

南アルプス市の移住・定住を全力で推すマガジン

nanpush!

なんぷっしゅ!



nanpush! 1

ハローニシゴリアンワールド!!



南アルプス市に宿る
にしごり
「西郡魂」を徹底調査!

Presented by



南アルプス市移住定住サイト

Presented by



南プスぐらし

南アルプス市移住定住サイト



南アルプス市の移住・定住を全力で推すマガジン

nanpush!

なんぷっしゅ!

Presented by

▲ 南プスぐらし

南アルプス市移住定住サイト

04 にしごり
西郡の原住民
「ニシゴリアンのウワサ」

06 100人に聞いてみた!
「南アルプス市ってどんなまち？」

12 気になるアレコレを可視化すれば、
このまちの暮らしが見えてくる!
「南アルプスアナライズ」

14 特別対談「聞いてみたかったこと、このまちのこと。」

20 西郡トークを円滑に「甲州弁基本用語辞典」

21 山梨学院大学経営学部 プレゼンツ
「ナウでヤングな西郡ライフ」

特集1

巨摩高・白根高からの帰り道に
「西郡のナウな放課後の過ごし方」

特集2

ヤングでリアルな気持ち
「どうしてここに残った？」

26 山梨学院大学経営学部 プレゼンツ
「NISHIGOHRI SNAP」

27 あなたは西郡トーク上級者になれるか!?
「甲州弁読解演習」

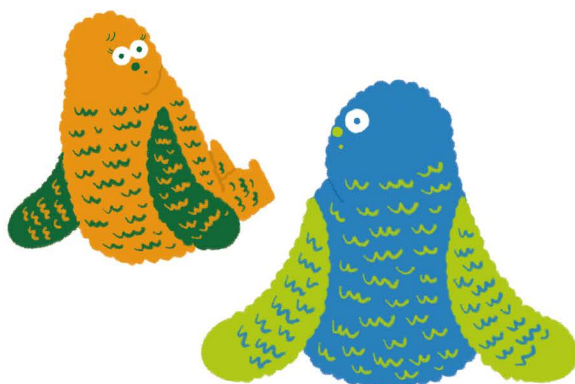
28 こども・子育て応援都市のリアル
「南アルプス子育てイドバタ会議」

30 南アルプス市エリアマップ

32 にしごり風物記

33 4つのライフスタイルをイメージ
「あなたは何方派？」

34 「西郡魂」ってなんだろう？



なんぷっしゅ!
「nanpush!」とは

南アルプス市の移住・定住を全力で推すマガジン。
このまちを知り、少しでも身近に感じていただけるよう、
「本当の南アルプス市」にこだわった情報をお届けします。

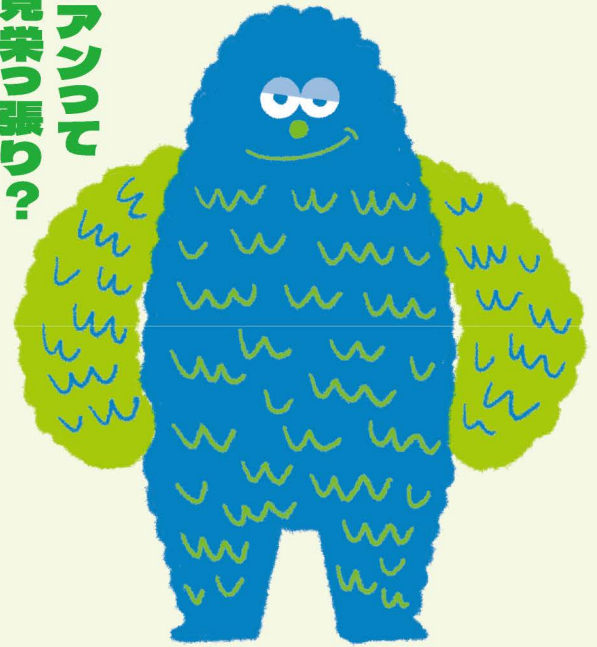
『南アルプスユネスコエコパーク』にも登録される豊かな自然環境を求めて、近年は県外からの移住者も増えつつある南アルプス市。このまちの背景には、かつて度重なる水害と戦ったタフネス溢れる先人たちの機転の歴史があった。市内を流れる御勅使川は、かつて氾濫が頻繁に起こる「暴れ川」だった。土石流や浸水、干ばつなどに見舞われ続けた過酷な環境下において、煙草の生産、養蚕業、そして現在のモモやスモなどが豊富に生産される果樹栽培へと、激動の変遷をたどることになる。釜無川西方に位置することから、しばしば『西郡』と呼ばれるこの地域で、逆境の中でも逞しく生き抜いた人々の気性を、少しエネルギッシュ過ぎるイメージで“西郡根性”と呼ぶことがある。でも、その「根性」とはきっと、家族や仲間たちとこの先も幸せに暮らしていくための大きな愛情のこと。なぜならこのまちの住民たちは皆、感情表現がちょっと遠回りなだけで、実はとてもハートフルな人たちばかりだから。愛すべきこのまちの原住民、西郡人。まさしくニシゴリアン！一緒にニシゴリアンたちの里を覗いてみてほしい。きっとこれを読み終える頃には、愛情深い“西郡根性”に満ち満ちたキュートな彼らに、会いたくてたまらなくなってしまうだろうから。

ニシゴリアンに
会いに行こう！



ウワサ 1

ニシゴリアンって
ちょっと見栄っ張り？



負けず嫌いで見栄っ張り。飲みに行ったら絶対に自分がお支払いしたい。支払われるなんて言語道断！「いいから、今日は出すから。いいって言うてるらー」って、いよいよちょっと怒ってる。でも、最後に「ごちそうさまー」って言ったら、嬉しそうにデレデレ笑ってた。

ウワサ 2

ニシゴリアンって
身肉以外には
塩対応ってホント？



どうやらニシゴリアンって身肉以外には塩対応らしい。でもひとたび認められると、家族みたくによくしてくれるんだって。さっきそこで会ったご年配の女性、会うの5回目だけとお菓子たくさんくれた。認めてくれたのかな…。

ウワサ 3

ニシゴリアンって、
語気が強くて
いつも怒ってるみたい？

「おまんぼなどこでなによおやつてるでー！」
びっくりしたーなんか怒られてる…？すっごく怒ってるみたいだけど手招きもしてる。どういう状況？来るなって言ってるの？それとも来いって言うてるの？わからないーよく見ると笑ってる…



ニシゴリアンの ウワサ

にしごおり
西郡の原住民

ウワサ 4

ニシゴリアンって
野菜と果物に
お金出したことない!?



「ートマトって今ほんねんするだー」って、たぶんトマトが高くてびっくりしてる。野菜や果物にお金を出したことがないって聞いたけどどういうこと？お肉とお魚ばかり食べてるのかな？昨日の晩ごはん、きゅうりだけで3品も出てきたけど、あれは一体どこで手に入れたの…？

ウワサ 5

ニシゴリアンって車がないと
一歩も外出できないらしい…

車がないと一歩も外に出られないってウワサ。車は1人1台持つのが基本のらしい。生活が車と密着しすぎて、もはや車に住んでいるらしいとも聞いた。おいおい家はどうした？ヘンすぎる！というか軽自動車って住めるの？





028 ひろ 南アルプス市在住

主婦 / 30代 / 山梨県外出身

地域の人柄としてはとても親切で温かく、フレンドリーな方が多いと感じます。知らない土地でのスタートでしたが、市内の方々の方々に支えられ、安心して暮らせています。また、周囲の山々と、広大な空が広がる美しい景色にも心が癒されます。素晴らしい環境であることを実感する毎日です。子育てにも最適で、きれいな空気の中、子どもたちがのびのびと成長しているのではないかと思います。移住して約2年半ほど経ちましたが、その間にもこの地域はどんどん住みやすくなっており、今後の更なる発展が楽しみです。



019 藤森 拓己 南アルプス市在住
 大学生 / 20代 / 南アルプス市出身
 果樹園と周囲を囲む山々に対し、誇りを持っている人が多い。

008 野田 翔太 **南アルプス市在住**
高校生 / 10代 / 南アルプス市出身
対応がとても温かで、気持ちいがほっこりするまち。



004 扶瀬 聡史 南アルプス市在住
and farm株式会社 代表 / 30代 / 愛知県出身
家族みんなが健やかに、美しい自然に囲まれながら
暮らせる!



055 ジル アニック リヴィエール 南アルプス市在住
日本語サロン参加者 / 20代 / アメリカ合衆国出身
人がフレンドリーでいい。まちは静かで自然や景色がきれい。居酒屋が美味しい。



056 小野山 三郎 南アルプス市在住
日本語サロン参加者 / 30代 / ブラジル出身
自然がきれい。子どもと一緒にに行ける公園が多いので、毎週どこかの公園に行こうか楽しみ。休日でもまちは静かでいい。



057 イトウ タカシ 南アルプス市在住
製造業 / 50代 / 北海道出身
ボクは会社員の息子だったので、住むところが変わることに抵抗はありませんでした。南アルプス市にきたのも移住というよりは仕事場の移転でした。どこでも合う人もいるし合わない人もいます。今住んでいるところでは心地よく仕事をして暮らしています。



058 古屋 陽亮 南アルプス市在住
農家 / 30代 / 南アルプス市出身
若い移住者や企業が多いため、若い人たちが中心となって老若男女を取り込んだ新しい行動を起こしやすいまち!



059 秋山 昭斗 南アルプス市在住
建設業 / 20代 / 南アルプス市出身
まわりとのつながりが強い! 困った時は、まわりにいるみんなと、大自然が助けてくれる、「ココロのヨリドコロ」。



060 井上 展弘 南アルプス市在住
自営業 / 40代 / 南アルプス市出身
果物がとにかく豊富です。地域の方と仲良くなると果物のお裾分けも! 南アルプス市民=果物はもらうもの!



061 横内 孟 南アルプス市在住
株式会社横内酒造店 代表 / 80代 / 南アルプス市出身
南アルプスの豊かな大自然。空気も水もきれいで、美味しい果物やお酒が造られています。



062 入倉 求 南アルプス市在住
ほたるみ館 理事 / 70代 / 南アルプス市出身
南アルプス市は南アルプスからのきれいな水、寒暖の差で作られる、米・野菜・果物などの美味しい物がいっぱい。南アルプス市民は地元を愛しているので、地元で採れる物を大事に、地元の食材を使って美味しい加工品を作っています。



063 矢巻 行祥
社会福祉法人ゆうゆう 理事長 / 40代 / 甲府市出身
多様な考え方、方法を受け入れ試してみようとする。人に対する信頼がまち全体から感じることができる。生まれ育ったまちのことを好きな人が多く、何かやろうと動くとき色々な人とつながってくれと感じている。



045 保坂 明里 南アルプス市在住
美容師 / 20代 / 南アルプス市出身
人と人、人とのもの“つながり”がいつだって隣り合わせ。訪れるとを感じる、懐かしさや深い絆。柔和な魅力があふれてる、帰りたくなる場所。



046 協谷 毅 南アルプス市在住
アルバイト / 60代 / 兵庫県神戸市出身
地元を大事にして、フレンドリーでお付き合いしやすい。



047 名取 和江 南アルプス市在住
南アルプス市キャラバンメイト連絡会 会長 / 80代 / 北杜市出身
認知症になっても、住み慣れた場所で最後まで安心して暮らせるまち。



048 小野山 みゆき 南アルプス市在住
日本語サロン参加者 / 40代 / ブラジル出身
静かで自然や景色がきれいなまち。野菜をくれたり料理を教えてくれるなど親切で優しい人が多い。



049 黒木 カルメン 南アルプス市在住
日本語サロン参加者 / 70代 / ペルー出身
富士山が見えるのが良い。人は野菜をくれたり、いろいろ教えてくれて優しい。



050 望月 エリ 南アルプス市在住
日本語サロン参加者 / 70代 / 台湾出身
静かでいい人が多いので安心。スーパーが近い。



051 堀内 カミラ
日本語サロン参加者 / 30代 / ブラジル出身
公園が大きくてきれい。日本語のサポートをしてくれて優しい。



052 アドリアン アスハリ 南アルプス市在住
日本語サロン参加者 / 30代 / インドネシア出身
日本語サロンの人たちが優しい。果樹園が多く、ブドウが美味しくて大好き。ごみの分別ができていない人がいたり、バスが少ない。



053 アモロス ナガキリシトミコ 南アルプス市在住
日本語サロン参加者 / 20代 / ペルー出身
公園がいい。優しい人がたくさんいて助けてもらえる。



054 西田 ジャケリネ 南アルプス市在住
日本語サロン参加者 / 60代 / ペルー出身
芦安地域に10年、白根地域に20年暮らしている。人はみんな優しく、南アルプス市が大好き。特に芦安地域は、たくさんの人たちに暮らしをととても助けられた大好きな地域。



038 土屋 匡生 南アルプス市在住
接客業 / 30代 / 南アルプス市出身
南アルプスの人は面倒見がよく、過干渉せずバランスが心地良い人が多いと思います。最初は人見知りに見えるかもしれませんが、適度な速度感で距離を縮めて仲良くなり、根本的には人が好きでコミュニティ内の人を気にかけてくれるような人が多いと感じています。



039 カワテタカヒト 南アルプス市在住
フリーランス / 50代 / 南アルプス市出身
よく南アルプス市では「桃は買うものじゃなくてもらうもの」なんて言うけど、実はあげる方の農家も「もう他でたくさんもらって、実は迷惑じゃないか?」などと、意外と気を遣って桃を配っている。



040 望月 洋輔 南アルプス市在住
フリーター / 40代 / 身延町出身
様々なジャンルで活動しているグループがたくさんあって、個人がやりたいことを実現しやすい環境が整っていると思う。地元愛が深いからか、特殊な物事に対しても理解することに努力し、協力してくれる人たちがたくさんいると思います。



041 平野 かおり 南アルプス市在住
音楽講師 / 30代 / 南アルプス市出身
大人も子どももスポーツが好きで、明るく元気な人が多いです。スポーツの為の環境も整っています。子どもの頃から競技場などを使ったり、中学になると部活も盛んで、クラブチームなどで頑張っている子も多いです。また、事業を立ち上げている人が多い印象です。農業は、個性を出しながら若い人が頑張っています。行政もSNSや広報などで頑張っている人を積極的に取り上げており、様々な分野の良さを認め合える環境があると思います。



042 宮川 幹太 南アルプス市在住
会社員 / 20代 / 南アルプス市出身
仕事も遊びも、平日も休日も住みやすいまち。



043 相澤 郁也
医療職 / 30代 / 南アルプス市出身
南アルプスの人は穏やかで親しみやすく、自然体で接してくれる人が多い印象です。最初は控えめな態度に見えることもありますが、少しずつ信頼関係を築きながら、気づけば深い付き合いができるようになる温かさを感じます。また、地域や人とのつながりを大切に、助け合いの精神を持った人が多いと思います。



044 中込 紗代
IT職 / 30代 / 南アルプス市出身
南アルプスの人は地域との繋がりを大事にする人が多いと思います。今でも物々交換があったり、必要な情報交換をしたり、周りの人を常に気かけ、お互い助け合って生きている人がたくさんいます。



029 りか 南アルプス市在住
主婦 / 30代 / 静岡県出身
子どもたちに優しく、子育てしている私たちにも寄り添い、一緒に考え、手を差し伸べてくれる。



030 田中 奈津世 南アルプス市在住
主婦 / 30代 / 山梨県外出身
無尽(むじん)という独特な集まりがある。特に県外出身者には初めはびっくりするかもしれないが、参加してみるとただの飲み会だったので拍子抜けした。子どもが好きな方や温かく見守ってくださる地域の方が多く、子育てしやすい市だなと思う。



031 川崎 康平 南アルプス市在住
公務員 / 20代 / 笛吹市出身
去年、一卵性3つ子を授けました。育児環境を考える上で、妻の地元でもある南アルプス市は子育て支援が充実している点から転入を決意しました。



032 櫻本 千恵子 南アルプス市在住
シングルマザー / 40代 / 南アルプス市出身
どこを見ても山、目の前には畑に田んぼ、自然の中で思いっきり泥んこになりながら子育てをできる場所。



033 花房 千夏 南アルプス市在住
会社員 / 30代 / 愛知県出身
初めての子育ては不安でしたが、南アルプス市は子育てサポートが手厚く、支援センターも充実しています。地域の皆様に温かく子育てをサポートして頂いたおかげで、家族でとても楽しい日々を過ごせています。



034 川崎 将人 南アルプス市在住
市単講師・地域活性化集団 代表 / 60代 / 南アルプス市出身
時間の流れがゆったりとしていて、せかせかと何かに追われることがない。自然、生きものを全身で感じることができ、人柄もとてもおおらかでゆるやか。人も車もスーパーも病院も学校もfumotto(フモット)などの商業施設も、その数も規模も全てが丁度良い。高層ビルに囲まれた圧迫感もなければラッシュ時の人混みに感じるような戸惑いもない。63年間南アルプスに住んでいるが、全く他地区に住もうとは思わない。



035 岩澤 詩恵莉 南アルプス市在住
会社員 / 20代 / 甲斐市出身
複数の人から同じフルーツをいただくので、贅沢に食べ比べができる。



036 矢崎 賢 南アルプス市在住
飲食店経営 / 50代 / 南アルプス市出身
語り尽くせないほどの魅力が南アルプス市にはあり、お客さんからその雰囲気を感じられるのはこの仕事の醍醐味のひとつになっています。



037 花輪 廉 南アルプス市在住
会社員 / 20代 / 南アルプス市出身
山と空に囲まれる自然を気に入ってます。



092 入倉 貢 南アルプス市在住
「百歳体操」参加者／70代／南アルプス市出身
『中野の棚田』が昔のまま残っている。老いも若きも元気です。



093 五味 寿江 南アルプス市在住
「百歳体操」参加者／90代／北杜市出身
みんな優しく、すてきな所。果物が美味しく、自分の住む若草地域は地形が平らで暮らしやすい。



094 秋山 れい 南アルプス市在住
「百歳体操」参加者／90代／南アルプス市出身
野菜、果物が美味しく、ものをもらったりあげたりといった人情味のある近所付き合いがとても良い。



095 神山 栄和 南アルプス市在住
「百歳体操」参加者／70代／南アルプス市出身
市内で『一斉あいさつ運動』をしていて、見知らぬ人同士でも挨拶をする地域。犯罪が少なく、安心して住めるところです。



096 五味 たけみ 南アルプス市在住
「百歳体操」参加者／70代／南アルプス市出身
高齢者のサロン、「百歳体操」に参加しています。高齢になってもみんな働き者で、毎日畑にいてる人が多く、元気で過ごせるまちです。交通アクセスが良く、総合病院へ5分で行けます。買い物にも便利なまちです。



097 上田 照雄 南アルプス市在住
「百歳体操」参加者／80代／南アルプス市出身
山梨県の西側、南アルプス山麓に位置する自然に囲まれた地域。頂上が何処にあるのがよくわからないなだらな稜線が目立つ棚形山。傾斜地には開耕された美しい田園風景が広がり、果樹の花の咲く頃になると青々とした苗が育ち、富士山頂付近に雪が来る頃になると天高く実りの秋へ移行する。山の紅葉が始まる頃には柿が実り、富有（ふゆう）や次郎（じろう）といった甘柿のほか、枯露柿やあんぼ柿が軒先に吊るされた景色は、晩秋の風物詩にもなっている。



098 田中 桂子 南アルプス市在住
「百歳体操」参加者／80代／南アルプス市出身
富士山が見えて空気が美味しい。通学路を子どもたちが通ると、にぎやかに挨拶をしてくれて活力になります。近所から新鮮な野菜をいただくことも多く、穏やかで笑顔がいっぱいです。



099 野呂瀬 久雄 南アルプス市在住
農家／80代／南アルプス市出身
市街地と自然の距離が近くてバランスの良い環境。企業誘致にも積極的で、今後も発展性が見込まれる地域です。嘘をつけない性格の方が多く、一見シャイに見えますが、砕けた時には気持ちの良い人柄が滲み出ます。



100 金丸 一元 南アルプス市在住
南アルプス市長／70代／南アルプス市出身
西に棚形山、南に富士、北に八ヶ岳、囲を山々に囲まれた水が美味しく、緑がいっぱいの自然豊かな土地。



082 浜辺 きみ子 南アルプス市在住
シルバー人材センター会員／70代／富士川町出身
富士山を仰ぎながら、新鮮な空気の中、一日が始まる。緑いっぱい自然に囲まれ、穏やかな人生とのふれあいがあふれてる。



083 松本 幸男 南アルプス市在住
シルバー人材センター会員／70代／南アルプス市出身
うまい空気とうまい水。季節ごとにいろいろなフルーツが楽しめるまち。南アルプス市はいいところです。



084 鎌 みな江 南アルプス市在住
シルバー人材センター会員／80代／南アルプス市出身
富士山や八ヶ岳などの眺望がすばらしい南アルプス市。人情味が厚く、とても暮らしやすいところです。



085 渡辺 次江 南アルプス市在住
団体職員／60代／南アルプス市出身
住宅街に住んでいますが、毎年蛍が見えます。時には庭まで！自然と共生しています。



086 伊藤 幹雄 南アルプス市在住
団体職員／60代／南アルプス市出身
日本で二番目に高い山から富士山を見たい。北岳にさあ行くじゃん!!



087 米山 崇 南アルプス市在住
団体職員／60代／南アルプス市出身
サクランボ、スモモ、桃、ブドウ、柿、あんぼ柿、枯露柿と春から秋まで美味しいものがいっぱい。



088 金丸 たえ子 南アルプス市在住
「百歳体操」参加者／70代／南アルプス市出身
眺めがいい、夜景がきれい、棚田がきれい、空気がきれい。ショッピングモールへすぐに行けるし、子どもや65歳以上の方が無料で利用できる施設が多く、孫と一緒に美術館などへ気軽に行ける。



089 小倉 保雄 南アルプス市在住
「百歳体操」参加者／90代／南アルプス市出身
93年間ずっと地元に住み、現役で農業をやっている。富士山と棚田の美しい景色が広がり、中野城跡など歴史的な場所もある。



090 小野 美枝 南アルプス市在住
「百歳体操」参加者／80代／南アルプス市出身
住み良いところです。スーパーがたくさんあるので買い物に便利。



091 塚田 ひろ子 南アルプス市在住
「百歳体操」参加者／80代／南アルプス市出身
水田地帯に住んでいます。昔は平地の僻地とも言われましたが、今は住宅がたくさん建って、スーパーや病院、図書館も近くて便利です。穏やかな人が多く、高齢者は自転車に乗れるくらい元気で、畑で野菜を育てて暮らしています。



072 北村 公一 南アルプス市在住
K.クローバー株式会社 代表／50代／南アルプス市出身
自然と人の触れ合いの中で年代を重ねる度に地元愛が強く熟成されている事に気付き、生まれも育ちも仕事も南アルプスで最幸です。
なので、Welcome Minami alps city.



073 米山 正仁 南アルプス市在住
株式会社米山住研 代表／60代／南アルプス市出身
南アルプス市は伝統的な農業や里山の風景が残り、自然と共存、調和した魅力を持つ場所です。住む人々に癒しと感動を与えてくれます。



074 市川 三千雄 南アルプス市在住
（公社）山梨県宅地建物取引業協会 名誉会長／70代／南アルプス市出身
挨拶を交わせば、思いやりや助け合いの心を持った人柄が良くわかる。何事にも真剣に取り組み、地域を良くしたい人が多い。



075 小林 重行 南アルプス市在住
シルバー人材センター会員／70代／大分県出身
大分生まれで、38年間東京生活、18年前に「富士山の眺望」「果物の宝庫」「自然災害が皆無に等しい」という点に心惹かれ、移住定住しました。ぜひ皆さんも南アルプス市へ!



076 内藤 裕元 南アルプス市在住
シルバー人材センター会員／70代／南アルプス市出身
定年後は人生シルバー会員として新たな仲間との会話が進み、仕事にレクリエーションにと、毎日豊かに生活することができるまちです。



077 依田 毅 南アルプス市在住
シルバー人材センター会員／70代／南アルプス市出身
大自然の中で、のびのびと子育てしてみませんか？ 保育料も無償です。



078 大芝 久 南アルプス市在住
シルバー人材センター会員／60代／南アルプス市出身
夏は暑く、冬は寒い、厳しい自然環境ですが、その分人の情は厚いところです。



079 伊藤 茂子 南アルプス市在住
シルバー人材センター会員／70代／東京都出身
趣味を活かしたサークル活動など、気の合う仲間と楽しく暮らせるまちです。



080 伊東 仁 南アルプス市在住
シルバー人材センター会員／60代／南アルプス市出身
元氣なお年寄りが多く、生き生きと生活している人が多い。田舎の土地柄だからこそ、若い人とも交流や助け合いができています。



081 齊藤 俊昭 南アルプス市在住
シルバー人材センター会員／80代／南アルプス市出身
元々の風習は『集落根性』と言って、他集落の人はあまり歓迎されませんでしたが、最近は朝の挨拶から始まり、集落の様子など話してくれるなど、とても親切な人が多いです。



064 福山 武 南アルプス市在住
古物商／30代／兵庫県加古川市出身
荒々しい甲州弁の中に愛がある。歴史があり、地域に神様が多数。村、集団として、共に生きる意識が強くあるように感じる。森を背負っているので、時間軸が街に住んでいた時よりもはるかに長い。



065 横澤 真衣 南アルプス市在住
会社員／20代／南アルプス市出身
「自慢の故郷」。どんな場所にいても、住んでいても、帰りたいと思える場所!



066 中込 佳純 南アルプス市在住
小学生／10代／南アルプス市出身
フルーツがとても美味しい。



067 竹内 太郎 南アルプス市在住
教員／50代／神奈川県茅ヶ崎市出身
南アルプス市ではランニングやウォーキングをしている人が多く、まち中を歩いているとたくさんランナーを目にします。地域の人のつながりが深く、助け合い、支え合って暮らしています。海の近くで育った身としては、東西南北どこを見ても山に囲まれていることが驚きでした。高いビルなどもなく、見晴らしが良い自然に囲まれた環境にあり、富士山も大きく見えます。そして水道水が美味しい! クセやエグみや臭みもなく、浄水器などを通さずそのまま飲むことができます。また果物が豊富に穫れ、特に桃の収穫量には驚かされました。桃は熟した柔らかいものが普通だと思っていましたが、シャリシャリとした食感の甘い桃が食べられます。



068 加藤 ゆう 南アルプス市在住
大学生／20代／南アルプス市出身
桃やブドウ、サクランボなどの畑や田んぼが広がっており、自然豊かでのびのびと暮らすことができます。



069 横内 咲来 南アルプス市在住
小学生／10代／南アルプス市出身
近くに大きい芝生の公園があり、遊びながら富士山が見られるので嬉しい(´▽`)!!

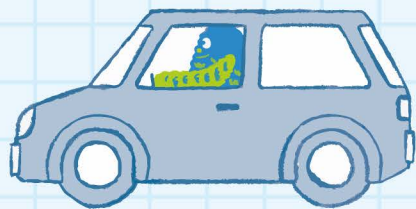


070 青柳 伸彦 南アルプス市在住
株式会社アヤマ企画 代表／40代／南アルプス市出身
南アルプス市は子育てしやすい環境が整っていると思います。仕事柄、県外、市外からの移住もご案内しています。『南アルプスユネスコエコパーク』などきれいな空気と自然豊かな景観が好まれています。



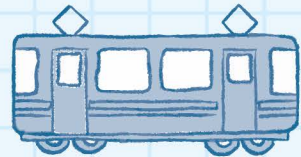
071 中込 康次 南アルプス市在住
株式会社ナカゴミ建設 代表／60代／南アルプス市出身
南アルプス市は自然に囲まれながらも、スーパーやホームセンター、飲食店など利便性の良い生活しやすい地域だと思います。ゆったりのおんびりした地域柄、人情味あふれる優しい人が多いです。また、我慢強い忍耐強さも持っているため、公私共に信頼がおける人が多いようにも思えます。

03 首都圏と通勤時間の違いは？※2



南アルプス市

21.2分



新宿区

34.5分

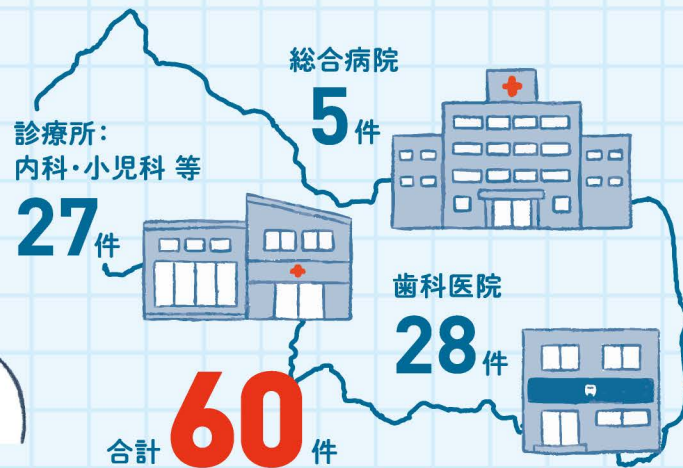
首都圏より10分以上と
大幅な時短が見込める一方で、
車通勤だと電車のように
通勤時間を有効活用するのは
難しいという側面も…。



04 病院の数はどれくらい？

(当局調べ 令和4年1月時点)

救急なども対応可能な
総合病院が5件に、
診療所や歯科医院が
55件もあるのは安心！
大学附属病院が
隣市にある好立地も
心強いポイント。



05 スーパーの数はどれくらい？

(当局調べ 令和6年12月時点)



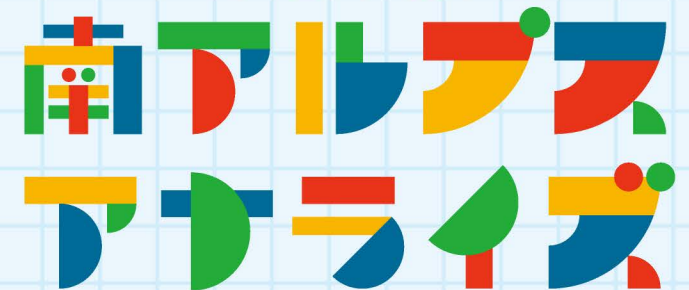
11件

旧町村の各エリア中心部付近に
満遍なく立地しているので、
食料品や生活品の調達に
困ることはなさそう！



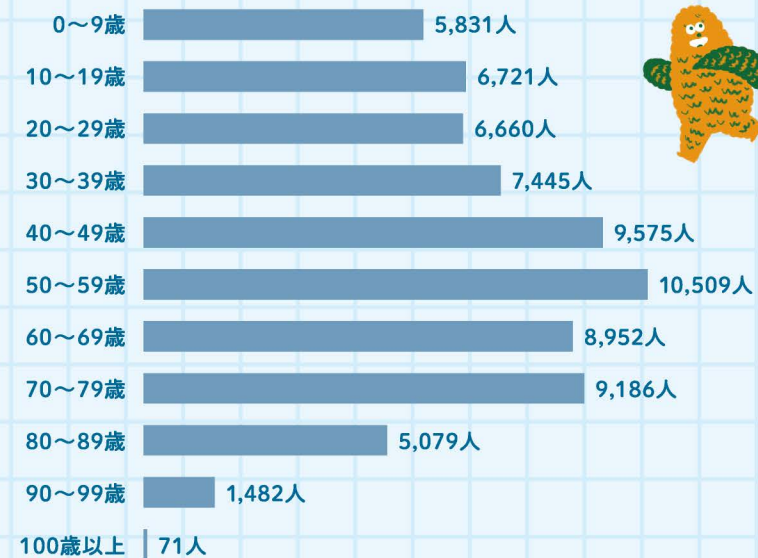
気に入ったまちでも理想の暮らしが実現
できるかは慎重に見定めたいところ。当企画
では生活に関わる“気になるアレコレ”を
リサーチし、南アルプス市の暮らしを解析。
ぜひ具体的な移住ライフをイメージして
みてください。

気になるアレコレを可視化すれば、
このまちの暮らしが見えてくる！



01 どの世代の人がどれくらい住んでいる？

(令和6年4月1日付 住民基本台帳人口)

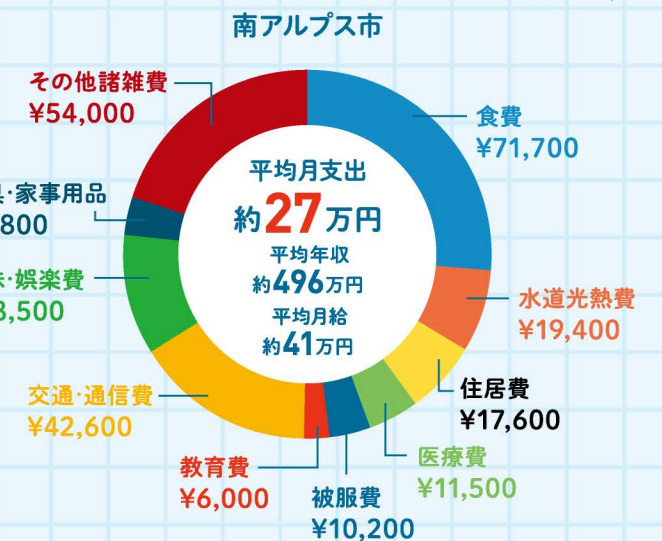
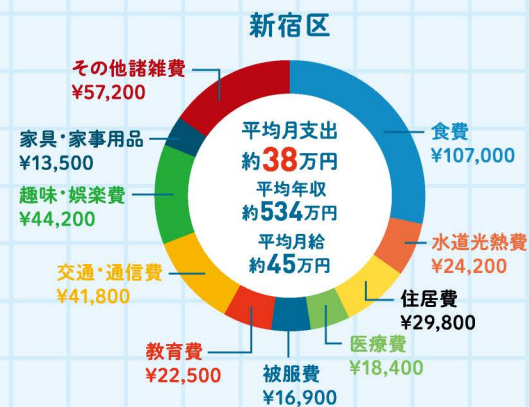


中高年層が多いけれど、
20～30代の子育て世代は
5年前の数値から減少せず、
ほぼ横ばい。
背景には子育て支援制度の
手厚さがあるみたい！



02 首都圏と所得・支出の差は？

(2人以上世帯の場合)※1



支出は抑えられる上、収入にさほど違いはないよう。
唯一上回っている支出が「交通・通信費」というのが、車社会の山梨県らしい結果！



※1 本データは、株式会社ゼンリンおよび株式会社ゼンリンマーケティングソリューションズが調査・集計を行った推計データをもとに掲載しております。(2022年4月末時点)
出典 「平成27年国勢調査」(総務省統計局)／「平成30年住宅・土地統計調査」(総務省統計局)／「行政区分地図データ2020」(株式会社ゼンリン)／「家計調査(二人以上世帯)令和元年年報」(総務省統計局)／「家計調査(単身世帯)令和元年年報」(総務省統計局)／「平成27年国勢調査町丁・字等別集計人口等基本集計」(総務省統計局)／「平成30年住宅・土地統計調査都道府県編」(総務省統計局)／「2021年版 個人所得指標」(株式会社ゼンリンマーケティングソリューションズ) ※2 「平成30年住宅・土地統計調査」(総務省統計局)を加工して作成

聞いてみたかったこと、 このまちのこと。

「何もない田舎なのに、どこが
いいの?」、これがあまのじゃく
な私たちの口癖。その魅力も分
かっているつもりなのに、何だか
恐れ多く照れ臭く感じてしま
うのです。だからこそ、良いところ
も悪いところもひっくり返して、改
めてこのまちのことを深く理解
したい。地元民、移住者、そして
移住を検討している人、三者三様
の想いを語っていただいた対談
企画。環境、子育て、文化、コミュ
ニティなど、それぞれの視点を
通して見えてくるまちの姿を、
ぜひ自分のまちと照らし合わせ
ながら読んでみてください。



これから住みたい人 やまき ゆきよし 矢巻 行祥

山梨県甲府市生まれ。現在も甲府市在住だが、南アルプス市への移住を検討中。社会福祉法人ゆうゆう理事長として、自然と人が響き合って子どもが育つ場づくりを目指す保育事業を展開。今回の取材場所『蔵 ku-ra』の運営者でもある



移り住んできた人 ふくやま たける 福山 武

兵庫県神戸市出身。2020年に甲斐市へ移住し、その後南アルプス市平岡地区へ移住。空き家バンクで土地付き250万円で古民家を購入し、リノベーションしながら家族4名で暮らす。長野県の農業法人に勤務



生まれ育った人 たけうち 竹内 みちる

南アルプス市出身で、南アルプス市総合政策部ふるさと振興課の課長を務める。短大卒業後市役所へ入庁し、生まれてから現在に至るまで南アルプスを出たことがない生粋の市民。過去には市の教育行政に携わった経験から、学校教育に詳しいという一面もある

聞き手 のろせ りょう 野呂瀬 亮

南アルプス市出身、甲府市在住。約3年間山梨県内の情報メディア会社で、南アルプス市の地域情報誌の編集長を務めた後に独立。現在はフリーランスのライター・編集者として活動中

移住してから 山の楽しみ方が変わった

野呂瀬 まずは矢巻さんと福山さんから、南アルプス市のどんなところに魅力を感じているか教えてもらえますか？

矢巻 車で走っているところを見ても景色がきれいなんですよ。まちから山を眺めても、山から甲府方面のまちを眺めても。あとは天気の変化、例えば雨上がりの陽の入り方なども好きですね。走っていて苦痛がまったくなく、ロケーションの良さを感じます。



福山 僕は水の美味しさですね。そして、びっくりするほど冷たい。僕が住んでいた神戸では、調べたところ琵琶湖を水源と

していました。130キロも離れている場所からの水を飲んでいる違和感がありましたね。僕の住む平岡という地区は簡易水道と距離が非常に近いです。水が美味しいし、米も野菜も美味しいし、土目もいいです。いい野菜ができる納得の土壌がある。そんな自然がありながらもまちが近く、買い物に不自由することがなく、東京も近い。そのバランス感がいいです。

どっぷり山というわけでもなく、ちょうど山が後ろにあり背負っている感じといいますか。

竹内 私は半世紀ほどずっとここに住んでいます。大学も実家から通い、卒業後は市役所に就職したので比べようがないのですが、嫌いにならないからずっと住んでいるんでしょうね。毎日山を眺めながら、「今日も富士山が見えるな、北岳は見えないな」という感じで、景色に飽きることがないです。

野呂瀬 矢巻さんは子育て支援センター『蔵kura』をなぜこの場所につくったんですか？

矢巻 私は南アルプス市へ移住を考えているのですが、まず自分の住まいを考える上で、災害や水害がなく安心して住める場所を探しました。ハザードマップ上で水害がないエリアは県内で少なく、ここにたどり着いたんです。白根地区に車で入りながら物件を探していると、偶然この建物を見つけて。すぐに馴染みの庭師さんに

矢巻 まず、保育料を無償化したのが先駆的でしたよね。一時預かり保育も完全無償化している。2023年から月10時間まで誰でも利用できる『こども誰でも通園制度（仮称）』を国がモデル事業として始めましたが、そのさらに先をいっているんですよね。自分の手を離しても誰かが手をかけてくれるような子育て観が少なくなっている現代で、この地域は子育ての手が多いと感じます。

竹内 私も子どもが二人いますが、子育てを始めた1992年頃は、育児休業法が施行されたばかりで、今ほど産み育てる環境が整っておらず、医療費の無料化もありませんでした。そういう時代を経て、今は『こども子育て応援都市宣言』を掲げています。数々の施策が少しずつ成果となって表れている実感があります。

矢巻 市役所に行っても嫌な気持ちになったことが一度もないんですよ。例えば何かを相談するにしても、市民のためになるかどうかで行動してくれる。無理だとしても、なんとかするために一緒に考えてくださったし、「こんな方法はどうか」と、提案があったり。みんなでなんとか形にしようとする力があって、すごく気持ちいいんですよ。

野呂瀬 面倒見の良さは地域性としてありますよね。内輪の人たちを大事にする文化といいますか。

連絡し、一緒に見てもらいながら決断しました。本当は家にするつもりでしたが、これだけ立派な建物を自分のためにだけに使うのは違うと感じ、市へ提案にいったという経緯です。

野呂瀬 福山さんが移住をした経緯も教えてください。

福山 元々僕も妻も山登りが好きで、いつか自然の多い信州や山梨に住みたいと思っていました。当時は神戸で桃とぶどうを栽培していて、まずは本場である山梨の果樹園を見に行ってみようと思った時に、果樹にとっても自然な環境だと感じました。味も美味しくて、歴史もある。こちらで農業をやりたいと思うようになり、移住を決めました。

野呂瀬 山は満喫されていますか？

福山 登山部だった高校時代から山がずっと好きで、登ろうと思ってこちに來たけれど、今では登らないというよくあるパターンですね（笑）。なんせ家の裏に標高2,052メートルの櫛形山があるの。時々走りに行ったりはしますが、今は山菜採りくらいしか行かなくなりましたね。レジャーではなく生活の一部というか。山の楽しみ方もすごく変わりましたね。



野呂瀬 では、南アルプス市の課題かなと思うことはありますか？

福山 公共交通機関が限られているところですかね。昔はボロ電※1が通っていたと聞きましたが、今後南アルプス市に駅ができることはもうないですよ。

竹内 ボロ電が通っていたのはもう60年くらい前ですね。私たちも学校に行くときには、路線バスしかありませんでした。

福山 高齢になったらどうしようというのはありますね。僕にとってはまだまだ先で、文明の成長の方が早いと思うのでなんとかなるだろうとは思いつつ、今の時点では大変そうだなと感じています。

竹内 高齢化が進むと交通弱者が生まれることは、行政の大きな課題でもあります。私たちも免許を返納した後の移動手段を考える時代が近づいている。今はタクシー券を発行したり、コミュニティバスもあつたりますが、まだまだ足りないですよ。

五感に訴えかける環境が すべて揃うまちで 人も自然も後世に つないでいく

福山 移住した日に「難しいところに来ましたね」と地域の人たちに脅されたので、癖が強いところなのかと思ったんですけど、意外と違和感なく馴染めました。僕は関西出身で、地元にはもっとアクの強い人もいたので（笑）。あとは移住したタイミングで南アルプス市の猟友会に入ったんですけれど、元々所属していた甲斐市の猟友会とは全然色が違うんです。かなり癖が強くて、趣味としてではなく狩猟と本気で向き合うといえます。でもそっちの方が人間の本質ですよ。

矢巻 命と向き合っている感じがいいですよ。

福山 僕は古物の仕事もしているのですが、甲斐市の古物市場で会うアクの強いおじいちゃんたちとの交流も徐々に深まってきて、一般的に移住者同士でつながりを持つパターンが多いと思うのですが、そうではなく土着の人と一緒に遊ぶことが最近増えています。この土地から出ていない人とひんなことから出会い、だんだん暮らしが広がってきています。

野呂瀬 人を紹介してくれるのもこのまちの地域性ですよ。

福山 やっぱり周りの人が温かいですよ。うちの子は気軽に隣の家に行ったりします。地域の人が「子は宝」だと思つて大切に強く、まるで子どもが崇められているかのように感じます。「とりあえず家入っていつて」と、道を歩いていけば飲み物やお小遣いまでもらったりして（笑）

南アルプス市は 子育ての手が多い地域

野呂瀬 子どもを育てる環境面ではどうですか？

野呂瀬 平岡は僕の実家からも近い地域ですが、あの辺りでは子どもが一人で歩いていても不審者はいない。住民が可愛がってくれる姿が容易に想像できます。

福山 歴史もすごくある地域ですよ。平岡は水害が少なかったらしく、地域に根ざした神様が多く残っている。それに土器がかなり出土していて、うちも土間をつくるにあたり穴を掘ったところ、土器っぽいものが出てきましたね。

野呂瀬 平岡では、集落に流れる水路のところで「つけえば」と呼ばれる洗い場もあります。「使い場」という意味だと思つて面白いですよ。矢巻さんは南アルプス市の子育てについてどう見えていますか？



竹内 市内には小中学校が22校ありますが、合併前と比較して県内で学校の統廃合をしていない数少ないまちのひとつです。それは減った子どもに合わせるのではなく、子どもが増えていく未来を目指しているためです。小中学校の給食費無償化も県下では早い段階で実施しました。県の人口は80万人を切っていますが、「うちだけは増える」というつもりでやっています。諦めるのではなく、やろう、できる、という考え方ですね。

野呂瀬 身内の面倒見が良くて爽快。「やったるぜ」という気概がある。まさに「西郡魂」ですよ。



というのは僕も思っています。南アルプス市では物々交換や何かをやった代わりに別の作業をお願いするなど、あげたりもらったりする風習が色濃いですよね。

矢巻 お金の価値があるうちにどんどん投資して人を豊かにしていけば、そこから持続的に仕組みがなくなり、この場所は大事にされ続ける。そういう仕組みをつくりたいんです。

近くにいる人を幸せにすることが、全体の幸せにつながる

福山 僕はただ、時々ぼーっとして足を止められる時間があればそれで幸せなんです。何か問題を解決しようとか、社会に貢献しようという意識があまりなく、できればいいよねというくらいで。争いがあれば止めて、誰かと誰かをつなげて。

野呂瀬 できる範囲の力で周りの人に優しくする。

福山 そうですね。みんなが近くにいて人たを幸せにしていけば、全体の幸せになりますよね。遠くの人を幸せにすることも大事だとは思いますが、周りから少しずつ広がっていく。

矢巻 移住で最も大事な人はだと思っんですよ。自分の好きな人がいると思うと、近くへ行きたくないですか。そんな

自然な営みが、移住する上で一番の意欲につながると思うんですね。

野呂瀬 行く度に顔を合わせる人がいると、第二の故郷という感じがしてきますよね。会える人や連絡できる人がいるかどうかが大事。

福山 もうひとつ僕が思っているのは、時間軸をもっと長く考えてもいいなと。平岡の区会でみんなが集まると森の話になるんですよね。山を区で持っていて、代々つないでいっている。そういう話を聞くと、今何か問題を解決しようというよりも、自分がやったことが徐々に何かとつながって、ゆくゆくは地域が幸せになればいいなと思うようになるんですね。

竹内 自分が生きている間ではやりきれないこともありますよね。

福山 はい。丸石神^{まるいしのかみ}ってありますよね。石が山から飛んできてなぜか畑の真ん中に落ち、何かを感じながらそれを祀るわけですよ。すごく面白い。神様のお世話ですするなんて、心に余白がある感じがしますよね。普通に生活していたら絶対農作業だけで忙しいじゃないですか。

野呂瀬 道祖神も確かにたくさん残っているし、山の神様もいる。神様の歴史を大事にしていることが豊かさの象徴ですよ。

矢巻 そういった神様を守ることは、景色を守ることもありますよね。南アルプス

福山 ありますね。ここで暮らす人が本当に好きです。

竹内 矢巻さんが移住を検討している中でハードルに感じているところはありますか？

矢巻 移住すると決めてこの家に出会い、『蔵kura』として整備したことで首都圏に住んでいるこの家主さんがわざわざ近隣の住民に挨拶に行ってくださいました。だからこそ、ここで子どもがどんなに泣いても苦情がないですし、果物などの差し入れが届くなど、関係性を築けています。もし自分が住むのであれば、ご縁を感じる移住の仕方がいいですよ。大事に守ってきたものを受け継いで、地域の住民たちに認めてもらえるような生き方をしたいです。最近では「うちの隣が空いていますよ」と声をかけてもらう機会も増えてきました。

野呂瀬 今後南アルプス市に期待することをお一人ずつ伺いたいです。

矢巻 ある意味対価としてはお金ではなく、自分たちの時間を使うのにふさわしい場所として私は南アルプス市を選んでいきます。これからは、身近な環境を豊かにしていくことで、地域を住民で守る生活を一人ひとりがしていかなければ、もう限界がきていると思っっているんです。だから障がいがあったりも医療的ケアが必要であつても、どんな子どもたちでもそんな暮らしを送れるような、新しい時代の始まりを体現するような園舎

市にはそういう景色の強さを感じます。

竹内 水や土、緑を守っていくことも私たちの使命。ますますこのまちは子どもたちが暮らしやすく、多く集まってくるようになると私は思っています。人は宝ですよ。皆さんとお話して、改めてまだまだ南アルプス市にはポテンシャルがあると感じました。

※1 1930年〜1962年の間山梨電気鉄道が運行していた路面電車
※2 取材時は2024年8月30日。首都圏を中心に小売店から米が消え、買えなくなっていた



をここですくろうと考えています。土をつくる、水を守る、豊かな景色を受け継ぐ、そんな心の土壌を育む暮らしをテーマにした保育園です。全国から人が集まる場所になると確信を持っています。

野呂瀬 南アルプス市にはどのようなポテンシャルがあるの？

矢巻 豊かな資源や魅力に溢れた地域だと思っっています。いずれインフレになり、お金の価値が弱まる時代になると思います。これから、貨幣ではなく人やモノ、環境など数値では測れない価値観がより評価されていくと考える中で、教育はすごく大事なことです。合併をしても学校を維持してきたことにより守られている環境があり、公立で学校教育を変えられる可能性がある地域は南アルプス市だけだと感じます。ここには、土や水をはじめとした五感に訴えかける環境が全部揃っっているんです。きつとかつての日本人は、そうした自然と付き合う生き方をしていたと思うんですよ。

野呂瀬 本質的な人間の生き方に回帰していくということですね。今、米が買えないらしいじゃないですか※2。でも平岡にいれば米なんて買わなくても…

福山 近所のご厚意や付き合いの中でいただくことが多いですね。

野呂瀬 お金がいくらあつたとしても米が買えない。近い将来、お金の価値がなくなる



築180年の歴史ある古民家をリノベーションした子育て支援センター。一時預かり保育やカフェ事業などの子育てサポート事業を展開。様々な制度の垣根を越える“子育て世代のサードプレイス”として、新しい社会福祉施設の在り方を提唱している。

対談場所
地域子育て支援センター 蔵 Ku-ra
住所：山梨県南アルプス市西野1758
電話：055-244-7572
080-1352-9386
Instagram：@psc.kura



Instagram



ホームページ



おの りゅうや
小野 瑠也



ひはら しのぶ
日原 志暢



わたなべ もね
渡邊 萌寧



よしだ るか
吉田 瑠夏

西郡のナウな放課後の過ごし方

巨摩高・白根高からの帰り道に!

南アルプス市で過ごす放課後をもっと素敵に! 高校生ニシゴリアンに向けて「いつもとは少し違う放課後」をテーマに、中高生時代を振り返りながら考えた企画です。市内のお店でテイクアウトした食べ物を片手に、公園で友だちとわいわい話したり、デートや1人時間を楽しんだり…。そんな放課後の過ごし方を私たちがご提案します!



山梨県立
白根高校を出発



白根エリア

B 三好堂

4300m
30分

栗どら焼き
¥180

大粒の栗が入った
どら焼きで、北海道産の
大粒小豆を使用!



学校パン
¥108

昔は休日に学校へ行くと
貰うことが出来たパン!
どこか懐かしい味がします



オーナー 内藤さんご夫妻



創業75年の地元に愛される和菓子屋さん。
3代目のご主人が作る和菓子はどれも美味し
そうでした。また、木曜日と土曜日には手作
りの販売も行って、学生たちもよく
訪れるのだそう。夏季にはかき氷も人気で、
和菓子以外にも様々なバリエーションの味
わいが楽しめます。

〒400-0222
山梨県南アルプス市飯野3703-7
営業時間: 8:00~18:00
定休日: 火曜日



Instagram

A クレープ& ソフトクリーム CAFÉ ROPPE

2700m
15分



シャインマスカット
クレープ
¥1,380
おすすめNo.1!
旬のフルーツを使った
人気商品

チョコバナナ
¥630
一度は押さえて
おきたい人気No.1!

※こだわりのソフトクリーム
には野辺山の牛乳を使用



〒400-0221
山梨県南アルプス市在家塚531-1
営業時間: 10:00~18:00
定休日: 不定休



Instagram

南アルプスの果物を、多くの人に知ってもらいたいと始めたカフェ。
和気あいあいとしたお店で、居心地が良かったです。シャインマス
カットクレープは、映えにピッタリなだけでなく、果物を贅沢に味
わうことが出来ます。白根に近くなので、ぜひお立ち寄りください。

A ベーカリーループル

500m
3分



季節やさいのピザ
¥356

地元野菜を使った
おススメピザ!



オーナー 芦沢素征さん

クリームパン
¥172
自家製のカスタード
クリームが美味しい!

巨摩高校から近い創業43年のパン屋さん。店内には、季節
のフルーツを使ったデニッシュや土器をモチーフにした
「DOKI BREAD」、榊山あんぱんなど南アルプス市なら
ではのユニークなパンが並べられています。学生でもと
ても入りやすい雰囲気です。ぜひ、立ち寄ってみてはいかが
でしょうか。



〒400-0306
山梨県南アルプス市
小笠原1654-4
営業時間: 9:00~19:00
定休日: 日・祝日



Instagram

B クレープシルフ

500m
3分



生チョコクレープ
¥400*
ロングセラーの
人気No.1商品!



はちみつクレープ
¥400*
リピート率No.1!
店主の養蜂場でとれた
ハチミツを使用

※令和7年3月1日から440円



オーナー 佐藤耕二さん

食材にこだわったクレープ屋さん。店主のお客様に
喜んでほしいという気持ちが、お店の素敵な
雰囲気に繋がっていました。思い出に残るお店に
なること間違いなし。とても美味しいうえに良心的
な価格。友達との帰り道にぜひお立ち寄りください。

〒400-0306
山梨県南アルプス市
小笠原1423-11トライアル内
営業時間: 平日 10:00~22:00
休日 11:00~22:00
定休日: 不定休



YouTube

C くしがた 榊形総合公園

1400m
10分



地元の中学生や高校生の放課後
寄り道スポットといえばココ! ご近所
に住む親子連れから、部活動、社会
人スポーツクラブなど幅広い年齢
層に親しまれている公園です。暮れ
ゆく夕日を眺めつつ、友達と、はた
また恋人と!? ちょっぴりエモいひと
ときを過ごしてみてください。

〒400-0301
山梨県南アルプス市桃園1600



C みだいにのみ 御勅使南公園

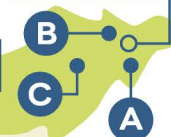
5600m
35分

西郡の大扇状地帯を作り上げた「御勅使川」ほとりの
大きな公園! 大きなアスレチックがある大規模な遊具
エリアや、美しいハーブガーデン、噴水など、エリアによって
楽しみ方は様々。遠くに聞こえる川のせせらぎを感じ
ながら過ごす夕暮れ時はなんとノスタルジックです。



山梨県立
巨摩高校を出発

榊形エリア



ヤングでリアルな気持ち

どうして

ここに残った？

2022年3月の調査では、高校卒業後に県外へ進学する生徒数は、47都道府県のうち第13位の59.8%という結果が出ている山梨県※。そんな中、南アルプス市出身者である山梨学院大学2年の湯沢心さんへ「^{ゆざわ ことろ}どうしてここに残った？」をテーマに、県外進学を選ばず、地元に進学した理由や、学生目線から見た地元の魅力、リアルな課題についてインタビュー。将来も南アルプス市に住み続けたいという正直な思いも語っていただきました！

※文部科学省調べ 令和4年度学校基本調査

^{ゆざわ ことろ}
湯沢 心さん

山梨学院大学2年

南アルプス市出身

聞き手



おの りゅうや
小野 瑠也



ひばら しのぶ
日原 志暢

ページ構成担当



わたなべ もね
渡邊 萌寧



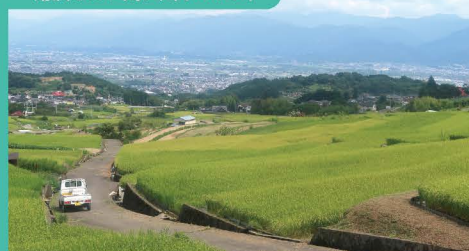
よしだ るか
吉田 瑠夏

南アルプス市の魅力は

どんなところですか？

南アルプス市は自然が豊かで、特に家族で過ごすならとても落ち着いて過ごしやすい場所だと思います。都会と違い、山が近いので季節ごとに変化を感じられます。他には、食の豊かさも魅力のひとつだと思います。地元で採れた野菜や果物がとても美味しいですし、時には近所の方からお裾分けをいただきます。そういう人とのつながりを感じるところも、都会とは違う魅力だと思います。南アルプス市では移動手段として自動車や原付などを使う人が多いのですが、時間に縛られずに自由に行動できるので、行きたい場所の選択肢は、山梨にいれば広がるのではないかなと思います。

湯沢さんお気に入りスポット



中野の棚田

市西部にそびえる櫛形山の麓、中野地区に広がる風光明媚な棚田風景。秋には金色の稲穂と甲府盆地、富士山の絶景を望むことができ、ハイシーズンには多くの写真家が訪れます。

南アルプス市を出てから地元の良さを感じる人は多いと思います。

南アルプス市内で

おすすめの場所や

お店はありますか？

小学校の頃はグラウンドや御勅使南公園で鬼ごっこをして駆け回っていました。自然と気軽に触れ合えるのも南アルプス市ならではの魅力ではないでしょうか。あとは、「ともちゃん」という駄菓子屋さんに通っていましたね。中学生の頃は部活動が忙しく中々遊ぶことは出来なかったのですが、休日は親によく商業施設へ連れて行ってもらいましたね。



お気に入りのお店は洋菓子屋の「ピーターパン」さん。「ピーターパイ」というパイが人気で、私も行くたびに購入しています。見た目は結構大きいのですが、美味しいのでいつもペロリとすべて食べてしまいます。誕生日には絶対食べるほど、地元で大好きなお菓子です。おすすめの場所はループ橋で、夜景がとてもきれいなスポットです。都会のビルなどの光がきれいな夜景とは異なり、山梨県ならではの、家の光による温かさを感じられる夜景を見ることが出来ます。

なぜ、大学進学で県外へ出ず、 地元に残ったのですか？

都会だけでなく他県への進学も考えました。しかし、興味がある分野を学ぶことができる大学が山梨県にもあったため、山梨県に残りました。都会は、食費や家賃などの生活コストが高いことも、南アルプスに残った理由のひとつです。

私の友達は、「早く山梨に帰りたい」という子が多いですね。理由として、都会は人が多すぎるのかもしれないと思いますが、南アルプス市の方が自然があるからリフレッシュできるのではないのでしょうか。

ナウでヤング

湯沢さんお気に入りスポット



みだいなみ
御勅使南公園

韭崎市との境、御勅使川沿いに位置する大型公園。県内で最も多くの遊具があり、ラグビー場やクロスカントリーコース、水遊びができる噴水や湧水池があります。



NISHI GOHRI SNAP



取材を終えてどんなまちだった？



おの りゅうや
小野 瑠也

自然や人が豊かで
住みやすいまち！

取材をしていく中で
市内の素敵なお店や
ニシゴリアンの方々と
出会えて、南アルプス市
が魅力あふれる場所
であることを改めて
実感しました。



ひはら しのぶ
日原 志暢

知れば知るほど
深みがあるまち！

南アルプス市について
あまり知らなかったの
ですが、インタビューで
の交流を通し、住民の
温かさという、隠れた
魅力を発見することが
できました。



わたなべ もね
渡邊 萌寧

緑が多く空気が
気持ち良いまち！

取材を通し、現
地に行くことで
さらに南アルプス
市の魅力を知り、
自然に触れるこ
とができました。



よしだ るか
吉田 瑠夏

車があれば生活
しやすいまち！

企画を考える中で、南アルプス
市を訪れ、私自身も改めて身近
にある自然や食の豊かさに気
づくことができました。公共
交通が充実していけば、さら
に生活しやすそうだなと思い
ました。

甲州弁 読解演習

あなたは西郡トーク上級者になれるか？！

左記【問一～四】の文章は、甲州弁上級者ニシゴリアンたちの間でしばしば交わされる会話の一文です。P20の「甲州弁基本用語辞典」を参照しながら、訳文中の①～④に、問題文赤文字箇所に対応する適切な標準語訳を記しなさい。
※ただし、ここまで難解な読解ができなくとも、地域住民との会話は成立するものとする。

解答は P35 の
最下部にあり

問一 難易度★

おまんほんなどで
あなたそんな所で

① わにわにしちゃいんで、

① () いないで、

こつちへこうし！

こつちに ② () よ！



問二 難易度★★

かえってかえぎだから、
かえって ① () から、

② このくにたいへん

② () たくさん

すももをやつちよし。

すももをあげないほうがいいよ。



問三 難易度★★★

はね出しはここへけけとけつて

はね出しはここへ ① () ように

② さんてえいつつらに、

② () 言ったのに、

③ なえぶちやつちもうで？

③ () しまったの？



問四 難易度★★★★

ここんとこぼこだちとだたら

最近 ① () たちとたくさん

② 飛んであいってだから、

② () いたから、

③ じょうぶ腰んいなようどう。

③ () 腰の調子が ④ () みたいだよ。



※地域ごとに多少言い回しが異なる場合がございます。

こども・子育て
応援都市の
リアル

南アルプス 子育て イドバタ会議

「こども・子育て応援都市」を掲げ、近年子育て世代が増加傾向にある南アルプス市。この地で子育てをする人、それを見守る人、それを支援する人、それぞれの視点から南アルプス市のリアルな子育てについて、カジュアルに語り合ってもらったトーク企画です。

子育てする人



片山 京子

専業農家。2児の母。2019年、南アルプス市に移住。

見守る人



軽部 妙子

NPO法人あんふぁんねっと代表。子育て支援センター「あんふぁんワールド」運営。

支援する人



有野 由実

南アルプス市総合政策部ふるさと振興課。

今求められる 子育て支援

市の子育て支援についてはどう思われますか？

オムツ用品引換券の支給や、保育料の無償化、一時預かりの無償化などの、経済的な支援が手厚いと感じます。乳幼児健診も充実していますし、なにより保健師さんとの距離が近い印象がありますね。健診以外でたまにスーバーで会っても声をかけてくれることがあって、子育て中に顔見知りが増えるのは心強いんです。

旧町村の各地区に15校も公立小学校があるので、保育園から一緒に進学する子が多いのも安心ですね。先生方との距離も近く、親に教育方針をきちんと説明してくれるので信頼できますよ。

ただ、やはり近年は共働き世帯の増加により、保育園のニーズが高まり入園に關しては厳しい現状もあります。

当時は、私のようなフリーランスや求職中のママがいる家庭でも、入園のハードルは低かったですからね。特色のある保育園が増えている一方で、希望通りの園に入れないのはもったいないと思います。

保育士さんの待遇向上はもちろんですが、産休育休に続き低年齢児の間の時短制度など、社会全体が思い切った改革を

子育てママパパの抱り所 「あんふぁんねっと」

南アルプス市での子育てについて、お二人からざっくばらんにお話を伺いたいんです。まずは軽部さんから自己紹介をお願いします。

NPO法人あんふぁんねっと代表の軽部です。未就園児の親子が自由に集える子育て支援センターを運営しています。訪問型子育て支援や一時預かりのほか、親子で予約制のランチを楽しめる親子カフェや、季節ごとのイベントもを行っています。

訪問支援も定着してきましたね。

はい、イギリス発祥の『※ーホームスタート』という支援です。週に1回、ボランティアが家庭を訪問し、親御さんの話を聞いたり、一緒に子どもと過ごしたりします。

※1乳幼児がいる家庭に、研修を受けた地域の子育て経験者が週に1回2時間程度無償で訪問し、「傾聴」(親の気持ちを受け止めて話を聴くこと)と「協働」(親と一緒に家事や育児、外出などをすること)をする家庭訪問型子育て支援ボランティアイギリスで1973年に始まり、世界22ヶ国、日本でも29都道府県10地域以上にひろがっている。

訪問してもらえるのは心強いですね。

特に移住したばかりの方には、大きな支えになりますよね。私も30年前に夫の転勤で横浜から引越してきた時は、子どもはまだ4ヶ月。車の運転も不慣れな上に、公共交通も今ほど充実

「こども子育て応援都市」 のこれから

し、子育て家庭の負担軽減や育ち育てやすい環境作りを整えていかないと、出生数も伴っていないと思うんですよね。それでも最近は0・2歳児対象の乳幼児施設など民間の施設も少しずつ増えているし、国も訪問型支援や家事育児サポートを推進していく流れが出てきています。

片山さんのお話のように、これからも、多世代の方々が子育て世代と交流しながら子育てに協力をいただくことで、地域全体が元気になっていくと思うんです。子どもと関わることで、何より本人が健康で幸せにいられるんじゃないかなって。

子どもから教わる「大人の気付き」が大切なんですね。

子どもたちも豊かな環境の中で、地域の皆さんから様々なことを体験させてもらっていますし、せかせかせずにおおらかな空気が流れている南アルプス市は、とても子育てしやすいまちだと思います。それと、首都圏に近いので、少し足を伸ばせば色んな文化に触れさせてあげられるのも魅力ですね。

私の施設に通っているママの中には、市内で子育てしながらCAを続けているママもいます。企業の姿勢、子育て支援の利用、周囲の手助け等、働く環境が

していなかったもので、どこで買い物をすればいいかわからず不安でいっぱいでした。しかし、同じ社宅の方が車で一緒に買い物へ連れて行ってくださったり、相談に乗ってくださったりと、とても助けられたんです。

頼れる先がないと、不安になりますもんね。

外からの風が必要なんですね。ほかにも、市と共同で子育て応援講座を14年間続けてきました。グループディスカッション型の講座で、「完璧な親なんていない」という理念のもと、ファシリテーターを中心に子育ての悩みや、自分の思い描く生き方などについて話す「大人の気付き」の場になっていますね。

都会の子育て とのギャップ 地域で子どもを 見守るということ

では片山さんの自己紹介をお願いします。

片山 2017年に神奈川県から山梨県へ3歳と1歳の子どもと移住。その2年後に南アルプス市に引越しました。今は夫と2人で専業農家をしながら、山梨県内の女性農業者グループにも所属しています。

移住時、お子さんの保育園への入園状況はいかがでしたか？

整っていることで、自己実現を諦めずに、楽しい子育てライフを送ることが出来ます。ぜひ、自分らしく充実した子育てライフを送って欲しいですね。

「こども・子育て応援宣言」を掲げている南アルプス市として、非常に勉強になるお話でした。お二人とも、ありがとうございます。

南アルプス市の子育てに関する情報を知るなら



南アルプス市子育て情報サイト **すくすくLab**
南アルプス市の子育て支援のあれこれ、親子で楽しめる施設やお店を紹介するポータルサイトです。南アルプスでの子育てをもっと楽しく、みんなのふるさとを、もっともっと好きになってもらえれば嬉しいです。



詳しくはこちらから



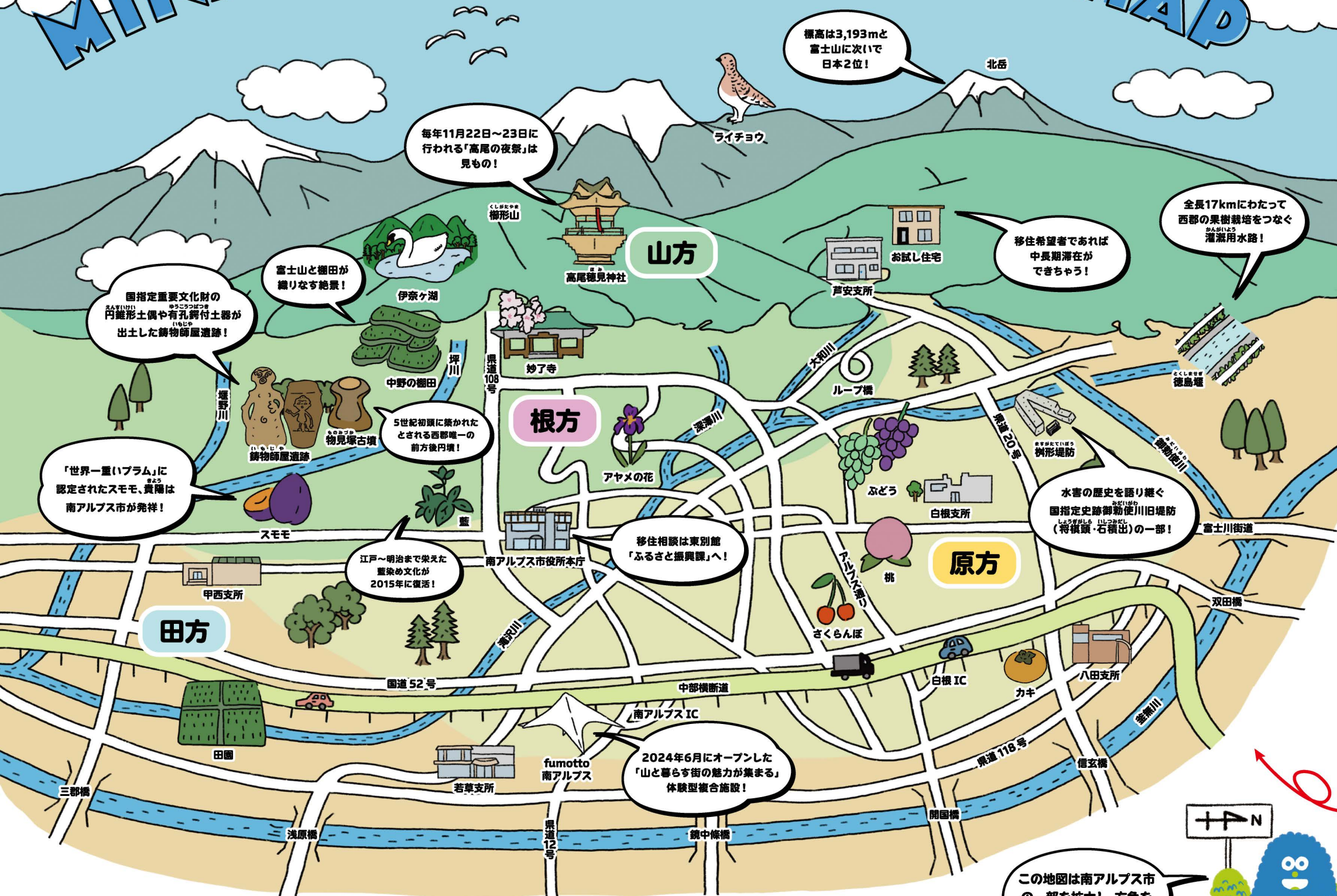
南アルプス市 **子育てハンドブック**
南アルプス市が発行する『子育てハンドブック』。「子育て支援」についての情報や、親子で楽しめる施設やお店の紹介、そしてたくさんの子どもとママとパパが登場します。ご家庭の子育て情報誌としてご利用ください。



詳しくはこちらから

MINAMI ALPS CITY AREA MAP

南アルプス市 エリアマップ



雄大な自然に身を浸す アウトドアライフ

北岳や櫛形山の自然に囲まれるこのエリアは、アウトドア好きにはぴったり。芦安地域では「地域おこし協力隊」も活躍しています。暮らしを体験できる「お試し住宅」を活用してみるのもいかがでしょうか？



山方
YAMAKATA

盆地の眺望を見晴らす のびのび田舎ライフ

盆地を一望する絶景に包まれながら、のどかな田舎暮らしができるエリア。里山の四季と、果樹、水田に囲まれたゆったりとした時間が流れます。自然の近くでのびのびと子育てがしたい方にもおすすめです。



根方
NEKATA

果樹と市街地が程よく 同居するシティライフ

桃やぶどう、さくらんぼなどの果樹園と市街地が程よく調和するエリア。スーパーや薬局の数も豊富にあり、買い物も便利。近年では、果樹栽培を希望し移住する新規就農者も増えています。



原方
HARAKATA

のどかな田園と水に 癒されるのんびりライフ

水田と涼やかな水の気配に癒されるエリア。市街地にも近く、商業施設も充実しています。街道沿いや地域内には、寺社仏閣や歴史的建造物が点在しており、歴史や文化を感じたい方にもおすすめの地域です。



田方
TAGATA

4つの ライフスタイルを イメージ

**あなたは
なにかた
何方派？**

What is your favorite area?



山梨県

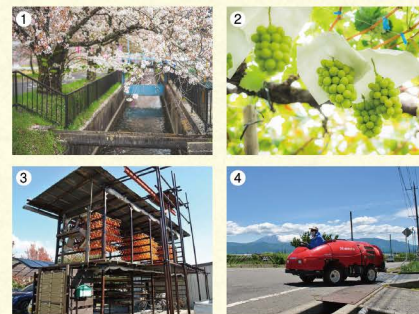
南アルプス市
ふるさと博物館
Furusato Maru-Maru Museum

単なる施設（ハコモノ）ではなく、“まちを丸ごと（まるまる）博物館”として見立てたプロジェクト。埋もれていた南アルプス市内の歴史や文化、それにまつわる人々のオーラルヒストリーを掘り起こし、大切な地域の誇りとして未来に繋いでいく取り組みです。



詳しくは
○博
公式サイトへ

平成15年（2003年）に6つの町村が合併して生まれた南アルプス市。山岳地帯から扇状地帯の平地まで、「山方（やまかた）」「根方（ねかた）」「原方（はらかた）」「田方（たがた）」と呼ばれる4つのエリアに分かれ、それぞれが自然条件や人々の営みに基づいた、個性豊かな風土を形成しています。ここでは各エリアの風土についてご紹介。ぜひ地域の歴史と文化に触れ、人々の暮らしに思いを馳せてみてください。



- ①徳島堰の開削により果を代表する産業となった果樹栽培
- ②南アルプス市の特産品として人気のシャインマスカット
- ③秋になると干し柿のオレンジ色が鮮やかに地域を彩る
- ④薬剤噴霧器を搭載した通称エセスの風景も果樹地帯の風物詩

みだいがわ
御勅使川の砂礫で形成された広大な扇状地の果樹園地帯。「お月夜でも焼ける」と言われるほどの慢性的な水不足や氾濫に悩まされる中、煙草の生産や養蚕業など、様々な産業の盛衰をたどってきた歴史があります。昭和期には江戸時代に開削された農業用水路の整備が進み、地域一帯へスプリンクラーを設置することで水の供給が実現。“フルーツ王国山梨”の果樹産業を支える一大産地へと発展を遂げました。



- ①藍染の染料「藍（すくも）」の原料となる藍の葉
- ②築300年の歴史を持つ国指定重要文化財の安藤家住宅
- ③秋には金色の稲穂を垂らす水田地帯が広がる
- ④堤防が整備され散歩コースとしても親しまれる滝沢川

扇状地の末端で複数の河川が合流する地域。かつては天井川だった滝沢川や釜無川の氾濫で苦しんだ逆境の歴史もあります。江戸時代には藍や綿の栽培が盛んで、県道42号線沿いの荊沢地域は、駿河（静岡県）と信濃（長野県）を結ぶ駿信往還の宿場町として発展しました。街道沿いをはじめ、地域内には国指定重要文化財の安藤家住宅などの歴史的建造物も点在しています。



逆境を切り拓いた
果実成就の郷



往還の情緒漂う
豊穡と流転の街

にしごおり 風物記



- ①赤石山脈（南アルプス）北部にそびえる北岳（3,193m）
- ②夜叉神峠（やしゃじんとうげ）や広河原への登山客を迎える芦安地域
- ③毎年11月23日に行われる高尾山穂見神社秋季例大祭の様子
- ④秋になると美しい紅葉を見に多くの人が訪れる伊奈ヶ湖

日本で2番目に高い北岳をはじめとする山々が連なるエリア。夜叉神峠から望む南アルプスの山々は絶景です。櫛形山中腹の高尾地域にある穂見神社では、夜祭や神楽などの伝統行事が行われています。こういった自然との共生が世界に認められ、平成26年（2014年）に『南アルプスユネスコエコパーク』として登録され、拠点となる伊奈ヶ湖では紅葉狩り、キャンプなどを目当てに多くの人が訪れます。



- ①鋳物師屋遺跡から出土した国指定重要文化財有孔鍔付土器
- ②鋳物師屋遺跡から出土した国指定重要文化財の円錐形土偶
- ③富士山と甲府盆地を眼下に見下ろす台地からの景色（中野の棚田）
- ④正月14日の道祖神祭の奉納神楽として始まった下市之瀬の獅子舞

櫛形山を背に複数の扇状地が重なり合った市之瀬台地から、甲府盆地を一望できる風光明媚な地域。縄文時代の集落跡なども多く見られ、市之瀬地区の鋳物師屋遺跡からは、円錐形土偶や有孔鍔付土器が出土し、国指定重要文化財として国内外で高く評価されています。小正月の獅子舞やどんど焼き、道祖神のお飾りなど、地域の伝統文化も今なお大切に受け継がれています。



壮麗な峰々と
信仰が息づく里山



太古に思い馳せる
佳眺の台地



南アルプス市役所総合政策部ふるさと振興課

課長補佐 有野 由香 / 課長 竹内 みちる / 副主査 有野 由実

本誌制作にあたって

南アルプス市初の移住・定住ハンドブック『^{なんぷしゅ!}nanpush!』いかがでしたでしょうか。少子高齢化社会の人口減少対策の一環として、全国の地方自治体が様々な移住施策を実施している中で、「南アルプス市をもっと知ってほしい」、「南アルプス市をもっと好きになってほしい」という想いから本冊子作りが始まりました。

今回の制作を通して、多くの方が南アルプス市を愛し、まちの一員として市の未来を考え、地域に誇りを持って生きていることを知り、とても感慨深く頼もしく感じております。

今回の制作にあたり、取材を快くご協力いただきました多くの皆さま、山梨学院大学経営学部 of 皆さま、何よりも制作にあたって全身全霊を尽くしてくださったCREATIVE GUILD「CLICK」の皆さまに深く感謝を申し上げます。

南アルプス市の移住・定住に関する情報はこちら



住居や仕事、子育てなど、南アルプス市での新生活を全力でサポートします。まずはお気軽にご相談ください。



詳しくは
こちらから



LINE



Instagram

P27 あなたは西郡トーク上級者になれるか!?「甲州弁読解演習」解答

問1: ①ふざけて / ②おいで 問2: ①気の毒(悪い) / ②こんなに

問3: ①乗せておく(載せる) / ②何度も / ③捨てて 問4: ①子ども / ②走り回って / ③すっかり / ④悪い

「^{にしごおり}西郡魂」ってなんだろう?

本誌を作る上で私たちが大切にしたいことは、移住を検討している方々に「本当の南アルプス市」を知ってもらうことでした。暮らす場所は、言い換えれば「人生をともにするパートナー」のようなもの。長い時間をともに過ごす未来を描くならば、良いところも悪いところも含めて、このまちの正直な姿をお伝えすることが、私たちの誠意だと思ったからです。

加えて、今回の取り組みにはもうひとつの想いがあります。それは、このまちで暮らす人々に、このまちをもっと好きになってもらいたいということ。そして、ふるさとに誇りを持ってもらいたいということです。このまちを離れることがあったとしても、またいつか戻ってきてくれる日がきたら嬉しいと思っています。

そのために私たちが注目したのは、このまちの歴史と文化を受け繋いできた先人たちの魂、「西郡根性」でした。これは、かつて行商で各地を歩いた「甲州商人」たちの精神。「べんべん草も生えない」と揶揄されながらも、商売のためにたくましく生き抜き、厳しい状況を乗り越えてきた先人たちの力強さ。何度も逆境に耐え抜いて、農業や産業を開拓してきた先人たちの魂。これが、本当の南アルプス市の姿だと感じています。その根底には、厳しい時代の中でも、家族や地域の発展のために力を尽くしてきた、温かい人間性があるように思います。

ここまで読んでいただければ、このまちや人々のことが伝わったでしょうか。実は、外から見るとこのまちの人々は、少し不器用で、あまのじゃくな一面もあります。けれども、心の根っこでは地元を愛し、義理堅く、家族や仲間への手助けを惜しまない、人間味溢れる人たちばかりです。私たちは、そんな人々の「根性」を、改めて「西郡魂」として再定義したい。その想いを伝えていくことが、本誌の使命だと考えています。

『^{なんぷしゅ!}nanpush!』は、あなたの目にどう映ったでしょうか。もし少しでも南アルプス市に興味を持ってもらえたのなら、ぜひ一度足を運んでみてください。きっと「西郡魂」溢れるニシゴリアンたちが、あなたを温かく迎えてくれるはずです。

南アルプス市移住・定住ハンドブック「^{なんぷしゅ!}nanpush!」
2025年2月第1刷発行

発行・問い合わせ 南アルプス市役所総合政策部ふるさと振興課
〒400-0306 山梨県南アルプス市小笠原376
本庁 東別館1階
TEL:055-282-6073

制作 CREATIVE GUILD「CLICK」
ディレクション・デザイン 篠 鉄平 / 廣瀬 陶
編集 野呂瀬 亮 / 檜畑 彩香
イラスト(P30、31)・ライティング(P4、5) 伊藤 加奈
ライティング(P16-19) 高山 かおり
カメラマン(P14-19、P21-25、P35)
小宮山 光実 [株式会社VISIONPRO]

印刷 株式会社サンニチ印刷

Special Thanks 山梨学院大学経営学部の有志参加者
本誌制作にお力添えいただいたすべての皆様

※本誌掲載の情報は、2024年12月時点のものです。
※本誌掲載の情報(本文、写真、イラスト等)を著作権者の承認なしに無断で転用することを禁じます。
(複製、データ化、インターネットなどでの掲載を含む)

©nanpush2025

