

山も海もまちなかも  
充実した石川ライフ  
ISHIKAWA

ちょ～どいい、  
にいがた暮らし  
NIIGATA

予約不要!! 参加無料!!

いま、かなえる。

# ゆる農LIFE

長野×新潟×富山×石川 4県合同移住オンラインセミナー

令和3年 9月5日(日) 13:00~15:00 Zoomウェビナー

白米千枚田(輪島市)

美しい塔(長和町)

Bakery & Cafe しまふうみ  
(佐渡市)

富山県 五箇山  
©イナガキヤスト

NAGANO

カラダよろこぶ  
信州暮らし

TOYAMA

絶景の日常で  
暮らそう

## クロストーク ゲスト紹介



長野県代表 **青木 理江氏**

2013年に神奈川県から長野市大岡の築220年の古民家に移住。自給自足で田んぼや畑、野草の恵みをいただきながら陶芸をして暮らす。また自然豊かな里山での休暇滞在のヒーリングリトリート\*も実施。  
※その人自身のためだけの特別な時間と空間を体験することができる旅



新潟県代表 **多田 朋孔氏**

大阪市出身。2010年に地域おこし協力隊として新潟県十日町市池谷集落に家族で移住。集落の棚田を引き継ぎ、米・野菜を生産・販売しながら地域おこしに取り組む。池谷集落は限界集落から脱却し、著書『奇跡の集落～廃村寸前「限界集落」からの再生』出版。YouTube「元限界集落から地域おこしチャンネル」運営。



石川県代表 **辻屋 舞子氏**

埼玉県加須市出身。福島県にて2児を出産。2018年、夫の故郷の石川県中能登町へ地域おこし協力隊として移住。昨年、空き家であった民家を活用した民宿-喜屋-を開業し、リアルな暮らし体験や郷土文化に触れるような交流を提供。移住相談サポートや子育て支援活動、お弁当販売なども取り組む。



富山県代表 **岩崎 朋子氏**

東京都出身。富山県立山町に移住。日本庭園のある築55年の家をリノベーションし、小さなカフェを併設した「巣巣」を開く。ラトビアやインドネシアから取り寄せた雑貨や洋服、福井県の工房のスツール、富山県の作家さんの作品も紹介しています。去年から裏庭で少しずつ野菜を育て始めました。もともと庭に植わっていた、梅やミョウガ、山椒、三つ葉、よもぎ、栗などを収穫して日々の生活やカフェで活用しています。

### ポイントセミナー講師 & クロストークファシリテーター



**山村 まゆ氏**

長野県農ある暮らし相談センター アドバイザー  
2007年東京から塩尻市に移住し、念願の「四季折々の庭と畑のある古民家暮らし」を楽しむ。現在は「農ある暮らし相談センター 農業アドバイザー」として様々な相談対応の他、信州の農ある暮らしの魅力を発信している。

セミナープログラムの視聴はこちらから  
ポイントセミナー「農ある暮らし」～私らしく生きる～  
クロストーク 各県の先輩移住者大集合!



【アンケート実施】  
各県自慢のオリジナル米を合計40名様にプレゼント!

主催/長野県・新潟県・富山県・石川県 共催/認定NPO法人ふるさと回帰支援センター

お問い合わせ

長野県企画振興部信州暮らし推進課 TEL 026-235-7024  
新潟県産業労働部しごと定住促進課 TEL 025-280-5635

富山県ワンチームとやま推進室移住・交流推進担当 TEL 076-444-4496  
石川県企画振興部地域振興課 TEL 076-225-1312