

移住・定住施策について



長野県 伊那市

令和8年7月

目 次

1	伊那市の概要	2
2	移住施策に係る計画について	3
(1)	移住・定住促進プログラム	3
(2)	シティプロモーション戦略	3
(3)	地方創生総合戦略	3
(4)	伊那地域定住自立圏共生ビジョン	3
3	移住・定住施策	4
(1)	施策の概要	4
(2)	いな住まいる補助金	5
(3)	空き家バンク制度	6
(4)	過疎地域定住促進補助金・田舎暮らしモデル地域補助金	9
(5)	田舎暮らしモデル地域	11
(6)	田舎暮らしモデルハウス(短期移住体験施設)	13
(7)	移住体験住宅(中期移住体験施設)	14
(8)	移住希望者向け仮住戸(移住準備の住宅支援)	14
(9)	移住準備住宅	15
(10)	田舎暮らし住宅、若者・子育て向け住宅	15
(11)	子育て住まいる(市営住宅の子育て支援)	15
(12)	伊那市ふるさとワーキングホリデー	16
(13)	伊那市無料職業紹介所	17
(14)	結婚支援	18
(15)	集落支援員	19
(16)	地域おこし協力隊	22
4	情報発信について	25
(1)	移住定住応援サイト『伊那に住む』	25
(2)	プロモーション動画・テレビ番組	26
(3)	雑誌広告	26
(4)	移住セミナー	27
(5)	移住体験ツアー	27
(6)	オンライン移住セミナー・ツアー	28
(7)	SMOUT(スマウト)	29
(8)	移住ガイドブック	30
(9)	伊那MRスクエア	31
(10)	伊那市版メタバース「イナの森」	31
(11)	地域の教科書	32
5	移住施策の効果	33



1 伊那市の概要

伊那市は、平成 18 年 3 月 31 日に伊那市・高遠町・長谷村が合併して新「伊那市」として誕生しました。

長野県の南部に位置し、南東側は南アルプスを境に山梨県と静岡県に接し、西側は中央アルプスを境に木曽地域に接しています。市域は 667.93 k m²で、松本市・長野市に次いで県下 3 番目の面積であり、その市域に、南アルプスと中央アルプスの 2 つのアルプスがそびえています。2 つのアルプスに抱かれた中央部には、標高約 600m の伊那盆地が開け、天竜川や三峰川、その支流を合わせて南下し、扇状地や河岸段丘が形成されており、その上段からは広大なパノラマが展開しています。

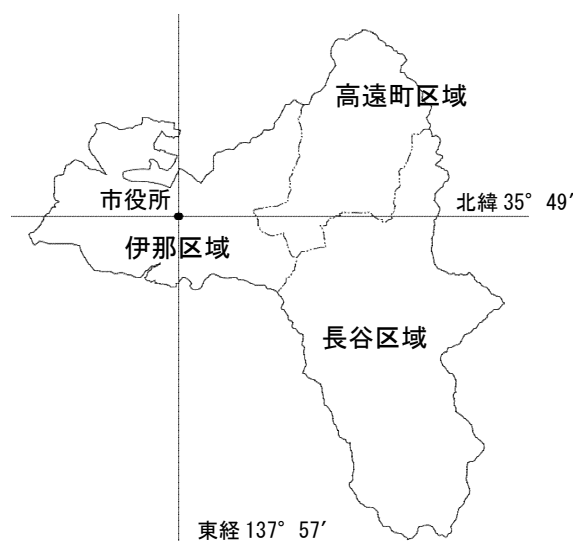
また、東部に南アルプス国立公園・三峰川水系県立公園を、西部に中央アルプス国立公園を有し、自然に恵まれた地域となっています。

気候は内陸的で、年間平均気温が約 12℃、年間の日照時間も長く、冷涼で住みよい環境にあります。

市の交通は、市の中央を J R 飯田線が走り、中央本線・東海道本線に連絡しています。道路では、平成 18 年 2 月に「権兵衛トンネル」が開通した国道 361 号を始め、国道 152 号・153 号及び県道が縦横に走り、東西・南北が結ばれ、交通の要衝となっています。また、西部には中央自動車道が南北に走り、伊那 I C に加え平成 29 年 9 月には小黒川 P A にスマート I C が開通しました。首都圏及び中京圏からもほぼ等距離にあり、位置的にも恵まれた地域です。また、令和 3 年 3 月には市道環状南線も全線開通し、幹線道路間の連絡がさらにスムーズになりました。

近年、食料品・機械器具・電子部品などの製造業が発展し、商業は上伊那地域の中心として成長しています。また、農業は恵まれた広大な農地を利用した伊那米や、野菜・花き・畜産の総合産地としての地位を築いています。

上伊那地域の政治・文化・教育・経済・交通の中心地として、「未来を織りなす 創造と循環のまち」としてさらなる発展をめざしています。



総面積	6 6 7 . 9 3 k m ²
広ぼう	東西 3 7 . 2 k m、南北 4 4 . 7 k m
最高地	3 , 0 5 2 m (塩見岳東峰山頂)
最低地	5 9 0 m (東春近田原)
人口	6 4 , 2 0 3 人
人口密度	1 0 2 . 8 人 / k m ²
世帯数	2 9 , 1 5 8 世帯
市役所への最遠地区	高遠町 藤沢古屋敷 2 0 k m

※人口・世帯：令和 8 年 7 月 1 日現在

2 移住施策に係る計画について

(1) 移住・定住促進プログラム ⇒ 地方創生総合戦略へ踏襲

伊那市の人口は、平成 19 年をピークに減少に転じ、国立社会保障・人口問題研究所（社人研）における人口推計でも、一層の人口減少が進むものと予想される中、人口減少傾向に歯止めをかけ、効果的で独自性のある施策を戦略的に展開し、住み慣れた地域で安心して暮らせる社会の実現を図ることを目的に策定した。



【概要】

ア 策 定	平成 25 年 10 月
イ 計画期間	前期 平成 26 年度～平成 30 年度 / 後期 令和元年度～令和 5 年度
ウ 目 標	自然動態 1.60 前後(H18～H22 平均)→2.00 (R15) 社会動態 転入促進+転出抑制により、人口推計より年間 120 人の増加
エ 施 策	既存施策の充実+新規重点プロジェクトの展開

(2) シティプロモーション戦略 ⇒ 地方創生総合戦略へ踏襲

伊那市が市内外から選ばれるために、生活のあらゆる場面を想定し、市民や都市住民に対し、多様な媒体を通じて伊那市の魅力を発信することで、「伊那市で暮らしたい」という意識の醸成と行動を促し、定住の地として選ばれる地域に導く。



【概要】

ア 策 定	平成 26 年 11 月
イ 計画期間	平成 27 年度～令和元年度
ウ 目 標	市内 「郷土への誇り」、「愛着心」の向上による定住促進 市外 「知名度」「認知度」「好感度」の向上による移住者の獲得
エ 施 策	情報発信の強化+アクションプランの展開

(3) 地方創生総合戦略

若い世代の就労・結婚・子育ての希望の実現、東京一極集中の是正、地域課題の解決により、住み良い環境を確保して将来にわたって活力ある社会を維持することを目指す。

ア 策 定	平成 27 年 10 月
イ 計画期間	第 1 期：H27～R 元、第 2 期：R2～R6、第 3 期：R7～R11
ウ 目 標	自然動態 1.44(H22)→2.07 (R32) 社会動態 転出超過 (H22:△718 人/年) →転入超過(R32:300 人/年)
エ 施 策	日本を支えるモデル地域構想～持続可能な地域社会の実現～



(4) 伊那地域定住自立圏共生ビジョン

経済や生活の結びつきが強い近隣自治体との連携を深めながら、「伊那地域定住自立圏」の形成を進め、将来にわたり地域住民が安心して暮らせる魅力的な地域づくりを目指す。

ア 策 定	平成 28 年 8 月
イ 計画期間	第 1 期：H28～R2、第 2 期：R3～R7、第 3 期：R8～R12
ウ 市 町 村	伊那市、箕輪町、南箕輪村
エ 主な施策	空き家バンク・子育て支援の連携、行政区域間縦断路線バスの運行等



3 移住・定住施策

(1) 施策の概要

① 移住支援



② 定住支援

しごと	住まい		
職業紹介	空き家バンク	子育て住まいる	新築・増改築
伊那市無料 職業紹介所	家財の搬出・ 清掃経費 最大15万円 (所有者)	市営住宅家賃 2割軽減 19,200円/月～ (子育て世代)	45歳以下 新築・増改築 最大150万円 (過疎・モデル地域)
通勤助成金	成約報奨金 10万円 (所有者)	薪・ペレット ストーブ設置補助	住まいる補助金
片道10Km超 300円/Km 月額上限5,000円 (過疎・モデル地域)	取得・増改築 最大75万円 (45歳以下利用者)	最大 42万円 (設置者) 	45歳以下 住宅新築・購入 最大150万円 (過疎・モデル地域以外)

(2) いな住まいる補助金



① 住宅の新築・取得等

いな
住まいる
補助金

若者世代の住宅の
新築・取得に対して

最大150万円を
補助します！

◇ 市内に新築・建て替え・建売 **25万円**(基本額)

◇ 居住誘導区域内に新築・建て替え・建売 **+25万円**(加 算)

◇ 土地の取得を伴う新築・建て替え・建売 **+50万円**(加 算)

◇ 市内に本店・支店または営業所等がある
業者で建築した新築・建て替え・建売 **+50万円**(加 算)

対象

- 45歳以下の者、45歳以下の配偶者を持つ者
または同居する中学生以下の子を持つ者
- 自治会等に参加し、地域活動に参加する意思が認められること
- 令和7年4月以降に登記が完了している建物を所有している者

内 容	R5	R6	R7	合 計
補助件数	92 件	146 件	166 件	404 件
世帯人数 (うち子ども)	284 人 (101 人)	461 人 (170 人)	518 人 (182 人)	1,263 人 (453 人)

② 宅地分譲補助金

- <補助対象>
- ・ 令和4年4月以降に事業者が開発し分譲された宅地
 - ・ 1区画 150 m²以上で1区画以上の分譲（田舎暮らしモデル地域）
 - ・ 1区画 200 m²以上で3区画以上の分譲（上記地域以外）
- <補助金額> 1区画あたり 300,000 円

内 容	R5	R6	R7	合 計
補助区画数	43 区画	81 区画	66 区画	190 区画

(3) 空き家バンク制度



① 制度の概要

伊那市では、空き家の利活用による移住・定住の促進を目的として「空き家バンク制度」を導入しています。空き家所有者の方（空き家を売りたい・貸したい、もしくはお悩みの方）、空き家を買いたい・借りたい方、まずは、お気軽にご相談ください。

空き家所有者

空き家を売りたい・貸したい人
に行ってください

① 登録申請

空き家バンク制度を利用したい方は、登録申込書等の申請書類を伊那市役所へご提出ください。

③ 物件調査（現地立会）

所有者の方にお立会いいただき、市役所担当者が間取りや家屋の状態の確認および聞き取り、写真撮影を行います。物件調査後、伊那不動産組合へ媒介契約締結の依頼を行います。

④ 媒介契約

伊那不動産組合加盟の担当不動産事業者から連絡が行き、売却価格または家賃等を決定し、媒介契約を結びます。

※増改築
※家財等の搬出・清掃
→空き家バンク登録促進補助金申請
詳しくは裏面を参照ください

農地付き物件の売買について

空き家バンクの登録物件に農地を付属して売りたい場合には、農業委員会に必ず相談をしてください。農地付き物件を購入する場合にも面積や諸条件により、必要な手続きや掛かる期間が変わりますので、農業委員会にご相談ください。

伊那市農業委員会 事務局
0265-78-4111（内線2861・2862）

⑧ 売買・賃貸借契約

→空き家バンク成約報奨金申請
詳しくは裏面を参照ください

空き家バンク

伊那市役所の行うこと

② 申請書類審査

申請書類の内容確認および家屋図面調査等の後、物件調査の日程調整のご連絡をいたします。

③ 物件調査

④ 媒介契約

⑤ 空き家バンク登録 物件情報掲載

媒介契約締結の連絡を受けて、空き家バンク登録が完了します。物件情報が、伊那地域空き家バンクホームページや伊那市移住・定住相談窓口Facebookページに掲載されます。

⑦ 現地案内・交渉

気になる物件があれば、担当不動産事業者に連絡し、必ず物件の見学（内覧）を行った上で売買もしくは賃貸借契約を行ってください。

⑧ 売買・賃貸借契約

空き家バンク

不動産事業者の行うこと

空き家 バンク制度 のご案内

利用希望者

空き家を買いたい・借りたい人
に行ってください

⑥ 物件の閲覧

伊那地域空き家バンクホームページやFacebookページにアクセスし、気になる物件がないか確認してみましょう。情報更新は不定期なので、マメな閲覧がおすすめです。



空き家バンクホームページ



Facebookページ

⑦ 物件の見学

⑧ 売買・賃貸借契約

売買あるいは賃貸借契約の締結と合わせ、空き家バンク利用申込を行います。

→空き家バンク利用促進補助金申請
詳しくは裏面を参照ください

お問い合わせ

伊那市役所 地域創造課

〒396-8617 長野県伊那市新田3050番地

TEL 0265-78-4111（内線 2253）

E-mail jkz@inacity.jp H P https://www.ina-akiyabank.jp

Facebookページ https://www.facebook.com/174akiyabank/

② 補助金の概要



伊那市では、空き家バンク登録物件の増改築工事や家財等の搬出・清掃に利用できる、**空き家所有者向けの補助金制度**と、空き家バンク登録物件を取得した際に利用できる、**利用者向けの補助金制度**があります。それぞれの補助金制度や要件等についてご紹介します。



空き家所有者向けの補助金制度



空き家バンク登録促進補助金

- ① 増改築等にかかる経費の10分の2
(最大 **75万円**) を補助
- ② 家財等の搬出・清掃にかかる経費の
最大 **15万円** までを補助

※申請期限は、空き家バンク登録申請日から3年以内です。
※補助金を受け取った日から、5年以内に当該物件を取り壊したり、担当不動産事業者以外での売買・賃貸契約が成立する等、空き家バンク制度の要件から外れた場合には、補助金を返還していただく場合があります。
※登録促進補助金は、事業開始前後の写真や見積書、領収書等が必要となります。補助金申請をお考えの方は、事業着手前にご相談いただくと安心です。

空き家バンク成約報奨金

- ③ 空き家バンク登録物件の**契約成立後**に
報奨金 **10万円** を支給

※申請が必要です。申請期限は、空き家バンク登録物件の売買又は賃貸の契約後1年以内です。
※成約報奨金は、平成28年4月1日以降に登録された物件に適用されます。



利用者向けの補助金制度



空き家バンク利用促進補助金

- 右の要件のすべてに該当する方の**空き家バンク登録物件の取得**や**増改築**にかかる経費の10分の2
(最大 **75万円**) を補助

※補助金を受け取った日から5年以内に当該物件から住所を有しなくなった場合、補助金を返還していただく場合があります。

※取得の場合は、取得から2年以内、増改築の場合は、事業着手前を原則とし、特別な事情があるときは、取得から3年以内を期限とします。

【要件】

- 1 空き家バンクに登録された物件を取得した者
- 2 当該物件に住所を有し、定住する意思が認められること
- 3 物件の所有権を有する者が15歳以上45歳以下の者、又は15歳以上45歳以下の配偶者を持つ者、又は同居する中学生以下の子を持つ者
- 4 自治会に加入し、地域活動に参加する意思が認められること

③ 伊那地域空き家バンク

伊那市・箕輪町・南箕輪村では、空き家の有効活用を通して、都市住民等との交流の拡大と移住・定住促進による地域の活性化を図るため「空き家バンク制度」を運営しています。



伊那地域空き家バンクホームページ（伊那地域定住自立圏：伊那市・箕輪町・南箕輪村）

伊那市・箕輪町・南箕輪村に
空き家・空き店舗をお持ちの方

参加費無料！

空き家の総合相談会

令和8年2月22日（日）午後1時～午後4時

相続・権利関係

売却・賃貸

片付け・解体

リフォーム

空き家になってしばらく経つけど売れるの？
相続登記ってどうすればいいの？
解体したほうがいいの？そのまま売ったほうがいいの？
住居のないお店だけでも貸せるの？
片付けていくらくらいかかるの？

補助金ってあるの？
古い家だけ直して貸せる？
金額はどれくらいかかるの？

相談 不動産 解体・片付け リフォーム

の専門業者が疑問にお答えします！！

☞ 空き家の総合相談会
年2回開催
(8月・2月頃)

☞ 伊那の空き家
まちづくりセミナー
(R7.1.26開催)

空き家対策モデル事業（国土交通省）
空き家スゴロク@カルタで学ぶ

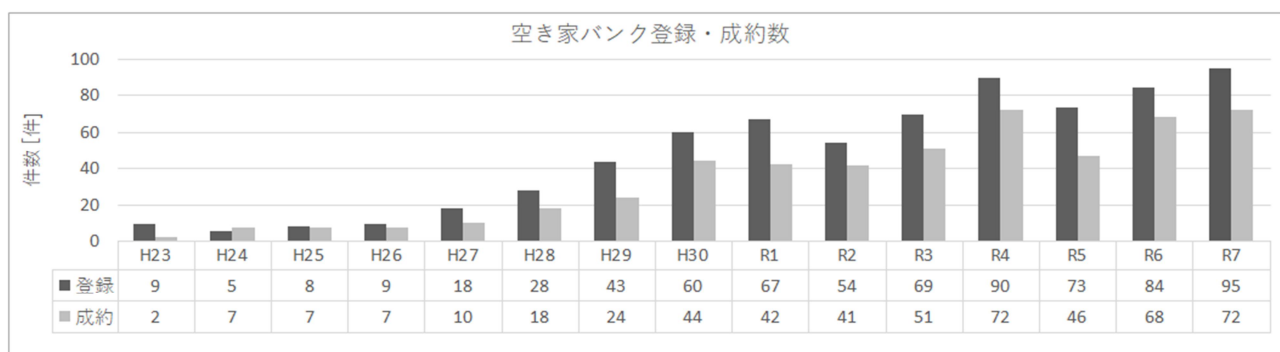
私たちのまち、伊那の空き家まちづくりセミナー

2025年1月26日（日）

時間：13:00～17:15（受付開始：12:30）
第一講：空き家対策 第二講：空き家スゴロク@カルタで学ぶ
13:00～17:15 会場：伊那市創造館 参加費：無料（定員：100名）

お申し込みはこちら
伊那市創造館 企画課 伊那市創造館 企画課

☞ 空き家スゴロク
空き家カルタ



(4) 過疎地域定住促進補助金・田舎暮らしモデル地域補助金

① 過疎地域（高遠町区域、長谷区域）

伊那市過疎地域定住促進補助金

伊那市では、高遠町・長谷区域への、若者の定住等を促進し地域の活性化を図るため、伊那市過疎地域定住促進補助金等交付要綱に基づいて、予算の範囲内で次の補助金を交付しています。

【若者等(15歳以上45歳以下)を対象とする補助金】

- ◆住宅新築等補助金
若者等、若者等を配偶者を持つ者又は同居する中学生以下の子を持つ者が、定住のため対象地域に住宅の新築又は増改築を行う場合、その経費の10分の2以内で補助金を交付します。
- ◆空き家取得等補助金
若者等、若者等を配偶者を持つ者又は同居する中学生以下の子を持つ者が、定住のため対象地域の空き家の取得又は増改築を行う場合、その経費の10分の2以内で補助金を交付します。
- ◆定住助成金
若者等又は45歳以下の者を含む世帯の代表者で、Iターン又はUターンした者が、対象地域に住所を移し1年を経過した場合に対象となります。
- ◆通勤助成金
高遠町区域のうち三義地区及び長谷区域に居住する若者等が、高遠町・長谷区域以外の事業所に通勤し、通勤距離が片道10キロメートルを超える場合に対象となります。

【その他の補助金】

- ◆出産祝金
伊那市役所保健福祉部子育て支援課、高遠町総合支所市民福祉課、長谷総合支所市民福祉課のいずれかへお問い合わせください。
- ◆廃屋取壊し事業補助金
対象地域の廃屋の所有者が、廃屋を取り壊す事業に要する経費の10分の1以内を補助します。（廃屋とは、現に居住者がいない荒廃した住宅をいいます。）
- ◆高等学校遠距離通学費補助金
対象地域内に住所を有し、高遠高校以外の高校に通学する生徒の保護者に対し、通学費の一部を補助します。




② 田舎暮らしモデル地域（新山地区、長谷溝口区、伊那西地区、手良地区）

田舎暮らしモデル地域補助金のご案内

伊那市では、移住・定住を促進し地域の活性化を図るため、移住・定住対策に積極的に取り組んでいる地域を「伊那市田舎暮らしモデル地域」に指定しています。現在4地域を指定し、移住・定住に対して補助金などを交付しています。



住宅の新築、改修、
空き家の購入に

最大 150万円補助

〈対象者〉 世帯主か配偶者が45才以下又は中学生以下のお子さんのいる方
〈補助内容〉 事業経費の10分の2以内

＜田舎暮らしモデル地域＞ 令和6年7月1日現在

- 新山地区（新山定住促進協議会）
- 長谷溝口区（溝口未来プロジェクト）
- 伊那西地区（伊那西地区を考える会）
- 手良地区（手良地区活性化促進会議）

出産祝い金を
第1子から支給

伊那市内全域に拡充

第1子 **3万円**

第2子 **5万円**

第3子 **7万円**

第4子 **10万円**

〈対象〉 出生時に住所があり、定住する
意思が認められる方

移住 or Uターン後の
1年間定住で

1世帯最大 15万円助成

子ども1人につき2万円加算

〈対象〉 世帯主か配偶者が45才以下又は中学生以下のお子さんがある方
〈補助内容〉 1世帯15万円（Uターン世帯10万円）
単身者7万円（Uターン5万円）

片道11キロ以上の通勤に

最大 6万円助成

〈対象者〉 45才以下で、年間を通じて月の通勤日数が11日以上の方
〈補助内容〉 1月5,000円を限度



区分	交付対象者(全てに該当する者に限る。)	対象事業及び交付額
住宅新築等補助金	(1) 若者等又は若者等を配偶者に持つ者並びに中学生以下の子を持つ者 (2) 対象地域において住宅の新築又は増改築を行い、かつ、対象地域に住所を有し、定住する意思が認められること。 (3) 自治会に加入し、地域活動に参加する意思が認められること。 (4) 新築又は増改築を行う住宅の所有権を有すること。	対象地域の住宅の新築又は増改築のいずれかを行う事業に要する経費の10分の2以内(上限150万円)
空き家取得等補助金	(1) 若者等又は若者等を配偶者に持つ者並びに中学生以下の子を持つ者 (2) 対象地域の空き家の取得又は増改築を行った後、当該住宅に住所を有し、定住する意思が認められること。 (3) 自治会に加入し、地域活動に参加する意思が認められること。 (4) 取得又は増改築を行う住宅の所有権を有すること。ただし、増改築の場合は、賃借権又は使用借権を有する者を含むものとする。	対象地域の空き家の取得又は増改築のいずれかを行う事業に要する経費の10分の2以内(上限150万円)
定住助成金	(1) 若者等又は45歳以下の者を含む世帯の代表者 (2) IターンまたはUターンをした者が、対象地域に住所を有した後、1年を経過しており定住の意思が認められること。 (3) 自治会に加入し、地域活動に参加する意思が認められること。 (4) この助成金又は、同種の助成金の交付を受けていないこと。	(1) 1世帯につき15万円(Uターン世帯は10万円) (2) 中学生以下の子ども1人につき2万円を加算 (3) 単身世帯又は単身者は7万円(Uターンした単身世帯又は単身者は5万円)
通勤助成金	(1) 対象地域のうち高遠町三義地区、長谷区域及び田舎暮らしモデル地域に住所を有し、定住する意思が認められる若者等 (2) 高遠町・長谷区域及び田舎暮らしモデル地域以外の事業所等に就職し、通勤距離が片道10キロメートルを超えていること。 (3) 4月から翌年3月までの1年間を通じ、継続して通勤すること。	片道10kmを超える1km(1km未満の端数は切り捨て)につき、月額300円(1月につき上限5,000円)
出産祝金	子どもの出生時に対象地域に住所を有し、定住する意思がある保護者 ※令和5年度から市内全域に拡大	第1子3万円、第2子5万円、第3子7万円、第4子以降1人につき10万円
廃屋取壊し事業補助金	対象地域の廃屋の所有者	対象地域の廃屋を取壊す事業に要する経費の10分の1以内(上限10万円)

※若者等：15歳以上45歳以下の者

(5) 田舎暮らしモデル地域



○目 的

移住・定住の促進を図るため、その受け皿として高い意欲を有する地域を「田舎暮らしモデル地域」として指定し、地域、行政、民間事業者などの協働により、移住者に対する受入体制の整備や生活基盤の確立に向けた支援を行う。

○対象区域

人口減少及び過疎化の進行が見られ、移住・定住対策に積極的に取り組んでいる区域で、区の単位を原則とし、複数区にまたがる場合は、各区長を構成員に含む協議組織が設置されていること。

○指定要件

- (1) 区又は協議組織の承認が得られていること。
- (2) 移住者からの様々な相談に応じ、助言や指導及び協力ができる人材がいること。
- (3) 地域活動において地域住民及び移住者がともに活動できる体制が整備されていること。
- (4) 地域住民自らの企画・運営により、都市との交流を目的とした事業や地域課題の解決に向けた事業を実施する意思があること。

○移住者の役割

- (1) 積極的に地域活動に参画し、地域貢献を行うこと。
- (2) 自らの田舎暮らしに係る情報を発信すること。

○地域住民の役割

- (1) 移住者の積極的な受入れを図ること。
- (2) 都市住民との交流促進や地域課題の解決を図ること。

○指定期間

10 年間（延長する場合あり）

○指定地域

【新山地区】	240 世帯	621 人（平成 27 年 4 月 1 日～令和 12 年 3 月 31 日）※R7 延長 H28 に長野県移住モデル地域に指定（R2 更新）
【長谷溝口区】	150 世帯	383 人（平成 28 年 4 月 1 日～令和 13 年 3 月 31 日）※R8 延長
【伊那西地区】	460 世帯	1,114 人（令和 3 年 7 月 1 日～令和 13 年 3 月 31 日）
【手良地区】	815 世帯	2,017 人（令和 6 年 7 月 1 日～令和 16 年 3 月 31 日）

※世帯数・人口は指定当時の数値

○支援策

【住民】（過疎地域と同率・同額）※出産祝い金以外は若者等が対象

- ・住宅新築増改築補助金 最大 150 万円（事業費の 10 分の 2 以内）
- ・住宅取得補助金 最大 150 万円（事業費の 10 分の 2 以内）
- ・定住助成金 1 世帯 10～15 万円＋2 万円×中学生以下（単身 5～7 万円）
- ・通勤助成金 1 月あたり 10 km 超 300 円/km（最大 5,000 円／月）

【団体】

- ・団体等への交付金 50 万円／年

○新山地区（新山定住促進協議会）<https://niiyama.org/>



○長谷溝口区（溝口未来プロジェクト）

<http://blog.livedoor.jp/mizokuchimp/>



○伊那西地区（伊那西地区を考える会）

<https://ina-nishi.com/about/think>



○手良地区（手良地区活性化促進会議）<https://teranosato.jp/>



(6) 田舎暮らしモデルハウス (短期移住体験施設) ※最長 3泊4日、5,000 円／泊 (R8 料金改定)

田舎暮らしモデルハウスは 生活スタイルの変化に対応します。

吹き抜け部分に床板を張り、間仕切を追加することで、お子さんの成長や家族構成の変化など、希望に沿った柔軟な対応が可能です。

▼基本モデルプラン (お試し暮らし施設)

2f

暮らしに必要な基本プランです。(夫婦・子ども1人の家族を想定)

1f

▼子供たちが小さい時期

2f

1f

しだいに物が増え稼動式の収納ユニットを増やし畳も用意しました。

▼子供たちが学校に通う時期

2f

1f

収納ユニットを移動し、ドア・間仕切りユニットを利用して2階に子供室を用意しました。

▼子供たちも独立し、人生の第2ステージへ...

2f

1f

客間を用意し友人を招いたり、ホール・書斎を利用し、田舎暮らしを満喫できます。

田舎暮らしモデル地域

伊那市では、市内への移住・定住の促進を図るため、その受け皿として高い意欲を有する地域を「田舎暮らしモデル地域」として指定しています。

モデルハウスが建っている新山地区は、「田舎暮らしモデル地域」第1号に指定されました。

地域の住民により、結成された「新山定住促進協議会」は、総務部会・子育て応援部会・田舎暮らしサポート部会・住まい整備部会を設け、新山地区での子育てや移住・定住をサポートしています。

お問い合わせ

■お試し暮らしがしたい場合
伊那市役所 企画部 地域創造課
電話：0265-78-4111 (内線：2252, 2253)

■田舎暮らしモデルハウスを建てたい場合
伊那市役所 農林部 50年の森林推進課
電話：0265-78-4111 (内線：2416, 2417)

移住・定住応援サイト「伊那に住む」
<http://www.inacity.jp/iju/>

長野県伊那市
お試し暮らし施設
**田舎暮らし
モデルハウス**

温もりと四季を感じる木の住まい

伊那市

木の香りが心地よく、 窓から見える森の変化で 四季を感じることができます

田舎暮らしモデルハウスは、地域の交流の場として利用するほか、田舎暮らしの機会創出と都市からの移住を促進するため、「お試し暮らし施設」として活用します。

お試し暮らしについて

- 宿泊期間は、原則3泊4日以内
- 利用料は1泊5,000円／1家族(9人まで)
- 寝具、洗面用具、食材などは各自で用意してください。
- 冷蔵庫、洗濯機、IHキッチン、食器類、WiFi等ご利用いただけます。

宿泊できる方

- ①伊那市を移住候補地として検討している方
- ②移住・定住相談窓口などにおいて、事前に移住相談を受けた方または、受ける予定のある方
- ③利用中に、モデルハウスが所在する地域の自治会行事などへ参加する意思がある方
- ④利用中に、モデルハウスを利用した行事に参加できる方

宿泊までの流れ

- ①利用を希望する場合は、電話での仮予約をお願いします。
- ②利用日の10日前までに、利用申込書をご記入のうえ、申込者の住所がわかる書類の写し(運転免許証又は住民票の写し)を添えて郵送にてお申し込みください。
- ③申込書の内容を確認後、決定通知を郵送します。
- ④利用当日は、地域創造課窓口でカギの引渡し及び詳細説明を受けてから利用を開始してください。

宿泊期間中の ●保育園・小学校の見学 ●空き家バンク登録物件の見学 ●就職相談 など、ご不明な点はご相談ください。

利用者の声

●愛知県在住のご家族

とても静かな環境なので、家族でゆっくり移住について話し合う時間が作れました。「住宅を新築して薪ストーブのある暮らしがしたい」と思っているので、利用期間中は、市内の空き土地を見て回り、また、薪ストーブの温もりや薪割りも体験できたので、利用前より生活のイメージが膨らみました。

●埼玉県在住のご夫婦

滞在期間中は、移住相談窓口を訪ねたほか、モデルハウスがある新山地区や移住後に入居予定の住宅周辺を探索しました。開放的なキッチンでは、地元産の新鮮な野菜を使って、楽しく料理ができたことや、さらに地域の方とも知り合うこともできたので、充実した時間を過ごすことができました。

地域材を使用し、 豊かな自然と森林の魅力を感じる居住空間

上伊那木村協同組合や上伊那森林組合がヒノキやアカマツ、スギ等を無駄なく使い分け、木の個性を最大限に活かしています。

薪ストーブ・ペレットストーブのある暮らし

伊那の間伐材で作った薪や木質ペレットで暖をとる。地域の森林資源を地域で消費し循環させることで、環境に優しいエネルギーを生み出すことができます。ゆっくりと燃える薪ストーブの炎は、温もりだけでなく心に安らぎも与えてくれます。

薪ストーブ：SBI ドロレ デコ
株式会社 DLD より寄贈

ペレットストーブ：山本製作所「ほのか」

●モデルハウス仕様
平成27年12月完成
延べ床面積：210坪 79.5㎡ (24.0坪)
敷地面積：713.6㎡ (約215坪)
木材使用量：ヒノキ(生) 4.6㎡
アカマツ 0.9㎡
杉(生) 12.9㎡

(7) 移住体験住宅（中期移住体験施設）

移住・定住の促進及び関係人口の増加による地域活性化を図るため、移住希望者に一定期間伊那市での生活を体験いただく伊那市移住体験住宅を提供します。

- 施設名 移住体験住宅1号・2号（伊那市山寺2545番地9、10）
- 面積 各37.27㎡（1DK）
- 使用料 30,000円（最長29泊30日）※光熱水費込み（R8料金改定）
- 設備 家電、布団、自転車、ケーブルテレビ、Wi-Fi完備
- 特徴 中心市街地まで徒歩10分（市街地循環バスや鉄道の駅にも近く、車がなくても生活可能）



- 施設名 移住体験住宅3号・4号（伊那市高遠町西高遠486番地2）
- 面積 各61.56㎡（3DK）
- 使用料 35,000円（最長29泊30日）※光熱水費込み（R8料金改定）
- 設備 家電、布団、自転車、ケーブルテレビ、Wi-Fi完備
- 特徴 スーパー、コンビニまで徒歩10分（JRバス（高遠駅）も近く便利）
※別途：シーツクリーニング代、灯油代（冬季）



(8) 移住希望者向け仮住戸（移住準備の住宅支援）

伊那市への移住・定住に向けた住まい確保や就職のための第一歩として、市営住宅を移住・定住準備のための仮住宅として6か月間家賃を半額で提供します。（仮住宅入居期間は原則として1年以内）

○主な物件



小原北住宅

（伊那市高遠町小原593番地1）



ハイツ瀬戸

（伊那市高遠町小原999番地1）



中島団地

（伊那市長谷溝口790番地5ほか）

○入居要件

- ・所得要件 前年度の所得が104,001円（1か月あたり）以上の世帯
- ・住所要件 伊那市外に住所を有し、移住後当該地に住所を移せる者
- ・世帯要件 同居する親族がある世帯（世帯主が45歳以下の夫婦又は中学生以下の子がいる世帯）
- ・入居期間 原則1年以内（敷金なし、退去修繕入居者負担（ハウスクリーニング、畳表替え等））
- ・家賃 月額15,000円～20,000円（ハイツ瀬戸は共益費（月額1,000円）別途）
- ・納入時期 前月末日まで
- ・入居要件 地域の自治会に加入し、地域活動に参加できる者
- ・完納証明 前住所地で税などの滞納がない者
- ・保証人 1名（3親等以内の親族、住所は限定しない）

○その他

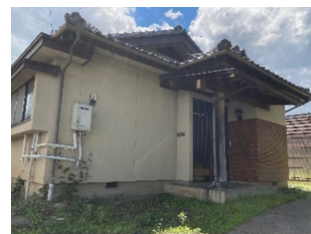
- ・家電などの設置なし
- ・光熱水費は入居者負担
- ・駐車場あり（1台分）
- ・ペット（犬、猫など）飼育不可

(9) 移住準備住宅

伊那市への移住・定住をご検討されている方で、主に伊那小学校・伊那西小学校・長谷小学校への通学を希望する世帯を対象に、移住準備住宅を提供します。

○入居資格

- ・ 住所要件 伊那市外に住所を有し、移住後当該地に住所を移せる者
- ・ 世帯要件 世帯主が 45 歳以下又は配偶者が 45 歳以下若しくは小学生以下の子がいる世帯
- ・ 入居期間 原則 1 年以内（やむを得ない事情等により最長 2 年以内）
- ・ 使用料 ますみヶ丘（A 棟・B 棟）、長谷（E 棟） 月額 15,000 円
山寺（C 棟・D 棟） 月額 20,000 円
- ・ 入居要件 地域の自治会に加入し、地域活動に参加できる者



(10) 田舎暮らし住宅、若者・子育て向け住宅

若い世代や子育て世代向けの住宅を整備し、定住に向けた支援を行っています。



田舎暮らし住宅

- ・ 3 棟
- ・ 2LDK (67 m²)
- ・ 月額 25,000 円
- ・ 原則 2 年以内



若者・子育て 向け住宅

- ・ 1 棟 20 世帯
- ・ 2LDK (60.8 m²)
- ・ 月額 50,000 円

(11) 子育て住まい（市営住宅の子育て支援）

平成 28 年 4 月から、子育て世代の世帯を対象に、高遠町地区及び長谷地区並びに若宮にある市営住宅（中堅所得者層向け住宅）へ入居しやすく入居要件を緩和しました。また、入居後は家賃を軽減し、経済的な支援も行っています。

○入居資格の所得基準額の引き下げ

現在、入居を希望する世帯の人数により所得基準を決めていますが、入居する人数にかかわらず、世帯全員の前年の合計所得が 1,476,000 円を超えていることとします。

対 象 中学生以下のお子さんのいる世帯または入居者と同居者のいずれもが 40 歳未満の世帯

○家賃の軽減

対 象 中学生以下のお子さんのいる世帯

軽 減 額 通常の月額家賃を 2 割軽減

軽減期間 令和 9 年 3 月まで、または末子が中学校を卒業するまでのどちらかの短い期間

○その他

すでに該当する住宅に入居している夫婦のみの世帯にお子さんの出生があった場合も家賃軽減の対象となりますので、異動届を提出してください。（異動届の提出があった翌月から軽減）



(12) 伊那市ふるさとワーキングホリデー

「ふるさとワーキングホリデー」は、総務省がスタートした取組で、期間中に地域で働くことで収入を得るとともに、休日は自由な休暇を過ごすことができる制度です。

伊那市では、一人でも多くの人に伊那を知ってもらい、また実際に足を運んでもらい移住への第一歩につなげることを目的に、令和元年度に市単独事業として「伊那市ふるさとワーキングホリデー」を試行的に実施し、令和3年度から本格的に実施しました。(R2はコロナ禍により未実施)

農林業や観光業などの豊かな自然や観光資源を活かした伊那市らしい「ワーキング」と、伊那市の風土や魅力ある景観、地域住民との交流などを楽しむ「ホリデー」で多くの参加者や受入事業者にご評価いただいています。

○仕事（ワーキング）

自然を活かした農林業（1次産業）、製造・加工業（2次産業）、サービス・接客業（3次産業）など、「伊那市らしい」多種多様な仕事を体験することができます。



○受入期間 2週間～1か月

○費用負担

ワーキングホリデー期間中の宿泊費・レンタカー代・ガソリン代は伊那市が全額補助

※参加者の自己負担は、伊那市までの交通費、滞在期間中の食費・余暇費など

○受入事業者

ワーホリ後の移住やつながりなどの目的を理解してくれる事業者にご協力いただいている。

【農業】

- ①農業法人 らいふ：花き栽培（アルストロメリア、トルコギキョウ）
- ②株式会社 Wakka Agri：輸出米（生産など） ③いいなファーム632：りんご（栽培 など）
- ④羽広いちご生産組合：いちご（栽培 など） ⑤みはらしいちご園：いちご（栽培 など）
- ⑥カモンカシードル醸造所：醸造 など ⑦農業法人 AE ホープ：米、野菜などの栽培
- ⑧中道農園：いちご（栽培 など） ⑨株式会社 苗香屋：いちご（栽培 など）
- ⑩B Base Farm 伊那（ブルーベリー栽培 など）

【林業・木材】

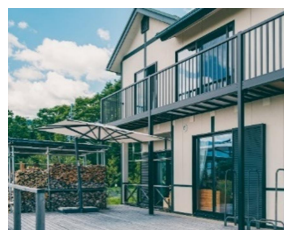
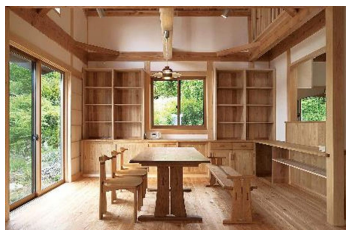
- ①NPO 法人 森の座：森林整備、薪生産販売 など ②盛木材：森林整備、林産加工販売 など
- ③ラーチアンドパイン：地域材販売、森林コンサルタント、貸別荘運営 など
- ④株式会社 有賀製材所：木材製材加工卸、住宅施工、薪販売 など
- ⑤株式会社 ディーエルディー：薪ストーブ販売・施工 など

【サービス業】

- ①赤石商店：ゲストハウス運営 など ②羽広農業公園みはらしファーム：農業公園運営 など
- ③菓子庵 Shimizu：菓子製造 など ④仙流荘：宿泊施設業務補助 など

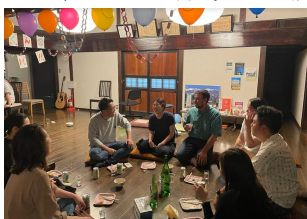
○宿泊施設

「交流・人とのつながり」を重視して、ビジネスホテルなどの宿泊施設ではなく、木のぬくもりあふれるゲストハウスや農家民泊などをご用意し、滞在していただきます。



○休日（ホリデー）

地域の方や他のワーキングホリデーメンバー、事業者との交流によるつながりづくりや、伊那市の風土や魅力ある景観をご満喫いただけるよう、休日の楽しみ方をお手伝いします。



年度	実施回数	受入事業者	応募者	参加者	移住者
R元	1	1	1	1	1
R3	3	2	20	4	1
R4	13	9	39	15	3
R5	10	7	75	19	2
R6	13	8	107	32	6
R7	14	8	212	32	3
合計	54	35	454	103	16

※R2：コロナ禍により未実施

(13) 伊那市無料職業紹介所

伊那市では、令和4年6月から「伊那市無料職業紹介所」を開設しています。

市内事業所の求人活動を応援するとともに、市内で就職を希望する移住・定住者を中心に、市内で求職される皆さんに地元就職を促し「地域密着型」の就労・定住支援に取り組んでいます。

伊那市への移住・定住希望者を中心に、円滑な人材の確保に向けて、求職者と事業所の橋渡しをさせていただきます。



(14) 結婚支援

伊那市は行政が行う結婚相談窓口として「いなし出会いサポートセンター」を設置し、2名の相談員と1名の集落支援員（であいサポーター）を配置し、結婚相談や縁結びの支援をしています。

また、結婚に伴い新たな生活を始める世帯の経済的な不安を軽減し、若い世代の定住促進と少子化対策の強化を図るため、住居費やリフォーム費用、引越費用の一部を支援しています。

さらに、移住婚活を導入し、利用者の多様なニーズに寄り添った支援を行っています。

○ いなし出会いサポートセンター

- 対 象 ・ 伊那市に在住する（住民票がある方）または勤務する 20 歳以上の独身者
・ 市外在住者であっても結婚後、伊那市に定住する意思のある 20 歳以上の独身者
- 登録料 無料
- 開所日時 ・ 毎週 火曜日、木曜日
午前 10 時から午後 4 時まで
・ 毎週 土曜日
午前 9 時から午後 5 時まで
※祝日及び年末年始休業を除く
- 場 所 いなし出会いサポートセンター
(伊那市図書館 1 階)



○ 結婚新生活支援事業

- 対象となる費用
- ・ 住宅取得または建築工事に要した費用
 - ・ 住宅の賃借に要した費用
(賃料、共益費、敷金、礼金、仲介手数料等)
 - ・ 住宅のリフォーム工事に要した費用
 - ・ 引越に要した費用
(引越事業者や運送事業者を支払った費用)

補助額

- ・ 夫婦ともに 29 歳以下の世帯 最大 60 万円
- ・ 夫婦ともに 39 歳以下の世帯 最大 30 万円



内 容	R5	R6	R7	合 計
住宅費用（家賃等）	11 件	14 件	18 件	43 件
リフォーム費用	0 件	1 件	1 件	2 件
引越費用	1 件	1 件	0 件	2 件

○ 移住婚

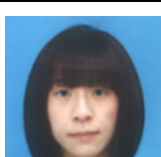
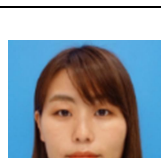
都市部からの移住者を増やし、若い世代の成婚につなげていくことを目的に、令和 6 年度から独身の移住希望者の結婚相談を行う「移住婚」支援を始めました。

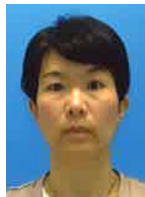
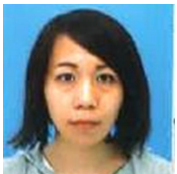
【紹介(相談)数】91 人（R 6 : 38 人、R 7 : 53 人）

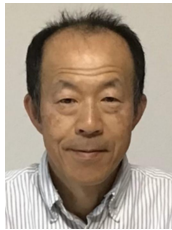
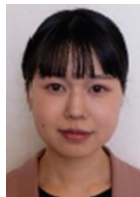
(15) 集落支援員

【 17名 】



ミッション名	業務概要	氏 名	活動内容
交通・物流 コラボレーター (H31. 4. 1～) 企画政策課	新産業技術を活用した交通・物流のボランティアネットワークと物流の仕組づくり	 いとう さゆり 伊藤 小百合	・ドローン物流事業化に関する支援 ・ICTの活用・普及に向けた支援 ・AI 最適運行・自動配車サービス事業化に関する支援 ・新産業技術による集落支援 など
移住・定住 コーディネーター (R4. 4. 1～) 地域創造課	・移住・定住に向けた総合的な相談 ・セミナー・イベント等の開催や情報発信 ・地域おこし協力隊のマネジメント	 ふじい かおり 藤井 香織	・田舎暮らしモデル地域との連携 ・移住・定住相談 ・移住・定住セミナー等の企画、実施 ・地域おこし協力隊員の活動状況把握、協力体制の構築 など
行政サービス 支援員 (R4. 4. 1～) 企画政策課	・モバイル公民館を活用した高齢者や外出機会が少ない方の交流機会の創出 ・地域福祉の増進	 みやした ともみ 宮下 智美	・モバイル公民館開設に向けた調整・企画 ・新産業技術による集落支援 など
長谷地域 農業連携支援員 (R4. 4. 1～) 長谷農林建設課	・長谷地域の農業と直売所、小中学校との連携 ・外部人材の活用による地域振興 ・長谷さんさん協議会の事務局運営	 かすが ゆりえ 春日 友理枝	・長谷地域の農業と直売所、小中学校との連携および外部人材の活用 ・長谷さんさん協議会事務局 ・営農組合と道の駅直売所との連携調整 ・農業関係交付金の申請補助 など
であいサポーター (R6. 4. 1～) 地域創造課	・移住婚の推進による出会いの機会の創出 ・婚活イベント企画運営 ・移住定住の促進や関係人口創出による結婚事業の推進	 ももせ ゆかり 百瀬 由香里	・移住婚の推進 ・オンライン相談等による利用者の利便性向上や窓口機能・支援体制の強化 ・イベント企画運営、情報発信 など
有機給食 コーディネーター (R6. 4. 1～) 農政課	・学校給食へ有機食材を導入するための支援 ・東部地域農業振興センター支援 ・中山間地農業推進対策支援	 みやけ のどか 三宅 のどか	・学校給食への有機食材導入にあたっての関連団体との連携、調整 ・東部地域農業振興センター支援 など

ミッション名	業務概要	氏 名	活動内容
多文化共生推進 コーディネーター (R6. 4. 1～) 地域創造課	・日本語教室の充実 ・外国人コミュニティと地域住民との連携 ・外国人住民との交流の場の創出	 うと な ん しーり さ 宇戸ナンシー理沙	・ボランティアによる日本語教室との連携、協力 ・災害発生時の支援方法の検討 ・ホームページや情報発信サイト、SNS等を活用した情報発信 など
新しいまちづくり コーディネーター (R6. 7. 1～) 地域創造課	・活動団体、市民等との連携による新しいまちづくりの推進 ・まちづくりに関連したイベントの開催・支援	 まさかね りょうこ 政 金 僚 子	・新しいまちづくりに関する多様な意見の集約 ・まちづくりに関連したイベントの開催、支援 ・まちづくり関連事業との連携 など
フィンランド 森と学び コーディネーター (R6. 9. 1～) 地域創造課	・フィンランド関係機関と市活動団体等の連携推進 ・産学官民の協業発掘、連携可能性創出及び具現化に向けた支援	 ひらかわ まなみ 平 川 真奈美	・フィンランド関係機関と市活動団体等における連携の推進 ・多様な意見の集約や整理 ・英語通訳 ・各種事業等との共創や連携 ・イベントの開催 など
自治会 コーディネーター (R7. 4. 1～) 地域創造課	・自治会のあり方を再確認 ・役職の統廃合 ・組織再編及び持続可能な組織づくり	 はしづめ ひろお 橋 爪 洋 郎	・自治会組織・役員の在り方、困りごとなどの現状把握 ・地域の特性に応じた自治会の困りごとを洗い出し、地域住民と協働して持続可能な自治会運営の支援 など
シェアリング エコノミー コーディネーター (R7. 4. 1～) 地域創造課	・シェアリングエコノミー意識醸成による人、コト、モノなどを活用した地域課題解決や魅力創出のためのリアルな場づくり ・「こころむすび」の活用や普及促進	 おがわ あゆみ 小川 歩	・シェアリングエコノミー意識醸成による多様な場づくり、コミュニティ形成 ・子ども用品や学用品などのシェアリング会開催 ・こころむすびサービス活用や普及促進 など
デジタル シティズンシップ 教育 (R7. 4. 1～) 教育環境整備課	ICT 活用による社会幸福実現を目指す概念であるデジタルシティズンシップ教育の推進	 あさり ふみ 浅利 芙美	・教職員や生徒のリテラシー向上支援 ・保護者や地域全体のリテラシー向上 ・地域や学年等に応じた個別サポート ・伊那市オリジナル教材の資産化 など

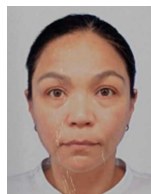
ミッション名	業務概要	氏 名	活動内容
教育移住支援員 (R7. 5. 15～) 学校教育課	・教育移住に対応するための学校・保育園見学や相談体制の充実 ・学校や地域との連携・支援	 からさわ しげる 唐 澤 茂	・小学校の見学、相談の対応 ・教育のマッチングやフォロー ・小学校の最新情報の発信 ・学校や地域との連携 など
空き家 コーディネーター (R8. 4. 1～) 地域創造課	・空き家バンクの推進や制度の充実に向けた検討 ・空き家の利活用に向けた情報発信、事業者等との連携事業の検討	 こうの じゅんのすけ 河野 純之助	・空き家バンクの推進や制度の充実に向けた検討 ・空き家の利活用に向けた出前講座や情報発信、事業者等との連携事業の検討など
移住・定住 コーディネーター (R8. 4. 1～) 地域創造課	・移住定住相談、セミナー・ツアー等の企画・運営 ・移住前から移住後まで一環した支援 ・移住者アンケートの実施 ・地域おこし協力隊コーディネート	 からさわ なおき 唐 澤 直樹	・移住定住相談、セミナー・ツアー等の企画・運営、情報発信 ・移住前から移住後まで一環した支援 ・移住者アンケートの実施 ・地域おこし協力隊コーディネートなど
つながり人口 クリエイター (R8. 4. 1～) 地域創造課	・ふるさとワーキングホリデー受入事業者拡充による事業のブラッシュアップ ・大学等との連携によるフィールドワークの企画	 かとう あやこ 加藤 綾子	・ふるさとワーキングホリデー受入事業者拡充による事業のブラッシュアップ ・大学等との連携によるフィールドワークの企画 など
関係人口 創出デザイナー (R8. 4. 1～) 地域創造課	・I VMOを活用した交流人口・関係人口の創出や伊那市らしい体験機会の提供 ・既存の交流人口・関係人口の基盤を活用したデジタルチケット等の活用促進	 あさおか あるは 朝 岡 有葉	・I VMOを活用した交流人口・関係人口の創出や伊那市らしい体験機会の提供 ・既存の交流人口・関係人口の基盤を活用したデジタルチケット等の活用促進など



(16) 地域おこし協力隊

【 20 名 】 ※令和 8 年 3 月末までに卒隊した 38 名のうち 26 名が定住

ミッション名	業務概要	氏 名	主な活動内容
伊那から減らそう CO ₂ !! 促進 【市内全域】 (R5. 4. 1～) 生活環境課	市民に向けた脱炭素の取組促進や、二酸化炭素排出削減に向けた情報発信	 はやし ようこ 林 耀子	・中小企業を中心に事業者の脱炭素の取組促進 ・市民に向けた脱炭素の取り組み促進 ・二酸化炭素排出削減に向けた各種情報発信
Inadani sees 森のインキュベーター 【市内全域】 (R5. 9. 1～) 50 年の森林推進課	・Inadani sees の企画・運営 ・起業支援サポート ・企業精神を育てるイベントの企画・運営	 つかだ りな 塚田 里菜	・Inadani sees の企画・運営や起業支援サポート ・地域の林業、木材産業の振興、人材育成 ・林業、木材産業と福祉分野等異業種とのマッチング
みはらしファーム活性化プロジェクト 【西箕輪】 (R6. 4. 1～) 農政課	・みはらしファームの運営管理やイベント企画 ・はびろ農業公園管理組合構成団体との連携	 ももい やえ 桃井 八重	・みはらしファーム全体の運営管理 ・企画・営業（インバウンド誘致）、イベントの主催と運営管理 ・はびろ農業公園管理組合構成団体との連携
高遠石工まちづくり 研究員 【市内全域】 (R6. 4. 1～) 観光課	・高遠石工研究センターの広報 ・高遠石工等を活用した経済効果を高める取組	 やまもと ゆうすけ 山本 祐介	・高遠石工に関する広報情報の整備等 ・高遠石工等やその石造物を活用した経済効果を高める取組 ・市等の高遠石工事業支援 など
未来の教育 コーディネーター 【市内全域】 (R6. 4. 1～) 学校教育課	・フィンランド教育の研究や学べる機会の創出 ・フィンランドの教員や子どもとの交流の場の創出	 やまもと かざね 山本 風音	・森と学びの実践 ・子どもの学びをより豊かにするためのフィンランド教育の研究 ・フィンランドの子どもたちとの交流の場の創出 など
信州そばNo.1 プロジェクト 【市内全域】 (R6. 4. 1～) 観光課	・信州そばNo.1 プロジェクトの推進 ・団体等との連携を深めたそばの普及活動・情報発信	 しもだいら あやか 下平 彩楓	・「信州そば No.1 プロジェクト」の取組を踏まえて、地域事業者や団体との連携及びプロジェクトの推進 ・教育機関における探究学習（活動）と協働した地域の人材育成
南アルプス北部 登山道保全プロジェクト 【南アルプス北部】 (R6. 4. 1～) 南アルプス課	・南アルプス北部の登山道整備 ・自然保護活動へのマインド・ノウハウの継承 など	 ひらの りょう 平野 僚	・南アルプス北部の登山道整備、自然保護活動へのマインド・ノウハウの継承 ・登山者参加型の登山道整備イベント企画・実施等による啓発活動 など

ミッション名	業務概要	氏 名	主な活動内容
南アルプス山と人の コミュニケーター 【高遠町・長谷】 (R6. 4. 1～) 南アルプス課	・南アルプス山麓や山里の情報発信 ・地域住民との協働によるイベント等の運営	 のだ なおこ 野田 直子	・南アルプスの情報発信 ・南アルプスの恵みを体験できるプログラムの企画・運営 ・南アルプス関係の展示案内施設を使った企画展 など
農家民泊プランナー 【市内全域】 (R7. 4. 1～) 観光課	・体験型教育旅行事業のPRや受入 ・受入農家間の交流促進や開業支援 ・農業体験等のプランの企画・実施	 さとう すみこ 佐藤 純子	・新規農家民泊事業者の掘起こし・支援 ・体験型教育旅行事業のPR等 ・伊那民泊協議会における受入農家間の交流促進サポート ・一般向けの農家民泊個人利用プランなどの企画・実施 など
伊那谷FC魅力発信 コーディネーター 【市内全域】 R7. 4. 1～ (観光課)	・ロケ地誘致や受入に関する全般業務 ・フィルムコミッション事業、シティブロモーション事業	 あべ まりか 安部 まりか	・ロケ地誘致、受入業務 ・フィルム制作会社等と下見及び打合・ロケ現場立会 ・エキストラ及び撮影支援スタッフの登録、管理 など
高遠エコツーリズム コンダクター 【高遠町】 R7. 4. 1～ (高遠商工観光課)	・高遠観光コンテンツの充実 ・体験型観光ツアー等による滞在型・通年観光の実現	 さかの しほり 坂野 志穂梨	・体験型観光コンテンツの開発とツアー企画の試行 ・空き店舗を活用した定期的なマルシェ等の開催 ・旧中村家住宅の利活用 など
スポーツ文化芸術 振興コーディネーター 【市内全域】 R7. 4. 1～ (学校教育課)	・中学校部活動の地域移行の推進 ・地域活性や運動機会の創出	 うみの みう 海野 未羽	・指導者人材バンクの充実 ・中学校部活動の受入可能な地域クラブ設立・運営支援 ・一般社団法人伊那市総合型地域スポーツクラブとの連携 など
森林（もり）の マッチング コーディネーター 【市内全域】 R7. 4. 1～ (50年の森林推進課)	森林整備・保全活動等を検討している企業や自治体等と市内の森林のマッチングによる森林整備の推進	 やない まゆみ 柳井 麻友美	・活動の場として提供可能な森林（主に公有林）の整理 ・企業や自治体等からの問合せへの対応 ・企業や自治体等への提案 ・マッチング後の支援 など
森の学び推進 コーディネーター 【市内全域】 R7. 6. 1～ (生涯学習課)	・森を活用した実践プログラムの策定 ・森を活用した多世代の交流や、生涯学習の推進	 ときわ みのり 常盤 みのり	・森を活用した実践プログラムの策定 ・森を活用した学びによる多世代の交流や生涯学習の推進 ・森で活動する個人や団体等をつなぐ仕組みづくり など

ミッション名	業務概要	氏 名	主な活動内容
子どもの学び応援 ～IT インフラ整備～ 【市内全域】 R7. 6. 1～ (教育環境整備課)	・ GIGA スクール構想における校内 ICT 環境向上支援等 ・ の情報機器・ネットワーク人材の育成	 まえだ せいや 前田 清也	・ GIGA スクール構想における校内 ICT 環境向上のための支援と人材教育 ・ 地域の情報機器・ネットワーク人材の育成 など
子どもの学び応援 ～情報リテラシー～ 【市内全域】 R7. 6. 1～ (教育環境整備課)	・ 探究・先進的な情報活用能力の強化等 ・ 地域伝統文化等の魅力を ICT を活用した学びへの転化	 ゆあさ はるな 湯浅 春奈	・ 探究・先進的な情報活用能力の強化、情報活用スキル及び学力向上 ・ 地域伝統文化等の魅力を ICT を活用した学びに転化する取組 ・ 学校業務DX推進 など
長谷くらし応援隊 【長谷】 R7. 6. 1～ (地域創造課)	・ 移住検討者と地域をつなぐ機会創出 ・ 空き家の掘り起こしやマッチング ・ 地域連携による地域活性化の推進	 てづか ほたる 手塚 ほたる	・ 地域の魅力発信を通じた移住検討者と地域をつなぐ機会の創出 ・ 空き家の掘り起こしやマッチングに向けた検討 ・ 地域連携イベント等の開催による地域活性化の推進 など
アウトドア アクティビティ プロジェクト 【市内全域】 R8. 4. 1～ (観光課)	・ 横山バイクパークでのイベント企画やコース設定 ・ 冬季のアクティビティの研究によるオールシーズン化	 まき ゆういちろう 牧 勇 一 郎	・ 横山バイクパークでのイベント企画やコース設定 ・ 自転車によるアクティビティ関係者との交流、協力体制の構築 ・ 冬季のアクティビティの研究によるオールシーズン化 など
中央アルプス・里山の 魅力 再「はっ!!」見 【中央アルプス登山道 ・ 西山エリア】 R8. 4. 1～ (観光課)	・ 地域活動団体と協働による中央アルプス登山道の整備や避難小屋の管理 ・ 西山エリアの里山登山ルート of 保全	 きむら あい 木村 愛	・ 地域活動団体と協働による中央アルプス登山道の整備や避難小屋の管理 ・ 西山エリアの里山登山ルート of 保全 ・ 南アルプス北部登山道保全プロジェクトとの協働 など
田舎暮らしモデル地域 サポーター 【田舎暮らし モデル地域】 R8. 4. 1～ (地域創造課)	・ 地域内の市有施設の活用策の検討と実施 ・ 田舎暮らしモデル地域情報のワンストッププラットフォームの整備	 やまぐち 山 口 あゆみ	・ 地域内の市有施設の活用策の検討等 ・ 活動団体とのイベントの企画と実施 ・ ワンストップで田舎暮らしモデル地域の情報を得ることができるプラットフォームの整備 など

4 情報発信について

(1) 移住定住応援サイト『伊那に住む』

移住定住応援サイト
伊那に住む

伊那を知る 暮らす 子育て はたらく 移住の支援 みんなの声

長野県一の子育てサポート



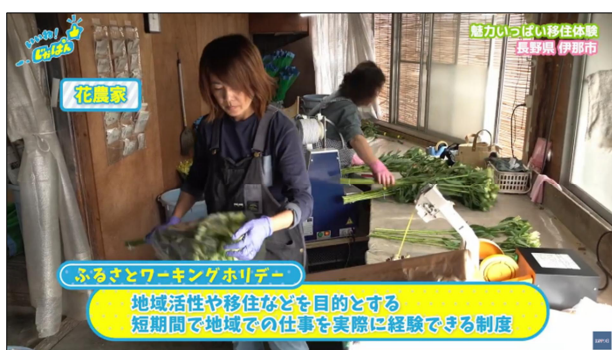
(2) プロモーション動画・テレビ番組

○プロモーション動画

【伊那市移住 PR 動画】 田舎で暮らそう ～移住の先に見えるもの～



○テレビ東京「いいね！じゃぱん」



○テレビ東京「地域にエール！まちカケル」



○TBSテレビ「がっちりマンデー!!」

“お試し移住”



○日本テレビ「世界一受けたい授業」

“人気移住地市町村ランキング”



(3) 雑誌・広告



↑わお！マップ



m
o
v
e
s
←

(4) 移住セミナー

目的：市の魅力発信及び市内で開催する移住体験ツアーへの誘導

○国・県・上伊那広域連合・民間団体等との連携



フェア・セミナーの様子

○市単独セミナー



(5) 移住体験ツアー



(6) オンライン移住セミナー・ツアー

【信州伊那谷×教育移住】学校見学オンラインツアーVOL.1

通知表のない小学校で 育つ子どもたち

オンラインセミナー
自然豊かな環境で
子どもをのびのびと育てたい
そんなあなたに

校長先生と
森のムササビを作ろう

伊那西小学校 親子で楽しむ
オンライン学校見学 & 自由研究

2021年8月26日 木曜日
13:50~15:40
限定10組 zoom開催

@Zoom Meeting

地域おこし協力隊と語る夜

～伊那市地域おこし協力隊に興味のあるあなたに～

12/23 (木) 19:00~21:00
時間内の途中入室OK、ブレイクアウトルームで隊員と直接お話しします！

ほんとうの自然を体験したきみは
どんな夢を思い、未来を描くだろう。

2021/12/21
10:00~11:30

山を駆けて創造力を伸ばす子どもたち

長野県 伊那市立高遠第2・第3保育園 高遠北小学校 オンライン・見学ツアー Vol.3

ABOUT
【信州伊那谷×教育移住】がテーマのオンラインツアー

○ 伊那市の取組が「農業白書」に掲載

(事例) オンラインでの交流、移住相談会を実施(長野県、群馬県)

新型コロナウイルス感染症の拡大に伴い、Web 会議システム等のオンラインを活用した地方と都市との交流や移住相談会が行われています。

長野県伊那市では、令和 2(2020)年 8 月に、保育園や小学校の見学等を予定していた移住希望者等に向けて、オンラインで伊那市内を巡るツアーを開催しました。第 1 回目のツアーでは、市役所の職員と小学生等が、総合学習に力を入れている小学校や、県外からの移住者を訪問し、その様子を Web 会議システムを通じてライブ中継しました。

この取組には 300 人以上の移住希望者が集まり、オンライン上でも活発な質疑応答が行われるなど好評だったことから、以降も定期開催し、令和 2(2020)年度末時点で、計 4 回のオンライン体験ツアーを行い、これまでに 6 世帯が移住しました。

また、群馬県では以前から県庁の窓口や都内で開催する移住相談イベント等を通じて、県内への移住希望者の相談に対応してきました。令和 2(2020)年度はオンラインを通じた移住相談会を 19 回開催しましたが、移住相談者が移住を検討する理由として、以前は田舎暮らしに憧れた事例が多かったものの、新型コロナウイルス感染症拡大後は、「安全・安心」を求めて、移住を検討する者が多くなっています。

県が把握している限りでは、令和 2(2020)年度末時点で、44 組 85 人が勤務先への通勤が可能な市部を中心に移住しています。



保育園等を紹介する
オンライン体験ツアー

資料：伊那市

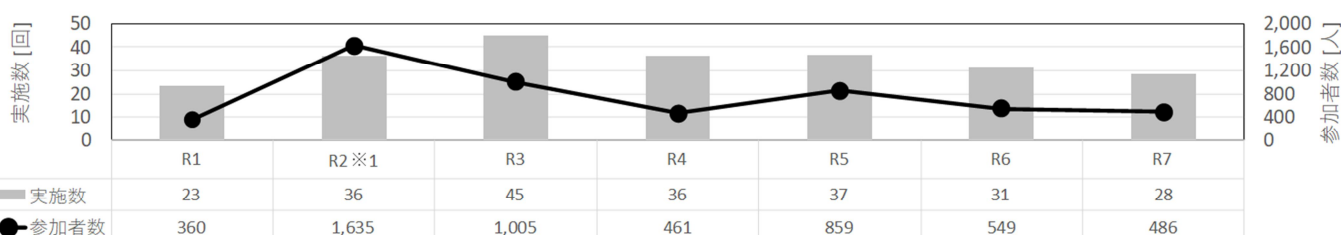


オンライン移住相談会の様子

資料：群馬県

移住セミナー・イベント実施数

※1：R2はコロナの影響によりオンラインのみで実施



(7) SMOUT (スマウト)



【SMOUT 移住アワード 2022～2024 3年連続 第1位！】

「SMOUT」は、(株)カヤック(本社：神奈川県鎌倉市、代表取締役 CEO：柳澤大輔)が運営する移住・関係人口促進のためのマッチングサービス。

地域の人(自治体、事業者、個人など)が、地域に興味のある人を募集し直接スカウトすることができる「スカウト型」の機能が特徴的な情報サイト。

本市ではコロナ禍以降、地域の魅力発信や移住・定住の情報発信の柱として、このサイトを活用し、オンライン相談やセミナー、体験ツアー、地域おこし協力隊の募集など幅広く活用している。

本市を含む国内外の1,186地域が登録し、約90,000人のユーザーが利用。

移住希望者や田舎暮らし検討者等の間では、広く知られた情報サイトとなっている。

【2025年度 総合結果発表】一般ユーザーからの「興味ある」数を集めた人気移住地域ランキング『SMOUT 移住アワード 2025』

1,186地域から選ばれたのは【市区町村部門】1位 石川県加賀市、**2位 長野県伊那市**、3位 長崎県新上五島町

(株)カヤックが、自社が運営する移住・関係人口促進のためのマッチングサービス「SMOUT」に登録する一般ユーザー約9万人が2025年度で興味を示したプロジェクトから、上位にランクインした30地域を『SMOUT 移住アワード 2025』として発表しました。

〈SMOUT 移住アワード 2025 (年間)〉

2025年度【市区町村部門】



2025年度【都道府県部門】



〈参考：SMOUT 移住アワード 2024 (年間)〉

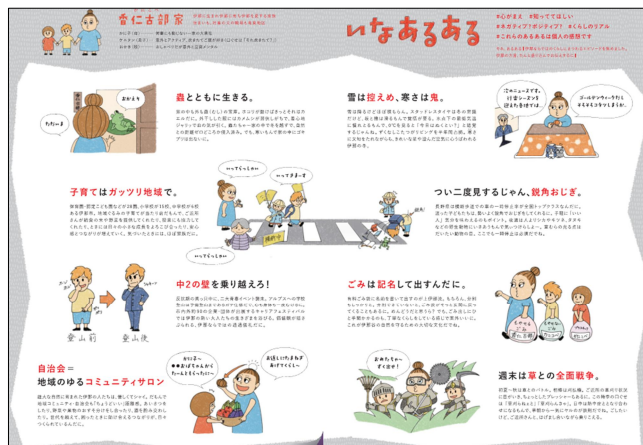
2024年度【市区町村部門】



2024年度【都道府県部門】



(8) 移住ガイドブック



(9) 伊那MRスクエア

地域資源のローカルブランディングと、VR（仮想現実）やAR（拡張現実）、そしてMR（複合現実）の技術等を活用し、リアルとバーチャルを組み合わせ、移住定住に関する情報を集約したWEB上の仮想空間です。

日ごろ移住定住相談窓口で、移住希望者等から問い合わせの多い暮らしや仕事、学びや自然文化などを中心に情報を集約するとともに、テクノロジーをいかして移住希望者等に訴求力のあるみせ方としています。また、スマートフォンやパソコンなどから、いつでもどこでも手軽にアクセスできるため、欲しい時に必要な情報を得ることができます。



下記、URL からアクセスすることができます。
伊那MRスクエア <https://ina-mrsquare.jp/>



(10) 伊那市版メタバース「イナの森」

メタバースが物理的な空間を超えたコミュニケーションツールである点を活かし、新たな関係人口・交流人口の創出を目指した仮想空間で、森をテーマに、伊那市らしい5つのエリアがあります。エリアごとに仕掛けがあり、様々な体験をしたり、イベントを開催したりするなど、多様なシーンでの活用が期待できます。

市内の人と市外の人との交流の場としての活用や、世代や立場などを越えて、また現実ではコミュニケーションをとることが難しい方々に対して、アバターを通じての新たな交流や表現を提案する場をつくりだします。

また市民にとって身近な森や伊那の暮らしをメタバース空間上に表現することで、普段から気軽にコミュニケーションが図れる場としての認知を広げることで、市内の多様な人や団体がメタバースを通じてゆるやかにつながれる場作りを目指しています。



「イナの森」は「VRChat」のプラットフォーム上で提供されています。

※詳しくは下記特設サイトをご覧ください。「VRChat」の導入から入場までの詳細な説明があります。

伊那市版メタバース特設サイト <https://ina-brand.jp/metaverse>



(11) 地域の教科書（市内 86 区）



地域の教科書

あらいく 荒井区

詳しい地図はこちら

地域の紹介

荒井区は区政125年を迎えます。市街地の中心に位置し伊那市駅や保育園、小中学校も近くにあるため通学にとても便利な地域です。また地域の運動会や文化祭、公民館や子供会、高齢者クラブなどの活動も盛んに行われている地域です。

地域の教科書は、地域の様子や行事、お祭りなどの情報、地域で暮らすために知っておきたい情報を事前に把握しておくことを目的に作成しました。暮らしに役立つ情報を盛り込み、地域の住民として暮らすことが楽しくなり、スムーズなコミュニケーションになり、さらに地域を愛する気持ちも高まります。ぜひ、ぜひ読んでみてください。

ようこそ！伊那市へ！

子供相撲大会

区の情報

区民の人数 3,400人
世帯数 1,300世帯
保育園 1園
小学校 2校
中学校 1校

常会等の構成 / 12の町内会にて構成
区の主な役員 / 区長、区長代理、区会計、各町内会、区議員

最新のスーパー Aコープ伊那中央店（5分）
最新の駅と時間 伊那市駅（徒歩1分）伊那北駅（5分）
近隣の医療機関など 岩田クリニック（徒歩1分）北原眼科病院（徒歩2分）清水耳鼻咽喉科（徒歩1分）木村内科（徒歩1分）百瀬医院（徒歩1分）中村内科（徒歩1分）

その他 個人商店や調剤薬局が集まる地域なので、日常生活を送るにはとても便利な地域です。

※（ ）内は地区の公民館から車で移動した場合にかかる時間です。

～区費やその他の負担金について～

●入区費 なし
●区費（年額） 10,200円（持ち家の方）
●その他の負担金等 町内会費等（例として土木費等を含む）を集合しています。

●集金方法 前期 5,100円 後期 5,100円 の2回集金

区費（自治会費）とはどのような用途で使われるのか？ 区費（自治会費）は、毎年、区の総会で事業の承認を得てから、お祭りやイベントなど地域の交流を深めること、防災灯の設置と電気代、消防・防災の設備整備や活動の支援、交通安全の推進など地域の安心と安全を確保すること、ゴミステーションや水路の管理など、きれいで住みよい環境づくりに関すること、公園や花壇の整備、地元の神社や伝統芸能の保存など、日々の生活に潤いをもたらす活動に使われています。

※上記に記載のない負担金が必要となる場合もありますので、詳細は、区長、町内会長、組長などにお問い合わせください。

伊那市の「まちづくり」は、地域の協力による様々な活動によって支えられています。

区民の主な行事など

日	主な行事	区民が参加して行う事業
4月		沢渡川清掃活動(4～11月)
5月		
6月	少年少女球技大会	小沢川愛護活動
7月	町内対抗マレットゴルフ大会	
8月	伊那まつり	伊那まつり踊り隊の参加
9月	敬老会	小沢川愛護活動
10月	荒井神社例大祭 行者そは祭り	
11月		河川清掃
12月	少年少女クリスマス会	
1月		
2月		
3月		河川清掃
その他		

行者そはまつり 伊那市は信州そば発祥の地と言われています。大根のおし汁と焼き味噌を加えた辛つゆでいただく「行者そば」を求めて、県外からも沢山のお客様がいらしています。

河川清掃 伊那市では3月と11月に河川一斉清掃を行います。地区内を流れる河川や水路の清掃を行います。乾電池や蛍光灯、水銀製品も、この日に回収します。

街中の風景

区長さんからのメッセージ

荒井区は区政125年を迎えました。区内には12の町内会があり、それぞれの町で活発な活動がなされています。荒井区への入区と同時に町内会へもご加入いただき、ぜひ町内会の行事にもご参加ください。

ごみの出し方についてのお願い

伊那市のごみ・資源物収集は、ステーションによる収集方式になっています。ごみステーションは、各地区の衛生自治会等が設置し、役員や各家庭が協力して管理をしています。ご利用にあたっては、各地区の役員の方にご確認ください。

荒井区のごみの収集日

燃やせるごみ	燃やせないごみ	資源物
毎週火・金曜日	毎週火曜日	毎月第1水曜日
		古紙類 毎月第3水曜日

資源プラスチック 毎週金曜日

※祝祭日などで変更になっている場合もあります。ごみ・資源物収集カレンダーでご確認ください。カレンダーはスマートフォンアプリでも見ることができます。 [さんあへる](#) [検索](#)

「指定ごみ投入チケット」については生活環境課まで

燃やせるごみ、燃やせないごみを出すには有料指定ごみ袋が必要です。このごみ袋は、チケットがないと購入できません。チケットを生活環境課の窓口でお渡しし、ごみの分別、チケットの使用方法について説明いたしますので、お引越のお手続きが済みましたら、生活環境課までお越しください。

お問い合わせ、ご相談は・・・

伊那市役所
TEL: 0265-78-4111 (代表) FAX: 0265-74-1250

移住に関するお問い合わせ
住まいや子育て、お仕事のことなど、お気軽にご相談ください。

企画部地域創造課
移住・定住促進係
E-mail: jkz@inacity.jp

いろいろな手続き

伊那市役所庁舎
4階
地域創造課
移住定住のこと 空家バンク
3階
学校教育課（学級係） 生涯学習課（青少年係）
小中学校の転入手続き 学童保育の相談
1階
市民課 戸籍の届出 印鑑登録
生活環境課 ゴミの出し方 指定ゴミ袋購入券
子育て支援課 保育園の入園 児童手当
健康推進課 国民健康保険 国民年金 予防接種 各種検診 健康相談 福祉医療
伊那市上下水道料金センター 水道の開栓手続き 社会福祉課 高齢者・障害者に関する各種手続き

福祉まちづくりセンター ふれあいな（伊那市山寺298・1）
福祉相談課 高齢者（介護保険の申請）・生活困窮などに関する総合相談窓口

伊那市地域安心安全メール

火災情報・防災情報・地域の情報・伊那市からののお知らせ
お使いのパソコン、スマートフォン、携帯電話から
tina@sg-p.jp にメールを送って
その後返信される案内にしたがって登録してください

【発行】 伊那市役所 企画部
〒396-8617
TEL: 0265-
E-mail: jkz@inacity.jp

5 移住施策の効果

