



## のびのび icoo.

海と山に囲まれた富山県。

豊かな自然と、あったかいご近所づきあいに見守られながら  
子どもはのびのび、

子育てするパパやママも、のびのび。

ここではそれが、当たり前の暮らし。

子どもと一緒にのびのびを、ここ 富山で作っていきませんか。



育児と仕事が  
両立  
しやすい

富山県は待機児童ゼロ！共働き家庭が多く、保育所・幼稚園に安心して預けられる体制が整っています。正社員率が高く、働きやすい環境です。

富山で暮らすと、  
いいことたくさん。

自然が  
いっぱい、  
環境がいい

コンパクトな富山は、海から山まで1時間！アウトドアが手軽にできます。大きな公園も多く、遊ぶ場所には事欠きません。もちろん、毎日のお水や食べ物もとってもおいしい。

教育環境が  
すぐれて  
いる

文部科学省の全国学力・学習状況調査でトップクラス。次代を担う子どもたちを育てるため、富山ならではの質の高い教育が行われています。

## CONTENTS

私たちの移住 STORY	4
3 家族が大集合！ ざっくばらんに座談会	6
移住への STEP	10
富山で子育てするといふこといっぱい！	12
教えてママパパ！ Q&A	14
子どもと一緒にいきたい！ SPOT	16
支援制度・体験ツアー・相談窓口	18



# 私たちの移住 STORY

富山で子育てを楽しむ“移住の先輩”たちに、  
移住の経緯や暮らしぶりについて聞きました。

## 牛やヤギと一緒に のびのびスクスク！



ヤギさんは  
ボクのお友達



高岡市

あおぬま あきら か な  
青沼 光さん・佳奈さん  
一家  
長男、次男、三男  
高岡市在住  
2011年に長野県から黒部市へ移住  
後、2015年に高岡市へ

### 地域はとてもウェルカムでした

広島県出身の光さんは、長野の牧場で働いたのち、2011年に黒部市の牧場で働くため富山にやってきました。下積みを積んだこの牧場で佳奈さんと出会い、結婚。その後2015年に農業特区地域でもある高岡市国吉地区へ引っ越し、夫婦で「clover farm」を立ち上げました。

後継者に悩んでいた牧場を買い取った経緯もあり、地域の方々が「ようきてくれた！」とウェルカムな姿勢で迎え入れてくれたそう。自治会や地域活動の中でより深く関係が築かれていったといいます。「“牛飼うとる若いもん”として珍しがつて興味を持ってくれる人も多かったり。地域の方は本当に良くしてくれます」と語る光さん。現在、研修生の受入れや民泊もできるようにと、自宅を改築中です。

### 次世代に繋ぐために、今できることを

3人のお子さんがある青沼家。お子さんについて何うと、「全く人見知りしないし、よく動かし食べる。広い敷地だからか声がデカイ！お客さんが来ると牧場案内をし始めます(笑)」。

自然豊かな土地でヤギと戯れるのが当たり前で、青沼3兄弟はたくましく育っています。子育て環境と暮らしの両面について「スーパーも学校も近いし、市街地にも車で10分で行ける。周囲の環境で足りないと思うものはないです。国吉地区は、暮らしの便利さと田舎っぽさが両方ある住みやすいところ！」と、笑い合います。「酪農の仕事も地域もまだまだ良くなる可能性がたくさんある」と語る青沼さんご夫妻。「次世代に繋ぐことを考えて、今自分たちにできることを一生懸命やっていきたいです」。

## まずは自ら動いてみるべし！ 富山はオモシロイ場所

2011年に静岡県から氷見市に嫁いだ金子さん。三世代同居で温かい家族に囲まれたものの「ホームシックに加えて10ヶ月の長男の夜泣き、さらに冬の日本海特有の荒波、曇天、大雪…温暖な静岡との違いにすっかり参っていました(笑)」。

なんとか2年が経過した頃、「このままじゃいけない」と思い立ちます。「全てに対して受け身だった自分に気付いて。まずは自分から“富山のいいところ”を探してみようと思ったんです」。趣味のカメラを片手に、子どもと遊べる公園やカフェを巡り、記録がてらブログにアップ。ブログを通じて情報発信する中で人との出会いや繋がりも生まれ、自身の生活も充実していきました。



こばやし ひろみ  
小林 裕美さん  
夫、長男、次男、三男  
上市町在住  
2016年に神奈川県より移住

上市町

夫のシミは  
釣り！！



かね こ なの  
金子 奈央さん  
祖母、両親、夫、長男、次男  
(現在三男妊娠中)  
氷見市在住  
2011年に静岡県より移住

氷見市



## ふもと 六山の麓でゆったり！ 子育て環境の良さは抜群です

神奈川県で暮らしていた小林さん。2人目のお子さんが生まれた頃、待機児童問題に直面します。遠方にある認可外の保育園に通う中で「もっと子育て環境の良い地域で暮らしたい」と、義両親の生家がある富山を候補に考え始めます。東京の有楽町で行われた「かみいち暮らしセミナー」に参加した際、自然豊かで生活しやすい上市町の存在を知り、一家での移住を決意しました。

移住後、3人目のお子さんが誕生。現在は兄弟仲良く近所の保育園に通っています。「あのまま都会に住んでいたら3人目は考えられなかった。毎朝満員のバスで2人の子どもを抱えて、本当に大変だったので…」と当時を振り返ります。

現在は上市町地域おこし協力隊として勤務する小林さん。「移住後は子どもや仕事を通じて、多くの人と出会えています」と笑顔をみせます。





「私たちの移住 STORY」で紹介した3家族が集まって、富山への思いやリアルな子育てライフなど、本音で語り合いました。

## 座談会メンバー／



1ターン歴8年目。  
子どもは年長、年少、  
1才の男3兄弟！

広島県出身 ▶ P.4

青沼光さん(夫)／高岡市在住



秋田、茨城での  
暮らしを経て  
富山にUターン！

富山市出身 ▶ P.4

青沼佳奈さん(妻)／高岡市在住



夫の実家に嫁いで  
三世代同居中。  
小2、年長のママ。

静岡県出身 ▶ P.5

金子奈央さん／氷見市在住



1ターン歴3年！  
年長、年少、1才の  
ママ。

北海道出身 ▶ P.5

小林裕美さん／上市町在住

## Q. 富山の第一印象って？

**小林** 私は元々北海道出身で、その後神奈川県に15年ほど住み、子育てもしていました。富山は主人の父親の出身地。主人が幼少期からたまに訪れていたそうで、生活環境の良さや立山連峰の景観の美しさなどはよく聞いていました。偶然、上市町主催の移住セミナーに参加する機会があり、そこからぐんと興味が湧きました。

**金子** 私は24歳の時、氷見市出身の主人と出会い、お嫁にきました。小林さんのように下調べや準備をして移住したわけではなかったので、富山に関する知識はほとんどありませんでした。当時は福井県を富山県だと思っていたくらいでしたね(笑)。

**青沼** 僕は広島県出身なので、北陸自体の知識があ

まりありませんでした。晴れる日の少なさや、冬の風の冷たさには慣れるまで時間がかかりました…。

**金子** 私も最初の約2年は正直富山が嫌いでした。出身の静岡県では3月は春の陽気なのに、富山では雪がチラついて、さらに空もどんよりして…。気持ちも塞ぎがちになっていました。

**佳奈** 私は富山県出身ですが、小さい頃からその天候が普通でしたね。だけど、どんよりしている日が多いから、たまに晴れる日がとても嬉しいです！「今日はどこにお出かけしよう」ってウキウキしますね。

**金子** つい太陽を拝んでしまう時もあります。富山に来て太陽のありがたみをひしひしと感じますね。それに、数少ない晴れの日に見える立山連峰の美しさは格別ですよ！

曇天が多い分、晴れた日の立山連峰は格別！

## シャイな富山県民。 いったん壁を取り払うと一気に仲良くなる

**小林** 上市町は立山連峰がより近くにあるので、近すぎてびっくりするくらいです(笑)。上市町からは立山連峰のひとつ・剱岳が特に綺麗に見えるので、その美しさに毎日感動しています！

**青沼** 「青空が見える」だけで嬉しいですね。晴れた日は SNSでも立山の写真を投稿している人が多い気がします(笑)。

## Q. 富山の県民性についてどう思いますか？

**青沼** 僕らが住んでいる高岡市の国吉という地域は、意外に“よそ者”に対してウェルカムな雰囲気、アットホームな人が多いです。これ使われ、あれ使われとお世話を焼いてくれますよ。

**金子** 富山って最初は人見知りをして、一度壁を乗り越えると家族みたいに仲良くなる人が多いと思います。あと、PR 下手だなとも感じますね。「富山なんて何にもないちゃ〜」と皆さん仰るんですが、県外から来た私とかが「何にもない」って口にする、と、すごく怒るんですよ(笑)。「何にもないって本心じゃないんだ、本当は富山が好きなんだ」と気付きました。

**青沼** もしかしたら謙虚なのかもしれないですね。いろいろ気にしてくれていそうだけれど、言い出せずに陰から様子を伺う、見守ってくれているシャイな人もいますよね。

**佳奈** そういえば、「おおかみこどもの雨と雪」(※)



冬の晴れた日の立山連峰



アニメ映画の舞台モデルとなった古民家「おおかみこどもの家の家」(上市町)

に出てくる近所のおじいちゃんに富山県民っぽさが滲み出ていて、つい笑ってしまいました。

**小林** 確かに基本的に謙虚でシャイなんですね。だけど何かをきっかけに一気に距離が縮まって仲良くなっていく感じは、私も経験があるのでよく分かります。

## Q. 休日はどこにお出かけしますか？

**青沼** 僕は子どもがまだ小さいので、よく公園や浜辺に行きますね。本格的な海遊びや山遊びはもう少し先になりそうですが、行き先はたくさんありそうですね、今から楽しみです。

**金子** 富山の公園は広い場所が多いですね。「高岡おとぎの森公園」(→ P.16)には、ドラえものの像や漫画に出てくる空き地が再現されていて大人も子どもも楽しめるのでよく行きます。

**小林** うちの子もたちもドラえもんが大好きなので、いつか連れていきたいと思っていました！上市町からだと少し遠いのでなかなか行けないのですが、周りのママ友からもよく話を聞きます。

**金子** 富山の公園は駐車場も充実していて、人混みも少ないのでとても快適です。ボールで遊ぶのが禁止されている公園も少ないのでは？

**佳奈** 都会だとボール遊び禁止の公園が多いですね。富山は遊ぶのにお金がかからないのがとても魅力的です。

※ 富山県出身・細田守監督の上市町を舞台モデルにしたアニメ映画

富山は公園が充実。遊びにお金がかからない



## Q. 共働き率が高い富山での働き方についてどう思う？

**佳奈** 我が家は自宅で酪農経営をしているので特殊なケースになるのですが、友人はお姑さんに「仕事を始めたければ孫守りするよ」と言われたそうです。富山は祖父母が同居したり、近くに住んでいることもあったり、育児に協力的な家庭が多い印象があります。保育園の待機児童も0人ですよ。

**金子** 正社員として仕事をすると、朝は早くて夜も遅いですよ。バックアップしてくれる家族の存在はとても心強いと思います。そういえば、保育園の送迎はおじいちゃんやおばあちゃん率がとても高い気がします！一番仲良いママ友が実はおばあちゃんということも普通ですね(笑)。

**佳奈** そういえば「今日孫見なきゃいけないから！」と忙しそうにしているおじいちゃんやおばあちゃんをたくさん見かける気がします(笑)。

**小林** 我が家は、私も主人も両親が離れているので、普段から頼りにできる存在が近くにあるのはとても羨ましいですね。

**金子** 困った時に甘えられるというのは本当に大きいです。私の家は三世代同居なので、家族の協力には日々感謝しています。子どもを見てくれる人がたくさんいるから3人目を産もうと思いました。なので、ご両親と離れた環境で3人もの子どもを育てている小林さんは本当にすごいと思います。



## 富山に来たから、3人目を産もうと思った



小林家3兄弟。ちなみに座談会メンバー全員が男の子3兄弟のパパママでした

**小林** 確かに大変な時はたくさんありますが、私は富山に移住したからこそ3人目を産もうと思えました。待機児童もいないし自然も豊かな富山でなら、のびのび子育てをしていけると確信しました。正直、神奈川の暮らしでは考えられませんでした。待機児童問題に加えて保育料も高いですし、朝は通勤で人がごった返しているバスに子ども3人を抱えて乗ることを考えると、想像しただけでゾッとします…。

**金子** 県や市町村のサポートが充実していると、子どもを産む後押しになりますよね。私も3人目の子どもを産みますが、子どもが増えるごとにお祝い金が増える市町村も多いと聞きました。

**青沼** 飲食店などに子ども連れで行くこともよくありますが、他の県や都会で子育てしている友人はともて気を遣うと言っていました。もちろん僕たちも気は遣いますが、富山では逆に子どもがいると話しかけてくれたりとか見守ってくれたりしますよね。

**小林** 確かに富山の人は子ども連れにとってもあたたかいですよ。スーパーで子どもと一緒に買い物をしていると、よく声をかけられるんです。都会ではなかったことなので、最初はびっくりしてしまいました。

**佳奈** 私も赤ちゃんを連れて買い物をしていたら、

## まずは親自身が、富山を楽しむ姿を見せていきたい

我慢できなかったのか、「かわいいね」って追いかけてきてまで言ってくれるおばちゃんがありました。そういった何気ない一言が嬉しいですし、助けられますよね。

## Q. 富山(地方)で子育てするなかで感じることは？

**青沼** 富山は田舎のイメージがあるかもしれませんが、車を1時間ほど走らせたら街にも山にも海にも行ける。県外の人には意外と思われるかもしれませんが、不便と思うこともなければ不満もないですね。街中で暮らしながら週末は山や海に行くという手もあるし、その逆パターンもできそうです。富山は選択の幅が広いと思います。

**金子** 確かに選択肢の多さは感じますね。ただ、子どもが中学生や高校生になって、自分の足で出かけるようになった時に、不便や不満を感じるかもしれないと思います。

**佳奈** 確かに田舎の富山が嫌で高校卒業と同時に県外に出てしまう人は多いですね。

**金子** 大人は車があるから動ける範囲が広いけれど、子どもは車を持つまでの思春期の間に、行ける場所の少なさで富山を嫌いになってしまうかもしれません。だからせめて私たち親自身が、富山で楽しんでいる姿を見せていきたいです。

最初の話に戻りますが、大人たちが「富山には何もないちゃ」と言ってしまったら、子どもはその言葉をそのまま受け取って成長してしまうのではと思います。だから私は絶対に言わないと決めています



金子さんが運営するウェブサイトで披露した被り物。富山愛があふれる

ね。富山には立山もある、海もある、食べ物も美味しいと良さをどんどん伝えていきたいです。都会ほど便利ではないかもしれませんが、その都会にはないものがここにはあるんだと伝えながら、富山で子育てをしていきたいです。

## Q. 今後の暮らしについて思うことは？

**青沼** 僕らが住んでいる地域や富山の酪農は、まだまだ改善点があり、よくなるための伸びしろや可能性を感じています。富山では地域によってそれぞれの暮らし方があるので、自分に合った場所で、さらにそこで生活していく覚悟さえあれば楽しく暮らしていけると思います。

**小林** 私は富山県の東側に住んでいますが、今日みなさんとお話して、西側にももっと足を伸ばしてみたいと思いました。東西の暮らしや食文化の違いなど、まだまだ知らないことがありそうです。小さな富山県の中でも、それぞれに特色がある。富山の奥深さを今日改めて感じました。

**金子** 富山は県名にある通り、本当に“富”の県だと思います。金銭的な意味ではなく、文化や暮らしそのものが豊富です。お金やモノの豊かさではなくて、自然との共生や人とのあたたかいつながりこそが本当の豊かさなのだと気づいている人が多い気がしますね。私もそのことに気付けたからこそ、富山を好きになれたんだと思います。

