

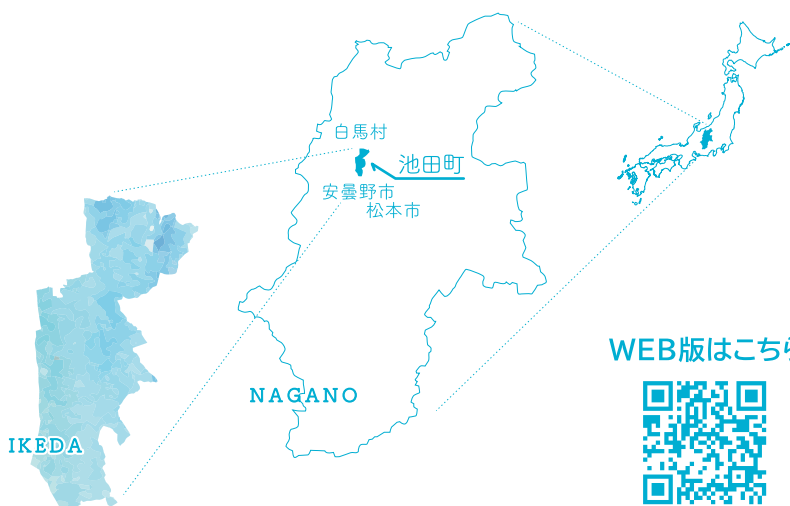
信州 あづみ野 池田町

移住ガイドブック



いろいろ便利
けしきも最高
だから、池田町。

Shinshu Azumino IKEDA-Machi
LIFE STYLEGUIDE BOOK



WEB版はこちら





Photo by Y.Yokohawa

一度訪れたら好きになる 住みたくなる町、池田町 住み続けたい町、池田町

池田町は、安曇野市の北、松本市と白馬村の間に位置します。西側には北アルプスの絶景が、東側には里山が広がり、豊かな自然と暮らしやすさが調和した町です。

内陸性気候のため雪は少なく、周辺市町村と比べると日照時間も長めです。

池田町はコンパクトな町の中に都市機能が充実しており、町内半径5km以内に総合病院、小中学校、保育園、金融機関、スーパーマーケット、コンビニエンスストアなどがあります。また、車を使えば40分以内に、日本を代表するリゾート地の白馬村、文化・商業の中心である松本市にもアクセスできます。素晴らしい景観と北アルプスの地下水、爽やかな空気に恵まれた安曇野の一角に位置している池田町での生活は毎日観光地に来ているよう。この町で私たちが暮らしてみませんか。

基本データ

人口 9,308人
世帯 4,060世帯
面積 40.16km²
標高 604m(役場庁舎)

※人口・世帯は令和5年4月1日現在(住民基本台帳)

池田町の魅力

池田町は豊かな自然を背景に多くの魅力を持っています。ここでご紹介するポイントを頼りに、あなたが惹かれる池田町を探してみてください。



おいしいお米

ラベンダー
カモミール
などのハーブ

多様な生態系

農ある暮らし

四季折々の風景



高品質な
ワイン用ブドウ

伝統の
日本酒

息づく
伝統文化

豊かな
北アルプスの水



北アルプスの雪化粧
12月～2月

白く美しく姿を変える北アルプス



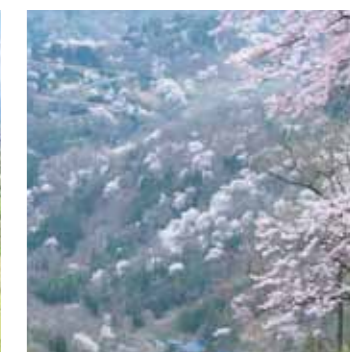
大峰高原七色大カエデ
10月上旬～11月上旬

1本の木なのに多彩に色づくことから七色オオカエデと呼ばれている樹齢250年以上の大樹



初夏の田園風景
6月上旬

田植えが終わると一面に広がる美しい田園風景



陸郷の山桜(桜仙峡)
4月上旬

山腹のあちこちに自生した数千本の山桜と新緑のコントラストが美しい池田町屈指の観光スポット

町内のレンタルスペースでベトナム屋台の営業。人気メニューはフォー！



町内での起業 ゲストハウスから見る 四季の移ろい

ゲン・ティ・ヴィエット・リエン さん
ニックネーム：れん
出身地：ベトナム ハノイ
前居住地：東京都
移住した年：2021年



池田町で子育て中！
七川さんファミリー

▶6ページ



農のある暮らし！
金森さんご夫婦

▶7ページ

北アルプスの景色に魅了されて 移り住んだ3家族の物語

単身で移住してゲストハウスを開業したベトナム人のれんさん。趣味を満喫しながら自然豊かな環境で子育てをする大川さん。セカンドライフで理想の田舎暮らしを実現した金森さん。北アルプスの雄大な景色に魅了されて池田町に移り住んだ3組の家族を紹介します。自分がしてみたい暮らしをイメージしながら読んでみてください。きっと、あなたにもワクワクするような生活が待っています。



町内での起業！
れんさん

▶5ページ



池田町に移住したきっかけ

親の仕事の関係で小学生の3年間を東京で過ごしました。その後、日本の大学で学び、東京のIT系の会社などで働きました。登山やキャンプが好きで、北アルプス地域にはよく訪れていました。自然が豊かな場所でシンプルに生活したいと思ったのと、独立してゲストハウスを始めたいと思い移住を決めました。

会社の最終出社日の翌日には長野県に行き、ゲストハウスのできる物件探しをしていました(笑)。景色が良く印象に残っていた池田町で探していたところ、親身に相談ののってくれる不動産屋さんとお会いし意気投合。紹介していただいたこの物件に決めました。相談に訪れた役場の移住窓口の方も親切で町に縁を感じました。

町での起業

移住して間もなく法人を立ち上げ、町内でゲストハウスとベトナム屋台の営業を始めました。起業の際には、町役場や商工会、観光協会などが協力してくれました。分からないことを質問すると丁寧に教えてくれます。事業計画についてアドバイスももらったり、人を紹介してもらったりも。創業補助金も活用させてもらいました。

人とのつながり

事業をしているといろいろな出会いがあって面白いです。ゲストハウスには移住を考える若い方も多く訪れます。話していると考え方や生き方にヒントがありインスピレーションをもらいます。ベトナム屋台には地域の方が足を運んでくれます。毎日、犬を連れて近所を散歩するのが日課で、歩いていると地域の方が声を掛けてくれます。お店のことを話すと、早速食べに来てくれたことも。地域の方が温かく見守ってくれているのを感じます。

れんさんからの 移住のアドバイス

このパンフレットを手を取った時点で移住に向けた第一歩を踏み出しています。池田町に訪れて出会う人や風景に触れて、五感が満たされれば移住のゴーサイン。直感で「いい!」と思ったら迷わず行動しましょう。移住には困難もあるかもしれませんが、このフィーリングがあれば大丈夫。オープンな気持ちでいれば周りの人が助けてくれますよ!



これからのこと
最初の年を振り返って、事業をブラッシュアップしながら軌道に乗せていきたいです。他にはないユニークさを出すなど工夫をして、多くの方に来てほしいですね。時間を潰して趣味の登山にも行きたいです!



金森 正憲さん、光子さん
 出身地：正憲さん（神奈川県）、光子さん（福岡県）
 前居住地：神奈川県
 移住した年：2019年

七川 翔太さん、雪乃さん、陽翔くん、蒼翔くん
 出身地：翔太さん（群馬県）、雪乃さん（兵庫県）
 前居住地：長野県 安曇野市
 移住した年：2018年



趣味を満喫しながら 自然豊かな環境での 子育て

池田町に移住したきっかけ
翔太さん 妻とは趣味の登山をきっかけに長野県で知り合いました。私は会社員で妻は看護師をしていて、池田町に移住する前は安曇野市のアパートに住んでいました。北アルプスの見える場所に家を建てたいと考え、土地探しを始めた。
雪乃さん 地元の工務店を通して安曇野を中心に半年くらいかけて探したのですが、なかなか良い土地が見つからず。最終的に、北アルプスのパノラマと田園風景が広がる池田町の景観に感動してここに決めました。

広い畑で野菜作り。採れた野菜は知人へおすそ分け。家族共通の趣味であるスキーや登山が手軽に楽しめるのも魅力。

山を眺めながらの農作業 健康的で楽しみのある 理想の暮らし

農ある暮らし
正憲さん 約百坪の畑ではトマトやナス、トウモロコシなどいろいろな野菜を作っています。手を掛けただけ結果が出るのは野菜作りの面白さですね。たくさん採れた野菜を川崎に住む知り合いに送ることもあります。

人とのつながり
正憲さん 住むなら雪が少なく景色が良いところと決め、池田町で土地を探しました。山の景色は池田町が一番だと思っていました。畑が付いていることも一つの条件でした。探していく中で、町の空き家バンクに登録されていたこの物件に出会いました。眺めが良く農地まで付いている。二人とも気に入る場所が決まりました。
光子さん それまでも広い範囲で住まいを探していましたが、娘の家族が仕事の関係で安曇野市に引っ越してきたことを機に、私たちもこちらに移り住もうと決めました。

子育て環境として
翔太さん 私も妻も自然の中で子育てをしたかったと思っていました。町内に自然豊かな公園があり、子どもを連れてよく遊びに行きます。冬には一緒に雪そりを楽しんでいます。公園からの眺めが良くて、山の景色に見とれてしまいます(笑)。
雪乃さん まだ子どもが小さく、離れて住む両親を頼れないことに不安がありました。家の近くに助産院があり、産前から産後まで細やかにサポートしてくれるので心強いです。町の助産師さんも子どもの名

七川さんからの 移住のアドバイス

どんな生活をしたかイメージしながら移住を検討すると良いと思います。「やったことのないことをやってみる」の精神で、自分から楽しみをつくるのが大事です。小さなワクワクを積み重ねていく中で、人とのつながりも増えていきますよ。



庭は絶好の遊び場で最高のレストラン。冬の保存食「干し柿」作りにもチャレンジ。

前を覚えて、丁寧に接してくれるので安心して子育てができます。町の社会福祉協議会の託児サービスも時々利用しています。
これからのこと
雪乃さん 私たちは以前から住んでいる方の思いを大事にしていきたいですし、地域の方も私たちの価値観を尊重してくれています。移住者ならではの視点で、町に新しい風を吹き込んでいけると良いです。

金森さんからの 移住のアドバイス

いきなり家を買おうとするとハードルが高く感じられると思います。まずは気軽に足を運んで、地域の魅力を知ることが移住に向けた第一歩です。池田町には物作りや農作業など体験できることがたくさんあります。短期でも滞在して体験をしてみることをお勧めします。



移住してからの楽しみ
正憲さん 冬になると、雨の日以外はほとんどスキー場に通っています(笑)。雪かきをすることなく滑りに行けるのは魅力です。そば打ちも趣味で、自分で打つそばは格別ですね。近所の方に教えることもあります。
光子さん 野菜だけでなく、ウドやフキノトウといった山の幸も楽しんでいます。自家製のみそを作ったり、町内のクラブが企画したしょうゆ搾りにも参加したりしています。
これからのこと
正憲さん こちらに移り住んで、自分たちがしたかった暮らしを実現できました。健康を第一にこれからもこの生活を続けていきたいですね。
光子さん 更地だったところに少しずつ手を入れながら庭造りを楽しんでいます。大好きな花で庭を彩っていききたいですね。

北アルプス展望の里・花とハーブの里 信州あづみ野 池田町

MAP

池田町で暮らす際に良いこと。それは、公共施設や主要な買い物先がコンパクトにまとまっていることです。保育園・小中学校・高校・スーパーマーケット・総合病院、コンビニエンスストア、ガソリンスタンド、金融機関があり、生活に不便は感じられません。



① 地域医療の中核 『北アルプス医療センターあづみ病院』

診療科が 21 を数え地域の皆さんに信頼されている総合病院です。隣接市町村には、産婦人科を擁する病院や「長野県立こども病院」があり、医療の選択肢が多くあります。



② 池田町交流センター『かえで』

2019 年にオープンした公民館と図書館の機能を有する複合施設です。町民の交流や生涯学習など自由に活用できる場、目的が無くても気軽にくつろげる居場所といった多様な人の交流や活動の創出をコンセプトとしています。



③ 安曇野と北アルプスを一望 『あづみ野池田クラフトパーク』

四季折々、毎日その姿を変える大自然をゆっくりと満喫できる公園。野外ステージ・芝生広場・池・流れ・花壇・ロックガーデンなどがあります。周りには飲食店や美術館もあり、1日楽しむことができます。



④ 池田町の道の駅『池田町ハーブセンター』

ハーブセンターでは、地元の特産品が購入できる直売所や無料で観賞できるハーブガーデンがあります。また、ハーブガーデン隣のガラス温室では、季節の花やハーブ苗・ハーブ製品を取り揃えています。



自治会

皆さんが描いている「住みよい地域」とは、
どんな地域でしょうか？

- ・子どもが安心して遊び、学ぶことができる
- ・お年寄りも不安を持たずに生活できる
- ・普段からあいさつが自然にできる

など「何かあったとき」にはお互いに支えあえてご近所付き合いのある、
こんなまちが住みよい地域だと思われるのではないのでしょうか？

と、いうことで...

自治会とは、

互いに助け合い、支える地域づくりの基盤となります。

地域に住む一人ひとりが、自分たちの地域のことを考え、互いに協力してこそ本当に住みよい地域を創り上げていけるのでは、と考えています。

協働・助け合いの地域づくり

「協働」とは、同じ目的のために、力をあわせて働くこと。
池田町では、「町民と協働による地域づくり」を掲げています。

協働の 3 原則

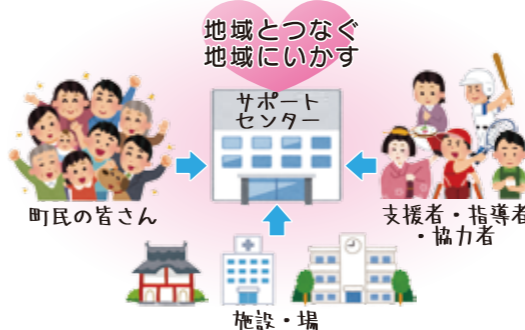
- 「自助」・・・自分でできることは自分でする
- 「共助」・・・地域や団体は、近隣住民のお互いの力を結集して助け合う
- 「公助」・・・自助・共助でできない町全体にかかわることを行政が行う



町民活動サポートセンター



町民活動（趣味～社会貢献）を頑張る方やこれから何かやってみてみたいと思っている方の支援をしています。池田町で活動している団体は約120あり、カラオケ・絵画・そば打ち・体操・スポーツ・俳句など多岐に渡ります。町民活動サポートセンターでは、趣味を見つけない・お友達を作りたい・地域のために特技を活かしたい方などの橋渡しを担っています。



花とハーブ関連のボランティア団体

池田町では「花とハーブの里づくり」を盛り上げる町民主体のボランティア団体が活動しています。

町直営の池田町ハーブガーデンの植栽整備を行いながら、ガーデニングや花とハーブの育て方を学ぶ団体「レモンガラス」や、花とハーブの苗を生産し、町内のショップや近郊のホテルへ出荷を行う団体「グラウカ」など、いずれも移住者が活躍している団体です。移住後にはぜひ一緒に花とハーブで暮らしを彩りましょう！



移住後の暮らしをもっと豊かにする！地域コミュニティ Local communities

池田町には、個性豊かな地域コミュニティがたくさんあります。趣味で仲良くなったり、地域づくりの活動で仲良くなったり、農業で仲良くなったりと、いろんなコミュニティに所属し、つながりができることで、池田町での暮らしがさらに充実したものになることは間違いありません。このページでは、池田町で活動しているコミュニティを紹介します。

新池田学問所



池田町では、新池田学問所と題して様々な講座を開催しています。学校だけでは学べない地域学習や社会教育などを学ぶ小中学生対象の「①ふるさとチャレンジ塾」。旬な話題を幅広く学ぶ全年齢を対象とした総合学習講座「②みのり塾」。未就園児とその保護者が楽しく触れ合う時間を満喫する「③ポレポレ塾」。様々なイベントを通して、地域の若者の交流や出会いを生み出す「④みらい塾」。老若男女、幅広い世代が参加していただける講座が充実しています。



大かえて倶楽部

(池田町総合型地域スポーツクラブ)



大かえて倶楽部は「いつでも、だれでも、いつまでも」運動できる環境を住民ベースでつくることを目的に、多世代多種目の教室・サークルが集まってできたスポーツクラブ。健康づくりやジュニアの育成チームと約26の教室で構成されていて誰でも参加することができます。



写真のボルダリング教室はオリンピック種目にもなったスポーツクライミングの一種。クリアできた時の達成感が癖になる子どもから大人まで大人気の教室です。

住まいのサポート

住まいに対する負担を軽減するため、池田町では様々な制度をご用意しています。
※最新情報は町のホームページをご確認ください。

空き家バンク

移住希望者への住宅の受け皿として、空き家の活用を図るための仕組みです。登録物件は不動産業者で組織する「池田町空き家等活用連絡会」に情報提供され、所有者と媒介契約が成立した物件は株式会社 joho の運営する不動産紹介サイト「ココスマ安曇野」に掲載されます。

空き家バンク登録物件に付随した農地については、農業者でなくても取得できます。（※農業委員会の許可が必要）
また、空き家バンクの利用促進のため、登録物件に対して補助金があります。



対象経費	対象者	補助限度額（補助率）
改修	空き家バンク制度を活用した方	10万円（1/2）
整備（片付け）		6万円（10/10）



新築・中古物件購入への補助金

住宅新築または中古住宅を購入された方に補助をします。

対象経費	対象者	補助額
新築・中古住宅 購入費	定住を目的として 5年以上居住する 予定の方	新築：10万円
		中古住宅：5万円

詳細は町の
ホームページを
ご覧ください！



移住準備住宅

町に住みながら、『住宅を探したい』など、移住後の生活基盤を整えたい方々に、池田町での生活の第一歩として池田町移住準備住宅を2戸お貸ししています。
空き情報は町ホームページでご確認ください。



対象者	貸付期間	家賃等	住宅概要
池田町への定住を考え、 住民票を移動できる方	最長1年間	敷金3万円 家賃3万円	S59 築（H30 改修） 木造平屋 3K



創業サポート

池田町で起業・創業する方を対象に、創業補助金制度があります。起業・創業しやすい環境をサポートします。また、店舗拡大をお考えの方には、商業振興補助制度もあります。ぜひ、ご検討ください。



対象経費	補助限度額（補助率）
創業経費補助	30万円（1/2）
店舗家賃補助	5万円/年（1/2）
店舗新設・改修補助	20万円（2/10）

子育て教育サポート

池田町では様々な子育て支援制度をご用意しています。
※最新情報は町のホームページをご確認ください。



妊娠時期

- 出産応援給付金… 5万円
- マタニティ相談
- 妊婦訪問
健康状態や悩みごとの相談がある希望者のご家庭に保健師・助産師が訪問します
- ハローベビークラス（両親学級）
出産に向けて両親の不安や悩みを解消し、安心して出産に臨んでいただくように学習する学級です。



出産～子育て時期（小学校入学前まで）

- 出産祝い… 一律2万円
- こんには赤ちゃん訪問事業（乳児家庭全戸訪問事業）
出産直後、出来るだけ早い時期に自宅（実家）に保健師が訪問し、赤ちゃんの体重や哺乳量を見るときにもお母さんの健康状態、相談および保健指導を行います。
- 子育て応援給付金… 5万円
- 赤ちゃんマッサージ（～7ヵ月頃）
楽しんで受けていただき、お母さんどうしの交流で気晴らしにもなります。

2ヵ月育児学習会

- 3ヵ月母子教室
赤ちゃんの生活リズムの話など助産師が指導します。

- どんぐり教室
4～5ヵ月児の親子を対象に親子ふれあい遊び等を行います。

4～5ヵ月児健診

- 離乳食教室
月齢にあった離乳食づくりを体験・学習し、実際に作った離乳食の試食を行います。

- ブックスタート
絵本の読み聞かせや絵本のプレゼントをします。

池田町では
健診や学習会の
頻度を増やし
育児のサポートを
行なっています

- 7～8ヵ月児健診
- 9～10ヵ月育児学習会
- 1歳3ヵ月育児学習会
- 1歳6ヵ月健診
- 2歳児健診
- 2歳6ヵ月児健診
- 3歳児健診
- 未就園児健診



子育て時期（小・中学校）

- 入学祝い金
小学校… 5万円
中学校… 3万円
- 給食費の補助額（家庭負担額）
小学校… 45,800円（12,800円）
中学校… 46,600円（22,400円）

産後事業・発達相談

- ようこそ赤ちゃんボランティア事業
地区の民生児童委員が子育て情報と、ボランティアの方が作った赤ちゃんグッズのプレゼントをもって訪問します。
- 産後ケア事業（0～1歳）
産後の不安解消のため助産院に宿泊し育児に関する指導・相談を受けられます。
- 養育支援事業（0～3歳）
「こんには赤ちゃん訪問事業」と連携して助産師が必要に応じた訪問をしています。
- 専門職への発達相談
お子さんについての発達や子育てへの不安・悩みを理学療法士や作業療法士、臨床発達心理士等の専門職へ相談ができます。
※予約制です。相談したい内容を保健師や助産師などにご相談ください。

福祉医療

18歳年度末まで1医療機関あたり、月500円を超えた額を助成します。

こども園・学校情報

町立認定こども園名	園児数
池田保育園	83人
会染保育園	78人

町立学校名	生徒数
池田小学校	185人
会染小学校	211人
高瀬中学校	195人

令和5年4月1日時点

支援情報の詳細

国・県が実施する支援制度も含め、詳細は「池田町子育てガイドブック」をご覧ください。



池田町に 移住するための 3step

移住するまでの3ステップを簡単にご紹介します。



1st step 池田町を知ろう!

池田町がどんな地域かを知ることが、移住への第1歩。ということで、池田町の情報入手できる方法をご紹介します。

●池田町ホームページ

池田町HPの移住定住サイトでは、地域おこし協力隊員が池田町での生活を綴った「移住定住通信」のほか、移住に係る情報を掲載しています。



●池田町観光協会ホームページ

池田町の観光、イベント、自然や食など旬の情報を写真とともに紹介しています。池田町や安曇野の美しい風景をぜひご覧ください。



●移住相談窓口・移住セミナー等

電話やメールやオンライン等による移住のお問合せに随時対応していますので、いつでもご連絡ください。また、首都圏や名古屋、大阪で行われる移住セミナーにも、ぜひご参加ください。担当者が直接相談にのります。

池田町 総務課 移住定住係
☎ 0261-62-3131
✉ iju@town.ikeda.nagano.jp

2nd step 池田町に来てみよう! 移住先達者に聞いてみよう!

池田町の情報入手したら、次はツアーに参加して実際に池田町を訪れてみましょう! ツアーに参加したことがきっかけで移住された方も増えています。リピーターも大歓迎。移住についての疑問や不安は、移住先達者に聞いてみましょう。

●定住アドバイザー制度

池田町では、移住についてアドバイスをいただける移住先達者を『定住アドバイザー』として委嘱しています。お聞きになりたいことや相談したいことがありましたら、移住定住係までご連絡ください。



●移住体験ツアー

池田町では定期的に移住希望者の方をご案内するツアーを開催しています。町の施設や住宅用地のご案内、移住先達者との懇談をとおして池田町の暮らしを知ることができます。

首都圏や名古屋から始発の特急に乗れば日帰り参加できるツアーで、気軽に池田町を知ることができます。定期的に開催しており、四季折々の池田町を実感していただけます。少人数を対象にしたツアーなので、ご希望に応じたご案内も可能です。



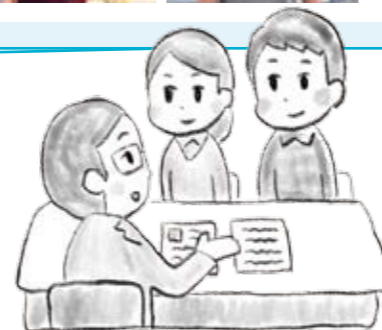
●移住協力店

池田町に根差したお店が移住をお考えの皆さまのご相談に応じます。



このステッカーが
目印です!

その他、ご質問などあれば
池田町役場
お問い合わせください!



3rd step 具体的な移住の準備をしましょう!

『池田町に移住したい』という気持ちが固まったら、具体的な移住の準備をはじめましょう。準備は大きく2点。「住まいさがし」と「仕事さがし」です。

●住まいさがし

移住後の住宅はライフスタイルに合わせた住まいを検討しましょう。新築や中古物件購入を検討されている方も、とりあえず賃貸で生活して物件を探す方法もあります。詳細については、池田町HPをご覧ください。

▼池田町HP> 移住・定住
> 住宅をお探しの方へ



●仕事さがし

どのように収入を得るかも事前に考えておくことが大切です。池田町内にも企業はありますが、その数は多いとはいえません。町内住民の約3割は安曇野市や松本市へ通勤しています。就労についてハローワーク等で求人情報を得る手段のほか、下記のとおり相談窓口を設けています。

●お問い合わせ先

就農
池田町営農支援センター ☎0261-62-3127

起業・創業
池田町 振興課 商工観光係 ☎0261-62-3127
池田町商工会 ☎0261-62-5085

A.

住民の皆さんの移動手段として、町営バスを運行しています。町内を巡回する路線のほか、JR大糸線安曇追分駅、信濃松川駅、JR篠ノ井線明科駅などにそれぞれ接続している路線があります。ただし、町営バスは本数が少ないので、多くの人が自家用車を持っています。なお冬はスタッドレスタイヤが必要です。

Q.

車ってやっぱり生活に必要ですね…交通手段について詳しく知りたいです!

A.

町営の貸農園「池田町ふれあい農園」があります。その他の畑については池田町役場振興課内の池田町営農支援センターにご相談ください。なお、空き家バンク物件に付随した農地は取得することができます。

Q.

自家用野菜を作りたいのですが、畑を貸してもらえますか?



A.

まちには、各集落に「自治会」という組織があり、自らが住む地域を良くするために協力して環境整備を行うほか、お祭りの開催、災害時に助け合うための防災訓練など様々な活動をしています。地域に溶け込み楽しい移住生活を送るためにも自治会に加入することをお勧めします。(※ p11 参照)

Q.

ご近所づきあいについて教えてください!

A.

雪が多いイメージのある北アルプス山麓地域ですが、池田町は雪が少なく暮らしやすい地域です。内陸性気候のため雪が降ること自体あまり多くないですが、ある程度の雪が降った場合は家の周辺の雪かきが必要となります。

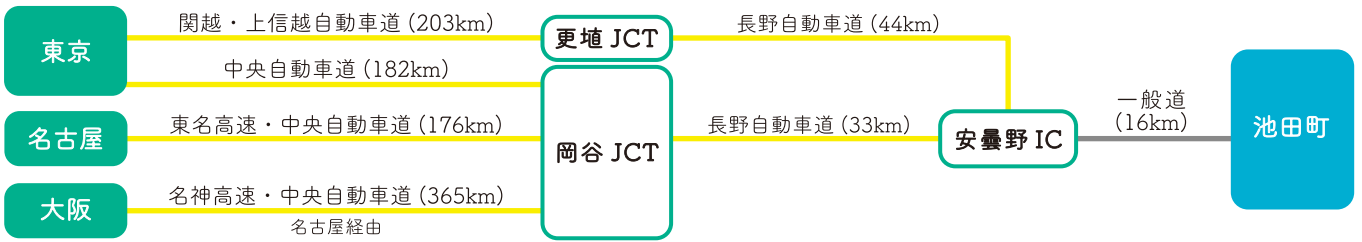
Q.

雪が心配なのですが?

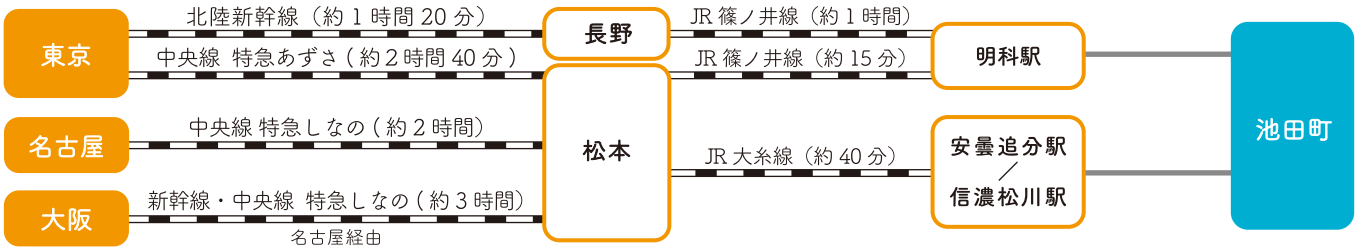


池田町 Q&A

自動車でのアクセス



電車でのアクセス



アクセス MAP



情報発信

『池田町メール配信サービス』を利用し「移住定住通信」を配信しています。(空き家、ツアー情報など)

メール登録方法

右記の QR コードを読み取るか、下記アドレスに「空メール」を送信してください。

✉ t-nagano-ikeda@sg-m.jp

※カテゴリは「移住定住通信」を選択してください。



お問い合わせ

池田町 総務課 移住定住係

☎399-8696 長野県北安曇郡池田町大字池田 3203-6

Tel 0261-62-3131

E-mail iju@town.ikeda.nagano.jp

長野県池田町 移住

