



丹波大納言小豆、丹波黒大豆、丹波栗は「丹波三宝」と呼ばれ、全国の和洋菓子店で高級食材として使用されるなど、丹波市ブランドとして確立されています。粘土質の土壌と朝晩の寒暖差による丹波霧が、市場でも最上級品として高い評価の丹波栗や丹波大納言小豆、大粒で色つやがよい丹波黒大豆など、数々の名産品を生み出しています。



「丹(まごころ)のやさい」とあわせて、令和6(2024)年、「丹(まごころ)のあんバターサンド」が誕生しました。「丹波大納言小豆」発祥の地ならではのおいしさを発信するため、丹波市産丹波大納言小豆を用いたあんことバターを各店オリジナルの生地ではさんだ新たな特産品として、市内約20店舗で販売されています。

## 第2章

# 丹波で暮らす



暮らしの豊かさを感じられるまち丹波市で  
自分らしい生き方を叶えた  
移住者たちのSTORY

# 移住者 まごころ interview 丹の郷で暮らすこと

「有機の里」で  
野菜との対話を大切にしながら  
理想の有機野菜づくり  
に打ち込んでいます。

渡部 真平 さん(右)  
Watanabe Shinpei

兵庫県神戸市 ▶ 丹波市市島地域  
▶ 春日地域

## Profile

大学卒業と同時に就農し、丹波市に移住後「しんべ〜農園」を開業。農薬や化学肥料を一切使用せず、年間100品種ほどの野菜を栽培している。春日町小多利在住。

有機栽培を求めて1ターン  
夫婦で安全・安心な野菜を育てています

大学卒業と同時に、県内の大規模農家に住み込みで就農しました。大量生産される野菜がどのように作られているかなんてそれまで考えたこともなかったですが、その農場では化学肥料を多く使われていたことから、出荷する野菜が安心して食べられるものでないことに、作り手として違和感を覚えました。

その後三重県に移住し、有名なトマト農家で有機栽培のノウハウを学び、平成21(2009)年、24歳で丹波市に移住。実家が市島地域の生産者から有機野菜を購入するグループに所属し、子どもの頃に援農活動などでよく市島町に来ていたことを思い出し、「有機農法をするなら丹波市」「農薬を使わず、自分でも食べたい野菜を作ろう」と考えたのがきっかけでした。



妻・千明さんとふたりで、安心して食べられる野菜づくりに励む真平さん。家族だんらんのひとときなど、有機農家の理想の環境が丹波市にはありました。



豪雨災害を乗り越えて  
家族みんなで成長できる暮らし

1ターン就農から5年後、丹波市豪雨災害で当時住んでいた家が浸水し、畑も土砂に埋もれてしまいました。その後、水はけがよく獣害も気にしなくてよい畑付きの家を春日地域で購入し、災害の経験から、子育てがはじまった頃は「家族を養うために失敗はできない」と考えていました。近年の異常気象などで収穫間際に台風や凍結、害虫の影響で野菜がダメになり落ち込むこともあります。そんな時は、「じゃあ、次はどうすればよいのか」と夫婦で話し合い、その姿を子どもたちに見せることができるのも農業の魅力だと感じるようになりました。失敗を恐れずチャレンジする姿は、子どもたちにもしっかり伝わっているようです。太陽の下、緑に囲まれた暮らしと、ゆっ



たりと流れる家族だんらんのひととき。日々季節や自然を感じる暮らしで、家族の気持ちにもゆとりが生まれています。育てた野菜をSNSで発信しているのですが、料理の写真を送ってくださる方や、「苦手だったニンジンが食べられた」とコメントしてくださる方もいて、励みになっています。和食・イタリアン・中華など、どんなジャンルでも対応できる、そして新しい野菜を提案できる農家でありたいです。農家であることを子どもたちも「うれしい」「将来継ぎたい!」と言ってくれているのも頼もしいですね。

# 丹の郷で暮らすこと



日本の未来をデザインするのは  
地方からだと思う。  
だからこそ、がんばりたい。  
チャレンジしていきたいと思います。

## 出町 慎さん

Demachi Makoto

奈良県奈良市 ▶ 丹波市青垣地域

### Profile

奈良県出身、青垣町中佐治在住。関西大学佐治スタジオを拠点に、空き家リノベーションの実践など地域再生に取り組む。合同会社SAJIHAUS設立。

## 佐治の町並みと青垣の風景 挑戦を見守る懐の深さが魅力

かつての宿場町である佐治の町並みや、山々に囲まれた青垣の風景に魅了され、関西大学佐治スタジオを開設以来、大学生や地域の方々と一緒に空き家の再生や地域課題の解決に取り組んできました。

私は普段から「自分の暮らす地域をより楽しく、より豊かにしたい」と思い、暮らしています。日々新しいつながりや関わりが増える中、ゆるやかに新陳代謝しながら、より楽しく、より豊かな地域になっていると実感しています。そして何より、自分の子どもや家族、仲間と楽しく暮らせていることが一番の幸せです。

佐治に来た頃、空き家の改修で照明器具の試運転をした夜、向かいに住む方が「灯りがついていてだけで、周りに人が暮

らしていると感じられる。こんなうれしいことはない」と涙を流しながら話してくださいました。この経験が、地域に関わり続ける建築家としての生き方に大きな影響を与えてくれました。丹波市には、自分の「やってみたい」を実現できる土壌があります。モノやサービスが不足している課題がある一方、新しいことにチャレンジできる余白がたくさんあると感じます。そんな挑戦をあたたかく見守ってくれる地域の懐の深さも感じます。互いに支え合う仲間と出会える丹波市の距離感やスケール感、空気感もちょうどいいですね。

## 地域再生のビジネスモデルを 丹波市で確立し発信していきたい

空き家の改修を通じて、宿泊施設や文化施設、チャレンジショップなどに再生し、



元薬屋の古民家を改修した「センバヤ」は地域の人の居場所



運営していくビジネスモデルを丹波市で確立したいと考えています。日本の未来をデザインしていくのは地方からだと思っていますので、私たちががんばらないといけないなど。

その一方で、まちづくりは、観光客を呼ぶとか、移住者を増やすとか、おしゃれな建物にするとか、そういうことではない。そこに住んでいる人々がいかに楽しくそのまちで生きられるか、まちがどうやったら元気になるかが一番重要です。空き家を改修することが、結果的に地元の人たちの笑顔と元気につながっていく。そんな取り組みを今後も続けていきたいですね。



歴史ある建物が残る佐治の町並み

# 人でつなぐ丹波の「移充」



暮らしの心地よさを活かした「住みたくなる、帰りたいになる」まちづくり

兵庫県の中央東部に位置し、京都府に隣接している丹波市。山陰方面にも瀬戸内方面にもアクセスしやすく、高速道路なら神戸・大阪・城崎・天橋立まで90分以内で行けるのが魅力です。人と自然との距離が近く、都市部のような窮屈さがないのも人気で、コロナ禍を機にライフスタイルが見直され、豊かな自然を求める子育て世代の移住も増えています。

丹波市では、豊かな自然と地域に根ざした暮らしの心地よさを活かし、「住みたくなる、帰りたいになる」まちづくりを推進しています。少子高齢化や人口減少が進む中、平成21年度に公益財団法人兵庫丹波の森協会に委託して「丹(まごころ)の里田舎暮らしワンストップ相談」を開設し、本格的な移住促進施策がスタートしました。

## 移住者と地域の未来をつなぐ丹波市の移住施策

平成30(2018)年には、移住相談の拠点となる「たんば「移充」テラス」を開設。移住希望者が丹波市での暮らしを具体的にイメージし、安心して新しい生活をはじめられるよう、UIターンを希望する人たちからの移住相談、空き家や仕事に関する情報提供、自治会との仲介などを行っています。

また、丹波市移住・定住ポータルサイト「TURN WAVE」では、移住者のインタビュー記事などを通じて、市民も丹波市の魅力に気付くきっかけとなっています。



移住者との架け橋 たんば「移充」テラスの相談員

たんば「移充」テラスは、移住希望者にとって大きな安心材料となるだけでなく、地元住民にも地域の価値を再認識してもらい、地域への愛着や誇りを高める好循環を生み出しています。また、こうした取り組みは単なる人口対策にとどまらず、移住者と地域住民双方の幸福度を高め、世代を超えて住み継がれる持続可能な地域社会の実現にもつながっています。

## コロナ禍がもたらした新たな選択肢

令和2(2020)年に流行した新型コロナウイルス感染症は、丹波市の移住のあり方に大きな変化をもたらしました。コロナ禍を契機として、都市部での生活から離れ、農業や地域活動など生産や地域貢献に関わる暮らしを志向する「ライフスタイルを変える移住」と、テレワークやワーケーションを活用し、仕事やライフスタイルを大きく変えることなく地方での暮らしを実現する「変えない移住」という、二つの選択肢が生まれました。

## 「地方移住」の高まりと移住に対する新たな価値観

これまで丹波市は、定年後のシニア層が第二の人生をゆったりと過ごす場所というイメージが強くありました。しかし、コロナ禍をきっかけに、20代から30代の若い世代が、新たな価値観を持って移住を考えるようになり、都市部に住む若者や子育て世代の間で「地方移住」への関心が急速に高まり、その結果、丹波市は移住先として大きな注目を集めるようになりました。

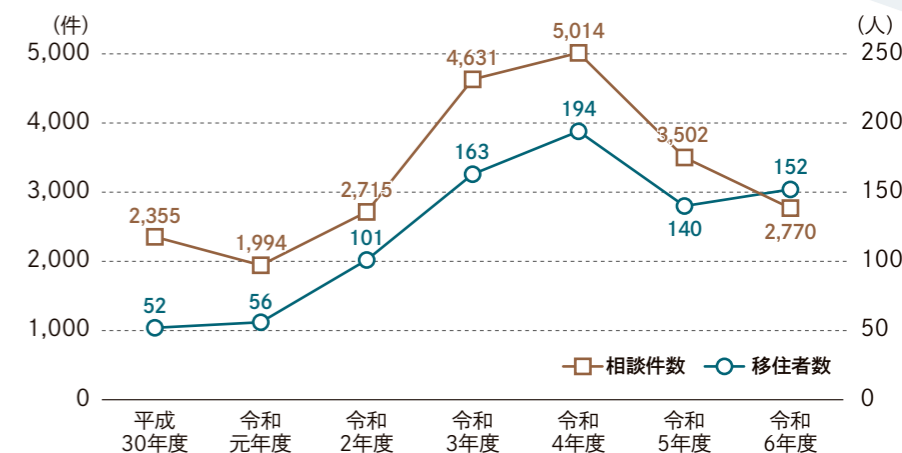
また、近年では、移住が「特別な選択」ではなく、より身近なライフスタイルの一つとして認識されるようになったことも、コロナ禍が丹波市にもたらした大きな影響でした。移住先の選択肢や移住理由の幅が広がったことで、丹波市を「自分らしい幸せや価値観に合った場所」として柔軟に選ぶ動きが広がっています。

※「移充」には、移住で暮らしを「移す」だけでなく、移住後の生活を「充実させ」「満たしてほしい」という思いが込められています。



丹波市移住・定住ポータルサイト「TURN WAVE」(上)と移住サポートブック「丹波Life」(左)。サイトには、先輩移住者の声や丹波市の魅力、移住に関するQ&Aなどがたっぷりと詰まっています(P107 参照)。

丹波市の移住相談窓口を介した移住者相談件数と移住者数



## 四季の移り変わりを五感で感じる暮らし

宮里 凜太郎さん・こずえさん

丹波市に移住してまず実感したのは、都会では味わえない、はっきりとした四季の豊かさがあるということです。季節が移り変わっていく様子を五感で感じられ、盆栽の仕事にも子育てにも、豊かな時間を与えてくれます。移住してから不便に感じることは一つもなく、丹波市は自然とともに健やかに暮らしたい方に自信を持っておすすめできる場所です。



## 丹波に「移充」しました

## 丹波で楽しく自分らしい暮らし

高山 千巖さん

丹波市で過ごす毎日は、自分たちで育てた野菜やお米が食卓に並ぶ「当たり前」の瞬間の一つひとつがとても貴重で、都会では得られなかった心の豊かさを感じています。祖父との時間や地域の方々との交流を通じて、自然と人のつながりが自分の暮らしと価値観を支えてくれていることに改めて気付かされました。これからも丹波市のよさを大切に、身近なものに感謝しながら、少しずつ自分らしい暮らしを築いていきたいと思っています。

