



栗原 四季がある生活が新鮮で、すべてが楽しいです。渋柿をもらったので、ペランダで干し柿を作っているんですが、それを毎日眺めると四季を感じてうれしくなります。

天沼 私は生活のペースが変わったというか歩くことが多くなりました。東京だとそれぞれが近い距離ですぐ行けるんですが、ちょどいい距離にあって空気がきれいな安曇野で歩くと頭の中がすっきりしてアイデアが浮かんできます。最近は2時間半ほど歩いてしゃくなげの湯に行きました。

瀬戸 活動を始めて約2年がたちましたが、「協力隊としての仕事」と「地域での暮らし」という二つの側面で、多くの学びがありました。協力隊としては、山崎さんと同じように「与えられた役割」と「自



山崎 就任当初は、地域の思いを市役所のルールの中でどう実現するかに苦労しました。これほど制度や法律への理解が必要だとは思っていませんでした。明科活性化はフリーミッション要素が多くゴールが見えず、瀬戸さんと1年目から悩みながら、まずは人との関わりを増やすことから始めました。最近では、地域おこし協力隊だからこそお互いを知り、その関係性を生かした企画が喜ばれると分かってきました。だからこそ、3カ月で婚活イベントを実現できたのはすごいことだと思います。

松尾 今までなかなかできなかった広報の役割を期待されているのだと思いますよ。

山崎 就任当初は、地域の思いを市役所のルールの中でどう実現するかに苦労しました。これほど制度や法律への理解が必要だとは思っていませんでした。明科活性化はフリーミッション要素が多くゴールが見えず、瀬戸さんと1年目から悩みながら、まずは人との関わりを増やすことから始めました。最近では、地域おこし協力隊だからこそお互いを知り、その関係性を生かした企画が喜ばれると分かってきました。だからこそ、3カ月で婚活イベントを実現できたのはすごいことだと思います。

分たちがやりたいこと」のバランスの難しさを強く感じました。暮らしでは、農業体験や地域行事への参加など、これまでの人生では経験したことのないことに数多く触れることができています。

栗原 先輩の皆さんが研修を開いてくれたことが、とてもありがたかったです。

松尾 私たちも着任したときに活動していた先輩隊員から教わり、仕事がスムーズに進んだという経験と早く仲間になりたいう気持ちがあったので。

山崎 安曇野での暮らしは心地が良いので、あつという間に時間が過ぎてしまいます。ゴールまでの時間を逆算して行動する必要性を感じています。

松尾 協力隊には、山での命綱のような「しびれる感覚」があります。11月に開催した松崎商店の壁画イベントは特にしびれました。条例への対応など課題が続き苦勞しましたが、最後まで調整を重ねて完成しました。配色がいいねと皆さんから言ってもらえて、達成感がありました。また、当日参加した子のお母さんが、松崎商店で開いているワークショップに来てくれて「来月友人を連れてきたいです」って言うてくれてまたしびれました。

山崎 空き家の開拓が地域の人の開拓につながっていく感覚がありますよね。

2026年の目標を教えてください

天沼 就任してから地域の人に顔を知ってもらう機会は幾度とありました。が、お互いを理解するまでは至ってないと感じています。なのでもっといろんな人に会って作業や会話する時間を増やしていきたいですね。とにかくこの1年は2年目、3年目につながるようにながむしやらに人と関わりたいたいなと思っています。

栗原 さとぶろ。っていい意味で緩く、自由に楽しむ集まりなんです。でもやっぱり里山整備とか森林整備って聞くとすごい堅苦しく聞こえませんか。だから今年はさとぶろ。の存在を知ってもらいたいイベントを開きたいと2人で考えています。例えば、里山運動会、里山盆踊り、里山夏祭りなどができたらなと思っています。そして、プライベートも活動も楽しんだ上で、四季折々のさとぶろ。の活動の楽しさや安曇野の暮らしの魅力をもっと発信していきたいです。

松尾 3年目に入る年なので、今までやってきたことを事業として落とし込んで定住できるようにする仕上げの期間だと思っています。今までやってきた空き家の掘り起こしに取り組みつつ、「松崎商店を中心に街が明るくなるよ」っていうのを見てもらいそして、皆

実際に住んでみて安曇野はどうですか

瀬戸 地域で自然な人間関係が築けたことが一番良かったと感じています。スーパ―や道端で気軽に声をかけ合える関係性ができたことは、この活動を通じて得られた大きな財産だと思っています。これは「IC」での海外経験を通して培った「無理に構えず、人と自然体で関わる姿勢」が生きているのかもしれない。

山崎 地域を盛り上げたいという人が多く、キラキラしながら地域がどう変わっていくってほしいと話せる人が多いと感じています。そういう思いに頑張っけて寄り添いたいなと思っているうちに、明科愛がもっともっと大きくなってきています。

松尾 朝起きてから寝るまでこの空間にいられるっていうところが一番。日々刻々と変わるこの景色が気に入っています。



さんの気持ちを動かすいろんなアクションも継続してやっていきたいなと思っています。

瀬戸 私も最終年に入るので、これまでの活動をまとめつつ、任期終了後も明科に住み続けたいです。もちろん任期終了後の仕事のことも考えなければなりませんが、景色や自然だけでなく、顔見知りの人がいて、お互いを知っている環境で暮らしていくことが、自分にとって一番の幸せだと感じています。



山崎 本年は、まず2月末に協力隊の活動報告会があるのでぜひ皆さんにきてほしいです。瀬戸さんと私が明科活性化担当として活動してきた集大成としてアウトドアを絡めたイベントも現在企画しています。私は、地域が盛り上がりつついていくポイントは「食べる」「泊まる」「体験」「景観」「買う」の5つだと思っています。そういうポイントを地域と関わりながら作ることを考える3年目にしていきます。

SNSで活動を発信中



明科地域の
プロモーション



さとぶろ。

- ① 仮装でアップルハロウィンを盛り上げる
- ② 松崎商店前をライトアップ。
- ③ 松崎商店で行ったウォールアートイベント。壁に北アルプスと安曇野の水と地層を表現
- ④ あづみの森であそび隊の活動で子どもたちと竹パン作り
- ⑤ あづみの里山市でイベントを盛り上げる
- ⑥ 婚活イベントの会場で打ち合わせ
- ⑦ 実際に里山に入り体を動かす

