＼6人の事例から分かる／

移住就農につながるポイント

Step 1 農作業体験

短期の農業インターンシップ制度を使う

・地縁がない土地に移住する前には、何度か現地を訪れよう。
・職業体験が可能なら、適性を確かめておこう。

Step 2 移住就農体験

長期の農業インターンシップ制度に挑戦する

・農作業に慣れるため、能動的に仕事に取り組もう。体のケアも忘れずに。
・地域の文化を学び、積極的にコミュニケーションをとろう。
・研修先の地域で生活している姿を思い描いてみよう。
（仕事はどうする?どこに住む?お店や病院までの距離は?…）

Step 3 ライフプランの設計と実行

新たな土地で、農業に関わる生活をしてみよう

・生活を続けるための収入源を確保しよう。
・自分にできる農業との付き合い方（仕事としての農業?家庭菜園?）を考え、
実現に向けて計画し、動いてみよう。
・周囲の人に「本気」をアピールし、互いに助け合える関係を作ろう。

能登地区農業インターンシップ協議会、INATOの支援策で皆様の移住就農を応援します!

❶おためしで移住就農ができて、研修生も受け入れ側も安心【Step1＆Step2】
3~10日間の短期研修の後、最長9ヵ月間、受け入れ農家で長期研修。
受入先とのマッチングだけでなく、マッチング後も受入先や市町、INATOが連携して下宿先探しのお手伝いや生活に関する相談に乗ります。

❷協議会が研修生を地域定着につなげます【Step3】
研修中だけでなく、移住後も定期的に市町やINATO、地域コーディネーターが状況を確認します。
就農に関する相談に乗り、実現に近づくためのアドバイスや支援をします。

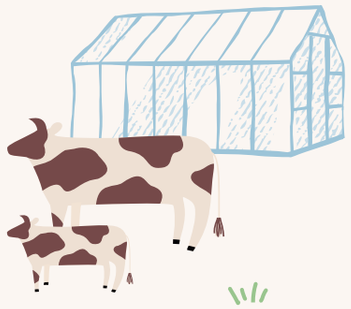
公益財団法人
いしかわ農業総合支援機構
Ishikawa New Agriculture Total Support Organization
INATO

〒920-8203 石川県金沢市鞍月２丁目20番地
（石川県地場産業振興センター新館 4F）
TEL 076-225-7621 FAX 076-225-7622
http://www.inz.or.jp/

公益財団法人
いしかわ農業総合支援機構
Ishikawa New Agriculture Total Support Organization
INATO

農業インターンシップ
＆
移住体験談

先輩移住就農者6人の暮らし方



感じて見ませんか。能登での暮らしや農業の魅力

能登地区 ＼農業インターンシップ研修／

能登地区農業インターンシップ協議会は、能登地域の農家と市町、公益財団法人いしかわ農業総合支援機構（INATO）が連携して設立された組織です。協議会では、石川県外の方に能登の生活や農業の魅力を伝え、能登地区活性化の応援団や農業の担い手を増やすことを目指し、能登地区で農作業を体験してもらうインターンシップ研修を実施しています。体験者の中には、能登地区の暮らしや農業に惹かれ、実際に移住就農された方もいます。このパンフレットでは、能登での生活を楽しむ6人の移住就農者を紹介しています。背景が異なる先輩方に移住就農を楽しむコツを聞いていますので、ぜひ参考にしてください。

石川県能登地区について

2011年6月に「能登の里山里海」が世界農業遺産に認定され、その伝統的な景観や文化が地域の方の手によって守られています。しかし、人口減少や高齢化の影響で、認定された能登の風景を後世に引き継ぐことが難しくなってきており、協議会とINATOでも担い手の育成、確保に取り組んでいます。

長期インターンシップ体験談

倉澤 了さん
藤原 道弘さん 有里さん

移住後の生活体験談

吉村 政剛さん 染谷 渉さん
木村 乗治さん

長期インターンシップ体験談

倉澤 了さん

移住年	2018年 4月
移住先	東京都 ☞ 輪島市
勤務先	（有）ファーマー
家族構成	5人 妻、子ども（中2、中1、小3）

農業は単純なようで奥が深い

Q:移住したいきさつは?
A:子どもたちが通っていた幼稚園の園長さんが輪島市門前町出身で、家族旅行で現地を訪れた際、実家に泊めていただいたことがありました。能登の人たちの優しさや景色の良さ、ご飯のおいしさなどが気に入って、それ以来、長期の休みのたびにお邪魔するようになりました。そんな折、以前勤務していた飲食店が閉店を決めたことを契機に移住に踏み切りました。長男がちょうど中学校へ進学するタイミングだったことも決断を後押ししました。

Q:就農のきっかけは?
A:園長の実家のある地域の区長さんに現在勤めている「（有）ファーマー」を紹介してもらいました。移住前もベランダ菜園でミニトマトを栽培するなど農業に関心があり、能登の美しい田園風景を見て、自分も携わってみたいと思ったのです。実際に農作業を体験してから決めた方が私にとっても会社にとっても安心ということで、「農業インターンシップ」の制度を活用しました。4カ月のインターンシップを経て、今は正社員として働いています。

Q:仕事はいかがですか?
A:ファーマーでは水稲を中心に、野菜や原木シイタケも育てています。研修が始まったのは田植えで忙しい時期でしたが、先輩方が優しく指導してくれました。手をかければその分返ってくるし、手を抜けば後々苦労するといったように、単純なようで奥が深い仕事だと感じています。仕事は朝7時半から17時頃までで、前職では朝から夜中まで働いていましたから、まったく苦にならないですし、当初と比べれば随分体力も付きましたね。

Q:能登での暮らしぶりは?
A:生活コストが安い上、近所の方から野菜をたくさんいただくので助かっています。住まいは人づてで紹介してもらった民家を格安で借りていて、休日はリフォームに励んでいます。祭りやバーベキュー、草刈りなど、地域の皆さんとの交流も楽しんでいます。これからは仕事を通して奥能登の農業をもり立てていければと思っています。

移住後の生活体験談

吉村 政剛さん

移住年　2017年4月

移住先　兵庫県 ☞ 穴水町

勤務先　(有)北海道ワイン能登ヴィンヤード

家族構成　2人

誘いは断らず、自分からも積極的に情報を発信

Q:移住以降、現在までの生活について教えてください。
A:ワイン醸造用のブドウ栽培を手がける「(有)北海道ワイン能登ヴィンヤード」でインターンシップ研修を受け、研修終了後に同社に入社しました。農業経験はまったくありませんでしたから、入社2年目までは、技術を身に付けるのに必死でしたね。3年目になると仕事も上手にできるようなってきましたし、こちらで知り合った女性と結婚もして、ようやくスタートラインに立てたような気がしています。

Q:定住につながった要因は?
A:以前の生活に比べて、自由になる時間が増え、人間らしい生活ができているからです。地域の食材を使った創作料理を販売したりする地元集落のイベントをはじめ、消防団や英語サークル、山岳協会など、さまざまな集まりにも積極的に関わるようにしているので、友達もどんどん増え、本当に楽しいですね。もちろん、ストレスを感じることもありますが、穴水町には都会では見られない美しい景色が当たり前のようにあって、眺めていると気持ちが癒やされ、悩んでいるのが馬鹿らしくなります。会社でも地域でもイベントが多く、退屈しないですね。

Q:地域になじむために心がけたことは?
A:地域の集まりなどに誘われれば、断らずに参加するようにしています。何か自分のできることが力になればと思いますし、逆に助けてもらうこともよくあります。また、自分をさらけ出して、積極的に情報発信するようにしています。結婚相手が見つかったのも、そのおかげです。自分の殻に閉じこもっていては難しいでしょうが、真面目に精一杯生きていれば、何とかなると思います。

Q:これからの目標や夢は?
A:私が書いている作業日報をさらに充実させて、将来的にはワイン醸造用のブドウ畑の作り方をまとめた本を出版したいですね。観光農園も夢の一つですが、実現するには、あと70年くらいかかる計算です(笑)。

長期インターンシップ体験談

藤原 道弘さん 有里さん

移住年　2018年9月

移住先　埼玉県 ☞ 七尾市

勤務先　(農)なたうち

家族構成　2人

喜ぶ声が直接聞けるのがうれしい

Q:移住したいきさつは?
道弘:移住前は埼玉県内に住み、千葉県内の会社に通っていたのですが、早朝5時に家を出て、夜中の0時以降に帰宅する生活に疲れてしまい、移住を考えるようになりました。私の母親が七尾市中島町出身で年に1、2回は帰省していたことに加え、親戚が営む「(農)なたうち」から米を送ってもらっていたこともあって、こちらへの移住を決めました。

Q:就農のきっかけは?
道弘:なたうちの米がとにかくおいしくて、自分でも作りたいと思ったんです。外で汗をかいて働きたいという思いもありました。
有里:夫も私も農業経験はありませんでしたが、移住を決めた2018年5月になたうちでお手伝いさせてもらったら、とても楽しくて。それにせっかく能登に住むのだから、ここでしかできない仕事をしたいと思いました。役に立てるのかという不安もあったので、最初の7カ月間は「農業インターンシップ」の制度を活用させてもらい、その後、正式に採用してもらいました。

Q:仕事はいかがですか?
道弘:なたうちでは水稲や大豆などを作っていて、栽培管理や収穫作業のほか、前職で培った、CAD・CGクリエイターのスキルを生かし、圃場の図面や営農計画の資料を作成するなどして、業務の効率化にも取り組んでいます。やることなすこと初めてのことが多く、不安もありますが、楽しんでいます。
有里:白ネギや中島菜の収穫、出荷作業や味噌などの加工品製造を手伝っています。野菜や味噌はお祭りの際などに販売していて、「おいしかったからまた来たよ」など、お客さんの喜ぶ声が直接聞けるのがうれしいですね。

Q:能登での暮らしぶりは?
道弘:会社の先輩も地域の人もみんな優しく接してくれます。喜んでもらえますから、地域の行事などにも積極的に参加しています。通勤は家から2分で、明るいうちに帰宅できますし、ご飯がおいしくてつい食べ過ぎてしまうほどです。

移住後の生活体験談

木村 乗治さん

移住年　2017年 4月

移住先　愛知県 ☞ 宝達志水町

勤務先　(有)グリーンアース杉浦 ➡ 独立

家族構成　1人（2020年入籍予定）

基本が第一。まずはあいさつをしっかりと

Q:移住以降、現在までの生活について教えてください。
A:米などを生産する「(有)グリーンアース杉浦」でインターンシップ研修を受けた後、そのまま同社に就職しました。いずれは独立したいと思っていたので、入社から2年後に、宝達志水町菅原地区に70アールの田んぼを借り、現在は一人で米作りに取り組んでいます。ただ、分からないこともやっぱり出てくるので、今でも杉浦社長などに、アドバイスをもらっています。

Q:初期投資や生活に必要な資金はどのように?
A:最低限必要な農機の購入代金や運転資金はJAから融資を受けたほか、次世代人材投資資金も利用予定です。70アールの田んぼでは収入も少ないので、グリーンアース杉浦や杉浦社長の知り合いのところでアルバイトをして、生計の足しにしています。

Q:定住につながった要因は?
A:土地を借りるということは、それまでその土地を守ってきた人々の歴史や思いを受け継ぐということです。信頼して任せてくれる気持ちをむげにするわけにはいきませんし、紹介してくれた杉浦社長からも「やるなら死ぬまでやぞ」と口酸っぱく言われましたから、土地を借りる時点で定住に向け、腹が決まった気がします。独立に当たって相談に乗ってくれて、助けてくれた多くの方々の存在も大きいですね。

Q:地域になじむために心がけたことは?
A:しっかりあいさつすることと、真面目に仕事することを心がけています。基本的なことですが、続けていると段々と声をかけてもらえるようになり、集落の祭りや集まりにも誘われるようになりました。一人で農業をやると孤立しがちなので、嫌がらずに人付き合いをした方がいいと思います。

Q:これからの目標や夢は?
A:耕作面積を拡大し、直販も増やしていきます。多くの人にお世話になりましたので、集落の営農活動にも携わっていきたいですし、今後は私も新規就農者や移住者の力になりたいですね。

移住後の生活体験談

染谷 渉さん

移住年　2017年4月

移住先　埼玉県 ☞ 志賀町

勤務先　(株)営農福井 ➡独立

家族構成　1人

地域の皆さんとの交流が深まり、暮らしも充実

Q：移住以降、現在までの生活について教えてください。
A:水稲を栽培する「(株) 営農福井」でのインターンシップ研修後、2年間はそのまま同社に勤め、その後独立しました。独立までの間に、地域の人に顔を覚えてもらい、働きぶりを見てもらえましたし、JAの仲介もあって、農地を借りることができ、1年目は30アールの畑でカボチャを作りました。

Q：初期投資や生活に必要な資金はどのように？
A：カボチャは地元のJAがすべて一括で買い取ってくれます。水稲に比べれば、初期投資は格段に少なくて済みますが、1年目は軽トラや資材をそろえたこともあって、収入よりも支出が多い状況でした。足りない分は貯金を取り崩したほか、JAで育苗やスイカの出荷作業などのアルバイトもしました。

Q：定住につながった要因は？
A：独立して農業をやるという夢がINATOやJA、志賀町の皆さんの継続的な支援のおかげで実現したことが大きな要因です。また、地域の方々とも野菜や情報をやりとりするなど、うまく交流できているところも暮らしの充実につながっています。

Q：地域になじむために心がけたことは？
A：運動会など地域のイベントには、できる範囲で参加しています。地域の皆さんも私が一人で仕事していることを知っていますから、「無理しなくていい」と言ってくれています。ただ、草刈りなど、奉仕的な活動や人手がいるものには積極的に参加し、コミュニケーションを取るようにしています。集落の人は当初、私が本当に定住するのか半信半疑の様子でしたが、軽トラを購入した途端、距離が一気に縮まったような気がしました（笑）。

Q：これからの目標や夢は？
A：2年目は作付面積を60アールに増やし、収量アップを目指します。同時に、カボチャだけでなく、周囲の方々があまり作っていないような野菜を作って、道の駅やJAの直売店などで販売し、3年目には黒字化できればと考えています。