

Interview



Hisamatsu Family

久松涼さん (東京都出身) Ryo Hisamatsu (From Tokyo Metropolis)  
 集落支援員 Village support staff  
 久松修平さん (和歌山県出身) Shuhei Hisamatsu (From Wakayama Prefecture)  
 林業 forester

夫婦共に山に携わる暮らしを

高知へ移住して8年目。一次産業に携わる友人を訪ねたのがきっかけで四万十市の地域越こし協力隊として勤務。やがて同じく林業に携わる修平さんと出会い結婚。嶺北地域へ。移住に関して不安はあまりなかった。自分で決めたことだったし、嫌だったら帰れば良いし。土佐町については詳しく知らなかったが、暮らしてみた印象は「コンパクトだなあ」、山の中だけけど数分車を走らせれば買い物ができる。GSも近い、高知市へのアクセスも良い。現在は集落支援員として集落営林に関わる事務作業やイベント企画運営等の地域活動をサポートしている。支援員の仕事は地元の方の輪に入りやすいと感じている。

子どもが誕生して生活の基準がガラッと変わった。「初搾りをしていく時、最初は怖がっていたのに少しずつ慣れて遊び出していく様子を見ていて素材が近くて遊べるのはいいなあと思った。でも、自分がこの環境で育っていないから田舎の遊び方のさじ加減が分からず勝手に先回りしてしまう。地元の子育ての先輩に山遊びを教えてほしい!個人的には(今は子どもも小さいため)発達上、田舎暮らしならではの楽しみももっとやりたいです」

It has been 8 years since Ryo moved to Kochi. After visiting a friend involved in the primary industry, she started working as a member of the Shimanto City Community Revitalization Cooperation Team. Eventually, she met Shuhei, who was also involved in the forestry industry, and they got married and moved to the Reihoku area. Ryo's impression after living Tosa Town is that the town has all the essential necessities to live well.



四国の中央に位置し高速道路へのアクセスも容易なため各地に車移動しやすくなっています。  
 Located at the center of Shikoku with easy access to highways, it is convenient for traveling by car to various places.

- 車**  
高知自動車道大豊インター下車。国道439号で土佐町中心部までは20分。岡山から大豊インターまで約85分。東京、大阪、名古屋、岡山を結ぶ高速バスも利用できる。
- 鉄道**  
JR土讃線を利用する場合は、大杉駅で下車。大杉駅から土佐町中心部までバスで25分。岡山駅-大杉駅まで特急約2時間。高知市から特急で30分。
- バス**  
Get off at Otoyama Interchange on the Kochi Expressway. Approximately 20 minutes to the center of Tosa Town on National Route 439.
- 鉄道**  
When using the JR Dosan Line, get off at Otagi Station. It takes about 25 minutes by bus from Otagi Station to the center of Tosa Town.

れいほく(田舎暮らしネットワーク)  
 Reihoku Rural Living Network  
 TEL: 0887-72-9303



土佐町役場 健康福祉課  
 Tosa Town Office, Health and Welfare Division  
 TEL: 0887-82-0442



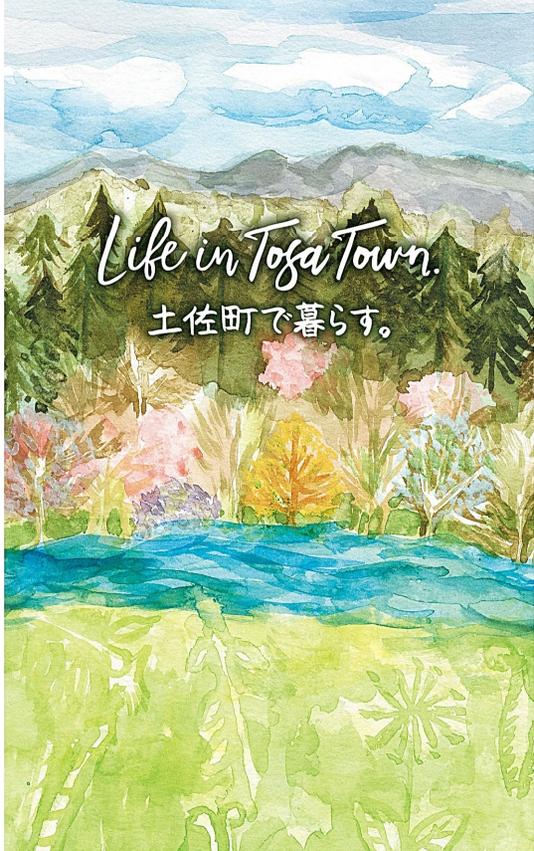
土佐町社会福祉協議会  
 Tosa Town Social Welfare Council  
 TEL: 0887-82-1067



高知家で暮らす。 Living in Kochi.  
 高知県移住ポータルサイト  
 Kochi Prefecture Immigration Portal Site



土佐町役場 企画推進課 〒781-3492 高知県土佐郡土佐町土居194  
 Tosa Town Office, Planning and Promotion Division 194, Tsuchi, Tosa Town, Tosa District, Kochi 781-3492, Japan  
 TEL: 0887-82-2450 Fax: 0887-70-1333 Mail: tosat-40@town.tosajp.jp  
 HP: <http://www.town.tosa.kochi.jp/>



Interview



Takahashi Family

高橋敦美さん (土佐町出身) Atsumi Takahashi (Tosa Town native)  
 仕事復帰予定 Scheduled to return to work  
 高橋雄平さん(京都府出身) Yuhei Takahashi (From Kyoto Prefecture)  
 地域プロジェクトマネージャー・デザイナー Regional Project Manager/Designer

敦美さんの生まれ故郷へ家族でUターン

雄平さんとは大阪で出会い、雄平さんの英国留学を経て結婚し東京で生活していた。産後2人で帰省していたものの、敦美さんの心の片隅にはずっと一人で暮らす寂しそうな高齢の母の姿があった。都会で育児をするうち、自然豊かな土佐町で子育てをしたいとより一層思うよう。一方雄平さんは広告会社のプロデューサーという希望の仕事で活躍。しかし、時が経つにつれ東京の生活スタイルに違和感を抱いているように見えた。「仕事は他にも選択肢があるのでは?」と話したところ、「お母さんが元気なうちにみんなで高知に帰ろう」との返事。いつかは帰ると夫婦共に心に決めていたが、若いうちに帰ることで生活基盤ができ易いと考えた。娘さんが2歳を過ぎた2019年末に土佐町へUターンし、2人目のお子さんも誕生した。

「母と一緒に家族で食卓を囲んでいる時に「夢が叶った」と思うことがあります。幼い頃通った保育園に子供が通い、当時と同じ先生が見てくださることは感慨深い。広い家で子供たちが走り回ってほしい姿を見ると、この土佐町で子供時代をもう一度味わうことが出来て幸せだと思う。」

Atsumi met Yuhei in Osaka, and after Yuhei studied abroad in the UK, they got married and lived in Tokyo. The two of them often returned Atsumi's home in Tosa Town. In the back of Atsumi's mind, there was always the image of her lonely, elderly mother living alone. While raising children in the city, she realized that she wanted to raise her children in Tosachō, which is rich in nature.

## 土佐町の暮らし

土佐町は美しい自然と歴史に囲まれた穏やかな町。移住先進地として取り上げられることが多く、移住者も多い地域です。

## Life in Tosa Town

Tosa Town is a peaceful town surrounded by beautiful nature and history. The area is often featured as an advanced migration area.

## Tai shopping street

A shopping street map that even first-time users can enjoy.

## 田井商店街

初めてでも楽しめる商店街マップ。



**座酒家りぐる**  
山の中でも最高においしいカツオが食べられる居酒屋。あかうしメニューもあり！(要予約)

**Izakaya Riguru**  
You can eat the best Katsuo and the local gourmet even when you're in the deep mountain. Reservations are required.



**上村青果**  
1962年に創業。食卓が豊かになるような「知識」を旬の青果と共に提供できる八百屋を目指しています！

**Kamimura Fruitshop**  
They provide seasonal fruits and vegetables with knowledge that will enrich your daily meals.



**エディオン さめうら店**  
オーナーが電気工事士の資格を持った電気関連のプロ。電化製品、電気工事のことは何でもおまかせあれ！

**EDION Sameura**  
The owner is a qualified electrician and is an electrical professional. Leave all your electrical appliances and electrical work to us!



**川や滝**  
たくさんの川魚が泳ぐ青く澄んだ美しい川や、大小様々な滝。深呼吸するたびにマイナスイオンに癒されます。

**Rivers and waterfalls**  
A beautiful, clear blue river with lots of river fish swimming in it, and there're waterfalls of various sizes in Tosa Town.



**棚田**  
水が溢れた緑の棚田。青々とした成長期の稲、黄金色に輝く稲穂は美しく、お米の美味しさも満点。

**Rice terraces**  
The rice terraces are beautiful in each season. And it tastes so good!



**田舎料理**  
椎茸や竹の子、手作りのこんにやくや豆腐。お山ならではの食材で作ったお料理が自慢です。

**Country cuisine**  
Try country dishes with ingredients such as shiitake and bamboo shoots, as well as handmade konnyaku and tofu.



**アイニギバー&カラオケ なたてん**  
熊本出身のオーナーが営むダイニングバー。一本の木をそのまま利用して作られた長い素敵なカウンターもあります。

**DiningBar&Karaoke Nanten**  
A dining bar with cozy long counter table, run by an owner from Kumamoto. You can enjoy Karaoke, too.



**お菓子工房 Dolce&Merenda**  
オンパレイコの実験が切り盛りのイタリアのスイーツとサンドイッチのお店。イトインコーナーもあり。

**Sweets Studio Dolce&Merenda**  
An Italian sweets and sandwich shop run by Onpaleico's. Enjoy fresh coffee at the café corner.



**末広ショッピングセンター**  
地元野菜からギフト、衣類、百貨物も！高知ならではの総菜も充実。お山の暮らしを変えてくれます。

**Suehiro Shoppingcenter**  
From the local vegetable to daily necessities, you can rely on this super market.



**お山のイタリヤレストラン Ombelico**  
本場で修業されてきたご夫婦が営むイタリア料理のお店。大人気のため予約は必須！

**Oyama no Italian restaurant Ombelico**  
An Italian restaurant run by a couple who have been trained in Italy. Reservations are required as this is a very popular restaurant!



**ラーメン土佐町439**  
大阪出身の店主によるこだわりのラーメン。飲食店の少ない土佐町のランチ時にちょうどよく大人気！

**Ramen Tosaicho 439**  
The ramen is very popular during lunch in Tosa Town, where there are few restaurants.



**ホームセンターマルニ**  
水回りや家電関連のお困りごとへのオール交換やパンク修理もしてくれる。何でも屋さんのような信頼も存在。

**Homecenter MARUNI**  
This shop will gladly assist you with any home-related problems you may have. DIY tools are also available here.

## 土佐町で子育て Raising Children in Tosa Town



**土佐町役場健康福祉課**  
赤ちゃんから高齢の方まで、町民の健康と生活環境に関するお問い合わせ窓口。

**Health and Welfare Division**  
Tosa town office for inquiries regarding the health and living environment of town residents, from babies to the elderly.



**子育て支援センター「ぼっぴ広場」**  
“皆さんの子育てを応援します”安心してホッとできる子育て親子の交流の場。

**Child care support center**  
“We support everyone's child-rearing.” A place where parents and children can interact with peace of mind!



**みつば保育園**  
0歳児～5歳児まで一棟の園舎。毎日手作りの給食とおやつ。時間は、子供たちの大好きなひと時。新園舎を建設中です。

**Nursery school**  
A nursery school for children 0 to 5 years old. The daily homemade lunch and snack time is a favorite time for children. A new school building is under construction (2024).



**土佐町小中学校**  
小学1年生から中学3年生までの小中一貫校。9年間の地域学習を通して、問題意識と課題解決を学ぶことができます。

**Tosa Town Elementary and Junior High School**  
The school is a unified elementary through Junior High school. Throughout the 9 years of learning, local regional issues, the student learns problem solving.

## 子育てに関する公的補助など

- 【暮らしに関する支援】
  - 生ごみコンポスト補助
  - 土佐町脱炭素社会推進総合補助金
  - 省エネ家電購入補助
  - メス猫不妊手術費用助成金
- 【ご結婚される方へ】
  - 結婚祝い
  - 不妊治療費の助成
- 【妊娠・出産に関する制度・手当など】
  - 出産育児一時金
  - 出産祝い金
  - 児童手当
  - チャイルドシート購入補助
  - 子どもの医療費助成
- 【保育に関する支援】
  - 保育料・給食費無料

## 詳しくはこちらから

- 【小・中学校に関する支援】
    - 小・中学校給食費無料
    - 遠距離通学する生徒のためのスクールバスを無料で運行
    - 通学用自転車・ヘルメット購入費補助
    - ランドセル購入費補助
  - 【中学・高等学校に関する支援】
    - 土佐町海外留學費支援制度
  - 【高等学校・大学の学校に関する支援】
    - 当北高等学校 教科書購入費補助金
    - 高等学校、大学の学校に在学者に対する奨学金の交付
- ※令和5年度時点での情報になります。

