

場所



基本情報

R3.4.1現在

- 人口：58,694人 ■世帯数：22,391世帯
- 面積：119.79km²（人口密度 489.9人/km²）
- 主な地域内の移動手段：
自家用車、鉄道、循環バス、タクシー

特徴

地理・交通

鉄道だと、東京から約1時間40分、名古屋から約2時間50分。車だと、高速道路を利用して、東京から約2時間30分、名古屋から約3時間に位置します。

気候
(冬の様子)

- 近年は暖冬の影響もあり、降っても積雪は5～10cm程度ですが、月に数回は雪かきが必要です。（2020年度3回程度、2019年度1回程度）
- 車を持つならスタッドレスタイヤが必須です！

名物

- 特産品のあんずが有名！一目十万本といわれるあんずの里があります！
- 生あんずやジャム・シロップ漬けなどの加工品は甘酸っぱくて美味しい！
- 街中に温泉街があり、日帰り入浴施設が7か所あります。入浴料300円～

PRポイント

- 豊かな自然がすぐ近くにあり、長野・上田・松本の3地域に車や電車で30分から1時間以内で行ける地の利を有する生活に大変便利なところ。高速道路が交差し、新幹線駅も近いのでどこへでも行けて、どこからでも来やすいまちです。

移住の取組

移住支援制度

- 住まいの支援…空き家バンクに登録されている空き家のリフォーム工事を行った場合、助成金100万円（上限）空き家家財処分助成金10万円（上限）
- 千曲市U I Jターン就業・創業移住支援補助金（単身世帯60万円、2人以上の世帯100万円、各種条件があります）

担当からのメッセージ

- 移住の不安を解消するため、丁寧にサポートします！
- 移住支援制度の詳細はぜひお問い合わせください。
- 事前予約制で市内見学ツアーも実施しています。

連絡先

【千曲市役所 観光交流課 ブランド交流係】

電話：026-273-1111（内線3293）千曲市ホームページ →
E-mail：koryu@city.chikuma.lg.jp

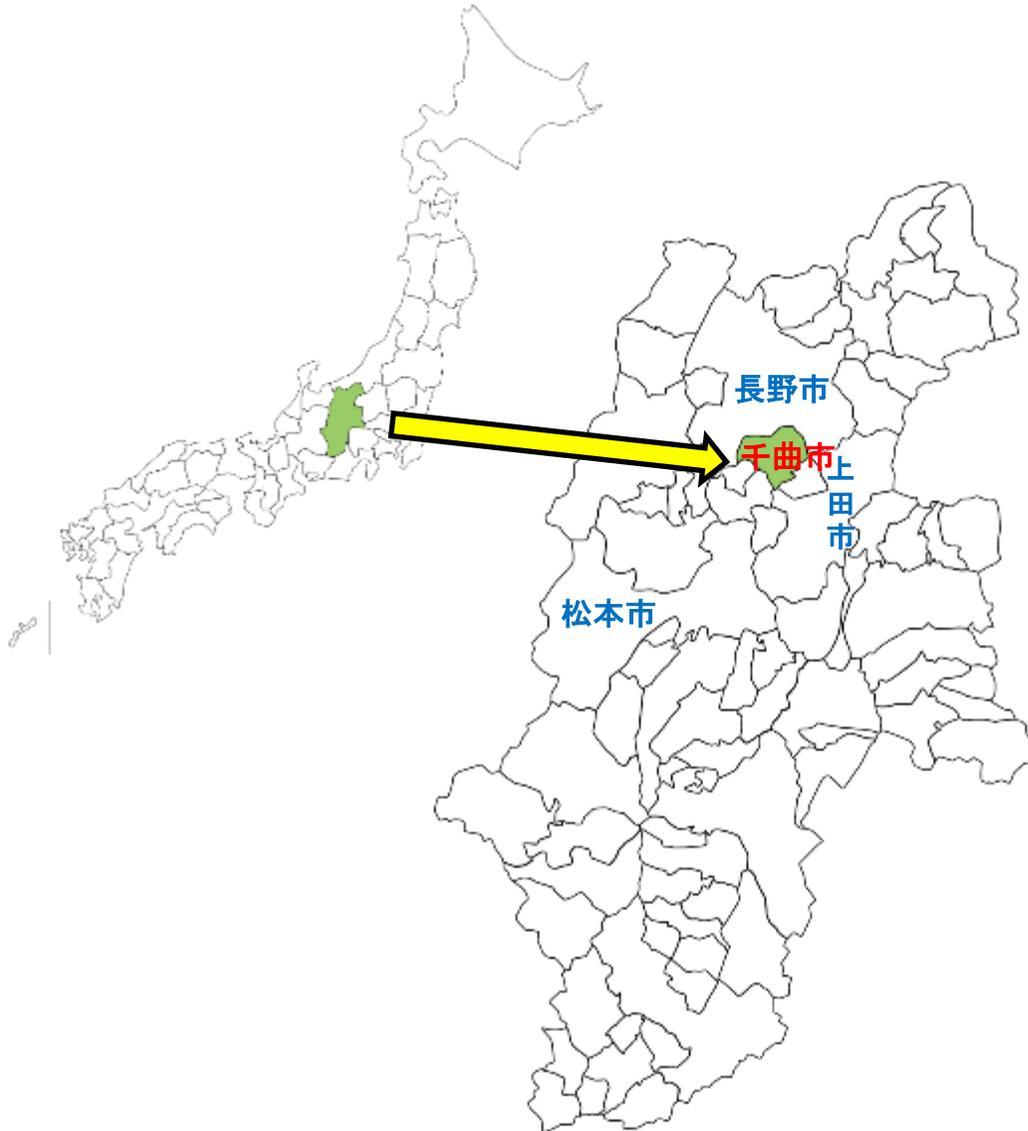




ちくまし
千曲市

～千曲市ってこんなまち！～

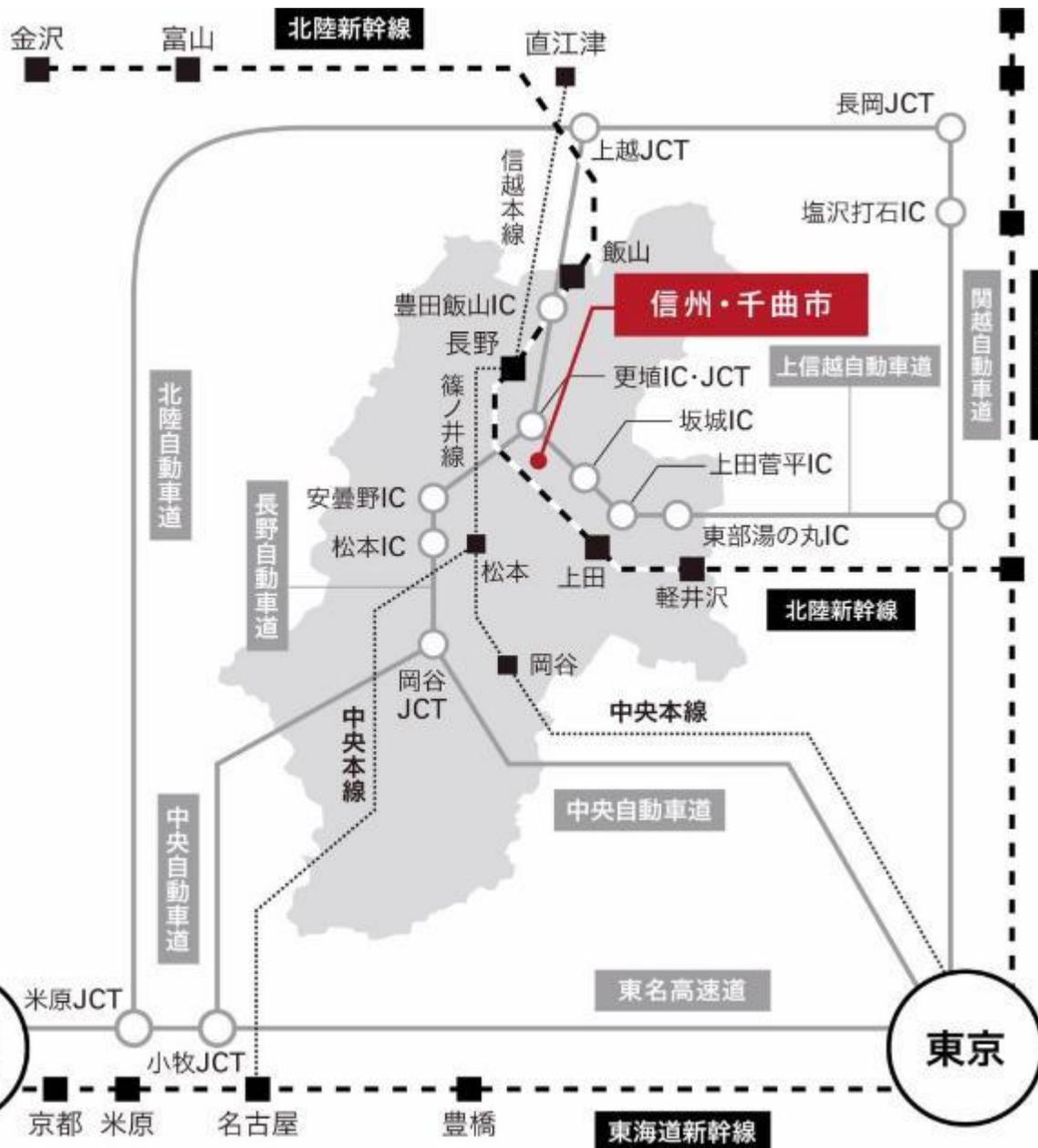
ちくまし
千曲市はどこにある？



長野県北部に位置し、
県庁所在地の
長野市の南に隣接

※長野市・上田市の中心部
へは、車や電車で約30分

千曲市へのアクセス



【列車】

東京から約1時間40分

- 北陸新幹線 約1時間20分
上田駅で乗り換え
しなの鉄道約15分

名古屋から約2時間50分

- 中央本線特急 約2時間35分
篠ノ井駅で乗り換え
しなの鉄道約10分

【車】

東京から約2時間30分

- 関越自動車道 練馬IC→藤岡JCT
上信越自動車道 坂城IC→R18経由→千曲市
- 関越自動車道 練馬IC→藤岡JCT
上信越自動車道 更埴JCT→更埴IC→千曲市

名古屋から約3時間

- 東名高速道路 名古屋IC～中央道 小牧JCT→
岡谷JCT→長野自動車道 更埴IC→千曲市
- ※姨捨スマートIC: 姨捨SA(千曲市内)では、ETC車
載器搭載の普通・軽自動車について下り線(松
本方面から)は出口、上り線(松本方面へ)は入
口のみ24時間利用できます

【高速バス】

- 首都圏や関西方面と千曲市内バス停を結ぶ高
速バスも充実しています

千曲市はどういうまち？



自然と便利が
まとまった
コンパクトな
まち



暮らしに便利な生活圏と、
市の中央を流れる雄大な千
曲川・姨捨の絶景などの自
然が、コンパクトにまと
まっているまちです！

千曲市はどういうまち？



地価が安い！

近隣市に比べてお手頃！

買い物が便利

市内にはスーパーマーケット、ドラッグストア、ホームセンターが点在



交通の便がいい

上信越自動車道と長野自動車道が交わり自動車移動の利便性は最高！近隣市には新幹線駅が2つとおでかけに便利！

千曲市はどういうまち？



雪はそんなに

積もらない

長野の冬 = 雪というイメージがあるけれど千曲市は積雪およそ10cm程度
雪かきは週1回あるかないか

日中に太陽が出ていればほぼ溶けて
しまいます

しかし寒い！ダウンジャケットとス
タッドレスタイヤは必須アイテム！

夏は暑い

長野 = 避暑地のイメージがあるけれど、最近
は30℃超えの日が・・・

夕立ちがきた日の夜はエアコンなし
でも寝られる！？

千曲市はどういうまち？

街中に温泉街がある

市内には戸倉上山田温泉があり、旅館ホテルが約30施設。

日帰り入浴施設も7か所あり毎日美肌の湯に入れる。

入浴料300円～。

ローカルグルメがある

温泉街には“おやき”や“おしぼりうどん”などの美味しいものや、個性的なお店がたくさん！



千曲市への移住でおすすめしたい 3つのポイント



- ① 自然と便利が両立しているコンパクトなまち
- ② 雪はそんなに積もらない（でも、寒い）
- ③ 街中に温泉街がある（毎日通える）

地域にある「仕事」

・ 製造、販売

⇒高速道路のJCTがあり、物流の拠点。昔から「ものづくりの町」として発展

(電子部品製造、**シャツ製造**、食品産業)

・ 農業

⇒果樹 (りんご、ぶどう、あんず)、
花卉 (トルコギキョウ)、ワインなど

・ 起業

⇒**商店街空き店舗等活用事業 (市補助)**

空き店舗の改修費、土地代・家賃補助
(1年間)

地域の「住まい」

・ 空き家バンク制度

⇒千曲市HP参照。現時点では、

売買のみ



・ 借家 (アパート)

⇒例. 1LDK 4万~5万

※最近インターネット料金込の物件も有!

地域が求める人材

せっかくなら地域を楽しんで生活してもらいたい…

地域に溶け込んでいける方

溶け込むためのツールとして…

「消防団」や「イベント・○○教室への参加」など

※困ったときは、移住担当者へ連絡

移住者への支援

- ・「仕事」、「住居」の斡旋
- ・移住後のサポート
- ・千曲市U I Jターン就業・創業支援事業補助金
(世帯：100万、単身：60万)

千曲市最近の話題

①令和2年6月

日本遺産認定

市内にある姨捨の棚田一帯が日本遺産に認定されました。



©信州千曲観光局

②千曲市で撮影！

映画・ドラマのロケに！

令和3年4月に千曲市内で映画『ペルセポネーの涙』が撮影されました。2021年11月26日に（県内先行）上映されます。

信越放送創立70周年記念映画 ペルセポネーの涙

千曲市をメインロケ地に農家の男性が真の男女愛に目覚める姿をリアルとファンタジーが交錯する世界観で描くヒューマンストーリー

製作 信越放送株式会社
製作協力 源田企画株式会社 監督 磯部鉄平／源田泰章（共同監督）

渡部 秀 剛力彩芽

橋本マナミ 勇 翔 岩永洋昭

渡辺裕之

根本 豊 大沢真一郎 宮入千洋

辻 凧子 小嶋修二 竹下かおり 大滝 樹 中村利通

山口友和 原野拓巳 小山修平 長屋和彰

白石優愛 滝澤 史 城倉志乃 望月麗奈 坂橋克明 ほか

2021年秋 劇場公開予定

これまで千曲市内で撮影された作品

- ・映画『ヒノマルソウル』
- ・映画『リスタートはただいまのあとで』
- ・映画『ファンシー』
- ・地域発信型映画『透子のセカイ』
- ・映画『フィルムに宿る魂』
- ・映画『前田建設ファンタジー営業部』
- ・映画『4月の君、スピカ。』
- ・映画『ソロキーンの見た桜』
- ・映画『博士の愛した数式』
- ・映画『青天の霹靂』
- ・短編ドラマ『私の卒業』 **YouTubeにて現在配信中**
- ・ドラマ『歩く人 第9話』
- ・ドラマ『日本ボロ宿紀行 第8話』
- ・ドラマ『終着駅シリーズ「荒野の証明」』
- ・大河ドラマ『風林火山』
- ・大河ドラマ『江～姫たちの戦国～』
- ・バラエティ『出川哲朗の充電させてもらえませんか？』



などなど…

千曲市最近の話題

③信州ブレイブウォリアーズが B1リーグ2年目の挑戦！

千曲市をホームタウンとするプロバスケットボールチーム「信州ブレイブウォリアーズ」は、昨シーズン、B1リーグ昇格初年度のチームとして最多の20勝を挙げました。2021-22シーズンのさらなる躍進にご期待ください！



④千曲市ワーケーションって？



いま、注目度が高まっているテレワークやワーケーション。交通の利便性が高く、自然も豊かな千曲市で開催される体験会に参加してみませんか？

千曲市ワーケーション

検索



ちくまし
ぜひ一度千曲市へお越しください



千曲市キャラクター あん姫

【問合せ】千曲市 経済部 観光交流課 ブランド交流係
〒387-8511 長野県千曲市杭瀬下二丁目1番地
TEL 026-273-1111 mail koryu@city.chikuma.lg.jp