

## 若者の地方体験交流 募集概要

しかおいちょう  
北海道鹿追町 (人口: 4,822 人)

体験種目: ②農林漁業体験・③就業体験



### (体験内容等)

- 酪農研修 (1年間、4～3月) : 搾乳や乳牛の飼養管理などの研修
- 畑作研修 (7か月、4～10月) : いも・豆・ビートなどの栽培管理と収穫、出荷などの研修

(受入期間) 酪農研修 (1年間、4～3月)、畑作研修 (7か月、4～10月)

### (最寄りの交通機関・所要時間)

とち帯広空港から車で約1時間

J R札幌駅～J R新得駅 約2時間30分 J R新得駅から車で20分

### (応募要件・注意事項)

- 参加要件 ①鹿追町の農業や商工業に対して意欲をもって研修や実習等に取り組むことができる満18歳以上で心身ともに健康である方(就学中の者は除く)、②普通運転免許を有していること
- 応募締切 随時(ホームページをご確認ください)
- 費用負担 来町及び帰省に係る経費、食費・光熱水費、物財費42,000円/月
- 宿泊施設 専用研修滞在施設有り(無料)
- 食 事 自炊(自己負担)
- そ の 他 地元青年団体等との各種研修、交流事業の実施

### (担当者から一言)

大自然あふれる北海道十勝の「鹿追町」で、あたたかい仲間に関わり、農業研修、地元の青年たちとの交流事業に参加してみませんか?

### (お問合せ先)

団体名・担当部署・担当者名 北海道鹿追町役場 農業振興課 (担当: 佐々木、三好)  
TEL 0156-69-7122 E-mail ホームページ内のお問合せフォームから  
URL : <http://www.tokachi.or.jp/puremalt>





（体験内容等）

- ① 漁業・農業体験等
- ② 景勝地見学
- ③ 地域の方との交流
- ④ 市内施設や市内の様子見学など

大船渡暮らしを体感できる移住体験ツアーを例年開催しています！

（受入期間） 年2回（夏季・冬季、各2泊3日）

（最寄りの交通機関・所要時間）

【東北新幹線】一関駅下車 【JR 大船渡線】一関駅～気仙沼駅 【JR 大船渡線 BRT（バス）】気仙沼駅～大船渡駅  
（東京駅から約6時間）

（応募要件・注意事項）

- 参加要件 県外に在住し、当市への移住をお考えの方など
- 応募締切 ツアーごとに随時案内
- 費用負担 現地までの往復交通費等
- 宿泊施設 市内宿泊施設
- 食 事 旅程による
- その他 開催日程については、大船渡移住・定住ポータルサイトをご確認または下記担当へお問い合わせください。

（担当者から一言）

大船渡市は人が温かく、海と山に囲まれ四季折々の景色や食を楽しむことができます。移住を検討されている方、大船渡市に興味がある方のご参加をお待ちしております。

（お問合せ先）

大船渡 移住・定住相談センター トモツナ  
TEL 090-3442-7570 E-mail info@tomoduna.org  
URL : <https://www.tomoduna.org/>



# 若者の地方体験交流 募集概要

とおのし  
岩手県遠野市 (人口：約2万人)

体験種目：①地域づくり活動  
②農林漁業体験



岩手県遠野を第2のふるさと  
として楽しめるような  
グリーン・ツーリズム（農泊）  
の体験・研究してみませんか？



## (体験内容等)

- 遠野型グリーン・ツーリズムの農泊やサイクリングツアー、まちあるき、収穫体験などの各種体験への参加
- 地域住民や移住者等のヒアリングや研究論文の情報提供
- 20年来地域づくりに寄与している遠野型グリーン・ツーリズムについて事務局より説明 (4400円※通常は2.2万円)

(受入期間) ※通年でご相談に応じます。1回 1泊2日以上

## (最寄りの交通機関・所要時間)

東京駅から東北新幹線新花巻駅 乗り換え JR 釜石線新花巻駅から遠野駅 (約4時間程度)  
遠野駅から徒歩8分 遠野旅の産地直売所にて集合 (遠野駅徒歩圏内)

## (応募要件・注意事項)

- 参加要件 遠野のツーリズムによるまちづくりに興味のある
- 応募締切 年間を通じて相談に応じます。実施の14日前にはご相談ください。
- 費用負担 宿泊費 (農泊体験1泊2食13,200円～、ゲストハウス素泊まり4,400円～)、体験料、交通費、  
取組説明 (資料込み4,400円 質疑応答1時間程度) コーディネーター費 (総額10%) は自己負担  
※通常は遠野のグリーン・ツーリズムの取組み説明について一式22,000円+資料代550円人
- 宿泊施設 市内農家民宿 もしくは ゲストハウス を想定 詳細はお問い合わせください
- 食 事 自己負担になります
- その他 必要な持ち物は内容によって別途ご連絡します。

## (担当者から一言)

遠野のグリーン・ツーリズムは20年来、遠野のありのままの暮らしぶりを楽しめるように100名ほどの住民の方々と発展的に民間主導で実践。年々増加している農家民宿や、企業や大学と連携したツーリズムを長年実施。コロナ禍でも、ちょっと変わった町場体験や里山サイクリング等が好評。遠野の旬の旅と一緒に楽しんでくれる方々を募集しています。

## (お問合せ先)

団体名・担当部署・担当者名 認定NPO法人遠野山・里・暮らしネットワーク (担当：田村)  
TEL 0198-62-0601 E-mail tabisan@tono-yamasatonet.com  
URL : <http://www.tonotv.com/members/yamasatonet/>

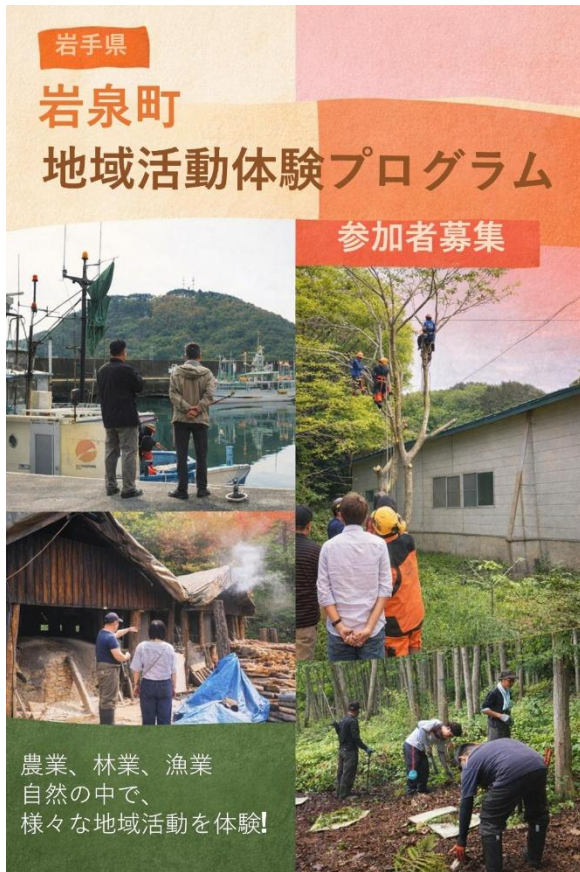


組織概要について

# 若者の地方体験交流 募集概要

いわいずみちょう  
岩手県岩泉町 (人口: 7, 600人)

体験種目: ①地域づくり活動  
②農林漁業体験



昨年実施した畜産系のインターンの  
様子はこちらから↓



(体験内容等) 固定したプログラムでは無く、参加者の希望を伺いながら内容を組んでいきます。  
作業体験をするだけでなく、地域の案内や住民との交流を組み入れることも可能です。  
※過去の例：畑わさび体験、酪農畜産体験、家具制作体験など

(受入期間) 3日～14日程度  
※実施時期は随時可能ですが、準備の都合上、希望日の1ヶ月程度前にご連絡ください。

(最寄りの交通機関・所要時間) 三陸鉄道岩泉小本駅から車で20分  
※盛岡駅などからの送迎も可能なので事前にご相談ください。

(応募要件・注意事項)

- 参加要件 岩泉町及び岩泉町の産業に興味のある方
- 費用負担 体験参加費0円、交通費一部補助あり
- 宿泊施設 町内ホテルなど
- 食 事 参加者負担
- その他 事前に事業担当者と面談をしていただきます (WEB面談可)

(担当者から一言)

おためし地域おこし協力隊や協力隊インターン制度を活用したプログラムです。  
岩泉町は非常に魅力的で豊かな町だと思っています。が、事実として過疎化や高齢化はここ何十年も止まっていません。  
そんな岩泉町に実際に足を運び、課題に触れ、暮らす人と話し、実際に頭や手足を動かすことで岩泉町で『働くこと』だけではなく、『暮らす』こともイメージしてくれたら嬉しいです。

(お問合せ先)

団体名 一般社団法人 KEEN ALLIANCE (キーン アライアンス)  
担当者 金澤 (かなざわ)  
TEL 080-2580-4253  
E-mail t\_kanazawa@iwaizumi.life



# 若者の地方体験交流 募集概要

なかがわまち  
栃木県那珂川町 (人口: 13,752 人)

体験種目: ②農林漁業体験  
④暮らし・イベント体験、その他



## 栃木県那須郡那珂川町 林業暮らし体験プログラム

### おすすめする4つの理由

美しい自然

温かなコミュニティ

本格的な林業体験

新鮮な地元食材

馬頭温泉郷



#### (体験内容等)

本プログラムでは、林業家の指導によるチェーンソーや刈払機体験、参加者と地域住民との合同ジビエ BBQ 交流会、八溝のひのきを使った木工クラフト（やじろベエとコースターづくり）、移住者の体験談シェアなどを通して、那珂川町の暮らしを体験していただきます。

単なる観光ではなく、地域の仕事や暮らしに触れる体験を通して、この地域の自然・産業・文化への理解を深め、将来的な関係人口の創出や多拠点居住、移住につながるきっかけづくりを目指しています。

(受入期間) 通年（最大2泊3日）※年末年始を除く

#### (最寄りの交通機関・所要時間)

JR 氏家駅・JR 西那須野駅より車で約40～50分（送迎あり）、自家用車の方は那珂川町役場に集合  
※詳細な集合場所は参加決定後にご案内します。

#### (応募要件・注意事項)

- 参加要件 林業や森林に関わる仕事に興味・関心がある方、地方での暮らしや移住、多拠点生活に関心がある方
- 応募締切 募集開始時に周知
- 費用負担 募集開始時に周知（現地までの交通費は自己負担）
- 宿泊施設 町内の各民泊家庭
- 食 事 民泊家庭の地域の食事（5日夕食、6日と7日朝食）、いししカレーと羽釜ご飯体験、ジビエ BBQ

#### (担当者から一言)

本プログラムでは林業体験を入口に、地域の食や暮らし、地域住民との交流を通して、那珂川町の「森とともに生きる暮らし」を体感していただけます。

林業の仕事体験だけでなく、地域の暮らしや人とのつながりを感じることで、那珂川町の魅力を知り、将来的な関係人口や多拠点生活、移住につながるきっかけづくりを目指しています。林業や里山の暮らしに興味のある方は、ぜひご参加ください。

#### (お問合せ先)

団体名・担当部署・担当係名 那珂川町役場 産業振興課【竹取倶楽部】

TEL: 0287-92-1113 E-mail: taketoriclub@gmail.com

URL: <https://tochigi-tunagu.jp/archives/9256>



# 若者の地方体験交流 募集概要

かとりし  
千葉県香取市 (人口：68,000人)

体験種目：①地域づくり活動  
②農林漁業体験

千葉県おためし地域おこし協力隊香取市

見て、して、食べて 学ぶ3日間。

地域おこし協力隊の活動内容や、香取市の魅力、おためし地域おこし協力隊の役割について、詳しく説明いたします。

香取市  
おためし地域おこし協力隊

お問い合わせ先  
千葉県香取市企画政策課  
TEL: 0439-52-5222  
E-Mail: info@kayori-shi.kayori.jp  
〒290-0001 香取市香取1-1-1

「おためし地域おこし協力隊」から本隊員に！

Q. 早速に獲ったプログラムは？

香取市のおためし地域おこし協力隊は、地域おこし協力隊の活動を通じて、香取市の魅力を体験し、地域おこし協力隊の役割について学びます。

Q. どうして香取市協力隊に？

香取市は、豊かな自然環境と歴史ある文化が魅力です。おためし地域おこし協力隊として、香取市の魅力を体験し、地域おこし協力隊の役割について学びたいと考えています。

香取市 香取市おためし地域おこし協力隊

お問い合わせ先  
千葉県香取市企画政策課  
TEL: 0439-52-5222  
E-Mail: info@kayori-shi.kayori.jp  
〒290-0001 香取市香取1-1-1

(体験内容等) ※以下は内容例です。回ごとにプログラムは異なります。

- ・地域おこし協力隊活動体験 ・町並み散策/古民家活用事例視察 ・農家ツアー ・現役協力隊との交流・意見交換

(受入期間) 大学等の大型連休に合わせて、年間2回程度実施予定(夏休み・春休みなど)

※事前にお問い合わせいただければ、募集開始時にメール等で通知させていただきます。

(最寄りの交通機関・所要時間)

- ・JR 成田線「佐原駅」駅前集合(東京駅から電車で約110分、高速バスで約90分)

(応募要件・注意事項)

- 参加要件 大学生および大学院生、社会人など(3大都市圏または政令指定都市内の在住者を特に希望)
- 応募締切 詳細は市HPをご確認頂くか、下記担当までお気軽にお問合せください。
- 費用負担 現地までの交通費：自己負担 体験参加費・宿泊費等：無料
- 宿泊施設 市内ホテル・民泊施設
- 食 事 市内飲食店等(一部参加者の費用負担有)
- その他 詳細は市HP(地域おこし協力隊)等で掲載

(担当者から一言)

香取市企画政策課おためし地域おこし協力隊担当です。おためし地域おこし協力隊は、地域おこし協力隊に応募する前に、2泊3日で地域おこし協力隊の活動体験をしていただくことで、香取市の魅力や課題を考えていただき、協力隊として香取市で働くことをイメージしていただく取り組みです。本プログラムを通じて、香取市の様々な魅力に触れることで、地

## 若者の地方体験交流 募集概要

域おこし協力隊員や、定期的に市を訪れ、地域と関わり合いを持つ、「関係人口」になって頂ける方が増えればと思います。あなたの視点から香取市を見て・感じたことをぜひ教えてください。今までになかった地域おこしのアイデアが地域に吹き込まれることを期待しています。

少しでも関心をもってくださいましたら、以下の連絡先までご連絡をいただけますと幸いです。皆様からのご応募を心よりお待ちしております。

(お問合せ先)

団体名・担当部署：香取市企画政策課政策班 おためし地域おこし協力隊担当

TEL：0478-50-1206 E-mail：seisaku@city.katori.lg.jp

URL：[https://www.city.katori.lg.jp/government/plan\\_policy/tiikiokosi/otameshi\\_chiiki.html](https://www.city.katori.lg.jp/government/plan_policy/tiikiokosi/otameshi_chiiki.html)



# おばま農業インターンシップで

## 農業と食文化を体験しませんか？

【インターンシップ例 2泊3日ver.】



	AM	PM
1日目	<ul style="list-style-type: none"> <li>○御食国若狭おばまの文化について</li> <li>○小浜市の農業について</li> <li>○小浜市内案内</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○受入農家で農業体験① ～お米農家で収穫体験～</li> </ul> 
2日目	<ul style="list-style-type: none"> <li>○市場見学</li> <li>○受入農家で農業体験① ～お米農家で収穫体験～</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○受入農家で農業体験② ～野菜農家で栽培体験～</li> </ul> 
3日目	<ul style="list-style-type: none"> <li>○漁業見学・体験</li> <li>○受入農家で農業体験② ～野菜農家で栽培体験～</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○食文化見学(箸・酒造)</li> </ul> 

(体験内容等)

農業インターンシップとは、実際に市内の農家のもとで農作業の体験ができ、小浜市の食文化等も学んでいただける制度です。

- ・農作業体験 (田植え、稲刈り、野菜の種まき、収穫、管理作業など)
- ・小浜市内見学 (農家、地元野菜を使用しているレストラン、その他1次生産者)

などのコース例を参考に、農林水産課と相談して行程を作成します。

(受入期間) 2泊3日から最長7泊8日

(最寄りの交通機関・所要時間)

JR 小浜線 小浜駅下車 小浜市役所まで徒歩10分

(応募要件・注意事項)

- 参加要件 ①小浜市で就農を考えている大学生以上の方 ②農作業を行う意欲のある方  
③受入れ農家のルールを守ることが出来る方
- 応募締切 なし 通年募集※ただし、募集人員に達し次第終了
- 費用負担 宿泊費無料 交通費一部補助
- 宿泊施設 市内宿泊施設
- 食 事 食事代自己負担

(担当者から一言)

小浜は、風光明媚で人情にあつまちです。米作りが盛んですが、野菜作りも盛んです。大根、人参などの一般的な野菜から色大根やコリンキー、バターナッツなど珍しい野菜作りをしている農家さんもおります。

当市へ興味のある方の参加をお待ちしております。

(お問合せ先)

団体名・担当部署・担当係名 福井県小浜市農林水産課 竹内 彰朗  
TEL 0770-64-6023 (直通) E-mail nourinsuisan@city.obama.lg.jp  
URL : <https://www1.city.obama.fukui.jp>

おおのし  
福井県大野市（人口：28,031人）

## (体験内容等)

福井県大野市は、福井県の東部に、そして全国の特別豪雪地帯の中でも南に位置し、周囲を山々に囲まれた盆地地形のまちです。市街地には天空の城として知られる越前大野城があり、その麓には城下町が広がっています。

また、まちなかには、名水百選に選ばれた「御清水」などの湧水地が多く、名水のまちとしても知られています。自然豊かな大野で、地域ならではの仕事や暮らしを通じて、都市部にはない「雪国の暮らし」と出会ってみませんか。

<主な受け入れ事業者> 酒造場、ワイナリー、農家、牧場、工務店、まちづくり団体など

<主な体験内容> 事業者でのインターン、地域住民との交流会

(受入期間) 夏季：8-9月のうち1週間程度 冬季：2-3月のうち1週間程度

(ただし、現時点で冬季の実施は未定。詳細は雪国インターン note 記事を参照)

## (最寄りの交通機関・所要時間)

出発地	ルート	所要時間	運賃(片道・目安)
東京	東京→福井(新幹線)→越前大野(電車・バス)	4.0時間	¥16,000
名古屋	名古屋→福井(バス)→越前大野	4.0時間	¥5,000
大阪	大阪→敦賀→福井(新幹線・在来線)→越前大野	4.0時間	¥7,500

## (応募要件・注意事項)

- 参加要件：大学生・大学院生
- 応募締切：詳細は雪国インターン note 記事をご確認ください
- 参加費：¥5,000-¥10,000(参加期間により異なる)
- 宿泊施設：関西大学横町スタジオや付近の旅館など
- 食事：自己負担
- 交通費：一部負担。福井県や大野市の補助金が利用できます(参加者本人が申請)

## (担当者から一言)

地域の事業所で働くことや住民の方々との交流を通して地域に関わってみませんか? ご参加をお待ちしています!

## (お問合せ先)

団体名・担当部署・担当係名 福井県大野市 行政経営部 政策推進課

【受入担当：大野市地域おこし協力隊 川口赴司】

E-mail:takeshi3kawa@gmail.com

雪国インターン紹介ページ：[https://note.com/ono\\_yukiguni](https://note.com/ono_yukiguni)

雪国インターン  
note 記事はこちら▶



# 若者の地方体験交流 募集概要

あわらし  
福井県あわらし市（人口：25,968人）

体験種目： ②農林漁業体験



## 農業お仕事体験 3泊4日



（体験内容等）

- 玉ねぎの植付け体験（6月上旬～6月下旬）
- 葡萄、梨の収穫体験（7月中旬～8月下旬）
- さつまいも収穫体験（9月下旬～10月下旬）
- 大根、蓮根収穫体験（11月下旬～12月中旬）

（受入期間） 上記体験期間内 ※年末年始を除く

（最寄りの交通機関・所要時間）

北陸新幹線 芦原温泉駅 下車（東京駅から約3時間）

（応募要件・注意事項）

- 参加要件 あわらし市への移住に興味のある方、普通自動車免許
- 応募締切 参加希望日の2週間前までにお申し込みください。
- 費用負担 無料 ※ただし、現地までの交通費、訪問先の入館料、飲食代は自己負担となります。交通費は福井県の補助制度があります。
- 宿泊施設 市内の宿泊施設「蓮ヶ浦荘別館」（宿泊費無料）
- 食 事 自炊
- その他 応募後、オンラインで事前打ち合わせをさせていただきます。

（担当者から一言）

広々とした田園風景が広がる、自然豊かなあわらし市。

この恵まれた大地で育った農作物を、あなた自身の手で収穫してみませんか？

収穫のわくわく感や土の温もり、農家さんとのふれあいなど、ここでしか体験できない農業お仕事体験をご用意しました。

ぜひあわらし市へお越しください。

（お問合せ先）

団体名・担当部署・担当係名 福井県あわらし市 創造戦略部 市民協働課 移住空き家対策グループ

TEL 0776-73-8006

E-mail [ijyu@city.awara.lg.jp](mailto:ijyu@city.awara.lg.jp)

詳細は体験開始1ヶ月前までにあわらし市ホームページに掲載します。



# 若者の地方体験交流 募集概要

みなみえちぜんちょう  
福井県南越前町 (人口：9,200人)

体験種目：②農作業体験



## (体験内容等)

- 花ハス収穫の体験 (8月中旬)
- ビニールハウスでの農作業お手伝い (3月～11月)

(受入期間) 通年

## (最寄りの交通機関・所要時間)

JR 北陸本線 今庄駅下車

## (応募要件・注意事項)

- 参加要件 18歳以上
- 応募締切 滞在希望日の2週間前
- 費用負担 宿泊費：地域の仕事を手伝ってもらうことで無料 食費：実費
- 宿泊施設 古木シェアハウス
- 食 事 自炊
- そ の 他 受入前にオンラインで事前打ち合わせをさせていただきます。

## (担当者から一言)

山も海もあり地形の起伏に富んでいる自然豊かな町です。作付面積全国1の花ハスの収穫や、地域の農産物の収穫などのお手伝いを通じて、地域の方とふれあい、暮らしに近い滞在していただければと思います。いつもの暮らしから少し離れて、土に触れ、ちょっと立ち止まって考えてみるのにいい場所です。

## (お問合せ先)

団体名・担当部署・担当者名 南越前町役場 みらい創造課  
TEL：0778-47-8013 E-mail：mirai@town.minamiechizen.lg.jp



URL：<https://www.minamiechizen-iju.jp/>

# 若者の地方体験交流 募集概要

みなみあるぷすし  
山梨県南アルプス市 (人口: 71,786人)

体験種目: ②農林漁業体験、③就業体験  
④暮らし・イベント体験、その他

## “仕事×暮らし”の田舎体験



  
南プスぐらし



### (体験内容等)

『インターンではない、都内では体験できないことを地域生活のなかで学ぶ!』ことを目的に、南アルプス市ではふるさとワーキングホリデーを実施しています。仕事(農業、地域の事業所活動など)と、暮らし(地域イベント参加、移住アンバサダーとの交流など)を体験していただくものとなっています。

(受入期間) 7月、10月頃(14日間程度)、年2回を予定。※随時更新

### (最寄りの交通機関・所要時間)

高速バス: バスタ新宿(南口)→南アルプス市(約2時間30分)

電車+バス: JR中央線 甲府駅+山梨交通バス→南アルプス市(約3時間)

### (応募要件・注意事項)

- 参加要件 募集する仕事内容によって異なります。
- 応募締切 受入期間が決まったところで発表します。
- 費用負担 交通費や食費など自己負担していただくものがあります。
- 宿泊施設 市が用意する市内宿泊施設
- その他 詳細は下記担当までお問い合わせください。

### (担当者から一言)

雄大な大自然のもと、思い立ったらすぐに、登山やキャンプなど気軽にアクティビティを楽しむことができる南アルプス市! 地域との交流を一番に考え、「ただ働く」のではなく、「田舎で働きながら生活する」という、実際の南アルプス市を体験してもらいたいと思っています。QRコードで令和7年度の募集ページ(参考)が見られます。「新しい募集について知りたい」、「ちょっと気になる」といった方、まずはお気軽にお問い合わせください。

### (お問合せ先)

団体名・担当部署・担当係名 南アルプス市 総合政策部 ふるさと振興課 移住・定住担当  
TEL 055-282-6073 E-mail [furusato@city.minami-alps.lg.jp](mailto:furusato@city.minami-alps.lg.jp)  
URL: <https://www.city.minami-alps.yamanashi.jp/docs/19510.html>



# 若者の地方体験交流 募集概要

なんたんし  
京都府南丹市 (人口：29,018人)

体験種目：①地域づくり活動  
②農林漁業体験



(体験内容等)

- ・農林業体験 (田植え、稲刈り、野菜植えつけ・収穫、草刈り、木こり体験)
- ・地域文化体験 (しめ縄づくり、郷土料理)
- ・地域行事体験 (お祭り)

(受入期間) 4月1日～3月31日

(最寄りの交通機関・所要時間)

参加する体験によって異なります。

【参考】南丹市役所：JR 京都駅から電車とバスを乗り継いで約1時間 (最寄りバス停：国際交流会館前)

(応募要件・注意事項)

- 参加要件 農山村地域への移住を希望される方、農山村地域での田舎暮らしを体験したい方、農山村地域での起業・就業を希望される方
- 応募締切 随時募集
- 費用負担 参加費用なし (ありの場合もあります。)
- 宿泊施設 自己負担
- 食 事 自己負担
- そ の 他 作業できる服装を用意してください。その他必要な持ち物は別途連絡します。

## 若者の地方体験交流 募集概要

(担当者から一言)

面積が広い分だけ、仕事の幅も広い南丹市。狩猟やジビエ料理のお店をされている方から地域内外の企業に勤める方など、働き方だけでなく、地域ごとの暮らしそのものが多様であることが南丹市の特徴です。美山町の「かやぶきの里」は、年間を通して国内外から数多くの観光客が訪れるので、観光産業も盛んです。JR 京都－園部間も快速電車で36分。園部始発が多く電車で座りながらゆったり通勤できるのも南丹市のプチ自慢！

(お問合せ先)

団体名・担当部署・担当係名 京都府南丹市 地域振興課 大狩

TEL 0771-68-0019 E-mail [chiiki@city.nantan.lg.jp](mailto:chiiki@city.nantan.lg.jp)

URL : <https://www.nancla.jp/>



# 若者の地方体験交流 募集概要

体験種目：①地域づくり活動  
②農林漁業体験 ③就業体験  
④暮らし・イベント体験、その他

すもとし  
兵庫県洲本市 (人口：40,115人)



12年間で56大学から約1.4千人の大学生がやってきて大活躍！  
淡路島・洲本市で「おもろい」こと、一緒にやらんか？



## (体験内容等)

農作業、農村交流、アウトドアレジャー企画運営、空き家リノベーション、イベント開催、商店街活性化、商品開発など体験メニューは多数用意。あなたの「やってみたい」と地域の「やってほしい」をマッチングします。

(受入期間) 一年を通して、日帰り～数か月の中長期滞在まで、出来る限り対応します

## (最寄りの交通機関・所要時間)

JR 三ノ宮駅から洲本バスセンター行き高速バス（西日本 JR バス、本四海峡バス、神姫バス、淡路交通）に乗車し約90分、終点洲本バスセンター下車

## (応募要件・注意事項)

- 参加要件 大学生、リスキルや転職を考える 20～30 代の社会人
- 応募締切 随時受付
- 費用負担 交通費の一部（交通費補助制度あり）
- 宿泊施設 大学生には費用負担不要の施設をご用意
- 食 事 自己負担、自炊可
- そ の 他 明るく、ポジティブに、臨機応変に！



大学生滞在施設「ついどはん」

## (担当者から一言)

洲本市は、瀬戸内海最大の島、淡路島の中央に位置し、温暖な気候、美しい自然風景、豊かな山海の幸に恵まれ、約4万人が暮らしています。人口減少が毎年500人のペースで進んでおり、高齢化、担い手不足など過疎の課題を抱えるなか、地域住民が都市部の大学と連携し、学生や教員とともに地域活性化を目指す「域学連携事業」に12年間取り組んでいます。若者の受け入れ実績が豊富な洲本市に、あなたの「やってみたい」をお気軽にご相談ください。

## (お問合せ先)

団体名・担当部署・担当係名 洲本市・企画情報部 企画課・政策調整係  
TEL 0799-22-3321 E-mail kikaku@city.sumoto.lg.jp  
URL : <https://www.city.sumoto.lg.jp/> <https://bankalanka.com/>



# 若者の地方体験交流 募集概要

体験種目：①地域づくり活動  
②農林漁業体験③就業体験  
④暮らし・イベント体験、その他

たんばささやま  
兵庫県丹波篠山市（人口：38,440人※2026年2月末時点）



**(体験内容等)**

- ・地域づくり体験（地域イベント補助）
- ・農林業体験（植え付け、収穫、草刈りなど）
- ・地域文化体験（お祭り）

**(受入期間)** 4月1日～3月31日（随時）

**(最寄りの交通機関・所要時間)**

J R 福知山線 篠山駅

**(応募要件・注意事項)**

- 参加要件 農山村地域への移住を希望される方、農山村地域での田舎暮らしを体験したい方、農山村地域での起業・就業を希望される方
- 応募締切 随時募集
- 費用負担 参加費用なし（ありの場合もあります。）
- 宿泊施設 自己負担
- 食 事 自己負担
- そ の 他 作業できる服装を用意してください。その他必要な持ち物は別途連絡します。

**(担当者から一言)**

歴史的な街並みや農村の暮らしを求め、移住者が急増中の丹波篠山市！古民家を活用したおしゃれなカフェや黒枝豆や栗などのおいしい味覚が満載で、観光地としても魅力もあります。  
丹波篠山市では、10年以上前から大学と連携し、研究活動フィールド学生を受け入れてきており、若者の受け入れ実績が豊富です。ぜひ、お気軽にご相談ください。

**(お問合せ先)**

丹波篠山市役所 丹波篠山つながり案内所（企画総務部内）  
TEL 079-552-1111（代表） E-mail sozotoshi\_div@city.sasayama.hyogo.jp  
URL : <https://ouen.sasayama.jp/>



# 若者の地方体験交流 募集概要

あわじし  
兵庫県淡路市 (人口 : 40,594 人)

体験種目 : ①地域づくり活動  
②農林漁業体験  
④暮らし・イベント体験、その他



## (体験内容等)

参加者の希望に合わせたオーダーメイドツアーです。

○先輩移住者との交流 ○市内施設の見学 ○農林漁業体験や交流 ○気になるスポットへの案内 ○イベント参加や企画運営 ○空き家バンク物件の案内 など

※ご希望に添えない場合もあります。あらかじめご了承ください。

(受入期間) 1年を通して対応いたします ※水曜定休日、GW、お盆、年末年始は除く

## (最寄りの交通機関・所要時間)

JR 三宮駅から高速バスで約 70 分「津名港」下車 ※淡路市役所までの経路

## (応募要件・注意事項)

- 参加要件 淡路市での暮らしや、拠点づくり、移住に興味のある方
- 応募締切 随時受付
- 費用負担 参加費無料 ※交通費、飲食代、体験費用、宿泊は実費
- 宿泊施設 市内の宿泊施設を紹介します
- 食 事 各自対応
- その他 申込後に調整しながらツアーを組み立てます

## (担当者から一言)

海や山などの自然が身近にあり、四季折々の食を楽しみながら、神戸や大阪など都会にもアクセスがいいという多様な暮らしができる淡路市です。あなたの見たいモノ、やってみたいコト、会ってみたいヒトなど、あなたの希望とする暮らしや体験を聞きながらツアーを組み立てていきます。

観光スポットとして注目されている淡路島で、「暮らす」視点での体験してみませんか？

## (お問合せ先)

団体名・担当部署・担当係名 NPO法人島くらし淡路 (淡路市委託先)

TEL 0799-70-6876

E-mail sk.awaji2016@gmail.com

URL : <https://www.awaji-teijyu.jp/index.html>





## (体験内容等)

子どもたちに光の海や魚を身近に感じてもらうため、「地引網」を体験する“光の海の体験プロジェクト”を開催します。地引網で獲れる魚は、時期などにもよりますがタイやチヌをはじめ、イカ、サヨリ、アジなどが期待できます。獲れた魚は、お持ち帰りいただき、新鮮な光の海の恵みをご賞味ください。

(受入期間) 10月頃を予定

## (最寄りの交通機関・所要時間)

JR 山陽本線光駅下車。防長交通光駅バス停から室積方面へ約14分、西新開バス停下車。徒歩3分。

(応募要件・注意事項) ※令和8年3月時点の予定です。詳細は下記担当係までお問合せください。

- 参加要件 小・中学生対象
- 応募締切 9月頃
- 費用負担 500円程度
- 宿泊施設 なし
- 食 事 なし
- その他 獲れた魚はお持ち帰りいただけます。

## (担当者から一言)

白砂青松の海岸で心地良い潮風を感じながら、みんなで力を合わせて網を引き、光の海の恵みを体感しましょう。

## (お問合せ先)

団体名・担当部署・担当係名 山口県光市農林水産課 (担当: 水産係)

TEL 0833-72-1498

E-mail [suisan@city.hikari.lg.jp](mailto:suisan@city.hikari.lg.jp)

URL : <https://www.hikari.lg.jp/>

# 若者の地方体験交流 募集概要

ひかりし  
山口県光市 (人口：47,055人)

体験種目：②農林漁業体験



## (体験内容等)

光市農業振興拠点施設「里の厨」の体験農園で、農業体験教室を開催しています。

### ①栽培体験教室

季節ごとの野菜を作付から収穫まで一連して体験することで、農業に関する基礎的な技術を習得する体験教室です。

### ②収穫体験教室

季節ごとの野菜の収穫体験を通じて、収穫することの喜びなど、農業の楽しさを感じてもらいたい体験教室です。

(受入期間) 年間を通じて随時

## (最寄りの交通機関・所要時間)

山陽本線 JR 岩田駅 下車、里の厨まで光市営バス (東荷線：乗車時間約 10 分)

## (応募要件・注意事項)

応募条件は特にありません。動きやすい服装でお越しください。

費用負担等の詳細は、下記担当係までお問い合わせください。

## (担当者から一言)

光市は、海と山の自然が豊かで、全国トップレベルの日照時間を誇る、瀬戸内の温暖な気候のまちです。

海沿いに日本を代表する製鉄・製薬企業の工場が立地する工業都市であるとともに、河川流域を中心として田園が広がる農業都市でもあります。

豊かな自然の中で、自然の恵みを実感できる農業にふれてみませんか。

## (お問合せ先)

団体名・担当部署・担当係名 山口県光市農林水産課 (農政係)

TEL 0833-72-1494 (直通) E-mail nousei@city.hikari.lg.jp

URL : <https://www.city.hikari.lg.jp/>

やないし  
山口県柳井市 (人口：28,673人)



移住定住  
コンシェルジュが  
あなただけの移住体験ツアーを  
ご提案します！



オーダーメイド  
移住体験受付中



(体験内容等) 「〇〇に興味がある」「△△をやってみたい」など、希望をお知らせください

- ・農業体験 ・里山整備体験 ・自然体験 (海、山) ・先輩移住者訪問 ・企業見学
- ・柳井金魚ちょうちん製作体験 ・機織り/染物体験 ・地域行事参加 ・お祭ボランティアスタッフ
- ・市内施設見学 (図書館、公園、歴史・文化施設、教育施設など) ※体験内容は時期によります。

(受入期間) 随時 ※お試し住宅の空き状況によります

(最寄りの交通機関・所要時間) 岩国錦帯橋空港より車 50 分 / 山陽自動車道玖珂 IC より車 20 分  
JR 山陽本線柳井港駅下車 (広島駅より 1 時間半)

(応募要件・注意事項)

- 参加要件 満 18 歳以上の市外在住者で、田舎暮らしや地方移住に興味がある方
- 応募締切 希望日の 2 週間前までに電話、メールまたは問い合わせフォームによりご連絡ください
- 費用負担 現地までの交通費：自己負担 ※県補助制度あり  
宿泊費：14,000 円 (7 日目まで) 体験費用：実費 (体験内容によります)
- 宿泊施設 お試し住宅「せとのすみか」(定員 1~5 名 ※単身または同居の家族)
- 食 事 自己負担 (お試し住宅で自炊できます)
- その他 必要な持ち物は別途お知らせします

(担当者から一言)

おだやかな瀬戸内海に面した柳井市は、市街地と海・山が近く、生活の便利さもあがりながら自然にも気軽に親しめる、暮らしやすい田舎です。海から徒歩 5 分のお試し住宅に宿泊しながら、オーダーメイドで移住体験をしてみませんか？  
田舎暮らしを体験したい方、ちょっとのぞいてみたい方、お気軽にご相談ください。

(お問合せ先)

団体名・担当部署・担当係名 山口県柳井市地域づくり推進課 移住定住コンシェルジュ 武田・宮本  
TEL 0820-22-2111 (内線 461) E-mail chiikizukuri@city-yanai.jp  
URL : <https://www.city-yanai.jp/site/yanai-gurashi/>



問合せフォーム

# 若者の地方体験交流 募集概要

しょうどしまちょう  
香川県小豆島町 (人口：12,391人)

体験種目：②農林漁業体験



## <中山千枚田> 棚田と地域の暮らしを学ぶ保全体験プログラム



### (体験内容等)

香川県小豆島町の「中山千枚田」は、日本の棚田百選に選ばれている約 700 枚の棚田が広がる景観です。近年は農家の高齢化や担い手不足により維持が課題となっています。本プログラムでは、棚田での農作業や保全を体験しながら、棚田の役割や地域の暮らしについて学びを深めます。

#### ・農作業体験

┆ 耕運、代掻き、田植え、草刈り、稲刈りなど ※時期によって作業は異なります

#### ・地域の農家さんとの交流

(受入期間) 2026年4月～2027年3月 (※年末年始除く、冬季期間は体験内容が限られます)

### (最寄りの交通機関・所要時間)

- ・高松港 → 小豆島 (フェリー：1 時間)
- ・神戸港 → 小豆島 (フェリー：3 時間 20 分)
- ・姫路港 → 小豆島 (フェリー：1 時間 40 分)
- ・新岡山港 → 小豆島 (フェリー：1 時間 10 分)

### (応募要件・注意事項)

- 参加要件 大学生・大学院生、社会人など (若者世代、移住検討者は大歓迎)
- 応募締切 随時募集
- 費用負担 参加費なし
  - ・自己負担：現地までの交通費 (お車以外でお越しの方は港から送迎いたします)
- 宿泊施設 町内施設 (最大 8 名まで) をご案内します。※自己負担
- 食 事 自己負担
- そ の 他 作業できる服装をご用意ください。その他必要な持ち物は別途連絡します。

### (担当者から一言)

中山千枚田は、地域の人々が長い年月をかけて守り続けた歴史のある棚田です。棚田での作業および原体験を通じて、農業や地域の暮らしに触れ、色々な価値観を見つめなおす良い機会になればと思っています。自然の中で体を動かしながら、小豆島の魅力を肌で感じてみてください。

### (お問合せ先)

小豆島町役場農林水産課 (担当：笹谷)

TEL 0879-82-7026

E-mail olive-nosui@town.shodoshima.lg.jp

URL : <https://www.town.shodoshima.lg.jp/gyousei/kakuka/norinsuisan/index.html>



## ICT の活用による“失敗しにくい養殖へ” スマートカキ養殖体験(漁業塾)



(体験内容等)

荒尾市のカキ養殖業においては、令和7年度からデジタルの力を使って①「失敗しにくいカキ養殖」②「データに基づいた品質・技術向上」③「次世代への養殖ノウハウの引き継ぎ」を達成することを目的に、スマートカキ養殖に取り組んでいます。この体験では、実際に次世代型のカキ養殖技術を体験していただきます。

- ・海上及び陸上での養殖作業（実際にカキ養殖漁場で作業を体験します）
- ・養殖支援アプリを活用したデータ入力作業（養殖データをアプリにインプットしてスマートカキ養殖を体験します）
- ・現役養殖者との交流（ベテラン漁師と意見交換など行い、カキ養殖に関する知識を深めることが可能です）等

(受入期間) 下記担当までお問合せください。

(最寄りの交通機関・所要時間)

JR 鹿児島本線 荒尾駅 徒歩 20 分程度 タクシー 5 分 (荒尾漁業協同組合)

(応募要件・注意事項)

- 参加要件 詳細は下記担当者までお問合せください。
- 応募締切 詳細は下記担当者までお問合せください。
- 費用負担 参加費用なし
- 宿泊施設 自己負担
- 食 事 自己負担

(担当者から一言)

荒尾市のスマートカキ養殖体験では、「カキ養殖者になりたいけど、経験が無いから就業後に不安を感じる」といった想いのある方に養殖を体験していただくことで、荒尾市でカキ養殖者として働くイメージを持っていただくことを目的としております。少しでもご興味をお持ちの方は、担当までご連絡いただけますと幸いです。皆様のご応募お待ちしております。

(お問合せ先)

荒尾市産業建設部農林水産課 耕地水産係 林田 昌吾 (はやだ しょうご)  
 TEL : 0968-63-1454 E-mail : syougo.34258@city.arao.lg.jp

# 若者の地方体験交流 募集概要

さいとし  
宮崎県西都市 (人口 : 26,639 人)

体験種目 : ②農林漁業体験  
④暮らし・イベント体験、その他

1泊2日

私らしさと出会う旅。

心地良い西都の暮らしに触れる、1泊2日体験ツアー

\* 西都市移住体験ツアー助成金対象ツアー



1泊2日

西都で出会う豊かな食卓。

食と暮らしに向き合う1泊2日体験ツアー

\* 西都市移住体験ツアー助成金対象ツアー



(体験内容等)

歴史豊かな史跡と自然に囲まれる宮崎県西都市。

西都市の移住体験ツアーは、2つのテーマで“自分らしい理想の暮らし”を描いていきます。

- ① 自らの手で夢を叶える創業者が多い西都市。自分らしい暮らしを見つけて何かを始めた人と出会って繋がって。これからの自分らしい次の暮らしを見つけるコース
- ② 旬の味覚を知り、作り手と出会い、慌ただしく過ごす日常では得られない西都市の食と暮らしを感じるコース

(受入期間) 通年 ※年末年始を除く

(最寄りの交通機関・所要時間)

宮崎ブルーベンビリア空港からレンタカーで約45分

宮崎駅から西都バスセンターまで約1時間

(応募要件・注意事項)

- 参加要件 西都市外に在住し、当市への移住をお考えの方、または移住先をお探しの方
- 応募締切 参加希望日の1月前
- 費用負担 現地までの交通費：自己負担 ※補助制度あり  
宿泊費：自己負担 ※補助制度あり  
食事代：自己負担
- 宿泊施設 市内宿泊施設
- 食 事 行程による

(担当者から一言)

2つのプランがベースのセミカスタマイズプランのご提供や、就農体験コースのご案内、延泊のご調整も可能です。本ツアーは、西都市への移住のご意向に関わらず、まずは地域の暮らしを体験したい方やこれからの暮らしを考えていきたい方にもご参加いただけます。ツアー内容は、季節によっても構成が異なるため、まずはお気軽にご相談ください。

(お問合せ先)

団体名・担当部署・担当係名 一般社団法人まちづくり西都 KOKOKARA (担当：茂・横山・山口)

TEL : 080-6470-4065 E-mail [saitohajimeru@saito-machi.com](mailto:saitohajimeru@saito-machi.com)

URL : <https://www.saito-hajimeru.com/>

