



いっぽ
暮らし
しぜん
と
檜山に
ひやま

ひやま 地域おこし協力隊 ガイド

LOCAL VITALIZATION COOPERATOR



ひやまで地域おこし協力隊になろう!

自然に囲まれて暮らしたい、地域社会の役に立ちたい。檜山地域では、そんな想いを叶える暮らしが待っています。地域おこし協力隊員として、あなたのチカラを活かしてみませんか？

01

まずは、地域おこし協力隊について詳しく知ろう

おおむね1年以上3年以下の期間、地方自治体の委嘱(有給)を受け、地域で生活し、各種の地域協力活動を行います。
地域おこし協力隊公式サイト「ニッポン移住・交流ナビJOIN」では、詳しい制度の内容や先輩たちの声などを紹介しています。
 また2週間から3ヶ月以下の期間で活動する「地域おこし協力隊インターン」等の制度もあります。



02

ひやまの募集情報をチェック!

ポータルサイト「ひやま地域おこし協力隊総合案内所」では、檜山地域各町の募集情報を掲載しています。
 仕事内容や報酬、活動期間は、町によって異なるので、各町の募集要項を確認してください。



03

この町で活動してみたいと思ったら、いよいよ申し込み!

各町の「地域おこし協力隊」受入窓口にお申し込みください。不明点や気になることがあったら、お気軽にお問い合わせください。

04

選考・採用

町による選考(書類選考、面接等)の結果、採用が決定。「地域おこし協力隊」としての委嘱を受けます。

05

住民票を移動

現住所から採用先の町に住民票を移動し、地域おこし協力隊として活動を開始します。

地域おこし協力隊として活動をスタート!

役場や地域の人たちと積極的にコミュニケーションを取ると、行政のルールや地域理解が深まり、活動やキャリアアップがスムーズに。先輩たちに話を聞くのもおすすめです。

任期が終わったら...

活動終了後に定住したOB・OGもいらっしゃいます。定住へ向けたサポートメニューもありますので、ぜひご相談ください。

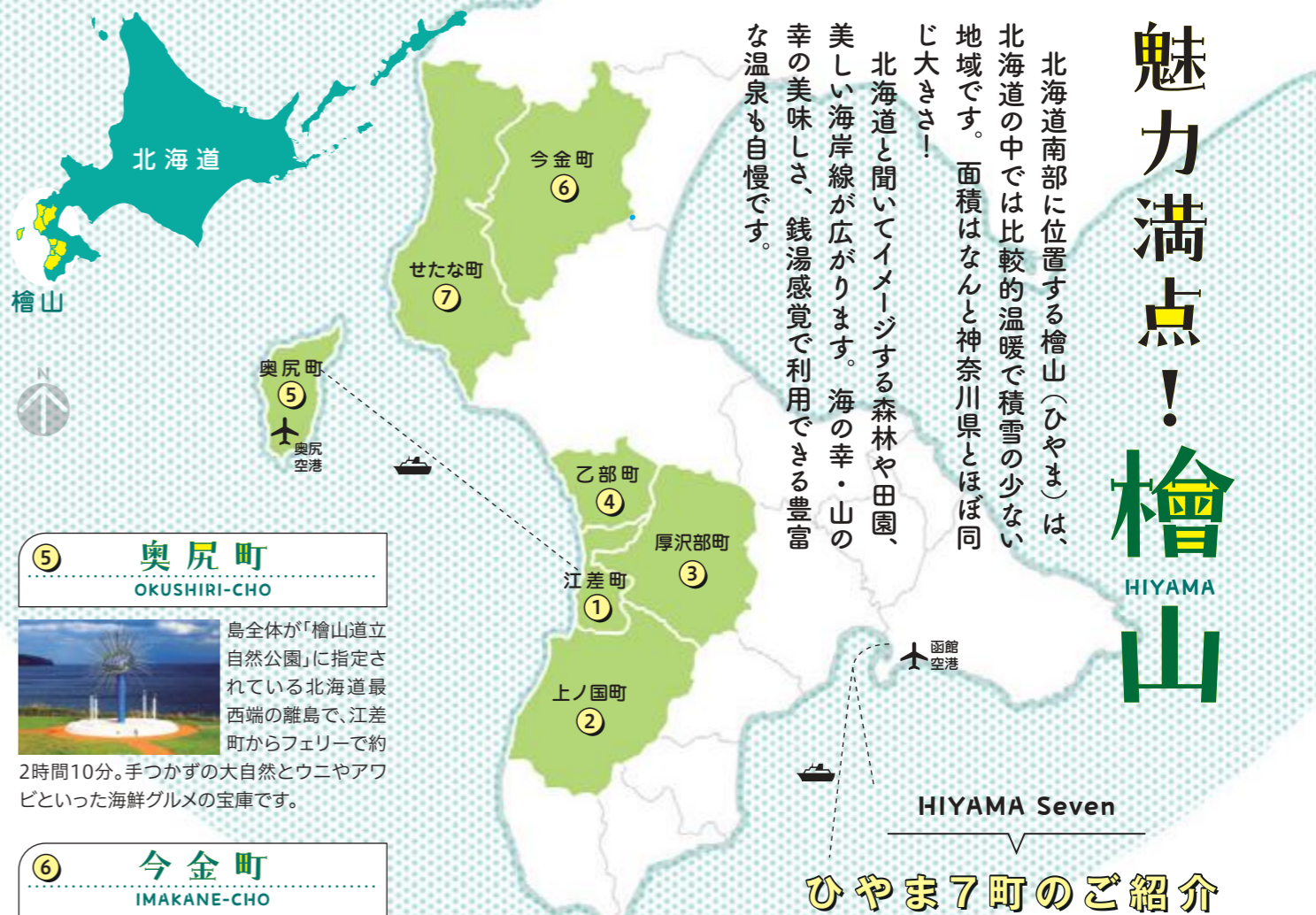


魅力満点！ 檜山

HIYAMA

北海道南部に位置する檜山（ひやま）は、北海道の中では比較的温暖で積雪の少ない地域です。「面積はなんと神奈川県とほぼ同じ大きさ！」

北海道と聞いてイメージする森林や田園、美しい海岸線が広がります。海の幸・山の幸の美味しさ、銭湯感覚で利用できる豊富な温泉も自慢です。



ひやま7町のご紹介

① 江差町 ESASHI-CHO

ニシン漁が繁栄した江戸～明治時代にかけての文化や歴史が、色濃く残っている町です。病院やスーパーマーケット、教育施設などが揃い、檜山地域の中心的な存在です。

② 上ノ国町 KAMINOKUNI-CHO

檜山最南部にある農業・漁業が盛んな町。清流・天の川は、アユなどが生息する人気の釣りスポット。北方交易の拠点として栄え、北海道で唯一中世の歴史に触れられる町でもあります。

③ 厚沢部町 ASSABU-CHO

町内の約8割を森林が占めるのどかな町。じゃがいも「メークイン発祥の地」として知られ、米やじゃがいも、アスパラなど農作物が豊富です。函館から1番近く、車で約1時間半。

④ 乙部町 OTOBE-CHO

檜山地域のほぼ中心に位置し、特徴的な断崖が続く美しい海岸線が魅力。大人気の海水浴場「海のプール」や移住体験住宅などのバリアフリー化が進み、安心して暮らせる町です。

⑤ 奥尻町 OKUSHIRI-CHO

島全体が「檜山道立自然公園」に指定されている北海道最西端の離島で、江差町からフェリーで約2時間10分。手つかずの大自然とウニやアワビといった海鮮グルメの宝庫です。

⑥ 今金町 IMAKANE-CHO

山間部に位置し、全国的なブランドじゃがいも「今金男じゃく」が有名。清流日本一に選ばれた後志利別川を活かした、溪流釣りやラフティングなどのアクティビティも人気です。

⑦ せたな町 SETANA-CHO

美しい日本海と山々に囲まれ、映画のロケ地にも。夏はキャンプや海水浴を楽しむ人で賑わいます。漁業・農業・酪農畜産業が盛んで、檜山地域の中では比較的規模の大きい町です。

現在各地で活躍中！
次頁、各町の隊員をご紹介します！

都市地域から人口減少や高齢化等の進行といった課題を抱える地域に移住して、地域ブランドや地場産品の開発・販売・PR等の地域おこし支援や、農林水産業への従事、住民支援などの「地域協力活動」を行いながら、その地域への定住・定着を図る取り組み。活動内容や勤務条件などは募集する町によってさまざまです。

地域おこし協力隊とは？



PROFILE
阿江 邦彦さん
出身地：兵庫県
活動期間：2019年4月～2021年3月
農業高校の見学で酪農に出会い、この道を志すように。現在は乳牛を飼育し、奥様とお子さん2人の家族4人で慌ただしいながらも充実の毎日を送っている。

地域おこし協力隊の酪農ヘルパーとして活動した後、高校時代から持ち続けた「酪農家になりたい」という夢をせたな町で叶えた阿江さん。移住して、まもなく5年目を迎える。

「会社員時代もいつかは酪農家として独立したいと思っていましたが、なかなか踏み出せなくて。そんな時に出会ったのがせたな町でした。」酪農家に嫁いだ高校時代の先輩を頼りに、初めてせたな町へ。

そこからは、早かった。「地元の酪農家の方たちとの触れ合いを通して、この町で酪農を営みたいという気持ちが高まってきました。景観の美しさや海の幸の美味しさも魅力的でしたし、迷いや不安がなかったわけではありませんが、町の支援体制が万全だったこと、また妻の後押しも決め手になりました。」移住を決めてからは、地域おこし協力隊の活動と並行しながら就業準備を進め、さらに第一子も誕生し怒涛の日々。大変ではありましたが、就農への道筋が見えていきましたし、ヘルパーとして酪農のことも学べ充実していました。

晴れて自分の牛舎を持った阿江さんは、酪農家として牛たちに向き合う日々。「せたな町は優しい人が多いので、わからないことは積極的に聞くようにしています。まだ戸惑うこともありませんが、ずっとこの町で暮らしていきたいと思っています。」

元隊員インタビュー
せたな町 阿江 邦彦さん
夢を叶えたこの町で
家族と紡ぐ豊かな時間



矢原さんが勤務するピリカ旧石器文化館には貴重な資料が並ぶ。

PROFILE
矢原 史希さん
出身地：滋賀県
活動開始年月：2022年4月～
東京の大学を卒業後、大学院進学を機に北海道へ。札幌で考古学関連の企業に勤めた後、今金町に地域おこし協力隊として着任。ピリカ遺跡の素晴らしさを伝えるため奮闘している。

隊員インタビュー
今金町 矢原 史希さん
知識を活かした仕事で
地域の文化振興に貢献

高い水質を誇る後志利別川や満点の星空といった、豊かな自然が印象的な今金町。実は、ピリカ遺跡や北海道遺産に認定された金山遺跡など、歴史的価値の高い遺跡を有する町でもある。旧石器時代を専門とした考古学研究者・矢原さんは、ピリカ旧石器文化館での勤務の募集があると知りこの町にやってきた。「研究のために足を

運んだこともあり、考古学の世界は、全国各地で仕事をするのが一般的ですから、今金町に移住することに特に不安は感じませんでした。」お店が一つの地域に集中してあるため住みやすく、生活する上で不便さはさほど感じないという。

ピリカ旧石器文化館が開館している4、11月は、来館者の受付や展示説明を担当。冬季の閉館期間中は、ピリカ遺跡の報告書作成や企画展の準備を行う。専門性の高い職種ながら、自分のやりたい仕事と地域が求める人材がマッチした好例と言えるだろう。「着任して1年を迎え、だんだん働き方もわかってきましたし、好きなことに向き合う日々は楽しいですね。これからもピリカ遺跡の歴史的価値を知っていただくような企画展を開催していきたいです。館内では、来館者の方に合わせた説明を心がけていますので、ぜひ気軽に声を掛けてください。」

元気な地域づくりに取り組む
隊員たちの生の声！



地域おこし協力隊の活動を経てせたな町に定住する阿江さんと、現役隊員の矢原さん、長尾さん、庄山さんの4名による本音トーク。地域おこし協力隊って実際どう？田舎暮らしってどんな感じ？など、知りたい気になる情報を聞いちゃいました！皆さんのインタビューは、2～3ページをご覧ください。

隊員インタビュー

乙部町 長尾 寛さん
みんなが楽しく安心な
田舎暮らしをサポート

高校から地元を離れ、20数年ぶりに帰ってきた長尾さん。「せっかく帰るなら、ちよつと大袈裟ですが地元で貢献したいと思っていました。」そこで目に留まったのが地域おこし協力隊。業務内容は、一人で暮らす高齢者の見守りや、レクリエーションの実施、自治会での高齢者向けサロンの運営といった社会福祉だ。東京で飲食業に携わっていた長尾さんにとって、全くの異業種への転身。「最初は高齢者への接し方がわからず戸惑いもありましたが、皆さん優しいですし、だんだん楽しくなってきました。」仕事以外の時間は、朝晩釣りに出か



仲間と一緒に、マルシェ・ワークショップ・ステージを楽しめるイベントを開催。多くの来場者で賑わった。

PROFILE
長尾 寛さん
出身地：乙部町
活動開始年月：2022年4月～
札幌の高校に進み、いくつかの仕事を経験後、東京で飲食業関連で働く。コロナ禍を契機に乙部町に戻り、社会福祉に携わりながらイベント開催等精力的に活動している。

けたり、ゴルフをしたり、登山をしたりとアクティブ。「ありきたりですが、自然が豊かで海も山もあるので遊び尽くそうと思って。東京に居た頃は無趣味だったので、それが移住して変わったことかも知れませぬ。」
それ以外にも、地域おこし協力隊の仕事とは別に、さまざまなプロジェクトを行っている。「道南の地域おこし協力隊の有志で作る『地域と人を結ぶおむすびプロジェクト』などのイベントを仲間たちと開催しています。ゆくゆくは、町民運動会や今ハマっているモルックの大会も開きたいですね。」と長尾さん。精力的に活動する原動力はどこにあるのだろうか。「一番自分が楽しいからです。それで、地域が盛り上がりつつあったら嬉しいですね。」

隊員インタビュー

厚沢部町 庄山 絢さん
地域の魅力を再発見
人と町を繋ぐ架け橋に



心動かされた景観を撮りためている庄山さん。青空と田園風景は、お気に入りの1枚。

PROFILE
庄山 絢さん
出身地：厚沢部町
活動開始年月：2021年11月～
高校までを厚沢部町で過ごした後、東京で美容師として働いていたが、ふと思い立ち地元へ。現在は、地域おこし協力隊の活動と並行しながらカフェのオープンに向け邁進中。

「田舎に戻るといふ大きな決断をしたら、小さいことは気にしなくなりました。」と笑う庄山さんは、東京で美容師として働いた後地元に戻ってきたいわゆるUターン組。現在、「世界一素敵な過疎のまち」を目指す厚沢部町で、町の情報発信やギフト発送、保育園留学の受け入れなどを担当している。全国と厚沢部町を繋ぐ窓口として活躍する庄山さんには、一つ心掛けていることがある。「研修の時に、地域

に染まり過ぎないと言われてたんです。外から見るとこそわかることがあり、地域振興にはその客観的な視点が必要。田舎ならではの良さもありますが、都会的な感覚も忘れないようバランスを大事にしています。」実際、一度地元を離れたからこそその発見がたくさんあったとのこと。小さい頃は当たり前だった山に沈む夕日や田園風景の美しさに感動し、写真を撮って頻繁にSNSにアップしている。

実は、地域おこし協力隊の活動と並行し、準備を進めていることがある。「実家が農家なので、今年の春にお米をメインにしたカフェをオープンする予定です。他にも地域おこし協力隊の活動の中で培った繋がりを活かし、野菜や海産物など地元の食材を使ったメニューを提供したいと思っています。地元の人はもちろん、移住した方や観光で来た方にとっても憩いの場になりたいですね。」

移住のきっかけや
仕事内容は人それぞれ

阿江 僕はせたな町で地域おこし協力隊として活動した後、酪農家として独立し、そのまま移住したんですが、皆さんは？
長尾 東京から出身地である乙部町に戻ってきて、高齢者福祉の仕事をしています。
庄山 以前は東京で美容師をしていましたが、私も実家のある厚沢部町に帰ってきました。今は、地域イベントの運営や首都圏向けのギフト発送、ワークショップなどで来た方のお子さんをお預かりする『保育園留学』の窓口などを担当しています。

地域おこし協力隊として
活動してみても、実際どう？

矢原 僕は、今金町で文化財の保護や活用に携わっています。具体的には、ピリカ旧石器文化館での来場者への案内や、資料の整理、企画展の準備ですね。
長尾 環境の変化に不安はなかった？

阿江 僕は、酪農家になるという明確な目標があり、町が活動をサポートしてくれるこの制度はありがたかったですね。移住して、仕事を探すってかなり大変じゃないですか。役場をクッションとして、収入を得ながら目標に向かって進めるっていいのは大きいですね。
長尾 そつですね。帰るのであれば地元の役に立ちたいと思っていたので、地域と関わりが持てるという点では良かったと思います。もともと飲食業だったので、今までは全く違う仕事ですが楽しいですよ。

環境の変化に
不安はなかった？

阿江 もちろん無かったわけではないですが、不安より新しいことへのワクワクの方が強かったですね。
庄山 私はありました。厚沢部町出身ですが、高校から地元を離れたので町の様子もわからなかったです。あと、冬の道の運転をしたことがな

庄山 私の場合は、フリーミッションというか。例えば、ギフト商品の選定のために自分で農家さんと交渉したり、自分の意思で動けるっていうのは楽しいです。意外と事務作業が好きなきことも新たな発見でした。

檜山地域で活躍する現役隊員に、隊員になったきっかけや活動について教えてもらいました！

- Q1** 隊員になったきっかけは？ **Q2** 現在の仕事内容は？ **Q3** 活動してみでの感想
- Q4** 印象的な出来事 **Q5** 地域おこし協力隊を目指す人に一言

まだまだいます！

ひやま各地で活躍する、地域を支える仲間たち

PROFILE
出身地：網走市
活動開始年月：2020年4月～
高校までを網走市で過ごし、大学進学を機に札幌へ。大学の時の連携事業で、何度か今金町を訪れるうちに町の魅力に触れ、地域おこし協力隊に志願した。



隊員インタビュー

今金町 榎原 愛歌さん

- A1** 所属大学と今金町が連携事業を行っていて、参加学生だったこともあり、地域おこし協力隊の募集を見つけ応募しました。在学中から関わりのある市町村で、町民の温かさや風土に惹かれたためです。
- A2** 観光PR及び集落支援を行なっています。
- A3** 様々な体験ができ、町民の方との関わりや、他地域の地域おこし協力隊との交流などでも新たな発見が多く、活動をより良いものにできました。
- A4** 集落支援の活動をしている際に、訪問したお宅でとてもやさしく受け入れてくださり、着任したばかりの私にはとても印象に残りました。
- A5** 地域おこし協力隊は自由な職業ですが、自由だからこそ着任する市町村はしっかり調べ応募しなければなりません。自分のやりたいことと、市町村とのマッチングがうまくいかないと続けていけないので、「私にはこれ」という軸を自分で明確にしておくことが重要だと思います。

PROFILE
出身地：新十津川町
活動開始年月：2020年8月～
新十津川町で生まれ、札幌の大学へ進学。在学中に連携事業で今金町を訪れ、この町で働きたいと思うように。現在は、町のPRを担当している。



隊員インタビュー

今金町 角谷 侑美香さん

- A1** 大学在学中のゼミ活動や連携事業を通して、自然や歴史、食や町民の方々など町の魅力に触れ、今金町で働きたいと思っていたところ、地域おこし協力隊の求人を見つけ応募しました。
- A2** 観光PR活動(ゆるキャラも含む)やHP・SNSを運営しています。
- A3** 色んな活動をさせて頂ける機会があり、やりがいを感じています。ただ、生活面では少々大変さがありました。
- A4** 道南でのイベントで、今金町のゆるキャラをPRしていた際に「どこの町のゆるキャラ？」「今金町ってどこにあるの？」などと聞かれた際に、まだまだPRが足りていないと痛感しました。
- A5** その地域を魅力に感じて、何か力になりたいという方がいれば、地域おこし協力隊として、地域の魅力を発信してみませんか？

PROFILE
出身地：江差町
活動開始年月：2021年5月～
市役所の窓口業務や民間企業の総務経理、国立学校の事務を経て、苫小牧市から上ノ国町に移住。上ノ国ワイナリーや町のPRなどに携わっている。



隊員インタビュー

上ノ国町 米田 和子さん

- A1** 移住前、身近にいた地域おこし協力隊の隊員たちを見て興味が湧きました。子ども時代を過ごした上ノ国町で、新しくぶどうを栽培し、町産ワインを醸造するワイナリーを始める事業があると知り応募しました。
- A2** 農林課での事務補助、上ノ国ワイナリーや町外のイベントに参加、上ノ国町のPR業務です。
- A3** 感染症対策をする中での活動だったため、思うように人と関わるのが難しかったです。
- A4** 町づくりについて雑談をしているときに、町職員が「米田さんをひとりにしない。」と応援、寄り添ってくれたこと。自身が上ノ国町の応援団でありたいと思って活動していましたが、逆にたくさんのサポートを受けていることに気づきました。
- A5** 自らよく動いて地域の人たちと交わり、理解を深めることが大事だと思います。

PROFILE
出身地：北広島市
活動開始年月：2021年4月～
漁師を目指すため、島留学生として奥尻高校へ進学。卒業と同時に、地域おこし協力隊として活動しながら漁師の修行を始め、この春から漁師として独立予定。



隊員インタビュー

奥尻町 仲川 明夢さん

- A1** もともと奥尻島にある奥尻高校に島留学生として通っており、高校卒業後、奥尻島で漁師として活動していきたいと思っていたところ、地域おこし協力隊を勧められたのがきっかけです。
- A2** SNSを使用した奥尻島の情報発信のほか、新規漁業者として漁業の研修を受けています。
- A3** 協力隊の活動内容は僕にとっても合っており、充実した活動期間だったと感じました。
- A4** 地域おこし協力隊の新規漁業者としての活動で、鹿部漁業研修所に入学したのが印象に残っています。この学校では漁業の基礎や船舶の免許を取得することができ、漁師に必要な知識、技術を身につけることが出来ました。
- A5** 地域おこし協力隊になって、自分の本当に目指す仕事を見つけよう！



矢原 僕は、自分の好きなことに向き合えているので充実しています。

庄山 任期もちょうど良いと思います。定住するにしても、起業するにしても準備できますし、任期があることで辞めることへの踏ん切りもつきますしね。

長尾 僕も、もっと高齢者の方をサポートする方法はないのかとか、新たなビジネスモデルなんかも、この3年で考えていきたいと思っています。

良いことも戸惑うことも

田舎暮らしのホントのところ

庄山 檜山地域は海に沈む夕日が有名ですが、厚沢部の山に沈む夕日もキレイなんです。地元には、そんなこと思わなかったんですけど(笑)。

長尾 一回地元を出たからこそわかる良さってありますよね。乙部町は海岸線が特徴的なんですけど、毎日見ても見飽きないです。

阿江 海も15分くらいで着きますし、ポルダリングジムに行かなくてもリアルな岩がありますし、アクティビティが趣味の人にとっては最高ですよ。あと、食べ物も美味しいです。

長尾 確かに。東京に居た頃は無趣味だったんですが、帰ってきてからは散歩したり毎日釣りに行ったり、趣味に忙しくなりました(笑)。

矢原 自然ももちろん豊かですが、檜山を含む道南というのは、2万年以上前の氷河期から歴史が残る地域なんです。例えば今金町では、2022年に北海道遺産に認定された「今金 美利河の金山遺跡」のような大規模な江戸時代の砂金採掘跡もありますし、歴史的な風景が色濃く残る地域という印象でした。

庄山 ただ、良くも悪くも人との距離が近いんですよね。町を歩いても知っている人ばかりだし、お裾分け文化も根付いていますし。

阿江 地元ルールみたいなものもありますよね。せとな町に来て4年ですが、まだ戸惑うことがあります。

長尾 そういつ時はどうしてるんですか？

阿江 世話焼きの方が教えてくれたり、直接役場に聞いたりしています。色々聞いてまわった結果、僕が一番情報通になっっていることもありますけど(笑)。

これから地域おこし協力隊を目指す人たちへ

長尾 そんなに気負わなくて良いのかなと思います。地域や仕事が合う人、もいれば、合わない人もいますし、あまり考え込まずにまずはチャレンジしてみてもいいですね。

庄山 私もそう思います。地域おこし協力隊に関わらず、移住や転職って大きな決断ですから、その一歩を踏み出しただけでステップアップというか、一度挑戦する勇気を出したことで、今後も新しいことへ挑戦するハードルが下がると思います。

矢原 僕は、一応念頭においてほしいことがあって。今年左手を怪我してしまっただけですね。今金町は大きな病院がなくて、怪我を見てもらえる町外の病院まで車で1時間くらいかかるんです。僕は職場の人の好意で連れて行ってもらえたんですが、車の運転ができないような怪我や病気をしてしまった場合は、誰かに頼らざるを得ません。信頼のおける友人や同僚と関係を築いておくのは、重要なことだと思います。

阿江 確かにそうですね。僕は家族での移住なので、家族や同業の方と過ごすことがどうしても多くなってしまうんですが、仕事以外の人との繋がりは大事だなと思います。わからないことがあれば役場に相談したり、地域の方と積極的に関わっていくと、より生活が楽しくなっていくと思いますよ。