほかにも、AI診断やインターンシップ情報の公開、相談予約など、さまざまな機能があります
- **山梨県の幅広い産業について**

産業別従業員数としては製造業が約20%と最も多く、卸売・小売業、医療・福祉が続きます。とりわけ製造業や観光業が重要な雇用の場となっています

ステップ② 働きやすい環境についての確認

- **「子育て応援・男女いきいき宣言企業」の情報収集**

子育てを応援し、男女がともに働きやすい職場環境づくりに取り組む企業が、以下の事項について宣言する制度です。仕事探しの参考にしてみましょう

 - ・仕事と家庭が両立できる職場環境をつくるための取り組み
 - ・社会全体で子どもや子育てを支えるための取り組み
 - ・男女がともにいきいきと活躍するための取り組み

ステップ③ 成長産業での就職を検討

- **「成長産業総合支援センター」関連業種での採用情報確認**

「成長産業総合支援センター」(2026年開設)は、県内企業が持つ優れた技術力を、将来の成長が期待される成長3分野(医療機器、水素・燃料電池、航空宇宙・防衛)へ展開・参入できるよう総合的に支援するための拠点です。近年、成長3分野に注目が集まっているため、自身のキャリアをこれらの分野で生かすことができないか、仕事探しの参考にしてみましょう

山梨県内各市町村、移住に関する問い合わせ先

自治体名	担当部署	電話番号
甲府市	連携共創課 自治体連携係	055-237-5319
富士吉田市	ふるさと魅力推進課	0555-22-1111 (内線296)
都留市	都留市移住・定住相談センター	0554-67-9155
山梨市	企画推進課 人口減少対策室	0553-22-1111 (内線2426)
大月市	企画財政課 地域活性化担当	0554-23-5011
韮崎市	移住定住促進課 移住定住担当	0551-45-9159
南アルプス市	ふるさと振興課 移住・定住担当	055-282-6073
北杜市	ふるさと納税課 移住定住担当	0551-42-1324
甲斐市	産業創造課 産業創造係	055-278-1708
笛吹市	企画課 企画調整担当	055-261-2032
上野原市	政策秘書課 政策担当	0554-62-3191
甲州市	政策秘書課 地方創生担当	0553-32-5037
中央市	政策秘書課 市政戦略担当	055-274-8512
市川三郷町	政策推進課 政策推進係	055-272-1103
早川町	まちづく政策課 まちづくり担当	0556-45-2513
身延町	企画政策課 田舎くらし推進担当	0556-42-4801
南部町	企画課	0556-66-3402
富士川町	政策秘書課 政策推進担当	0556-22-7216
昭和町	企画財政課	055-275-8154
道志村	ふるさと振興課	0554-52-2115
西桂町	企画財政課	0555-25-2121
忍野村	建設課	0555-84-7793
山中湖村	村未来政策課 ふるさと企画推進係	0555-62-9971
鳴沢村	企画課	0555-85-2312
富士河口湖町	政策企画課	0555-72-1129
小菅村	源流振興課	0428-87-0111
丹波山村	たばやま暮らし相談室	090-3119-5749
やまなし暮らし支援センター(東京・有楽町)		080-1600-5730

子育て・教育

少人数教育や自然体験といった地域の特色を生かした山梨県での取り組みは、家族の暮らし方と子どもの個性を尊重した教育とともに考える契機になります。以下のような支援制度やインフラが充実しています。



① 少人数教育

●「25人学級」の全学年導入

- ・児童生徒に寄り添った学級づくりを目指し、公立小学校の全学年で、1学級25人を基本とする少人数教育を推進(山梨県が全国に先駆けて進めてきた取り組み)
- ・2021年に小学校1年生からスタートし、学年を順次拡大。2026年には小学校6年生まで対象を広げ、全学年で25人学級が実現
- ・教員が子ども一人ひとりと向き合う時間が確保されるメリットがあります

② 特色ある地域教育

●「山村留学」

- ・早川町、小菅村、丹波山村で実施
- ・豊かな自然と手厚い教育環境、地域との交流のもとで、のびのびと学びながら健やかな心身と生きる力を育むことに力を入れています(14ページ参照)

●「丹波山式ゆるイエナ」

- ・丹波山村独自の教育コンセプト
- ・ドイツ発祥の「イエナプラン教育」をベースに学校と地域が連携し、異年齢学習や自主性の尊重などの理念を取り入れています(15ページ参照)

③ 豊かな自然体験と教育インフラ

●身近な自然に触れる学び場

- ・「山梨県森林公園 金川の森」(笛吹市)では、森の散策や生き物の観察、自然をテーマにした工作が体験可能
- ・尾白川(北杜市)など、清流での水遊びを含め、自然と近いのも特徴です

●充実した公共図書館

- ・山梨県内では、21の市町村が公共図書館を設置しています
- ・大型絵本や図鑑、紙芝居など、家庭で購入・保管することが難しい書籍を気軽に借りることができます

