

信州木祖村



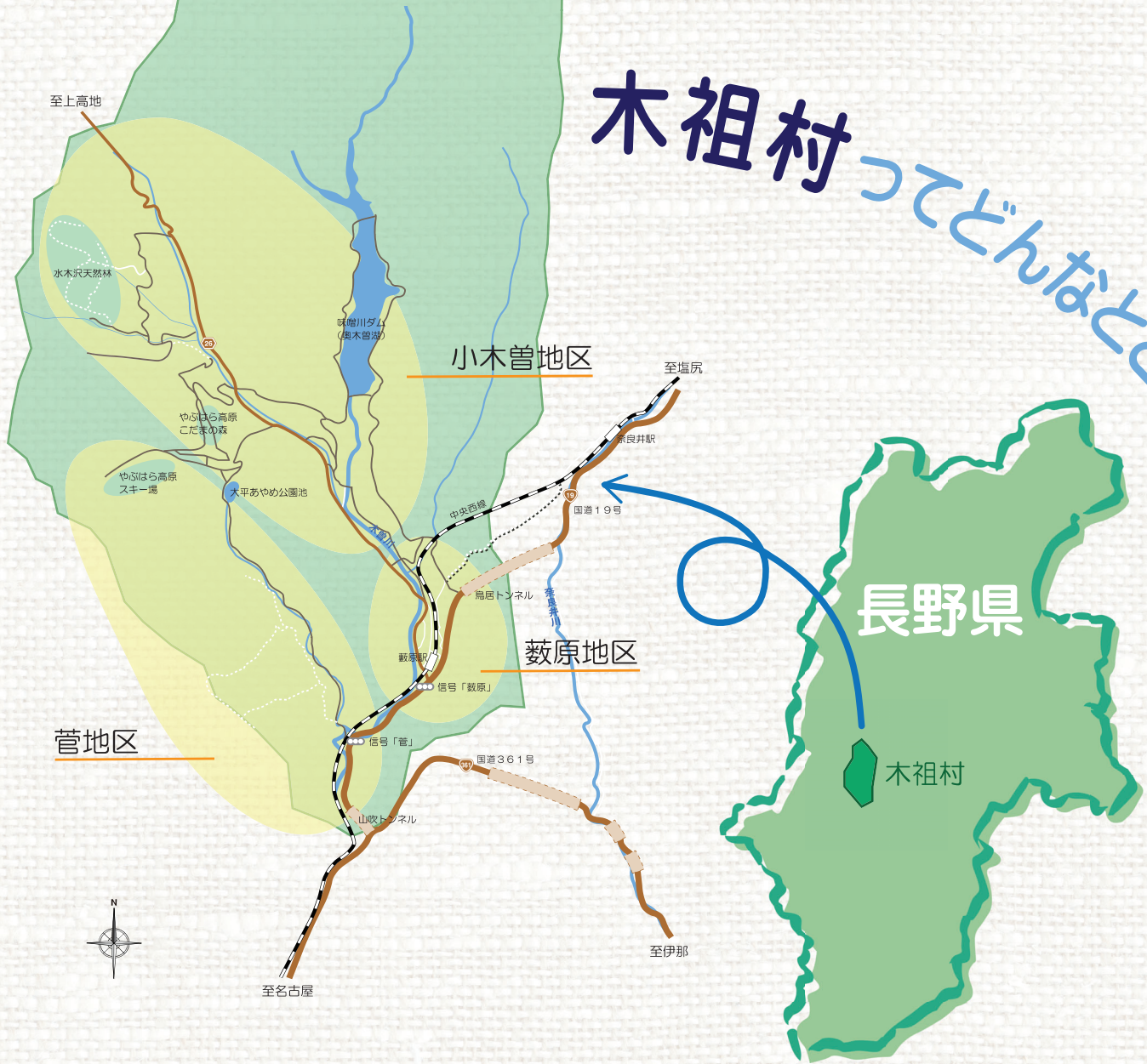
源流の源気くん



木祖村 木祖村移住ガイドBOOK にしょっか！



木祖村ってどんなところ？



ACCESS

東京から

IC 八王子 中央自動車道 長野自動車道 2時間30分 IC 塩尻 国道19号 40分 木祖村

名古屋から

IC 名古屋 中央自動車道 1時間 IC 中津川 国道19号 1時間30分 木祖村

大阪から

IC 吹田 名神高速道路 中央自動車道 3時間 IC 中津川 国道19号 1時間30分 木祖村

ACCESS

東京から

新宿 中央線特急 2時間50分 塩尻 中央本線 40分 数原

名古屋から

名古屋 中央本線特急 1時間30分 木曽福島 中央本線 20分 数原

大阪から

新大阪 東海道・山陽新幹線 50分 名古屋 中央本線特急 1時間30分 木曽福島 中央本線 20分 数原

Q 木祖村の人ってどんな人？

A 村長いわく「口は悪いが心は真白、冬の寒さは厳しいがどんな人でも受け入れる温かさがある」そんな人柄です。

Q 雪で困ることは？

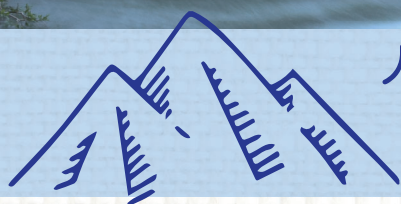
A 主要道路は除雪されますが、自宅周辺は雪かきが必要です。また、路面は凍結することもあるので、冬季はスタッドレスタイヤへの履き替えが必須です。

Q 移動手段は？

A どこへ行くにも自家用車が便利です。公共交通機関ではJR数原駅があるほか、村内の移動なら巡回バスや、予約により利用できるデマンド交通も便利です。

木祖村ってこんなところ！

長野県の西南に位置する木祖村は、周囲を 2,000m 級の山々に囲まれた山村です。中心部には木曽川が流れ、「木曽川源流の里」として、豊かな自然とともに暮らしが営まれています。村内は、中山道の宿場町のひとつである蓺原宿のおもかげを残す「蓺原」、豊かな田園風景が広がる「小木曽」、日本の原風景を残す「菅」の3地区に分かれています。数百年に及ぶ歴史と伝統を持つ「お六櫛」に代表される木製品やキャンバスなど絵画用品の生産が盛んです。また、夏場の冷涼な気候を生かした白菜など高原野菜が栽培されています。



人 □ 2,722人 ※

世帯数 1,108世帯 ※

面積 140.50km²

標高 922m(役場)

※令和3年12月1日現在

気 候

夏は日中気温が 35℃ 近くまで上昇しますが、昼夜の寒暖差が大きく、夜には 20℃ を下回ることもあり比較的過ごしやすいです。冬は一日の平均気温がマイナスになることが多いです。
(気温：最高 36.2℃、最低 -14.4℃ 令和2年)

積雪が 30 cm を超えるようなことは稀ですが、5 ~ 10 cm 程度の積雪は時々あります。地区によって標高差があるため、標高の高い場所（スキー場周辺、小木曽地区）は積雪が多いです。

地 勢

村の大部分は山林です。耕地面積及び可住地面積は村全体の 3% ほどです。周囲を山に囲まれているため風の影響はあまり多くありませんが、年間の降水量は多いです。

(年間降水量：2,579 mm 令和2年)



Q

買い物は便利？

A

日用品や生鮮食品を扱う店舗が複数あるほか、家電小売店やガソリンスタンドもあります。コンビニは村外（車で 5 ~ 10 分）、大型店は塩尻市や伊那市にあります。



Q

ご近所付き合いは？

A

自治会や地区ごとに行事が行われます。また、役場からのお知らせなどが自治会を通じて回覧・配布されます。自治会への加入は強制ではありませんが、加入することで地域に溶け込みやすくなります。

Q

災害のときは？

A

隣近所で助け合えるよう、避難方法などを記録した「災害時支え合いマップ」が自治会ごとに整備されています。また、木祖村消防団が活発に活動しているほか、村内には木曽広域消防署の北分署もあります。

子育て & 教育



子どもが生まれてから学校に通い始めるまで、経済的支援や相談体制の拡充など、サービスの充実に取り組んでいます。

妊娠 & 出産

子育て世代包括支援

妊娠、出産及び育児に関する様々な相談や助言、保健指導を行っています。子育て支援ヘルパー派遣事業や、産後ケア事業などを実施しています。

プレママサポート

妊婦健診、妊婦歯科健診、乳児健診、産婦健診の受診票が村から交付され、医療機関で各健診を受診することができます。

その他の支援と補助

風しん予防接種

母乳相談

.....

チャイルドシート
貸出または購入補助

ベビーバス貸し出し

新生児聴覚検査

おたふくかぜ予防接種

インフルエンザ予防接種

ベビーカー購入補助

産後 & 子育て

子育て支援センターみやのもり

未就園児の一時保育のほか、子どもの成長や発達の支援、育児不安に関する相談・支援等を行っています。



★各種支援と補助の詳細情報は結婚・子育て応援サイト HugHug（ハグハグ）



とちのみ保育園

村内には1つの認可保育園があります。ハロウィンでは仮装して町中を歩いたり、地元のモミの木を使ったクリスマスツリーの飾りつけなど、地域とのつながりや交流を大切にしています。



Q 夜中に子どもが熱を出してしまったらどこに相談したらいい？

A 村民専用の無料相談ダイヤルがあります。夜間や緊急時でも利用できます。

Q 出産や子育ての悩みを相談するところはある？

A 村民専用の無料 SNS 相談があります。妊娠中～産後の悩みや、新生児～15歳のお子さんに関することを、自宅から小児科医、産婦人科医、助産師に無料で相談できます。24時間受付しています。

Q 子どもの通園・通学方法は？

A 保育園への通園は保護者の送迎が基本ですが、送迎が難しい場合には、巡回バスやデマンド交通による送迎があります。小学生・中学生の通学は、距離が近い地区では徒歩、遠い地区ではスクールバスによる通学となります。

木 祖 小 学 校



木 祖 中 学 校



各学年1学級ずつ、20名前後の学校規模です。小学校・中学校ともに村の伝統や文化を大切に、地域の人との交流や地域素材に触れる経験を通じた学びの機会を設けています。

源流トラッククラブ

毎週水曜日の放課後、小・中学生の基礎体力向上を目的として、陸上競技（走る・跳ぶ・投げる）を中心とした運動教室を開催しています。



源流図書館（地域図書館）

小学校内にある源流図書館では公民館図書と学校図書を一元管理しています。児童・生徒だけでなく村内外の住民も広く利用できます。

高 校

村内に高校はなく、木曽郡内のほか、塩尻市、松本市の高校が電車での通学圏内となります。

放課後児童クラブ

放課後帰宅しても、仕事などにより保護者が家庭にいない児童のために開設しています。宿題に取り組んだり、体育館でボール遊びなどをして過ごすほか、防災について学んだり、村の施設を見学したりといった活動も行っています。夏・冬・春休み中や土曜日も利用できます。

すくすく倶楽部

小学校の休校日に、児童が幅広い分野の体験や経験ができる機会として、年間30回ほど活動しています。（活動例：運動教室、絵画教室、木工体験、農業体験など）



その他の支援と補助

制度名	補助内容	お問い合わせ
結婚祝金	新たに結婚された夫婦に10万円を支給	役場総務課
新婚世帯生活応援	結婚2年目・3年目の夫婦に木祖村共通商品券（2年間で合計12万円分）を交付	役場総務課
結婚新生活支援補助金	結婚を機に村内で新たに住宅を購入または賃貸するための費用と、引越しの費用を最大30万円補助 ※年齢や世帯所得などの要件があります	役場総務課
入学祝金	小学校・中学校の入学時にそれぞれ1万円を支給	教育委員会

※妊娠・出産・産後・子育てに関するお問い合わせ先：役場住民福祉課

※保育園・小学校・中学校に関するお問い合わせ先：木祖村教育委員会
(TEL:0264-36-3348)

Q
A

子どもが遊べる場所はある？

2歳までの子どもと保護者が一緒に遊べる場所として、子育て支援センター（なかよし広場）を開放しています。また、木曽川河川敷の「水の始発駅公園」、味噌川ダムの湖畔の「正沢親水公園」、ため池百選の絶景スポット「あやめ公園池」などもあります。子どもが大きくなれば、こだまの森やスキー場で家族そろってレジャーを楽しむことができます。

Q
A

習い事は？

村内ではピアノ、習字、野球、フットサル、バスケットボール、バレーボール、剣道、空手、スキーなどの習い事ができます。また、村外で英語、バレー、サッカー、ダンスなどを習う児童・生徒もいます。

暮らし



健康維持、病気予防のため、がん検診などの受診拡大などに取り組み、村民の健康づくりを支援しています。

医療

村内には診療所が1つ、歯科診療所が1つ、薬局が2つあります。近隣では木曽町に県立の総合病院（木曽病院）があるほか、塩尻市、伊那市の総合病院へもアクセス可能です。65歳以上の方や身体の不自由な方は、木曽病院へ直通の福祉タクシーが利用できます。

施設



社会福祉施設「幸せテラスまめのわ」には木祖村社会福祉協議会の事務所が入り、高齢者支援室やフィットネスルームなど、介護予防から健康づくりまで幅広い用途に活用されています。フィットネスルームでは、さまざまなトレーニング器具を利用できます。

補助

各種がん検診のほか、特定の健診を無料で受診できる補助制度があります。

（補助に関するお問い合わせ先：役場住民福祉課）

住む



不動産会社を通して賃貸・購入できる住宅は多くありません。村営住宅や空き家バンク制度により住宅の確保に取り組んでいます。

村営住宅

ご家族で入居できる世帯用住宅のほか、单身用の住宅も整備しています。

空き家バンク

家を売りたい・貸したいと考えている方から提供された物件情報を公開しています。見学や契約交渉を行うには利用登録が必要です。



補助制度

制度名	補助内容	お問い合わせ
空き家改修事業補助金	空き家バンクを通して購入・賃貸した建物を改修するための費用を最大45万円補助	役場総務課
移住者分譲地購入補助事業	木祖村への移住者が宮の森分譲地を購入するための費用を最大150万円補助	役場総務課
木造住宅新築等補助金	木造住宅の新築又は増改築の費用を最大63万円補助	役場産業振興課
耐震診断・耐震改修補助金	①耐震診断士の派遣による安全性の確認 ②危険と診断された場合の耐震改修の工事費を最大100万円補助	役場産業振興課
安心エコ住宅リフォーム補助金	①断熱改修、トイレ洋式化、バリアフリー化などの工事費を最大20万円補助 ②太陽光発電設備の設置工事費用を最大15万円補助	役場産業振興課

Q

移住者が対象の補助金はあるの？

A

定住の意思がある方に「定住促進奨励金」を交付しています。金額は住居や家族の状況等によって異なります。（夫婦と子ども1人の場合、最大29万5千円。詳細は役場総務課へ。）

Q

テレビやインターネットは？

A

CATV（ケーブルテレビ）に加入することでテレビ視聴が可能です。インターネットはCATVのオプションサービスとして提供されており、光回線も利用可能です。

楽しむ



自然の中で様々なレジャーが楽しめるほか、多様な趣味・スポーツの団体が活動しています。
特色ある文化や伝統も魅力です。

文化 & 伝統

菟原神社例大祭、諏訪神社例大祭、衣更着神社祭典といった伝統的な祭りや、マラソン大会、全国日曜画家中部日本展など多彩なイベントが開催されます。
また、御嶽はくさいや木曽牛といった特色ある農畜産物のほか、お六櫓に代表される木の工芸品も魅力です。

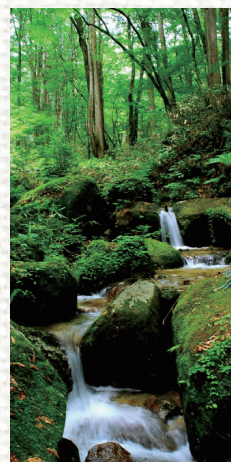


アウトドア

「やぶはら高原こだまの森」では、巨大迷路やボルダリング、キャンプなどが楽しめます。2019年に整備されたソサイチコート（7人制サッカー）はフットサルコートとしても使用できます。



また、「やぶはら高原スキー場」や、樹齢200年を超える天然林の中で森林浴が満喫できる「水木沢天然林」、カヌーやサップが楽しめる「味噌川ダム」などがあります。



趣味 & スポーツ

野球、バドミントン、バレーボール、弓道など様々なスポーツや、踊り、音楽、絵画、カメラ、ボードゲームなどの活動が行われています。溪流釣りも楽しめます。



働く



会社勤めだけでなく、農業を始めたり、自分のお店を始めたりなど、選択肢はさまざまです。
起業や就農したい方への支援制度もあります。

仕事探し

木曽郡内だけでなく、近隣の塩尻市、松本市、伊那市へ通勤している人も多くいます。



起業・就農支援制度

制度名	補助内容	お問い合わせ
木曽川源流の里きそむら創業支援金	村内に移住して創業する場合に最大90万円を補助。創業に必要な書類作成、店舗等の借入費、設備費などの経費が対象。	役場産業振興課
農業担い手確保育成事業	農業研修生として、里親農家のもとで2年間実践的な研修を行い「認定新規就農者」取得を目指す制度。3年目での就農実現を目指します。	役場産業振興課

Q

1か月の生活費は？

A

おおまかな生活費のモデル
(1か月あたりの平均)

項 目	単身の場合	夫婦と子ども 2人の場合	備 考
家 賃	2万円台～4万円程度		・家賃は村営住宅を想定しています。 その他の費用は、世帯ごとの生活 の状況によって変わります。 ・夏と冬で電気代・ガス代が大きく 変わります。
水 道	4,000円	8,000円	
ガ ス	7,000円	10,000円	
電 気	5,000円	10,000円	
CATV	5,000円		
ガソリン	15,000円	20,000円	



木祖村に暮らす



先輩移住者に
きいてみた。

Q1 移住したきっかけは？

Q2 住んでみてどう感じた？

Q3 移住を検討している方へ
アドバイスをお願いします

三好 雪花 さん

出身 山口県（以前の住まい…塩尻市）

令和3年に移住

牧場従業員



A1 塩尻市にある農業大学校で2年間畜産について勉強した後、就職先として木祖村の黒内牧場を紹介してもらいました。令和3年3月、就職と同時に移住しました。

A2 さむいです！！
夏はとても涼しくて過ごしやすいですが冬は…（笑）
また、もっと不便な村だと思っていたけれど、松本、塩尻、伊那まで1時間かからず行けるので、そこまで不自由なく暮らせています！

A3 木祖村は自然豊かで村民の皆さんもとてもあたたかく、素敵な村です！役場の方もとても親切に相談に乗ってくれるので、一度来てみるといいと思います。ぜひ木祖村に来てください！

原 萌香 さん

出身 塩尻市

平成25年に移住

トータルビューティーサロン経営



A1 主人の転職に合わせて移住しました。

A2 都会にある便利さはないけれど、あるものを大切にしたり、近所の人が野菜や手作りのものをおすそわけしてくれたり、人の温かさを感じています。空を見上げると一面の星空が広がり、きれいな空気や水に触れ、冬にはパウダースノーでウィンタースポーツができ、都会にはない自然の醍醐味を味わっています。また、私には3人子供がいますが、ストレスの多い現代社会の中でものびのびと生活ができること、生きていく知恵を学校や普段の生活で学べることをとても魅力に感じています。

A3 私は地方出身なので、ここでの生活にもすぐに慣れましたが、まずは各季節に来てみて、疑似体験をさせてみるのも良いと思います。

丸山 悠介 さん

出身 松本市（以前の住まい…兵庫県神戸市）

平成29年に移住

会社員



A1 子ども（長男）が産まれ、豊かな自然や距離感の近い近所付き合いの中で、子育てをしたいと思いました。

A2 移住して、本当に良かったと思っています。地域の皆さんも本当に温かく、子ども達のことにも気にかけてくれるので、助かっています。やりたいと思っていた豊かな子育てが実現できていると感じています。

A3 私自身、移住してみて本当に良かったと思っているので、まず、行動してみることをオススメします。一度木祖村へ来てみて、その魅力を肌で感じてみてください！！

● 移住に関するお問合せ先 ●

木祖村役場総務課（移住担当）

木祖村名古屋出張所

銀座NAGANO5F（移住交流・就職相談コーナー）

長野県名古屋事務所 移住・交流サポートデスク

長野県大阪事務所 移住・交流サポートデスク

☎ 0264-36-2001

☎ 052-680-7350

☎ 03-6274-6016

☎ 052-251-1441

☎ 06-6341-7006

✉ iju-akiya@kisomura.com

✉ kiso-nagoya@space.ocn.ne.jp

✉ tokyo-ijucenter@pref.nagano.lg.jp

✉ nagoya-ijudesk@pref.nagano.lg.jp

✉ osaka-ijudesk@pref.nagano.lg.jp