



八ヶ岳のふもと

ちの

長野県茅野市

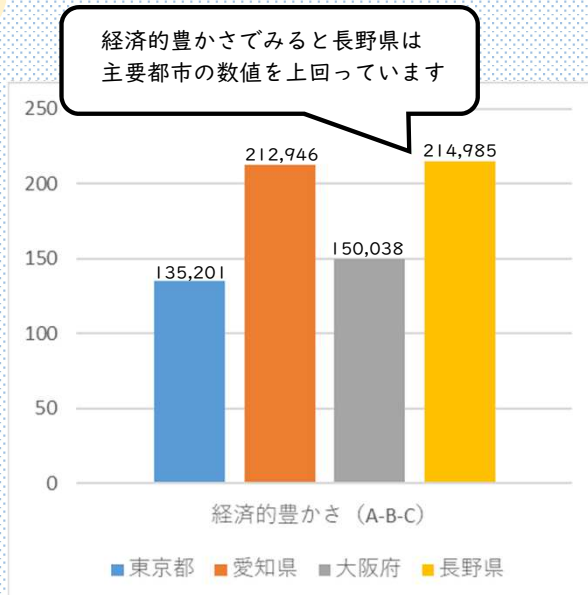
CHINO CITY



長野県と主要都市の比較



※可処分所得…収入のうち、税金や社会保険料などを除いた所得で、自分で自由に使える手取り収入のこと。



(引用) 国土交通省「都道府県別の経済的豊かさ(可処分所得と基礎支出)」(2019年)



東京都などに比べて
長野県では世帯の可処分所得
は低くなる！

県内所得平均
より高い！

	一人あたりの所得平均
長野県	3,108(千円)
茅野市	3,171(千円)

(引用) 茅野市の統計(令和6年版)
「長野県民所得の推移」と「市民所得の推移」

主要都市と茅野市の仕事環境の違い

～先輩移住者にきいてみた～

通勤がかなり楽！

移住前は毎日職場まで満員電車を乗り継いで約1時間。移住後は車移動が主流で職場まで15分で行けちゃうのは楽ですね。



お客様、取引先、同僚皆同じ地域の住民

主要都市などは大きな会社に各地から人が集まります。地方では関わる人皆が同じ地域の住民で、良い意味で世間が狭い環境。



車移動が基本

通勤はもちろん、取引相手先への移動なども車が基本。路線バスもないため、運転免許は持っておいたほうがいいかも…



中小企業、個人経営の割合が高く、トップと近い

企業の社長と同じ環境で働くことが多く、意見交換や提案を直接することもあります。取引相手も社長さん自らが出てくることも…



スピード感は比較的ゆったり

もちろんスピード感は大切。でも、比較的ゆったりしているので移住前の感覚で仕事をしているとせっかちに思われることも…笑



企業と地域の繋がりが強い

茅野市は「どんばん」や「御柱祭」などのお祭りや地域のイベントがあります。企業も地域活性化のため積極的に参加します

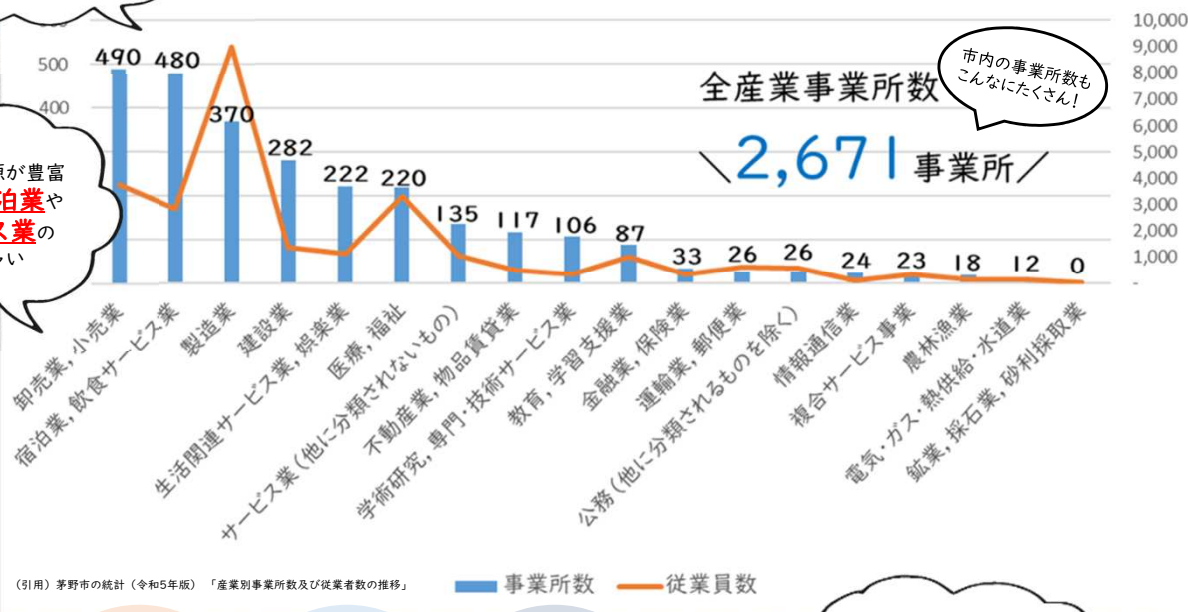


茅野市の産業

諏訪地域は東洋のスイスとも呼ばれ、精密機械からエレクトロニクス分野まで、
国内外に幅広くビジネスを展開する多くの製造業が集積しています。

従業者数は製造業が
市内トップ！
なんと9,000人も！

産業別事業所数及び従業者数の推移



茅野市は観光資源が豊富であるため、宿泊業や飲食サービス業の事業所数が多い



従業員従事率が高い

製造業

観光資源が豊富

観光業

農作物が
育ちやすい気候
就農

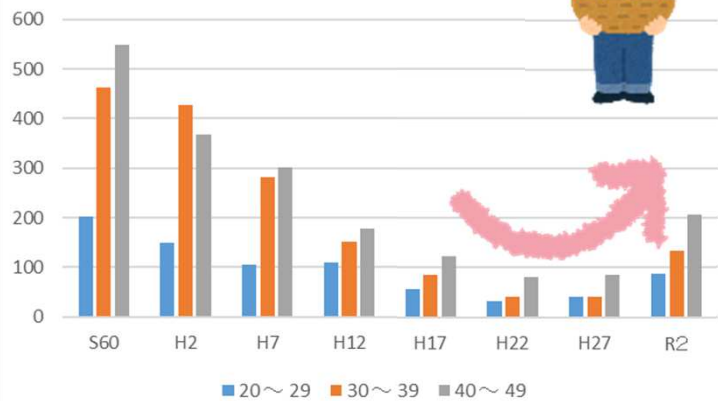
まちづくりに貢献

茅野市職員

就農者も
少しずつ増加！



農業従事者推移



求人数も多い！

長野県は求人倍率も高い！

全国 1.17倍
諏訪地域 1.23倍
長野県 1.25倍

（参考）厚生労働省・長野労働局（R8.5）

移住体験談

社長や社員さんの言葉が
移住・転職の後押しに



吉田 智哉 さん

移住時期：2022年 移住元：埼玉県

元々は信州中野市出身です。卒業後、埼玉で暮らしながら東京の配送会社に勤めていました。通勤は30～40分ほどでしたが、満員電車で揺られ、住宅が密集する環境に窮屈さをずっと感じていました。

そんな頃、求人サイトで（株）スワラクノスの募集を見つけました。連絡を取る中で、北澤社長の暖かい励ましの声をいただき、移住・転職を決断しました。社長からこんな言葉をいただきました。「全くの異業種の仕事ですが、ベテラン社員でも入社した時はみんな素人なんですよ」そんな言葉が私の決断を後押ししてくれました。

今は新しい職場で3年目を迎え少しずつ仕事にもなれ、ようやくこの仕事の楽しさや奥深さがわかり始めたところです。現在は、油圧建機部品の製造を任されるようになりました。

茅野市は暮らしていくにはちょうどいい町だと思います。願っていた自然があり、それでいて生活に必要なものは揃っています。何よりもパーソナルスペースが広く、開放感があるのが良いと思います。今は移住・転職してはよかったと確信しています。



どうやって地元企業や仕事を探す？

ハローワーク 求人情報

茅野市地域職業相談室
(茅野駅ベルビア2階)
にて就職相談ができます



毎月
開催

ハローワーク主催/
街かど企業ガイダンスを
開催しています！

企業の採用担当者と
直接・個別に相談できる



楽園信州5の

市移住HPで市内企業を紹介
求人票では分からない職場の雰囲気や
働く様子が知れます



諏訪地域就職企業ガイド

市移住HPで市内企業を紹介
求人票では分からない職場の雰囲気や
働く様子が知れます



長野県移住支援金対象求人情報サイト

長野県内の求人情報を掲載
(移住支援金対象企業)



範囲を広げて就職先を
探されるといいかも
しません

車で30分圏内！
諏訪地域全体が
みんなの生活圏！



諏訪6市町村の特徴 — 「諏訪湖エリア」 & 「ハケ岳エリア」

諏訪湖エリア

明治期は岡谷を中心に製糸業が栄え、
戦後は精密機械工業が発達した工業地域です。
豊富な水と澄んだ空気から「東洋のスイス」とし
て名を馳せました。田舎過ぎず、必要な生活環境が
コンパクトに揃っているの、程よい田舎暮らしを
満喫できる地域。

- 岡谷市 #精密技術のまち #製糸で栄えた歴史
- 下諏訪町 #コンパクトライフ #徒歩圏内のコミュニティ
- 諏訪市 #諏訪湖花火のまち #観光拠点の利便性



ハケ岳エリア

市街地から少し離れると、高原野菜を中心とした
農地が広く続き、雄大なハケ岳や蓼科の大自然と
ともにゆったりとした田舎暮らしを満喫できます。
都心にも近く、気候は爽やかで、標高1,000mの
生活が楽しめます。観光客にも人気のエリア。

- 茅野市 #ハケ岳の玄関口 #自然と生活の調和
- 原村 #星降る高原の里 #芸術と自然の調和
- 富士見町 #首都圏からの玄関口 #富士の絶景

テレワーク移住

主要都市からのアクセスも良好！
年数回の勤務先への通勤を考えると、**アクセスの良さ**が
とても重要ですね！二地域居住も可能！

移動手段ごとの料金の目安



【車の場合】

新宿出入口→諏訪IC
普通車高速料金
一般：約7,000円
ETC：約5,000円



【特急電車（あずさ）の場合】

新宿→茅野市
5,760円

茅野駅はすべての特急あずさが停車する発着駅！
あずさ利用者には、お得に駐車場を利用できる
サービスも！（パーク＆ライド割引700円/日）



【高速バス（新宿⇄茅野）の場合】

一般：3,500円
web：3,200円

高速バス利用者の駐車場（300円/日）もあり！
泊りがけの通勤でも安心！

ワーケーション・コワーキング施設

テレワークやオフサイトミーティングが可能な民間の宿泊・カフェ
施設等が充実しています。
また、各種アクティビティ・体験教室等の施設も多くありますので、
利用者のニーズに応じた場所・過ごし方を見つけることができます。
<市外の企業で働きながら茅野市に住むライフスタイル>が
実現できます。



茅野市
ワーケーション
情報



CHINO
WORKATION
MAP



信州リゾート
テレワーク

ワークラボハケ岳

茅野駅直結で
月極利用登記が可能な
コワーキングスペースです



ワークラボハケ岳内にサテライト
オフィスを開設した企業

東洋システム株式会社
アイエムデータ株式会社
株式会社ブリリアント



起業・創業

様々な創業支援が！
事業継承などの相談もできる！

起業したいけど
何から始めればいいのか？
手続きは何か必要？

1 創業相談

POINT

- ・事業計画の作成、各種届出、融資、税務、会計などわからないことは何でもご相談できます。
- ・スムーズに事業を軌道に乗せていくには、創業時に事業計画をしっかりと立てることが大切です。

2

融資相談

POINT

事業計画をもとに、各融資制度（国・県・市・地元の金融機関）メニューをご案内しています。

支援窓口はこちら

茅野市商工課 茅野商工会議所



商工会議所では、3市1町が中心となり、行政と地域金融機関が共催・後援し、**創業スクール**も毎年開催！

参加者同士の人的ネットワークも構築できる！
受講者だけの優遇支援も！

通常の経営に関する知識に加え、国の政策をはじめとした情報が手に入りやすい！



HP



Instagram



8Peaks living

みつめて、おすんで、ひらいて。

地域の方や事業者、観光客、ビジネスで訪れる方など、さまざまな人が自然に交わる「まちのリビング」誰もが自由に滞在できる「8Peaks living」や地産地消を軸とした「ハケ岳の食」を体験できる「8Peaks DINING」、企業・地域・個人がゆるやかにつながる会員制共創ラウンジ「KNOT LOUNGE」、ワークプレイスとして使用できる「KNOT OFFICE」まで。新しい出会いやワクワクが生まれる場所です。



移住体験談

森と、ピアノと、
とっておきのおひとりさま時間



廣瀬 明香 さん 石島 知 さん

移住時期：2023年 移住元：東京都

市内・諏訪地域の
物件探しは
このサイトから！

カフェやパン屋さん、
ゲストハウスなど様々です

茅野市空き家ポータルサイト

茅野市
空き家バンク

ふるさとに還る
楽園信州
心が癒える・信州に住む
空き家バンク



楽ちの
ステーション

移住相談協力店

先輩移住者さんが営む移住相談協力店

移住体験談や開業について、
またその地域の雰囲気を感じ
る場所です。

※ 相談希望の場合は、
事前に店舗へご連絡ください。



地図・店舗情報
はこちらから



新型コロナの影響で世界中が大きく変容した頃、薬剤師として働いていた私は、「ひとりに寄り添える仕事」をしたいと考えようになりました。

SNSでどこでも誰とでも繋がれるこの時代。森の中で、木漏れ日に包まれ、小鳥のさえずりや川のせせらぎを聞きながら、ピアノや絵などの表現に没頭できる空間を提供できた——そんな思いから始まったのが「森と、ピアノと、」です。

夫と共に全国を探し、富士見町の山林を購入。2025年春に、一日ひとり限定の貸し切りスペースを開設予定です。

茅野市に移住し、夫も現在は茅野で起業しました。自然が豊かで、子育てに欠かせない公園も多く、とても魅力のある街です。今後の茅野市で、「暮らし」というものを大切にしていきたいと思っています。



就農



里親研修制度

2年間、熟練農業者（里親）のもとで、独立就農に向けて実践的な技術や知識を学べる制度です！

デジタル
農活信州



長野県新規
就農情報



茅野市
就農情報



茅野市には野菜や花卉の栽培に適した環境があります！

01

気温が高くなりすぎず、湿度も低い

茅野市は標高が高いため、他の地域と比べ気温が高くなりすぎず、湿度も低いため栽培に適しています。また日夜の寒暖差が大きく、適度にストレスがかかるため、野菜は甘みが増し、花卉は色づきがよくなります。



02

晴天率が高く、日照時間が長い

茅野市は全国の810市区の中で33番目に日照時間が長い。県内では上田市、東御市に次ぐ日照時間の長さであり、**太陽光を十分に活用できる**地理的環境にあるといえます。

03

2つの水源があるまち

ハケ岳と霧ヶ峰の2つの水源があります。多くの湧き水スポットに恵まれ、**水量も豊富**です。ハケ岳を含む市内の山に降る雨や雪が地中深くまで浸みこみ、天然のろ過装置によって自然浄化され、**まろやかな口あたり**が特徴です。



新規就農サポート体制

信州ちの就農LABO

市内の農業者（Uターン就農者、Iターン就農者、親元就農者等）で構成される組織です。作付品目は野菜・花卉・果樹と様々。農業の魅力を発信し、農業に対するネガティブなイメージを変え、市・県・JA・農業委員会等と連携し、新規就農に向けてのチャレンジをサポートすることを目的としています。

農家さんの仕事場や暮らしの見学ができる現地ツアーも開催！

信州ちの就農LABO

- ・就農相談会への参加
- ・就農セミナー等開催
- ・農業体験
- ・就農後の営農サポート

農業委員会

農地のあっせん

茅野市

- ・就農相談会への参加
- ・移住、生活に係る支援
- ・各種補助金案内

新規就農者

県支援センター

- ・経営指導
- ・里親研修制度
- ・就農後の営農指導

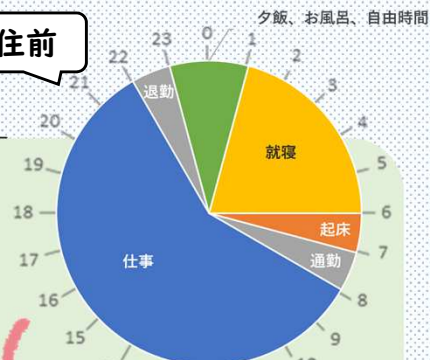
JA

- ・栽培指導
- ・資金相談、融資
- ・販路支援 等

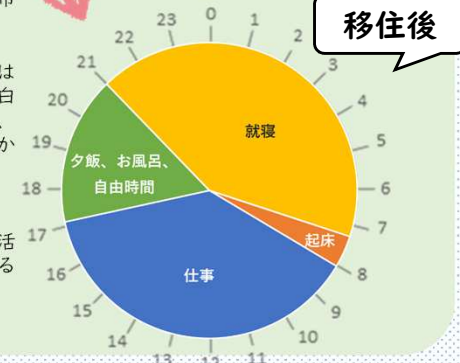


移住前

生活の変化



移住後



移住体験談

やりたいことができる生活を求めて



菊農家

鈴木 紘平 さん

移住時期：2017年4月 移住元：東京都

茅野市はハケ岳はもちろん、長野県内のどの山へもアクセスが良いことが選んだ理由の一つです。2つ目の理由としては主要都市からのアクセスが良いこと。移住後の仕事も田舎でスローライフすることが目的ではなく、思いっきり社会の中でやっていく仕事として「就農」を選びました。そのため、仕事の観点からも東京、名古屋、関西へのアクセスが重要であり、「茅野市しかない」となりました。

移住前は会社員として勤務で農業に関する経験や知識はありませんでした。菊農家となって感じた「農業の面白さ」は、作業、知識、考える力、社会との関わりなど、やったらやった分だけ可能性が広がり、どこまでやるかを自分で決められることです。

農業に特別な難しさはありません。農業でどうしたいかというよりは「どんな生き方、生活がしたいか」それを実現する方法として「農業」があるのであれば、農業を始めてみたいと思います。

支援・補助金

※各支援・補助金は申請期間があるためご注意ください。

※この他にも各支援・補助金はございます。

茅野市移住支援金

東京23区から茅野市へ移住し、長野県が選定した企業等に就業した方、テレワークで引き続き就業している方、長野県から創業支援金の交付決定を受けた方などに、補助金を交付します。

単身：**10万円** 子育て加算：**20万円**
世帯：**20万円**（18歳未満の帯同者一人あたり）



茅野市移住学生補助金

東京圏（東京・埼玉・千葉・神奈川）の大学等に通う学生が、卒業後に長野県内の企業に就職し、茅野市に移住する場合に、就職活動の交通費や引っ越し費用（移転費）を補助する制度です。

交通費：対象経費の2分の1以内（上限8,500円）
移転費：実費が証明できる場合－実費分（上限160,000円）
証明できない場合－定額66,000円



創業支援

県 長野県ソーシャル・ビジネス創業支援金

支援額 **上限200万円**（補助率 1/2以内）

【対象者】①～③の要件のいずれにも該当する方

- ① 県内の地域課題に対する社会的事業を行う創業者等
- ② 指定の期間までに以下のいずれかに該当する方
 - ・長野県で個人事業の開業届出もしくは株式会社、合同会社、一般社団法人、特定非営利活動法人等の設立を行う方
 - ・Society5.0関連業種で事業継承または第二創業をする個人事業主若しくは株式会社、合同会社、一般社団法人、特定非営利活動法人等の代表者
- ③ 長野県内に居住している方、又は指定の期間までに長野県内に居住を予定している方



県 長野県中小企業融資制度

長野県では、金融機関及び長野県信用保証協会と協調し、長期・固定・低利の融資制度を設け、金融機関への資金の預託、県と市町村による信用保証料の補助を通じて、中小企業の皆さまが安定した経営を行えるよう応援します。



県 創業等応援減税

長野県では、創業の促進を図るとともに、創業後の経済安定化を支援するため、創業間もない中小法人を対象に法人事業税の課税免除を行っています。※「課税免除」を受けるには、先に「創業認定」が必要です。



県 商店街ソーシャル・ビジネス創業支援事業

長野県ソーシャル・ビジネス総合支援金の交付決定を受けた方で、県内商店街の活性化・振興に資する事業に取り組む場合に**最大50万円**上乗せします。※別途申請が必要です。



市 茅野市中小企業融資制度

市が金融機関に資金を預託し、金融機関を通じて低利で融資を行います。また、保証料や融資にかかる利子に対して市からの補助があります。



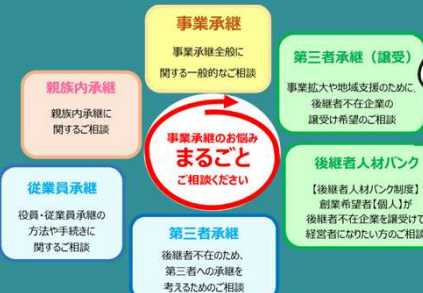
信州で起業をする人のためのポータルサイト

SHINK!



SHINK!とは、長野で起業をする人のためのポータルサイトです。長野県での起業に興味のある方、これから起業を考えている方、すでに起業されている方など、長野での起業に関わる方々へ有益な情報を発信しています。

長野県事業承継・引継ぎ支援センター



事業引継ぎでの創業も選択の一つ！



就農支援

国 就農準備資金

就農に向けて必要な技術等を得得するために研修を受ける者に対し資金を交付します。

交付対象者 就農予定時に49歳以下の者
交付額 **13.75万円/月**
または **165万円/年**（最長2年間）



市 農業研修者育成支援事業

農業経営に必要な技術を得得する為の研修の際に生じる必要経費を支援します。

交付額 **2万円/月**、最長2年間



市 担い手育成支援事業

必要な農業用機械または農業用施設の導入に対して支援を行います。

交付額 **最大100万円**（事業費の1/3補助）



県 里親研修制度



熟練農業者（里親）のもと等で、独立就農に向けて実践的な技術や知識を学ぶ長野県独自の制度。

里親の元での研修のほか、県農業大学校での専門研修を用意しています。

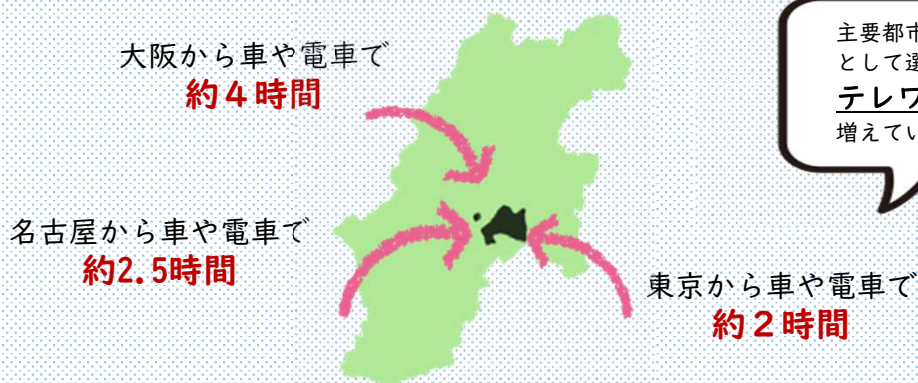
- ①栽培管理等の生産技術・知識に関する研修
- ②農業機械・機器・施設の操作方法・整備・安全対策に関する研修
- ③販売・流通・マーケティングの知識、帳簿や残務諸表の作成、労務管理等の農業経営に関する研修

原則2年間

開始時期4月～

茅野市ってどんなところ？

Point.1 主要都市からのアクセスが良い！



主要都市から車や電車でこれる立地が移住地として選ばれる理由の一つ！

テレワークや二地域居住での移住者が増えています！



金額も新幹線利用と比べて安いからいいね！

Point.2 ほどよく都会、ほどよく田舎、ちょうどいい暮らしがあるまち



車移動が
主な交通手段

車で30分圏内に仕事、生活、遊び・自然があるまちです。

ワーケーション施設も多く、心身ともにリフレッシュできる環境があります。



聖光寺



茅科大滝



白樺湖

Point.3 様々な職種・働き方があるまち

就職
転職

テレワーク

起業
創業

就農

先輩移住者の体験談を聞いてみよう！

茅野市へ移住された方たちの移住体験談を掲載しています！

CHECK!



茅野市の移住関連情報

楽園信州ちの協議会

茅野市、茅野商工会議所、茅野市内の民間業者が、三位一体で茅野市の移住促進活動を行っている組織です



オレンジ
ポロシャツ
が目印！

県外の移住関連イベントへの参加や独自セミナーも開催しています！



茅野市移住HP



Instagram



約1か月間（6万円）
移住体験住宅
（一室は室内犬同伴可能）



年4回の
物件見学ツアー



先輩移住者との交流や
季節のイベントも体験！

