



朝食後は、牧場内でできる体験を楽しみました。

はじめは「バターづくり」。自分たちで振ってつくったバターをクラッカーにたっぷり塗っていただきます。

「バター作りは初体験、牛にも嫌われず、貴重な体験をさせていただきました。」







「クリーンエネルギーについては、牧場内で町と連携した発電施設を運営されていることを知り、官民連携で良い取り組みが行われているなと思いました。」

お昼は「グリーンテージ」にて「冷やしくずまき鍋」。昨日から何度か話題に出していた「かけ」をいただきます。窓の外からは風車が望めました。



午後は「岩手くずまきワイン」へ向かいました。
山ぶどうを利用したワインや、赤、白、ロゼの違いなどを実際の
タンクやセラーを見ながら見学。この山ぶどうが寒くなっていく
と色づいていく、秋が楽しみですね。

《参加者の声》

「山ぶどうのブレンドで新しい味を作り出しているのにおどろきました。」

「作り方の説明を聞いてワインを飲むのが楽しくなった。」





帰り道は「クローバー畑」に寄り道。
葛巻町で酪農を営む女性達が作るジェ
ラート屋さん。葛巻町内産のフレー
バーのものをいただきました。





バスは町中に戻り、町内を散策です。
「Cafeやどり木」さんや、日曜日限定で開いている3000枚のレコードに囲まれた集いの場へ。
町の方との交流を深めます。

スーパー、葛巻小学校と巡り、最後は旧遠藤邸で休憩・振り返りです。
いらっしゃい葛巻推進課の皆さんに質問をしたり、改めてマップを見て位置関係を振り返ったりして時間を過ごしました。



今年の夏は記録的な猛暑。

葛巻町も例に漏れず、当日も暑さの残る中でのツアーとなりました。

そんな中、町の方々との交流を通じて、暮らしのイメージができたのではないかと思います。
ご参加いただいた皆さん、ありがとうございました。またお会いしましょう！

《参加者の声》

「暑い中での散歩でしたが、レアな店に入れたのはインパクトがありました。」

「ゆったりと歩きながら町の方と交流が出来ました。」

「ジャズ喫茶は枚数の多さと音質を聞いて感動しました。最初のカフェもすてきでした。」

「人があたたかい、川緑のきれいさ。野菜、肉、乳製品、食べ物がどれもおいしかったです。」

「まちのメイン通りのすぐうしろに大きな山がある光景がとても気に入りました。立ち寄ったお店の店員さんもお客さんも優しい方でとてもよい雰囲気でした。」



暮らし体験ツアー取組経過（直近3年）

R4 夏 冬（オンライン）

R5 夏 冬

R6 夏 秋

くずまきヒュッゲ SNS情報発信



• *ヒュッゲ (HYGGE):デンマーク語で「心が温まる時間や場所、雰囲気」の意味。

• 「くずまきヒュッゲ」とは、岩手県葛巻町の食や文化、暮らしや営みの豊かで温かい世界観を共有する旅。北欧さながらの風景の中で、ゆっくり流れる幸福なひととき。時には厳しい自然のなかでこそ感じる、人々のぬくもり。葛巻町でヒュッゲなひとときを見つけてみませんか。

• R6年度フォロワー618

⇒R7年度1015



葛巻町の暮らしの様子取材し、定期的にSNSから情報を発信

ライターズ 菅原茉莉氏

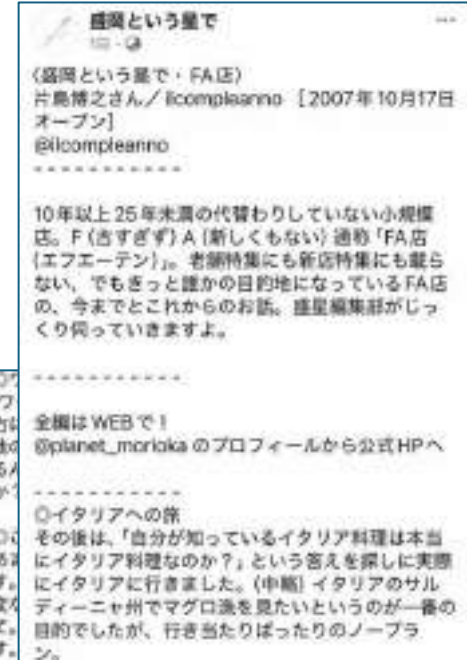
日常の何気ない風景やそこに住む人達の暮らしのひとつコマの中にある一瞬をとらえ、自身が取材したエッセイとともに発信することを得意とする。穏やかで構えない人柄は、取材対象者の信頼を得ており、写真や記事がSNSでの投稿発信される段階においても、いつも通りの自然な空気感や温度感をまとい、発信から時間が経過しても古びない一つの商品。

SNSの仕様変更への対応力があり、特性や効果についても精通する。

【主な実績】ミライズエネチェンジ(株)メディア事業部（インタビュー記事制作）／盛岡という星で編集部 Instagram（インタビュー記事制作）／美食王国もりおか（撮影・インタビュー記事制作）／くずまきヒュッグ暮らし体験ツアー Instagram・Facebook（撮影・記事制作・ツアー同行取材）／グリーンツーリズム盛岡 Instagram・ウェブサイト（撮影・記事制作）／肉のふがね Instagram（撮影・記事制作）／(株)セカンドブリッジ カタログ（商品撮影）／県内経営者等の企画広報担当（SNS運営、podcast制作）／ラヂオもりおか（パーソナリティ）／hacotoki（カードゲー



聞く・撮る・書くを軸に岩手や東北を中心にフリーランスとして活動。盛岡市在住。



取材インタビュー記事 1

【仕事と暮らし】

保育士 樋ノ口輝里 さん

「ただいま」と帰れる場所で、 子どもたちと四季を暮らす

kuzumaki_hygge
葛巻町



今年で8年目です。大学を卒業して20歳から働いていて、今28歳です。
最初の6年間は町内で一番大きい葛巻保育園に勤務して、五日市保育園での勤務は2年目になります。

——そもそも、保育士を目指したきっかけは？

私には8つ離れた妹がいるんですが、小さい頃から妹のお世話をするのが大好きだったんです。保育園に迎えに行くと、先生が働く姿を見て「いいな」と憧れていました。
妹の連絡帳に、「今日お家では〇〇をしていました」なんて書いてみたり(笑)。その頃からずっと変わらず「保育士になりたい」と思っていました。

——進学で一度盛岡に出られたそうですが、就職でこちらに戻ることには迷いはありませんでしたか？

迷いはあんまりなかったですね。実家に母が一人なので、私が近くにいてあげたいなというのもあった。大学を卒業するタイミングでちょうど保育士の募集があり応募しました。就職試験はここしか受けてないです。
働き始めて最初の頃は「ちょっと不便だな」ということはありました。やっぱり若かったので(笑)。美容院に行くのも盛岡まで行かなくちゃいけないし、都会が羨ましいと思ったこともあります。
でも、しばらくすると葛巻の方が落ち着くようになりましたね。逆に人が多いとそわそわしちゃって。暮らしてみると過ごしやすいし、自分には合っているんだなと思います。



——8年働いてみて、先生にとって「保育」のやりがいとは何ですか？

自分にはまだ子どもがいないので余裕があるというのがありますが、「子どものためにこれしたら楽しいかな」と考える時間が、自分の中ですごいやりがいになっています。

土日とか会わない日の方が、逆にそわそわしてしまうんです(笑)「今日みんなはなにしてるんだろうな」「あそこ行くと行ってたな」とか、考えちゃって。

——葛巻の保育ならではの良さ、はどこにありますか？

春夏秋冬がはっきりしていることですね。春は短く、秋は紅葉が美しく、冬はドカッと雪が降る。

都会だと雪って珍しいかもしれませんが、葛巻では冬は毎日外に出て、思いっきり雪遊びをします。子どもたちも冬が大好きです！
そういう四季の変化を、仕事を通して子どもたちとギャップと感じられるのは、葛巻ならではの良さですね。

——休日についても聞かせてください。先生は海が好きですか？

そうなんです。めっちゃ山に住んでますが、海が好きです(笑)。
夏は海釣りに行ったり、冬はスノーボードに行ったり、結構アウトドアです。八戸や久慈の海なら車ですぐなので、盛岡から行くより近いかもしれません。

——先生が感じる葛巻の魅力、教えてください。

「人が温かい」ことです。
こっちに帰ってくると、すれ違っただけで「こんにちは」って町の人が言ってくれるんです。学生時代、盛岡の街中では知らない人に挨拶する習慣がなくて「冷たいな」と感じてしまったことがあったので、葛巻のこの温かさは心地いいですね。

お散歩中も、地域のおじいちゃんおばあちゃんと立ち止まってお喋りするのが当たり前なんです。

——保育士の視点から見て、葛巻の子育て環境はどう映っていますか？

保育料や医療費の無償化など、制度も手厚いですが、一番は「時間のゆとり」だと思います。

多くの方が夕方4時～5時にはお迎えに来られます。都会で遅くまで延長保育をしている環境と比べると、お家で家族と過ごす時間が長くて、子どもたちは本当に幸せだと思います。朝も比較的ゆっくりですしね。

——これから先も、ここで保育を続けていきたいですか？

そうですね。自分が担任した子がもう中学生になっていて、たまに会うと「あー！久しぶり！」ってなるのがすごく幸せなんです。

小学校、中学校と成長していく姿をこの距離感で見守れるのは、地域密着ならではの喜びだと思います。

——最後に、これからチャレンジしたいことを教えてください。

運動会やお遊戯会のような行事での「頑張っている姿」はもちろんですが、日常の中での「喜怒哀楽」をもっと見てもらえたらいいなと思います。

友達と喧嘩して泣いちゃったとか、挫折して怒っているとか。
「前は怒っていたのに、今は堪えているな」というような、些細な成長こそが、子どもと暮らすことの醍醐味でもあると思うので。

子どもたちとの日々起きる小さなドラマを「どれだけ泣いてもいいし、怒ってもいいんだよ」という、おらかな気持ちで見守りたいですし、ご家族や地域のみなさんと共有していきたいですね。

取材インタビュー記事 2 【仕事と暮らし】

葛巻高等学校3年 上川原匠哉 さん 外の世界で力をつけ、いつか 即戦力に

——進路として「観光・まちづくり」を学べる大学を選んだ理由を教えてください。

上川原さん(以下、上川原)：春からは大学に進学して、観光や地域創生について専門的に学ぶ予定です。小さい頃から両親や友達の影響で、葛巻のいろいろなイベントに参加するのが好きでした。そうやって育つ中で、自然と「葛巻町をもっと盛り上げたい」という気持ちが芽生えていったんです。

——高校卒業後、すぐに就職するのではなく「進学」を選んだのはなぜですか？

上川原：今の自分のまま現場や地元の企業に入っても、まだ力が足りないと思ったんです。「即戦力」にはなれないなって。だから一度葛巻の外に出て、大学で専門知識を身につけたり、効果的な発信方法を学んだりしてしっかり力をつけたい。その方が、将来もっと葛巻の役に立てると思ったんです。

——頼もしいですね。ご自身の性格を一言で言うと？

上川原：「やんちゃ」というか、好奇心旺盛ですね(笑)。小さい頃は気になったらすぐ行動しちゃって、危ないこともたくさんしました。でもそのおかげで、「これくらいなら大丈夫」という変な度胸はついたかもしれません。その行動力は今の活動にも活きていると思います。



——進路として「観光・まちづくり」を学べる大学を選んだ理由を教えてください。

上川原さん(以下、上川原)：春からは大学に進学して、観光や地域創生について専門的に学ぶ予定です。小さい頃から両親や友達の影響で、葛巻のいろいろなイベントに参加するのが好きでした。そうやって育つ中で、自然と「葛巻町をもっと盛り上げたい」という気持ちが芽生えていったんです。

——高校生活で一番力を入れた活動は何ですか？

上川原：授業の一環で企画した「くずまき鍋ツアー」ですね。クラスみんなで「どんなツアーなら葛巻の良さが伝わるか」を考えて、プレゼン大会で選ばれたプランを、実際にIGRいわて銀河鉄道さんと一緒に丹にしました。

——特にこだわったポイントはどこですか？

上川原：冬のツアーでは「スノーシュー体験」を提案しました。雪の上をかんじきで歩く体験なんですけど、少しハードすぎるという意見もありました。

でも、冬の葛巻の魅力である雪を体感してもらうには一番だと思ったんです。逆に夏は、「塚森(?名前確認)」という場所を選びました。ここは地元の人でもあまり知らない穴場なんですけど、高い場所にあって風がすごく気持ちいいんです。何か建物があるわけじゃないけど、その「空間的な良さ」を楽しんでほしくて。

自分たちがいいなと思うものと、お客さんが求めているものを合わせるのは難しかったですが、企画から実行まで携われたことは大きな自信になりました。

——ずっと葛巻で育ってきて、この町のどんなところが好きですか？

上川原：やっぱり「人の温かさ」ですね。高校の販売実習やイベントに参加すると、顔見知りはもちろん、知らない町民の方まで「高校生、頑張ってるな」とか「応援してるよ」と声をかけてくれるんです。

町全体が僕たちを温かい目で見てくれているのをすごく感じます。大人と子供が対等に意見を交わせる距離感の近さも、葛巻ならではの良さだと思います。

——逆に、これから変えていきたい課題はありますか？

上川原：「空き家」の活用ですね。葛巻で働きたいと思ってくれる人がいても、住む場所がなくて諦めてしまうという話を聞いたことがあります。

空き家をただ貸すだけでなく、例えば薪ストーブを入れるとか、葛巻らしい暮らしができるようにリノベーションして貸し出せば、田舎暮らしに憧れる若い世代ももっと来てくれるんじゃないかなって。

あとは「発信」です。町内の人への情報は行き渡っているけど、町外への発信がまだ弱いと感じています。葛巻を知らない人にどう届けるか、そこを大学でしっかり学んで、将来はSNSや広告を活用して葛巻と外の人を繋ぐ役割を担いたいです。



——将来はどのような形で葛巻に関わりたいですか？

上川原：地域創生に関わる仕事がしたいです。それが起業なのか、既存の企業に入るのかはまだ決めていませんが、地元の資源を使った商品を企画したり、「こういうイベントはどうですか」と提案したりするような、コンサルティングやアドバイザーのような立場で貢献できたらいいなと考えています。

——最後に、葛巻への想いを聞かせてください。

上川原：東京で生まれていても自然が好きだったかもしれませんが、葛巻で育ったからこそ、この温かいコミュニティや環境の良さを肌で知ることができました。

大学に行っている間も、長期休みにはできるだけ帰ってきてイベントを手伝ったりしたいですね。そしていつか、成長した姿でこの町に恩返しできれば嬉しいです。

kuzumaki_hygge
葛巻町



課題 より移住関心度の高い方 30代40代のハードル

移住＝「住むところ・働くところ」にこたえる暮らし体験ツアーの造成
 ⇒滞在日数を3日間に ⇒ 催行に至らず（年末からの物価高など）
 ⇒移住支援サイト（利用者層のシニア化）
 ⇒リモートワーカーの増 ⇒田舎暮らしへのあこがれ

別事業の例

- 15名中9名葛巻へ
- ・大学生 3
- ・20代社会人 2
- ・50代以上 4

酪農就業体験
ワイン就業体験

社会減対策として

リモートワーカーの取り込みを

- ・地域住民とのつながり
- ・そのきっかけはツアーで

20代へのアプローチ（前年ツアーからの移住も）

シニア50代以上を受け入れるベースも望まれる

30代40代を動かすための作戦を引き続き協議