

お問い合わせ・詳細情報

富山県指定・交流地域活性化センター

NPO法人

グリーンツーリズムとやま

〒930-0094 富山県富山市安住町3-14

富山県建設会館 4F

TEL 076-482-3161 FAX 076-482-3635

E-mail info@gt-toyama.net

http://gt-toyama.net

グリーンツーリズムとやま

富山県農林水産部 農村振興課

TEL 076-444-3380

FAX 076-444-4427

とやまのグリーン・ツーリズム

おすすめの体験・スポット、美味しい食、
直売所、生産者などが検索できます！

表紙
の人

自然体験学校 夢創塾 塾長

NPO法人グリーンツーリズムとやま 理事長

ながさき きいち

長崎 喜一さん

里山を守り育てていく知恵や文化を伝える
自然体験塾を行っています。「自然の
中には生きる原素がいっぱいあります」。

裏表紙
の人

有限会社 土遊野 代表取締役

かわかみ

河上 めぐみさん

平飼養鶏と有機棚田米を主軸とした
「畜複合循環型農業」を実践。体験・
研修問わず、有機農業や里山農業に興
味のある方を受け入れています。

きてきて富山
きときと富山

富山の里山に
夢とロマンスが
つまるとる。

里山人
定住者

とやま・地域の魅力ガイド



富山県の里山は、

涙が出るほどすごいです。

美味しい水に、多彩な海と山の幸。住む人にとっての当たり前も、外からみれば、驚きと感動の連続です。だから、思わず移住してしまう人がいるんです、富山県には。特に里山は、知ってほしいけど内緒にしておきたい、宝物がいっぱいです。

Point 1 清い水

自然栽培の米農家「ひえばた園」

魚津市稗苗在住
ひえなえりよつた
稗苗 良太さん

富山の水は貴重な資源！

自然栽培はどこでもできる農業技術ですが、「清い水」は富山ならではの。特に魚津は、海から山まで急勾配が続く珍しい地形で、春になると雪解け水が勢いよく流れます。自慢したい光景です！

質も量も全国トップレベルを誇る水環境。豊かな水源のひとつが、立山連峰に降り積もる大量の“雪”。春になると雪解け水となり、夏でも清らかな冷たい水を運んでくれる。水が命の農業。農家さんなら誰もが感動する、唯一無二の存在です。

譲れない条件「水環境」

土を耕さない不耕起栽培を目指しているの、冬の間も滋養豊富な山水を貯められる山間の田んぼが理想。移住2年目に、条件にぴったりの田んぼを紹介してもらいました。

なんと南砺市城端在住
かとう きょうこ
加藤 京子さん

自給自足生活を
したくて
Uターン！

里山暮らしを体験してみませんか？

STEP 1 とやま農業・農村サポーター

農作業（田植えなど）や農業用水の清掃・草刈り、伝統行事の手伝いなど地域活動を通して、まずは里山を体感してください♪

対象 まちなかに暮らす人や学生、企業などの団体・グループ（2人以上）

まずは日帰り！

STEP 2 とやま帰農塾

観光旅行や日帰り体験だけではもの足りない！里山暮らし体験や地元の方と触れ合う時間を、ゆっくりとりたい方におすすめ。

対象 農林漁業体験をしてみたい人、里山暮らしに関心のある人

少しゆっくり2泊3日

このマークが目印！



Point 2 魚と海

四季を通して豊かな海の幸が味わえるのは、暖流系と寒流系の魚が生息できる富山湾だからこそ。さらには海と山との距離が近く、里山暮らしでも新鮮な魚が食べられる！涙がでるほど贅沢な環境です。



ひめじ市在住
ささいんすけ
左座 進介さん

埼玉出身
地域おこし協力隊！

漁師さんに会えるのが最高！

魚が驚くほど美味しい。早起きして港に行くと、仕事を終えた漁師さんと会える。こんな贅沢な海の暮らしがあったなんて！地元の方と一緒に、どんどん魅力を発信します。

Point 3 人の輪

集落全体が、家族のように距離の近い里山暮らし。いつも気にかけてくれる人がいます。そんな、泣けるほどの温かさもまた、豊かな自然がもたらす貴重な資源。

子どもたちものびのび！

はじめは不安そうだった4人の我が子たち。今では裸足で畑を駆け回ったり、ほおずきの実をおやつにしたり、里山暮らしを満喫中。皆さんに“籠渡の子ども”として受け入れてもらい、感謝の気持ちでいっぱいです。

かごと
南砺市電渡在住
うらた なつこ
浦田 夏子さん

東京から
豊かな自然を
求めて移住！

氷見市岩瀬在住
あらかまさと
荒木 真人さん・栗苗さんご夫妻

観光農園での
体験を活かすため
Uターン！



「食」を通して人とつながりたい！

近所のおばちゃんたちとお茶したり、料理を教えてもらったり、今までにない経験ばかり。二人で始めた「氷見の自然と暮らす家“つくるひ”」での活動を通して、人の輪をどんどん広げていきたい。

STEP 3 とやま農山漁村インターンシップ

農業・林業体験や農家・民宿見学などで地域の方と触れ合うだけでなく、ワークショップを通して、「里山の地域づくり」を考えます！

対象 都市圏在住の学生ら若者世代

もっと深く！1週間

お問い合わせ

NPO法人
グリーンツーリズムとやま
☎076-482-3161

里山体験をサポートします！
百聞は一見にしかず。
まずは一度富山に来てね♪

富山県
定住コンシェルジュ
たけうちまりこ
竹内真理子さん



国吉

くによし

富山県

たかおかし くによし
高岡市 国吉

たけのこづくしの
里山遊び、
教えてあげっちゃ!

高岡市里山活性化協議会 会長
よしの たけし
吉野 武司 さん

「里山の美しさを守りたい」と定期的に遊歩道の草刈りや枯れ木の伐採などを行っている吉野さん。最近では、県内の小・中学生や都市住民を招き、里山暮らしの知恵や楽しさを伝えるイベントを開催しています。中でも人気なのは、毎年恒例の「たけのこバーベキュー」。たけのこ掘りや竹の器づくりを体験し、竹林の中で筍ご飯や筍の味噌

汁を味わう、「たけのこ」づくしの里山遊びです。

幼い頃は、朝から晩まで里山を駆け回って遊んでいたという吉野さん。「最近遊ぶ場所が制限され、子どもたちが自然と触れ合う機会が減っている。遊びを通して、里山を守る大切さと自然の厳しさとの両方を知ってもらいたい」。



農事組合法人国吉活性化センター
なかがわ まさたか
群馬県高崎市出身 中川 雅貴さん

「田んぼを守る」。大事な仕事、見つけた!

地域の人の優しさに感謝

人間関係がうまくいかないこともあるだろうと覚悟してきたのに、嫌味ひとつ言われませんでした(笑)。移住当初は、毎晩吉野さんのお宅に行き、手料理をご馳走になっていました。

後継者不足を解消したい!

みんなで受け継いだ大事な田畑。最近では田んぼを手放す人も多く、若い力が必要な時。国吉活性化センターも最年少が70代。ここを背負って立つのは自分なんだと、気合が入ります。

高岡好物・
福だるま
持ってきました!



里山名人の技が 息づくまち

その昔、人々は小矢部川や庄川の氾濫を避け、平野部ではなく丘陵部に住んできました。特に、国吉地区がある西山丘陵は、標高100~200mと住みやすく、春は山菜、秋には木の実が採れる豊かな暮らしがありました。それゆえ、先人たちの営みを感じられる遺跡や古墳も多く、里山暮らしの知恵が詰まった地域なのです。



福岡町 五位

国吉

国吉

国吉の活動 いろいろ



竹林パーティー!

国吉のお問い合わせ

高岡市里山活性化協議会

☎ 0766-31-6617

(高岡市里山交流センター)

里山交流

食べて、遊んで
たけのこづくし体験

たけのこ掘りや竹細工教室、里山名人によるたけのこ料理紹介など、里山の恵みを存分に楽しむイベントがたくさん。

📅 月1回程度 (たけのこは4月・5月が旬!)



里山農園

農家さんと一緒に
農業しよう!

じゃがいも、さつまいも、ネギなどの植付や収穫を行います。地元の農家さんから、直接指導を受けられる贅沢な時間。

¥1畝オーナー制 2000円/1畝 (借用期間は作物により異なる)



里山整備

里山の美しさを守る

いつも豊かな恵みをもたらしてくれる里山。感謝の気持ちを込めて、定期的に整備します。ボランティアでご協力してくださる方、募集中!

📅 草刈り...6月 竹林整備...7、8月

詳しくは 里山活性化協議会ホームページ

🌐 <http://www.senmaike.net/satoyama/> / 活動報告中!

ほどよく田舎、ほどよく都会で住みやすい!

緑のふるさと協力隊として
富山県に初上陸!

幼い頃から自然が好きで、将来は田舎で暮らしたいと思っていました。高岡市はほどよく田舎、ほどよく都会でとても暮らしやすいです。ゆくゆくは、田舎のない友人たちにとって、私のいる場所が「第二の故郷」になれば嬉しい!



風にそよぐ稲。
お気に入りの
風景です。

国吉のご近所里山
福岡町五位 在住



東京都大田区出身
かんぼ
神庭 あゆみさん

笹川

さががわ

富山県

あさひまち さががわ
朝日町 笹川

笹川地区自治振興会 会長
こばやし しげかず
小林 茂和さん

実バラなどの新しい特産品の開発や、10年ぶりに盆踊りを復活させるなどの活発な地域活動が評判をよび、移住者が増えたことから、富山県の「定住・半定住受入モデル地域」に選定された笹川地区。「最初はピンとこなかったけど、『景観もさることながら、子どもが安心して暮らせるのが一番の魅力』と、移住者の方に言われハッとしました」と小林さん。改めて地域を見つめてみると、安全・安心な環境は勝手に出来るのではなく、時代に流されずに先祖代々がつないできた“おせっかい焼き”があるからだ気づいたそう。「都会を守るのは警備会社かもしれないけど、ここでは住民同士のコミュニケーションとボランティア精神が、住みやすく仲のよい地域をつくっています」。

都会を守るのは警備会社。
笹川を守るのはおせっかい焼き。

トンネルをぬけると、絶景広がる里山

三方が山に囲まれた村ゆえに、秘境の里と呼ばれていた笹川。現在はトンネルが通り、町の中心地から車で10分ほどですが、日本の原風景そのままに古い集落が残っています。住民同士の絆は固く、みんながひとつの家族のよう。6月には蛍が美しく舞う、神秘的な地域です。



実バラ

笹川の活動いろいろ



メジャーとこい
じゃんとこい

笹川のお問い合わせ

共生の里 さ>郷
☎0765-83-3688

さ>郷 ぼたる交流館

笹川の暮らしにふれる

築70年余の古民家を再生!

笹川地区の風土、文化、人にふれながら、生活体験できる施設。

縁側から眺める里山風景は必見です。

📍下新川郡朝日町笹川 1910 番地 ☎0765-82-2870



笹川地区盆踊り

先人の想いをつなぐ

若い踊り手が減り、途絶えていた盆踊りを復活。きっかけは故郷を離れた人の「帰省しても寂しい」という声。地区外からのファンも増え、今や笹川地区を代表する行事です。

📅 8月 📍笹川諏訪神社境内

ノルディック・ウォーク大会

観光しながら健康維持!

高齢化が加速する地域住民の健康年齢向上と体力維持のために始まったイベント。笹川の美しい景色を眺めながらのウォーキングは、地域以外の方にも大人気です。

📅 年4回(6、8、10、11月予定) さ>郷 ぼたる交流館 ☎0765-82-2870



チェコ共和国出身の夫・ダヴィッドさんと2人のお子さんと、里山生活満喫中!

ともこ
コケシュ 知子さん

「人」「自然」「家」すべてを好きになれる地区

「一目惚れ」の即決でした

家族も増え、そろそろ自分たちの家を持ちたいと、移住先を探していました。家、周りの環境、お隣のおばあちゃんをはじめとする近所の方々など、笹川の全てに一目惚れでした。

村の人の行動力がすごい

ブルーベリー畑を持つ夢を、村のおじちゃんにぼろっと話したら、翌朝にその方が家に来て、「良い土地みつけたぞ〜」と(笑)。あまりの急展開に私の方が焦ってしまいましたが、おかげで夢が叶いました。

西太美

にしふとみ



富山県

南砺市
にしふとみ
西太美

新しい風を 自然に受け入れた先に、 元気な未来が待ってる。

地域おこし支援隊 隊長
やまざき あきら
山崎 彰さん

西太美に移住した方が口を揃えて語るのは、「こんなに歓迎してもらえると想像しなかった」ということ。「仕方なく参加するという人がいないんです。少しはほっといてよと思うほど、みんなが協力的」と嬉しそうに話す山崎さん。そこには、なんとか

して地域を盛り上げていきたいという、住民の強い想いがあるんだそう。「移住者の方には、西太美で次なる人生のステージを見つけてほしい。我々の役目は、活躍の場をつくることです。新しい風を吹き込んで未来を切り拓いていきたい。」

ウェルカムな姿勢が 強みです

伝統を大事にする地区。古き良き日本の成人儀礼である「元服式」が残っているのは、全国的にも珍しい。また、多くの地域が過疎化で悩むなか、移住者が増えているのも特長のひとつで、住民一人ひとりが、新しいことに果敢に取り組んでいるからこそ。何事にも一生懸命で結束力のある地域です。



西太美の活動 いろいろ



いわなの里
どこかな?

地域おこし支援隊

みんなで集落を守ろう！

共同で行う草刈りや用水清掃など、過疎・高齢化が進む地域にて集落を維持する活動を行っています。NPO法人グリーンツーリズムとやまのサポーター支援事業で、ボランティアも積極的に受け入れ中！

☑ 必要に応じて随時

ふとたにがわ

いわなの里

太谷川

大自然の中で楽しむ！

自然に囲まれた溪流のそばで、岩魚の釣り堀、つかみ取り体験ができます。岩魚はその場で塩焼き、唐揚げ、刺身などにして食べられます♪

☑ 4月～10月 ☎ 8:00～16:00(火曜定休)

📍 南砺市小二又 154 ☎ 090-3886-4616

あじさい祭り

地域みんなで、まちを彩る

市道沿いを彩る 3500 本のあじさいは、地域住民によって植えられたもの。あじさい祭りは住民の全面協力のもと行われ、特産品の販売や岩魚の塩焼き、ふるまい餅などが楽しめます。

☑ 7月上旬 📍 イオックス・アローザ

西太美のお問い合わせ

西太美公民館

☎ 0763-55-1126

移住者受け入れ態勢がすばらしい！

北陸を知りたいという 軽い気持ちで移住に直結

昨年の「なんと移住体験ツアー」に参加し、初めての北陸訪問。稲刈り体験や交流会など、帰るのが名残惜しいくらい楽しい時間を過ごし、帰ってから「移住しよう」と妻と即決。ツアーへの参加は偶然ではなく、「必然」だったんです(笑)。

憩いの場を作りたい！

3年後をめどに、自分のお店を構えたい。カフェやお料理を楽しむ場所を設けることで、地域に活気が生まれると嬉しいです。



料理教室
始めました♪



前職はイタリアンの料理人。子育てと働きやすさを考え神奈川より移住。

いのおえ ひろのぶ
南砺市 地域おこし協力隊 井上 浩延さん

地元の人の温かさと、一見何もないのが魅力。

ウェルカム感がたっぷり

きっかけは江ざらい※を手伝うボランティア活動前夜の交流会でした。西太美地区は、以前働いていた東京と比べると何もないように感じるけど、広い空と満天の星、のどかな田園風景や、地元の人々の温かさが最大の魅力だと思います。

応援してくれる人が いるので安心

この地で農業ができれば嬉しい。山崎さんをはじめ、皆さん真摯に話を聞き、相談に乗ってくださるので、とてもありがたいです。

※田んぼへ水を引くための用水路の掃除



移居前だけど
みんな知ってるよ。

この地で農業がしたいと、移住の準備中。
おおた けんじ
太田 謙司さん

山田清水

やま
だ
し
ょ
う
ず



みんなで
後押しするから
若いカをどーんと
発揮してほしい。

山田清水地区活性化協議会 会長
いしざき さだお
石崎 貞夫さん

標高380mの位置に広がる棚田と段々畑。晴れた日には富山平野と砺波平野が一望できます。「標高の高さや気候、赤土が広がる豊かな土壌のおかげで、作物がよく育つ」と話す石崎さんは、高齢者の方でも栽培しやすい「啓翁桜」で地元を盛り上げようと、栽培にいそしんでいます。

2014年には、後継者不足の解消につながればと、隣町より富山幸祐さんが山田地区の農業に参画。「山田のために奮闘する富山くんの姿は、確実に地元の人の意識を変えてくれています。もっと真剣に取り組まなきゃと、みんなが考えるようになりました。時に厳しく意見を交わすこともあるそうですが、過去を知る者と未来に目を向ける者が力を合わせて頑張っています。」

啓翁桜の畑にて

新しい可能性を秘める村

富山市と砺波市の境にあり、山を切り開いて作られた棚田や段々畑が数多く見られる地域。高齢化も進み、農作業を行うには労力のかかる厳しい環境ですが、そんな状況を悲観せず、作業負担が少ない作物を栽培するなど、工夫し乗り越えてきました。新しい可能性を求め続けるパワフルな地域です。



山田清水の活動いろいろ



おもいっぱい!

ジャガイモ掘り体験 棚田で農作業体験!

高原の赤土で育てる山田清水のじゃがいもは、ほくほくととっても美味しい。トラクターの乗車体験などもあり、ご家族で楽しめる人気のイベントです。

毎年7月 最終週土日 ☎076-457-2373

しょうず清水そばそば峠 行列のできる店

地域みんなで手づくりした店。清らかな湧き水と地元産そば粉のみを使用した、香り豊かな手打ちそばをいただけます。お店を切り盛りするのも、地元の主婦の方々!!

11:00~14:00 (水曜定休) ☎富山市山田清水 10-15 ☎050-3433-5500

冬に咲く「啓翁桜」 北陸で唯一の産地

促成栽培により1月~2月に一足早く花を咲かせます。「地元の学校の卒業式で、啓翁桜贈呈を恒例にすれば、地域の自慢のひとつになるのでは」と富山さん。

山田村花木生産組合 ☎076-457-2373



山田清水のお問い合わせ

山田清水地区活性化協議会

☎076-457-2373

若者が中山間地域の未来を支えています。

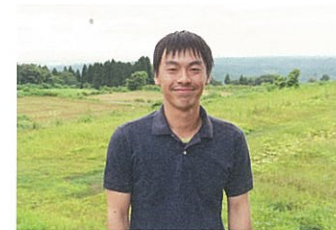
後継者を育て、息の長い農業を

耕作放棄地が増えるのを防ぐために、農地を借り受け、米やそばの実などの作物の栽培を行っています。また、山田地区の意志を受け継ぐ人材を育てるのも役割のひとつだと感じています。

無農薬栽培をつなげたい

農園の以前の持ち主、谷上さんが試みていた無農薬、無肥料の栽培方法を遺したい。石崎さんをはじめとする村の方にも期待してもらっているので、土地を荒らさないように頑張ります。

期待しとっちゃ!



株式会社ヒルフロント代表取締役
とやま こうすけ
富山 幸祐さん 富山市中町出身