

長野県上田市・東御市・長和町  
移住×就業セミナー

UEDA & TOMI & NAGAWA

# 信州上田地域でかなえる 「働く」と「暮らす」の いい関係。

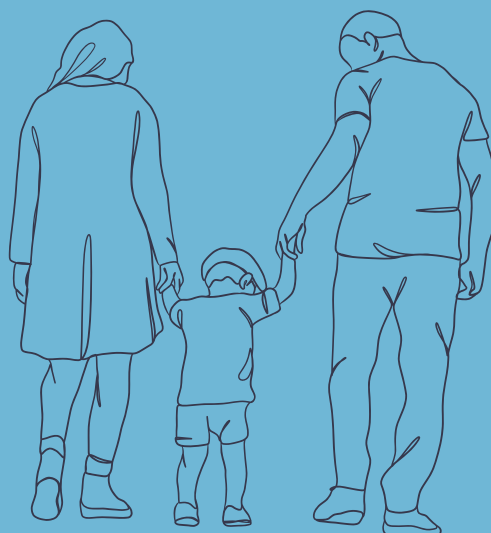
働くことも、  
暮らすことも、  
自分らしく選べる場所へ。

東京から約100分。  
信州上田地域（上田市・東御市・長和町）は、  
自然と都市のバランスが心地よいまちです。  
このセミナーでは、地域で働く企業担当者が  
実際の“働く・暮らす”のリアルを語ります。  
地方での暮らしに興味がある方も、  
まだ迷っている方も。  
あなたらしい“ちょうどいい関係”を  
見つけに来ませんか。

2026.08.22 土  
18:00-19:50

18:00-18:10 オリエンテーション  
18:15-18:45 クロストーク  
18:50-19:50 個別相談会

東京交通会館 8階ふるさと回帰支援センター  
セミナールームB



上田市移住交流推進課 電話：0268-71-6734  
東御市企画振興課 電話：0268-71-6790  
長和町総合政策課 電話：0268-75-2066