

信州の ここです。

● 岡谷市
● 下諏訪町
● 諏訪市
● 茅野市
● 原村
● 富士見町



諏訪圏移住交流推進事業連絡会

📍 諏訪地域とは？

ニッポンの真ん中にある信州のさらに真ん中、大自然に囲まれた6市町村からなる地域です。

大きく分けて諏訪湖周と八ヶ岳山麓、ふたつのエリアに6つの市町村。

諏訪湖エリア



諏訪湖を囲む岡谷市、諏訪市、下諏訪町3市町のエリア。明治期には岡谷を中心に製糸業が栄え、戦後は精密機械工業が発達した工業地域です。豊富な水と澄んだ空気から「東洋のスイス」として名を馳せました。

田舎過ぎず、必要な生活環境がコンパクトに揃っているのも、程よい田舎暮らしを満喫できる地域です。



八ヶ岳エリア



茅野市、富士見町、原村の3市町村に共通する八ヶ岳の麓に広がる高原の大地。

市街地から少し離れると、高原野菜を中心とした農地が広く続き、雄大な八ヶ岳や蓼科の大自然とともにゆったりとした田舎暮らしを満喫できます。

都心にも近く、気候は爽やか。緑豊かで観光客にも人気のエリアです。

👉 主要都市まで好アクセス

東京・名古屋まで、車でも電車でも約2時間半で行ける



四季折々 季節の移ろいを感じる



諏訪湖の花火（諏訪市）

車山高原（茅野市）

横河川の桜（岡谷市）

八島湿原（下諏訪町）

スノートレッキング（富士見町）

八ヶ岳自然文化園の紅葉（原村）



暖かな太陽の日差しがふりそそぐ高原のまち



基本情報 R3.8.1現在

- 人口：13,809人
- 面積：144.76km²
- 主な地域内の移動手段：
自家用車、バス、電車

移住の取組

PRポイント

- 二拠点居住も可能「富士見森のオフィス」 人をもつなぐ！テレワークの推進
- ハケ岳や井戸尻考古館など 自然も文化もたっぷり味わえる！子育て世代にもおすすめ
- 首都圏から約2時間。JR富士見駅を中心とした「暮らし易さナンバーワン」のコンパクトシティ

移住支援制度

- 富士見町移住・定住促進対策新築住宅補助金
- 空き家改修費補助金
- テレワーク推進補助金

担当からのメッセージ

令和2年4月より、移住・定住推進チーム【SST】を結成して移住相談をお受けしています。
相談内容は空き家探しから就職先の紹介まで、幅広く相談に応じています。
合言葉は「おせっかい」です。お気軽にご相談ください。

連絡先

【富士見町移住・定住相談室 富士見ウツリスムステーション
(JR富士見駅舎内)】

電話：090-1119-9332

富士見町移住情報サイト →

E-mail：kikakutoukei@town.fujimi.lg.jp





ハケ岳に見守られた自然豊かな大地



基本情報 R3.8.1現在

- 人口：7,721人
- 面積：43.26km²
- 主な地域内の移動手段：
自家用車、バス

移住の取組

PRポイント

- 夏は落ち着いた避暑地として都会からの人々で賑わい、四季折々のハケ岳の姿が心をなごませる
- おいしい高原野菜や鮮やかな花、満天の星 空も 水も 緑も すべてが美しい
- 「学童クラブ」や「原っ子広場」などの子育て環境も抜群
- 福祉が充実した健康の村 高齢者がとにかく元気！

移住支援制度

- 原村移住推進ポータルサイトにて村内の居住環境を紹介
- 現在は新型コロナウイルスの影響により休止していますが、
移住体験住宅や田舎暮らし現地見学会等のセミナー情報も発信

担当からのメッセージ

コンパクトな村の中に、田畑の広がる農村地域や、おしゃれなお店やペンションがある森林地域もあります。関東方面など高速道路からのアクセスが良く、移住者の方が増えている地域です。村内の開けたポイントから見渡すと周囲360度の山々が近く感じられる自然豊かで美しい村をぜひ体感ください。

連絡先

【原村役場 総務課企画振興係】

電話：0266-79-7942

E-mail：kikaku@vill.hara.lg.jp

原村移住情報サイト →





ほどよく田舎で、ほどよく都会、ちょうどいい暮らし



基本情報 R3.8.1現在

- 人口：54,919人
 - 面積：266.6km²
 - 主な地域内の移動手段：
自家用車、バス、
デマンドタクシー
- 移住の取組

PRポイント

- 首都圏からのアクセスが良く、二地域居住・週末移住に適した地域。
- 待機児童ゼロ！子育てサポート、地域医療、教育機関が充実。
- 駅直結のコワーキングスペース「ワークラボハヶ岳」！テレワークに最適。

移住支援制度

- 住宅関連支援
- 就業・創業移住支援事業補助金（一定の条件あり）
- 先輩移住者の体験談を聞くことができる「楽ちのステーション」

担当からのメッセージ

経験豊富な移住推進係の職員と2019年に東京から移住した地域おこし協力隊員が移住相談を行っています。オンライン移住相談も受け付けていますので、お気軽にお問い合わせください。

連絡先

【茅野市役所 地域創生課 移住・交流推進室】

電話：0266-72-2101（内線461） 茅野市移住情報サイト →

E-mail：iju@city.chino.lg.jp





気軽に大自然へ。大都市へ。



基本情報 R3.8.1現在

- 人口：47,990人
- 面積：109.91km²
- 主な地域内の移動手段：
自家用車、バス、電車

移住の取組

PRポイント

- 諏訪湖周ではカヤック・ジョギング・サイクリングなど健康づくりやスポーツが楽しめ、八ヶ岳など日本を代表する名山へのアクセスが抜群。
- 精密機械工業が盛んで、「ものづくり企業」が数多く立地。毎年秋には「諏訪圏工業メッセ」が開催。
- 待機児童ゼロ、病院あり、教育と医療環境が充実！
- 諏訪管内で最も商業施設が立地しており、買い物環境も充実！

移住支援制度

- 住宅関係支援（移住促進空き家バンク仲介手数料補助）
- UIターン就業・創業移住支援
- 起業支援（空店舗等活用補助、店舗等立地促進補助、貸工場・貸事務所家賃補助）

担当からのメッセージ

諏訪市の魅力は生活環境とアウトドア環境が近いこと！休日は気軽に諏訪湖周でカヤックやサイクリングが楽しめます。教育や医療、買い物環境が充実しているため日々の生活に不便は感じません！

連絡先

【諏訪市役所 地域戦略・男女共同参画課 地域戦略係】

電話：0266-52-4141

諏訪市移住情報サイト →

E-mail：senryaku@city.suwa.lg.jp





基本情報 R3.8.1現在

- 人口：18,728人
- 面積：66.87km²
- 主な地域内の移動手段：
車、バス、電車、自転車

移住の取組

移住支援制度

- 移住促進関連補助金等各種
- 空き家情報バンク制度
- 駅前交流情報拠点施設（地域住民と移住検討者との交流等）
- 移住交流スペース（移住相談、移住者との交流等）

つながりが生まれる コンパクトなまち



PRポイント

- しごと創生拠点施設ホシスメバでは、起業・創業する若者たちの活躍を支援
- チャレンジ起業支援事業や空き店舗活性化事業により、起業・創業する方のスタートを応援
- 移住交流スペース「ミーミーセンタースメバ」で町内の移住者をつなげる
- 駅前交流情報拠点「ら。shirotori」で地域住民など様々な人たちとの交流
- 地域おこし協力隊による移住オンライン相談

担当からのメッセージ

- ▶移住相談はmee mee center Sumebaへ！暮らしの案内や、まち歩き、移住者の紹介もしています。
- ▶来てくれる方を温かく迎え入れる、人が魅力の「しもすわ」へ、まずは遊びに来てください！

連絡先

【下諏訪町役場 産業振興課 移住定住促進室】

電話：0266-27-1111

下諏訪町移住情報サイト →

E-mail：iju@town.shimosuwa.lg.jp





基本情報 R3.8.1現在

- 人口：47,101人
- 面積：85.19km²
- 主な地域内の移動手段：
自家用車、バス、電車

移住の取組

移住支援制度

- 岡谷の魅力体験事業
(交通費・宿泊費・移住体験住宅の家賃について一部助成)
- 岡谷市移住体験住宅「ヴィラ塩嶺」 ■若者おかや暮らし応援事業
- 岡谷市空き家・特定住宅用地情報バンク ほか

湖に映える、美しいものづくりのまち



PRポイント

- 古くは製糸業で栄え、ものづくりを中心に多くの企業が立地 伝統ある産業の集積地
- ショッピングモールやスーパーマーケット、映画館など便利な生活環境が揃うコンパクトシティ
- 生活に彩りを与えてくれるスポーツ施設や岡谷蚕糸博物館やイルフ童画館などの各種文化施設が充実
- 諏訪湖、八ヶ岳を望む「鳥居平やまびこ公園」や0歳から3歳までが利用できる【子育て支援館「こどものくに」】など子どもから保護者までが楽しめる施設も充実

担当からのメッセージ

自転車で気軽に諏訪湖をはじめとする恵まれた「自然の魅力」を感じることができます。また市内に点在する菓子店や名物のうなぎなどたくさんの「食の魅力・人の魅力」にもふれることができます。

連絡先

【岡谷市役所 産業振興部工業振興課／企画政策部企画課】

電話：0266-21-7000／0266-23-4811 岡谷市移住情報サイト →

E-mail：kougyo@city.okaya.lg.jp／kikaku@city.okaya.lg.jp



☞ 諏訪圏への移住を検討するなら・・・

専任の移住コーディネーターがいる諏訪圏移住相談センターへ相談
(事前予約制)

ワンストップで対応



住まい



しごと



暮らし



コーディネーター
磯田 延雄



0266-57-0504



iju@suwa-life.jp

諏訪地域の「移住交流情報」ポータルサイト
諏訪で暮らす。

<http://www.suwa-life.jp/>

QRコード



〒392-0004

長野県諏訪市諏訪1丁目6-1

アーク諏訪 3 階

駅前交流テラス「すわっチャオ」内