

宿坊宿泊に味噌づくり、地域の人と関わりながら暮らしを知る「みのぶ暮らし体験ツアー」に参加しました！



近年、豊かな自然や人とのつながりなど、これまでと違う暮らしを求めて都会から地方に移住する人が増えています。しかし、地方での暮らしが思っていたイメージと大きく違ったと感じる人もいるのではないのでしょうか。そこでオススメなのが、まずはその場所を訪れてみることです。

山梨県身延町（みのぶちょう）は、新宿から電車で2時間半、高速バスで3時間と都会からもアクセスしやすい場所。面積の80%が森林で豊かな自然が自慢の町です。さらに、小中高の給食費や18歳までの医療費を町が全額負担するなど、子育てサポートも全国トップレベル。

今回は、そんな身延町で2月に行われた「みのぶ暮らし体験ツアー」の様子をご紹介します。先輩移住者にお話を聞いたり、宿坊に泊まったり、味噌づくりをしたり.....と盛りだくさんのツアー。移住後の生活をイメージしながら、体験を楽しむことができました。

## 【先輩移住者のお宅訪問】子どもと一緒に過ごす時間を増やしたくて、横浜から移住



このツアーで最初に訪問したのは、3年前に横浜から移住した浅野さんのお宅。以前は横浜で会社を経営していましたが、忙しくて子どもと一緒に過ごす時間がない生活を変えたいと思っていたそうです。農業にも興味があり、自分で畑を持てる場所を探していたところ、身延町の地域おこし協力隊の募集を発見し、移住を決心しました。

現在は、身延町のブランド「あけぼの大豆」を自分の畑で育てながら、加工や販売管理も担当しています。あけぼの大豆は、一般的な大豆の1.6倍ほどの大ききで、甘味が強いのが特徴。浅野さんも、初めてあけぼの大豆を食べたときに、そのおいしさに惚れ込んだといいます。

### 古い家を自ら改装し、おしゃれな家に

移住後は賃貸に住んでいましたが、「2軒となりの家を買わないか」との提案があり、購入することに。古くてすぐに住める状態ではなかったため、賃貸の家に住みながら自らの手で改装しました。



もともと増築した家ということもあり、最も古い部分は築80年、増築部分でも35年ほどで、床がぬけていた部分もあったそう。しかし、改装後の家を見せてもらうと、そんなに古い家だとは思えないほど、きれいでおしゃれなお家に仕上げられていました。

### 地域の人が優しくて、子育ても安心

移住後の生活のことを聞いてみると、「近所の人気がさくで、よく野菜をくれる」とのこと。最初は野菜をもらっても、何もお返しできないことが気になっていた浅野さんでしたが、壊れた物を直すなど、自分ができることを手伝うようにしてからは気にならなくなったと言います。

さらに、身延町は浅野さんご自身だけではなく、お子さんにとってもいい環境だそう。横浜で通っていた学校は規模が大きかったので、先生の目が全員には行き届かず、お子さんがほかの生徒に埋もれていると感じていました。でも今は、1クラスに生徒が12人しかいないため、先生の目がよく行き届いていることが実感としてわかるそうです。

身延町に移住して、遊び方も変化しました。以前は家の中でゲームをすることが多かったのですが、今はザリガニ釣りなど、積極的に外で遊ぶようになったといいます。お子さんが一人で外に出かけても、近所の人気がかけてくれるので、安心して送り出せるそうです。

### 【先輩移住者との交流会】少しずつ地域と関わり、段階を踏んで移住を決意

夕方には、千葉から移住してきた丸山さんにも参加していただき、交流会が行われました。



丸山さんは、「田んぼできずなづくり」という農業プログラムに参加するために、月に一度身延町に通っていました。そして2022年に結婚したのをきっかけに本格的に移住。もともとIT企業に勤めていてリモートワークだったため、お仕事を变えずに移住できたそうです。

今はリモートワークができる企業も増え、移住のハードルも下がってきていると耳にしてはいましたが、実際にそうやって移住した方の話を聞くことで、よりリアリティをもって実感できました。

参加者からもたくさんの質問がでて、移住に関する生の声をざっくばらんに聞けるいい機会になりました。

## 宿坊での宿泊は初体験！夜のお勤めにも参加

今回宿泊したのは、「端場坊(はばのぼう)」という宿坊です。私は宿坊に宿泊するのは今回が初めて。宿坊というと必要最低限の設備しかないイメージでしたが、暖房も効いていて想像していたよりもずっと快適な時間を過ごせました。



宿坊では夜のお勤めに参加しました。読経をしたのは初めてだったので、どこを読んでいるのかわからなくなることもありました。それでも置いていかれないようにと集中して読んでいたら、無心になれて心地よかったです。



お勤めの後は夜ごはんの時間に。精進料理ということで、質素なものを想像していたのですが、種類が豊富で、ダシもしっかり利いた自然な味付けのおかずはとてもおいしかったです。

朝のお勤めで爽やかな目覚め



翌朝は5時に起床し、久遠寺の朝のお勤めに参加しました。久遠寺は、鎌倉時代に日蓮聖人によって開かれた日蓮宗の総本山です。全国的にも有名で、多くの参詣者が訪れています。

5時半になると、鐘が鳴らされます。時計がなかった時代には、人々はこの鐘で時刻を知ったのだとか。



6時になると多くの人が集まり、お勤めが始まりました。誰でも参加可能ということで、観光客だけではなく地域の人も参列しに来るそう。夜のお勤めと同じようにみんなで読経を行いました。早起きして声を出したことによって頭がスッキリし、爽やかな朝の時間を過ごすことができました。

**あけぼの大豆を使った味噌づくり体験**





最後に訪問したのは「道の駅しもべ」。ここには、キャンプ場やコワーキングスペースもあり、「昼は仕事、夜はキャンプという過ごし方もいいな」と想像してわくわくしました。



道の駅では味噌づくりを体験しました。味噌の原料は、もちろんあけぼの大豆です！初めて見たあけぼの大豆は粒が大きくて驚きました。大豆をつぶす機械を見るのも初めてで、「こうやって大豆をつぶすのか」と、いい勉強になりました。大豆をつぶし終わったら、広げて冷まし、麴と塩を加えて混ぜ合わせていきます。



量が多かったので混ぜるのが大変でしたが、スタッフの方にも手伝ってもらい、きれいに混ぜ合わせることができました。混ぜ終わったら、丸めて容器に入れていきます。このとき、空気を抜くように思いっきりたたきつけるのがポイントだそうです。

最後は、平らにしてアルコールのついた布巾で表面を拭き、ラップをかけて作業は終了！あとは貯蔵庫で、10月まで熟成させたら完成です。



10月は、大豆になる前の状態である枝豆の収穫時期。味噌を取りに行くついでに、枝豆を食べるのも楽しみです。

「移住」にも「二拠点居住」にも！身延町の可能性を感じた2日間



今回ツアーに参加してみて、身延町は移住先としても二拠点居住の候補地としてもいい町だと感じました。東京からのアクセスが良いだけでなく、静岡市にも甲府市にも車で1時間ほどの距離に位置していることもあって、身延町に住みながらほかの地域に通勤する、といった暮らし方も想像できました。

身延町への移住に興味がある方は、まず身延町に足を運んでみることをおすすめします。