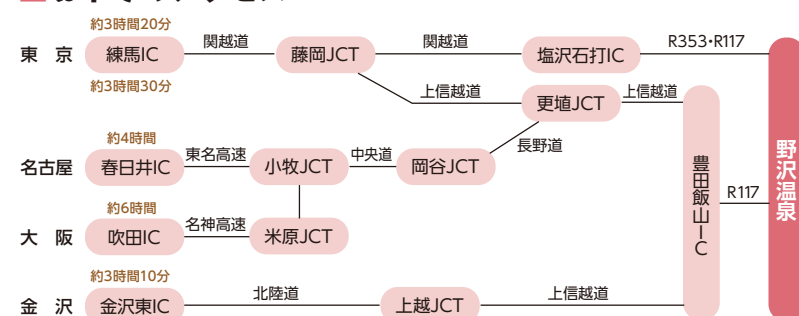
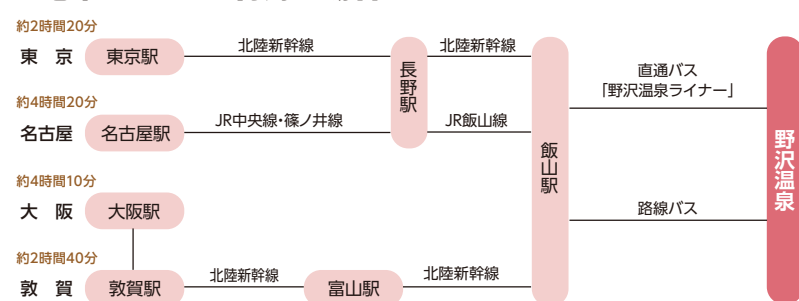




■お車でのアクセス



■電車・バスをご利用の場合



※野沢温泉の最寄り駅は、北陸新幹線 飯山駅となります。(「はくたか」のみ停車します。)
※飯山駅からは、直通バス「野沢温泉ライナー」をご利用ください。(所要時間は、約25分です。)

お問い合わせ

野沢温泉村 建設水道課移住定住係
〒389-2592 長野県下高井郡野沢温泉村大字豊郷9817
TEL.0269-85-3113
<https://www.vill.nozawaonsen.nagano.jp>



“豊かな自然に囲まれた 野沢温泉村で きっと見つかる あなたの暮らし”

国内や海外から村を訪れた人、この地に生まれ育った人。

みんな文化や習慣も違っており、人それぞれに色々なカラーを持っています。

それをお互いが理解し、

「毎日がどきどきしてワクワクしながら 一本の虹色の架け橋にして 未来へ向かう。」

そんなむらづくりを目指します。

私たちと未来のふるさとをつくりませんか。

Nozawaonsen Village

「野沢温泉村」は
こんなところですよ。

□地勢・面積

長野県の北部に位置し、南側は毛無山の尾根を境に木島平村に接し、西側は千曲川を隔てて飯山市と境をなしています。また、北側及び東側は高倉山の尾根境から毛無山東斜面にかけて栄村と接しており、海拔高度差は、村北部の明石(300m)から、毛無山(1,650m)に及び山谷形で起伏が多い地形となっています。

村の総面積は57.96km²、東西9.1km、南北11.5km、周囲38.2kmとなっており、村土はその49.4%を山林が占め(平成30年県統計書)、景観の良さなどから上信越高原国立公園に指定されており、それらの一部を含む297haが現在スキー場区域となっています。

地形は東に三国山脈の傍系としてそびえる毛無山を頂点として、西に流れる千曲川に傾斜し、村内に流れる一級河川の赤滝川、湯沢川、池の沢川はいずれも毛無山に源を発して千曲川に注いでいます。

□産 業

観光・農業

□気 候

アジア大陸からの影響を受ける典型的な日本海側気候で、年平均気温は10.9℃(2023年)、年間降雨量は1,574.5mm、最深積雪は170cm(2021年)と、全国でも屈指の豪雪地帯となっています。

□人口・世帯数

人 口 3,428人
世帯数 1,484世帯 (令和6年4月1日現在)

□アクセス

北陸新幹線飯山駅から 13km、車で20分
上信越自動車道・豊田飯山ICから 19km、車で25分

村公式ホームページはこちら▶





S
P
R
I
N
G

A
U
T
U
M
N

胸湧きたち
未来へ歩み続ける
湯の郷・野沢温泉



W
I
N
T
E
R



S
U
M
M
E
R



野沢温泉村 移住者インタビュー

CASE 1

佐藤 史郎さん 舞さん ご夫婦

史郎さんは、長野県上田市出身。舞さんは、静岡県出身。野沢温泉村に移住する前は、海外（ニュージーランド）や北海道でスノーボード、スキーのインストラクターなどの仕事をされていました。野沢温泉に移住後、三人のお子さんにも恵まれ、現在は、夫婦の夢だった宿泊施設を運営されています。



生活のペースがゆったりして、
ストレスが減りました。

CASE 2

田代 尚美さん エドワードさん ご夫婦

尚美さんは、東京都出身。エドワードさんは、イギリス出身。ご夫婦は、インドネシアのコモド諸島で暮らしていましたが、日本の田舎暮らしに憧れ、野沢温泉村の景色や雰囲気などがとても気に入り、移住して来られました。現在は、リモートでお仕事をしながら、愛犬と共に充実した日々を過ごされています。



野沢温泉村へ移住したいと思ったきっかけは？

二人：初めて野沢温泉に来たとき、ニュージーランドの景色を思い出し「ここに住めたらいいな」と感じたのを覚えています。秋だったので、スキーはせずに、温泉に入って帰りましたが、その一回目の訪問で決めました。

移住することに不安はありませんでしたか？

二人：住む場所をどうするか悩みました。当時は北海道にいたので、役場に問い合わせをして対応してもらい、運よく住む場所の目途がつけました。スムーズな流れで移住して来れたので、不安はありませんでした。

野沢温泉村のおすすめポイント(魅力)は？

舞さん：出産してから子育てをするにはとてもいい環境だと感じるようになりました。美味しい野菜やお米が手に入るので、子供たちに安心・安全な食事を提供できています。温泉（共同浴場）に行けば、近所の人が子供の世話をしてくれるなど、本当に助かります。

暮らしてみて、大変なところはありましたか？

舞さん：驚いたのは、地域活動の集まりが多いことです。最初はとてもビックリしました。私の実家には無い風習でした。

地域の人たちとの交流で、工夫したことは？

史郎さん：声がかかった（誘われた）時は、なるべく行事や会議などに参加するようにして、自分たちを知ってもらえるよう心がけました。

子育てをして感じたことは？

舞さん：夏の遊び場が少ないので、困りました。ただ、少ないなら少ないなりに、考えて行動しているからいいんですけど。冬は、一日中雪遊びができます。また、土日は仕事で子供と関われる時間が少なくなりますが、平日はこども園や小学校でもスキー授業の付き添いができるので、子供と一緒にスキーを滑る時間が取れていいと思います。

これからの夢や希望を教えてください。

史郎さん：野沢温泉村は、歩いて行ける範囲で全てが完結するコンパクトなところですが、冬には雪が降り、国内でもトップクラスのスキー場には多くの観光客が訪れます。こんな素晴らしいところはあまりなく、海外のウイスキーよりも野沢温泉の方がポテンシャルが高いと思っています。野沢温泉の魅力をもっと知りたいし、宿泊業やスポーツなどにも携わりながら、この村の素晴らしい魅力を広めていきたいです。そして、子供たちの代に繋げていくことが、僕たちを受け入れてくれたこの村への恩返しになると思っています。

これから移住を希望する方へ一言。

二人：どこの地域にも必ず独自のルールなどがあり、中にはすぐに受け入れることが難しいこともあると思います。でも、その中に入ってしまうと何とかなるんじゃないかな。この村は外国人も多くいて、受け入れられている感じがするから。また、一定の期間、宿泊施設等に滞在し、生活できる機会があればいいと思います。

どこの地域にも必ずその地域
独自のルールなどがありますが、
その中に入ってしまうと
何とかなるんじゃないかな。

移住先に野沢温泉村を選んだきっかけは？

エドさん：日本に住むと決めたときに、まちなには住みたくなりませんでした。田舎に憧れていたもので、山と雪に囲まれた所がいいと思っていました。群馬、新潟、長野などを見て回り、最終的に落ち着いたのが野沢温泉村です。この集落（平林区）は、小さいけど「THE日本!」って感じがとても気に入りました。

住宅はどのように探しましたか？

エドさん：最初は空き家バンクを活用し、役場や市役所に連絡して物件を探しました。でも、古くて改修工事に時間やお金が必要な空き家が多いと感じました。次に不動産屋を経由して物件を探したところ、現在の住宅に出会いました。そこは古民家で、内装もリフォーム済みであり、片づければ住める状況だったので、購入することにしました。

移住することに不安はありませんでしたか？

エドさん：二人とも南国からの移住だったため、雪国生活の経験がなく、雪が心配でした。住んでみないと分からないと思っていましたが、実際に雪は大変でした。暖冬で雪が少ない年は良かったのですが、例年並みに雪が降ると、やはり想像以上に凄くて驚きました。都会と違って英語を話せる人が少ないので、言葉の問題を感じました。でも、そのことは自分が日本語を勉強するモチベ

ションになっているので、只今、日本語を頑張って勉強中です。

野沢温泉村のおすすめポイント(魅力)は？

二人：一番の魅力は、地域の人々です。私たちを歓迎してくれたことに、本当に感激しました。日本人ではないので、どんな風に反応されるか不安に思っていました。ところが、皆さんにいろいろな場面で助けてもらい、生活のアドバイスしてもらうなど、とても温かく受け入れてもらいました。村の周辺に多くのスキー場があり、自然も豊かで、食べ物はお米が美味しく、新幹線の駅やスーパーも比較的近くにあるため、とても気に入っています。

暮らしてみて、大変なところはありましたか？

尚美さん：温泉街の周辺に駐車場が少ないと感じました。

田舎暮らしは地域の集まりが多いと言われますが、どう思いますか？

エドさん：私たちは、地区の集まりがあるから皆さんに受け入れてもらい、仲良くなれています。普段会わない人との共同作業も楽しく感じています。

温泉街への移住ではなく、農村集落での田舎暮らしを選んだ理由は？

エドさん：自分の国の人が多くいる場所より、日本人との関わりをもてる場所の

方を好みます。日本の原風景とも言える農村集落の景色をとても気に入っています。家を購入する場合、温泉街は農村集落に比べ、とても高額になります。また、レジャーや買い物などの車の移動は、あまり苦にならないので、今の生活に不便を感じることはありません。

移住してみての感想は？

二人：もちろん、満足しています。インドネシアでの暮らしはとても厳しかったけれども、この村ではリラックスしてゆっくりできます。生活のペースがゆったりして、ストレスが減りました。以前の生活では、睡眠があまり取れませんでした。今は十分に取れるようになりました。

これからの夢や希望を教えてください。

エドさん：土地があるので、あと何頭か犬を飼いたい。この先もずっと住み続けたいので、できれば他の人達にも野沢温泉村の良さを知ってもらい、この地域を活気づけたいと思います。

これから移住を希望する方へ一言。

エドさん：引っ越してから後悔しないためにも、短期間でいいから移住体験をお勧めします。冬（の雪処理）は本当に大変です。また、地域の人たちがとてもいい人達ばかりなので、そこも知ってもらいたいです。

CASE 3

齊藤 和宏さん 沙織さん ご夫婦

和宏さんは、ニューヨーク出身の埼玉県育ち。沙織さんは東京都出身。当村へ移住する前は、栃木県那須塩原市で暮らしていました。現在は、3人のお子さんに恵まれ、楽しく暮らしています。



移住したいと思ったきっかけは？

二人：特に移住したいという場所はなく、全国各地でも良かったです。いろいろな所を回りましたが、知り合いの紹介で野沢温泉に来ました。初めて訪れた時に「ビビビッ」という感覚があり、山に囲まれ、奥まっていることから、何となくこの土地は守られていると感じました。また、地域の強い密着性を感じて、自分たちに向いていると思いました。

移住することに不安はありませんでしたか？

和宏さん：何も考えずに来たので、住む場所に困りました。Iターン者向けの住宅の募集があり、今はそこに住んでいます。仕事に関しては、何でもできると思っていたので不安はありませんでした。
沙織さん：不安よりも、移住するワクワク感の方が強かったです。

野沢温泉村のおすすめポイント(魅力)は？

二人：村民の方がとても密だと思いました。近所の子供たちも、年齢に関係なく遊んでいたりと、一緒にお風呂(共同浴場)に行ったり。夏になると野菜をいただくなど、ご近所の方との距離が近いです。そういったところが、私たちに合っ

ていると思います。この場所で育っていく子供たちの将来がとても楽しみです。村内の路地裏みたいな所は、海外にいるような感覚になり、魅力の1つです。非現実的なところが味わえるこの村は、両親や友達に「遊びに来て」と招待できる場所です。

子育てをして感じたことは？

二人：まず、自然が豊かだと思いました。子供は少ないけど、その分濃い関係を築くことができます。みんなが仲間であるという感じが、近所とのコミュニケーションも良好で、とても安心感があります。

これからの夢や希望を教えてください。

和宏さん：今は雇われていますが、観光地なので自分で何か商売をやりたいと思っています。
沙織さん：野沢温泉村の魅力、楽しい場所、美味しいお店などを紹介するような宿をやりたいです。

これから移住を希望する方へ一言。

二人：その場所に住んでいる人たちが築き上げてきた、歴史や文化、生活ス

タイルなどをリスペクトして大切にしていること。そして、全てを楽しむことやポジティブな考え方が大切だと思います。

地域の強い密着性を感じて、
自分たちに向いていると
思いました。

移住したい!...その前に考えよう

移住へのステップ



STEP
1

移住する目的を明確にしましょう

野沢温泉村でどんな暮らしや生活スタイルをしたいのかを考えて、目的をはっきりさせましょう。家族ともよく話し合うことが大切です。

STEP
2

移住先の情報を集めましょう

野沢温泉村の情報をインターネットやパンフレットで集めましょう。イベントに参加したり、窓口相談なども活用しましょう。

STEP
3

譲れない条件をリストアップしましょう

具体的にリストアップして優先順位をつけましょう。

STEP
4

実際に行ってみましょう

まずは野沢温泉村に来てみてください。旅行者ではなく生活者の視点で物事を見て、ネガティブな点も確認しましょう。

STEP
5

仕事を探しましょう

都会と同等条件の求人は多くありません。移住する前から、いろいろな方法で仕事を探しましょう。

STEP
6

住まいを探しましょう

空き家探しは「空き家バンク」や民間の不動産業者を利用するのが一般的です。中古住宅のリフォーム費用が想像以上にかかる場合もありますので、水回りを中心に家の状態をしっかりチェックしましょう。まずは、賃貸物件で暮らして様子をみてみましょう。

STEP
7

移住の前に準備したいこと

移住は予想以上の費用がかかります。いざというときのために貯蓄をしておきましょう。また、田舎暮らしにおいて車は必須アイテムです。車の維持費も考えておきましょう。

暮らし情報

○雪対策

野沢温泉村は国内でも有数の豪雪地帯であり、多い時には一日に50cmを超える積雪があります。特に雪が一定量(降雪が概ね15cm以上になり、交通に支障がある場合)を超えて降った朝は、通勤や通学など村民生活に影響が生じないよう除雪作業を行い、道路交通の確保を図っています。



○お買い物

《村内》 豊郷地区の温泉街の中心に位置する大湯通りの周辺に商店や飲食店が立ち並び、コンビニ、酒屋、土産物屋などがあります。大湯通りの周辺以外にも商店や飲食店などが点在し、生鮮食料品店もあります。

また、農産物直売所では新鮮な地元の農産物(主に6月～11月)が購入できます。

《村外》 車で20分程度で大型スーパーやホームセンターがあります。



大湯通り朝市



農産物直売所(湯のさと市)

○医療施設

《村内》 ・安部医院(内科・外科・消化器内科)
・野沢医院(整形外科・内科・小児科)
・富井歯科医院
・河野薬局
・市川診療所

《村外》 ・飯山赤十字病院(飯山市)
・北信総合病院(中野市)



安部医院

お仕事紹介

最新の野沢温泉及び近隣市町村の求人情報については、
村のHP(観光産業課商工観光係)にてご覧いただけます。
<http://www.vill.nozawaonsen.nagano.jp>



■スキー場従業員



■宿泊業



■飲食業スタッフ



■介護・福祉スタッフ



■保育スタッフ

ワークスペース

コワーキングスペース
「L'Atelier KURA」
(ラトリエ・クラ)

移築した土蔵の1階はカフェ
飲食スペース、2階はコワー
キングスペースとしてご利用い
たできます。



コワーキングスペース
「MAeDE」

居心地の良い空間でテ
レワーク、オンラインミー
ティング、セミナーなど
にご利用いただけます。



○その他の野沢温泉村定住支援事業一覧(県事業含む)

住まい

克雪住宅普及促進 事業補助金

雪下ろしの負担軽減や転落事故防止を図るため、住宅の克雪化の整備(新築・増改築・改修工事)を行った費用の一部を助成します。

- ①融雪型 工事費の1/5(1/4)、上限額75万円(90万円)
- ②自然落雪型 工事費の1/5(1/4)、上限額75万円(90万円)
- ③雪下ろし型 工事費の1/2、上限額8万円

※②と③は改修のみ。また、()は高齢世帯の補助率と上限額。

住宅用太陽光発電 システム設置費 補助金

住宅等への太陽光発電システムの設置費用に対して補助します。
●1kwあたり 42,000円(上限4kw 168,000円)

仕事

起業支援事業補助金

村内に1年以上居住又は居住する予定の個人で、工場、店舗又は事務所等の起業活動拠点が村内にあり、製造及び営業のための土地、建物及び設備の取得又は改修等の起業に要する経費を補助します。

- 対象経費の1/2以内 上限100万円

振興作物普及事業助成

JAが行う助成と合わせて、振興作物の育成に必要な種苗・資材費等について助成します。

- 対象作物:きゅうり、アスパラ、ネギ、ピーマン、ズッキーニ等
- 対象経費:苗代及び資材費の1/4～ 1/2

信州産ペレット 消費拡大事業補助金

森林資源の有効活用や地球温暖化防止を図るため、信州産ペレットストーブの購入費を補助します。

- 購入費の1/2以内 上限10万円

新規就農者支援事業 補助金 (新規参入者支援事業)

農業の担い手を確保し地域農業の振興を図るため、新規就農者が行う事業に対して補助金を交付します。

- ①村内の農地等取得するための経費(取得額30万円以上、事業費限度額100万円以内)
- ②農業機械等のリース料(リース料の総額が50万円以上のもので、リース開始日から3年以内に限り。月額15,000円以内)
- ①及び②の各1/3

野沢温泉村生ごみ処理機 購入費補助金

ごみの減量とごみに対する住民意識の高揚を図るため、生ごみ処理機の購入に補助します。

- 生ごみ処理機 購入費の1/2以内 上限2万円(※1世帯1台限り)
- 生ごみ処理容器(コンポスト)購入費の1/2以内 上限4千円(1世帯2台まで)

JR飯山駅飯山市営 駐車場利用補助金

JR飯山線を利用して通勤通学をする際に、飯山市営駐車場を月極め利用する方へ駐車料金の一部を補助します。

- 駐車場利用料金の1/2以内

住まいサポート

中古住宅購入等補助金

定住及び地域の活性化を促進するため、中古住宅の購入等に係る経費の一部を補助する。

- ①中古住宅購入補助金
購入費の1/2以内 上限50万円
- ②新築住宅購入補助金
購入費の1/10以内 上限100万円(中古住宅全部を取り壊し、同一敷地内に新たに建築)
- ③中古住宅リフォーム補助金
工事費の1/2以内 上限50万円
※中古住宅とは、村要綱の規定による空家バンクに登録された物件
※1つの中古住宅に対して①～③の重複は不可

うるおいのある美しいまちづくり助成金

村の条例に基づき、「良好な景観づくりに向けた基本方針」に示す各種基準に適合する行為に対し助成する。

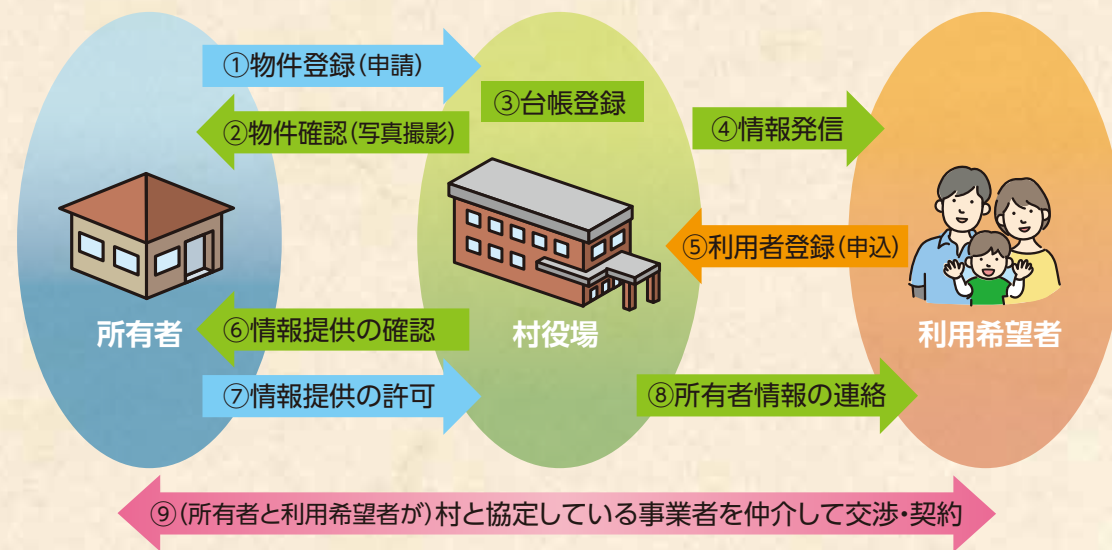
- 外観の整備、色彩の変更、廃屋の撤去等に対して、事業費の1/3～1/2以内、限度額3万円～100万円

空き家情報提供制度

村内の空き家を有効活用し、村内在住者や都市住民の移住定住を促進し地域の活性化を図ることを目的に「空き家情報提供制度」を実施し、空き家情報の登録と提供を行っています。

村内の空き家のうち、賃貸や売買を希望する所有者から物件の情報を収集し、空き家情報提供制度に登録して、この情報を移住定住希望者(制度利用のための登録必要)に提供します。

賃貸や売買の契約などの手続きは、当事者どうし又は村と協定を結んでいる事業者の仲介(宅地建物取引業法で定められた仲介手数料が必要になります)で行っていただきます。



子育て教育サポート

出産・子育て応援事業

妊娠期から出産・子育てまで一貫して子育て家庭に寄り添い、様々なニーズに即した支援につなぐ伴走型相談支援と経済的支援を実施しています。

- 伴走型相談支援** ①妊娠届出時 面談 ②妊娠7～8カ月頃 面談(アンケートを実施、希望者) ③出生届出後
- 経済的支援** 伴走型相談支援の面談実施後に支給(面接後、申請時に指定した口座へ振込み)
 - ①出産応援給付金 妊婦一人当たり 5万円
 - ②子育て応援給付金 新生児一人当たり 5万円

妊婦・産婦サポート

安心して出産を迎えられ、産後の育児の不安等が解消されるようなサポートをしています。

- 妊娠期** マタニティセミナー(栄養指導、体調管理、赤ちゃんの沐浴教室など)／妊婦歯科検診(検診費用の助成)／妊婦訪問(希望者の方へ村保健師が健康状態や悩み事の相談に対応)

- 不妊・不育症治療費助成事業** 治療に要する費用を一部助成します。

産後

- 産後ケア事業 出産後の身体の回復や授乳などの育児に不安や心配をお持ちのお母さんと赤ちゃんが受けられる事業です。(利用料の一部を負担します)
※宿泊または通院し、授乳指導や育児相談等
- 新生児聴覚検査 赤ちゃんの耳の聞こえの状態を調べる検査の費用の一部を助成します。
- 乳児訪問 村の保健師が訪問し、育児・健康状態の相談に対応します。
- 股関節脱臼検診 生後3カ月の赤ちゃんを対象に村内の医療機関で検診を受けられます。
- 乳幼児健診 法定の1歳6カ月と3歳児検診以外で村独自に4・7・10カ月、1歳・2歳児検診を実施しています。
- 離乳食教室 生後6カ月ごろから始まる離乳食づくりの体験、学習をし、実際に作った離乳食の試食を行います。

子育てサポート

18歳までの児童とその保護者の切れ目のない支援をしていきます。

- 児童館ぶなの子** 0歳から18歳までの児童・生徒が利用でき、親子で遊んだり他の親子と交流できます。
- ファミリーサポートセンター** 「子育ての援助を受けたい人」と「子育ての援助を行いたい人」が会員となり、会員同士で一時的な子育てを助け合う有償のボランティア活動です。
- のざわこども園** 年少児以上保育料無料(国の制度に準ずる) 5歳児の給食費無料 一時預かり保育、延長保育あり。
- 放課後子ども教室** 子供たちの放課後の居場所づくりの為、小学生児童を対象に「遊友くらぶ」、「延長子ども教室」を実施しています。※登録制
- 子供のインフルエンザ予防接種助成** 1歳から高校生までの子どもを対象に、インフルエンザ予防接種費用の一部を助成します。
●1人1回につき1,000円を助成(医療機関で1,000円を控除)



児童館 ぶなの子

福祉サポート

- 福祉医療費給付金** 18歳までのお子さんの医療費を補助 ※1医療機関につき、月500円を負担していただきます

教育サポート

村では、子どもたちの確かな学力と豊かな心を培うために、こども園から中学校までの12年間を中心に一貫した教育を行っています。その一つとして平成25年4月から野沢温泉学園が開園しました。

- 村立のざわこども園(幼保連携型認定こども園)
- 村立野沢温泉小学校
- 村立野沢温泉中学校



のざわこども園(幼保連携型認定こども園)



野沢温泉小学校



野沢温泉中学校

野沢温泉村 MAP



村内の主要機関 [市外局番 0269]

公官庁

- ① 野沢温泉村役場 ☎ 85-3111
- ② 公民館・体育館 ☎ 85-3201
- ③ 岳北消防本部飯山消防署野沢分署 ☎ 85-4119
- ④ 野沢温泉村駐在所 ☎ 85-2048

医療機関

- ① 安部医院 ☎ 67-0502
- ② 富井歯科医院 ☎ 85-2347
- ③ 野沢医院 ☎ 85-2010
- ④ 河野薬局 ☎ 85-2224
- ⑤ 市川診療所 ☎ 85-3201

学校・こども園・児童館

- ① のざわこども園 ☎ 85-2505
- ② 児童館ぶなの子 ☎ 85-3001
- ③ 野沢温泉小学校 ☎ 85-2142
- ④ 野沢温泉中学校 ☎ 85-2141

金融機関

- ① JANAがの野沢温泉支所 ☎ 85-3136
- ② 野沢温泉郵便局 ☎ 85-2003

各地区の集会所等

- | | |
|----------------|-----------|
| ① 前坂集会所 | 豊郷 4717-1 |
| ② 中尾集会所 | 豊郷 6573-2 |
| ③ 新田集会所 | 豊郷 6762-2 |
| ④ 秋葉集会所 | 豊郷 7747-1 |
| ⑤ 松葉・大湯集会所 | 豊郷 9332-1 |
| ⑥ 麻釜集会所 | 豊郷 8750-7 |
| ⑦ 寺湯農業生活改善センター | 豊郷 8935-1 |
| ⑧ 横落集会所 | 豊郷 9198-口 |
| ⑨ 重地原集会所 | 豊郷 3143-6 |
| ⑩ 坪山集会所 | 坪山 306 |
| ⑪ 平林集会所 | 平林 797 |
| ⑫ 矢垂集会所 | 虫生 41-1 |
| ⑬ 虫生集会所 | 虫生 1091-2 |
| ⑭ セキ巻集会所 | セキ巻 389-1 |
| ⑮ 東大滝集会所 | 東大滝 297 |
| ⑯ 明石集会所 | 東大滝 834-2 |

村内拡大図

