

# 移住希望者は不安でいっぱい?



▲移住希望者と田舎暮らし案内人との交流会の様子

移住は生活の拠点を移すことから、人生における大きな転換点となります。それゆえ、移住希望者は移住先での新しい生活に多くの不安を抱えています。移住相談会や現地見学会では、原村へ移住するうえで知りたいことや不安に思うことが多く質問されます。冬の寒さや積雪量の多さといった気候に関する質問。自家用車の必要性や商店までの距離、公共交通の有無といった生活面の不安。賃貸物件や中古住宅、土地といった住居の確保に



車がないと不便?  
公共交通はあるの?  
雪はたくさん降るの?  
この物件で大丈夫かな?  
災害は多いの?

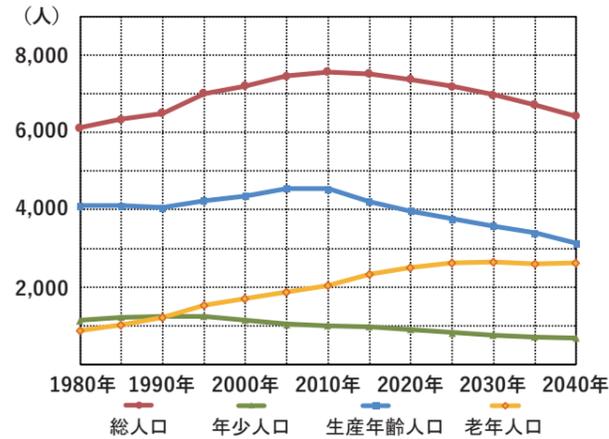
ついでに相談等、多岐にわたります。このようなことから、あらためて移住希望者が多くの不安をかかえていることが伺えます。移住の推進には、このよう不安を解消してあげることや住みやすい村を作ることが重要な要素となっています。村では、少しでも移住に対する不安を解消し、気持ちよく移住ができるよう、移住希望者をサポートする田舎暮らし案内人を組織し、移住の推進を行っています。

# 人口減少と移住の推進

少子化による人口減少に対する村内への移住推進の取り組みをご紹介します。

## 進む人口の減少

現在日本は急速な少子化によって人口減少が進んでいます。原村においても現在の人口7,642人(H29年10月1日現在)から、2040年には、6,430人(※)に減少すると予測されています。



### 人が減るとどうなるの?

人口の減少が進むとどのような問題があるでしょうか。消費が減ることが地域経済に悪影響を与え、商店や医療機関、娯楽施設等が撤退し、日常生活が不便になることが考えられます。また、空き家や耕作放棄地が増加したり、区や自治会といった住民組織の担い手の不足等、様々な問題が考えられます。

## 移住希望者をサポート 田舎暮らし案内人

田舎暮らし案内人は、原村の風土や魅力を発信したり、移住希望者の様々な相談に乗る住民ボランティアです。村を知り尽くしている根っからの原村住民の方やご自身も移住されて移住者の気持ちわかる移住経験者の方等、現在23名が活躍しています。移住相談会や現地見学会等に参加していただき、移住希望者のサポートをしています。

### 募集!! 田舎暮らし案内人

移住希望者へ村の魅力をPRしたり、悩みや不安の解決をお手伝いをしていただける方を募集しています。

総務課 企画振興係 ☎79-7942

## 人口減少対策

人口減少対策として移住・交流事業に取り組み、移住を検討している人を対象とした現地見学会や移住相談会、空き家情報の提供等を行っています。



【現地見学会】

実際に村に来てもらい、村の紹介や各種制度の説明、物件の見学や田舎暮らし案内人との交流会を行っています。



【移住相談会】

村の紹介や各種制度の説明、移住に関する相談を行っています。



【空き家情報の提供】

村内の空き家情報(賃貸または売買)を村ホームページで提供しています。

東京から移住してきた清水さん。10年前に原村に立ち寄った際、静けさや自然に魅力を感じて原村を好きになったそうです。このことがきっかけで、村への移住を考えるようになりました。移住に際しては、何度も村を訪れて夏の涼しさや冬の寒さを経験し、住みやすさを確かめたそうです。このことで、改めて村の魅力を再確認し、5年前に移住してきました。

移住前から原村が好きだった清水さんは、「もっと村をたくさんの人に知ってほしい」と、東京で知人のレストランに村の高原野菜を紹介したり、イベントに出かけて村の観光パンフレットを配る活動をしていました。移住後もこの気持ちは変わらず、田舎暮らし案内人となり、案内人を「移住希望者と原村のご縁をつなぐ役目」と考えて活動に取り組んでいます。



田舎暮らし案内人  
清水美雪さん  
移住希望者のみなさんにこんなこと、伝えてます!  
・静けさが素敵!  
・適度な人間関係!  
・水や空気がおいしい!  
・八ヶ岳が美しい!  
・不便さも楽しめる!  
・自然を大切に!



# 原っ子ほけんだより



当村には『原っ子保健委員会』という組織があります。この委員会では、村の教育・保健行政・保育園・幼稚園・小学校・中学校・地域が連携して、村の子どもたちの健康問題の解決、健康づくりの推進のための協議や研修を行っています。

## 今年度の取り組み

去る平成30年1月31日には「平成29年度原っ子保健委員会総会」が開催され、村の子どもたちの心身の健康について、報告・話し合いがもたれました。ここで、総会で紹介された今年度の取り組みを紹介します。

### 活動テーマ 「大切にしよう!朝ごはん!」

今年度の全体目標は、朝ごはんの大切さがテーマでした。全体目標を達成するため、それぞれの組織で目標を立て、活動に取り組みました。

#### 保健福祉課 健康づくり係では・・・

元気よく起きて、気持ちよく朝ごはんが食べられるように「歯のケアの大切さ」、「生活リズムの大切さ」に重点を置き、各種検診や離乳食教室、幼児食教室、母親学級等で指導を行いました。



▲離乳食教室では、朝ごはんのレシピの紹介や生活リズムの大切さを指導した他、薄味の提唱等、健康増進を図りました。

#### 保育園では・・・

「楽しく食べて、健康な心と体をつくる」を目標に、園児への食育や歯の健康等の指導、保護者へ向けた食の大切さや料理教室の開催等を行いました。



▲親子なかよしクッキングでは、親子で料理を作る楽しさを体験しながら、簡単な朝食メニューの作り方を学びました。

#### 小学校では・・・

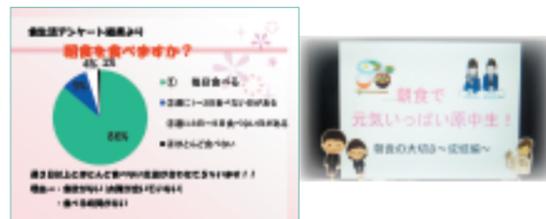
「食」や「自分の体」に対する意識を高めることを目標に、児童への健康教育や保護者への保健指導を行いました。



▲学校保健委員会で、保護者へ向けて朝食の必要性やバランスのとれた朝ごはんの大切さを説明し、理解を深めました。

#### 中学校では・・・

食の大切さを理解し、自ら栄養バランスを考えて食事をとることができる生徒の育成も目標に、健康教育や健康に関する生徒会活動が行われました。



▲中学校のお昼の放送(テレビを使った映像放送)でお昼ご飯を食べながら、朝食の大切さを指導するDVDを鑑賞し、朝食への関心を高めました。

来年度以降も原村の子どもたちのために活動していきます。原っ子保健委員会をよろしくおねがいします。

問 原っ子保健委員会 事務局 ☎79-7920

## 国民健康保険の届出はお早めに



3月から4月は転出・転入・進学・就職の季節です。

転出・転入・社会保険の加入となった方は国保の届出が必要になります。ただし、就職日、退職日より前に手続きをすることはできません。

国保に関する届出については、適正な保険税賦課・保険給付のためにも、必ず14日以内に届出をしてください。届出が遅れると遡って保険税を納めなければなりません。また、適正な給付が受けられない場合があります。

### ○こんなときは必ず14日以内に届出を

#### ➤ 国民健康保険に加入する時

こんなとき	手続きに必要なもの	国民健康保険加入日
村外から転入したとき	・印鑑 ・転出証明書	転入した日
職場の健康保険をやめたとき	・印鑑 ・職場の健康保険をやめた日が分かるもの(離職票、健康保険の資格喪失証明書等)	職場の健康保険の資格喪失日(退職日の翌日)
他の健康保険の被扶養者からはずれたとき	・印鑑 ・被扶養者でなくなった証明書	他の健康保険の資格喪失日

#### ➤ 国民健康保険をやめる時

こんなとき	手続きに必要なもの	国民健康保険喪失日
村外へ転出するとき	・印鑑 ・保険者証	村外の市町村へ転入した日
職場の健康保険に加入したとき	・印鑑 ・国保と職場の両方の保険者証	職場の健康保険に加入した日の翌日
他の健康保険の被扶養者になったとき	・印鑑 ・国保と他の両方の保険者証	他の健康保険に加入した日の翌日

- ・上記以外に届出者、世帯主、手続き対象者全員分の個人番号カードまたは通知カードが必要になります。なお、通知カードの場合は届出者の本人確認書類(運転免許証等)も必要になります。
- ・その他必要に応じて提出していただく書類があります。その際は、窓口にてご案内します。



### ○やめる手続きが遅れると

- ・職場の保険に加入されていても、国保をやめる届出は各自で行わなければなりません。
- ・他の健康保険加入日または転出日以降に、原村の国民健康保険証で医療機関等を受診された場合、あとで国保が負担した医療費を返還請求していただくことになります。

### ○退職後も加入できる社会保険の任意継続

退職後もある一定の条件(下記参照)を満たせば、退職した会社の保険に2年間加入できる制度です。詳しくは、ご自身の加入されていた保険者または会社にお問い合わせください。

#### ◇加入条件

- ・資格喪失日(退職日の翌日)までに会社の健康保険の被保険者期間が継続して2か月以上ある方
- ・任意継続の届出を喪失日から20日以内に提出された方

平成30年4月から保険者が原村と長野県の共同保険者となります。4月以降も現在の保険者証を引き続き利用可能です。

問 保健福祉課 医療給付係 ☎79-7926 (直通)