

はだしで歩きたいに、このま

- 2 コンセプト／もくじ
- 4 ひたぐらしinfo
- 6 Case Study
食／住／育／楽
- 14 ひたぐらしプランメモ

くつ下を脱いで、大地

すると、いつもの忙しさから

目を閉じて、深〜く息を吸いこむと、

川に足をつけてみると、冷たい水に

難しいことを考えなくてもわかる。ここは、

はだしで歩きたいに、軽やかな「ひた

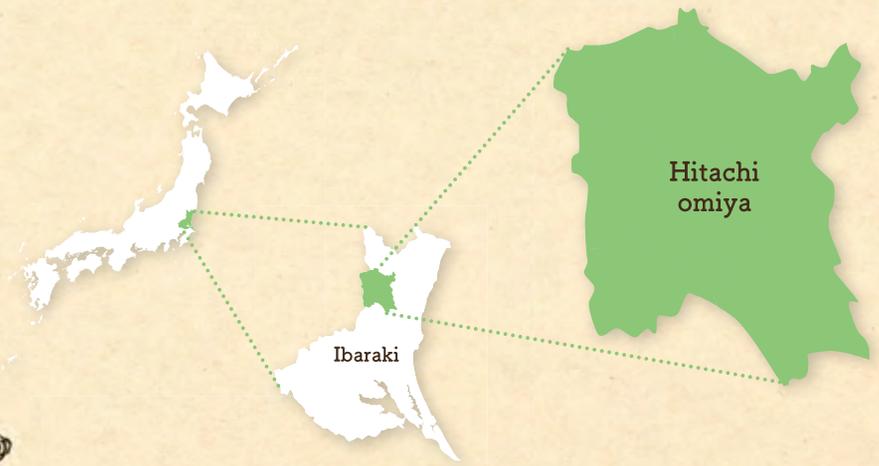


2



ちでのくらしを感じてほしい。

をじかに踏みしめる。
解放されたような、自由な気分。
ひんやりと澄んだ空気に体がよろこぶ。
びっくり。でも、何だか心地いい。
心が、体が、ずっと待っていた場所なんだ。
ぐらし」。あなたも始めてみませんか。



まずは、常陸大宮市の生活インフラを確認!

ひたぐらしinfo



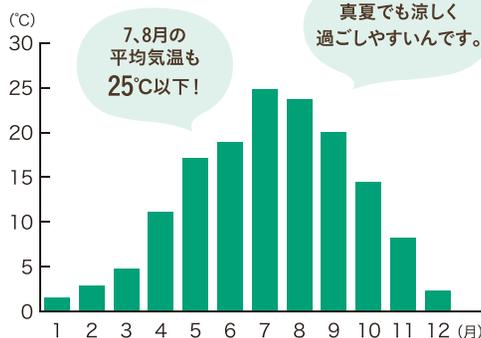
里山? でくらす

川や里山に囲まれた環境で、自然の豊かさを享受しながら田舎ぐらしを満喫。イベントや伝統行事など、地域にとけこむとディープにひたぐらしを楽しめるはず!

川面のきらめき、里山を吹く風 五感が満足する暮らし

水戸から電車で約30分の距離に位置する常陸大宮市。市の約6割を山林が占めているとともに、東に久慈川、南に那珂川が流れる自然豊かなまちです。また、市街地には施設が集中しており、利便性が高いのも魅力の一つ。里山と街の要素をあわせ持っているため、多様なライフスタイルを実現できます。

☀️ 平均気温



アクセス

JR水郡線や国道118号、293号が走り、各方面へのアクセスは良好。那珂I.C.までは車で25分、高速バスを使えば都心部にも2時間程で到着できます。

▶ 車の場合



▶ 電車の場合



▶ 高速バスの場合



みわ 美和エリア

木々の広がる緑豊かなエリア。県指定天然記念物の三浦杉もこの地域にあります。歴史を感じさせる街並みも魅力。

おがわ 緒川エリア

のどかな里山の風景が広がるエリア。四季折々の自然を楽しめます。やすらぎの里では「さくら祭り」も開かれます。

ごぜんやま 御前山エリア

東西に那珂川が流れ、キャンプや川下りなどのアクティビティに最適なエリア。御前山ダムなどの絶景スポットも。



市街地? でくらす

市街地では、多くの賃貸物件のほか、分譲住宅なども。駅までの近さや買い物などの利便性の良さなど、ポイントを整理してみましょう。



そばに拠点病院がある安心感

大宮エリアに位置する常陸大宮済生会病院は、県北西部地域初の中核病院。診療科目は16科目、病床数は160床。24時間体制で急患を受け入れ、子どもの救急にも対応。いざというときも安心です。



山方
エリア

山方エリア

南北に久慈川が流れるエリア。「あゆの里まつり」「やまがた宿芋煮会」など、地域の魅力を堪能できる機会も盛りだくさん。

大宮
エリア

大宮エリア

行政機関や商業施設が多く、住宅地も発達したエリア。JR水郡線や国道118号・293号が走り、水戸方面や都心部へのアクセスも◎。

保育園・保育所は待機児童ゼロをキープ

市内には、保育園・保育所が13か所、認定こども園が2か所の、合計15か所、保育施設があります。待機児童はゼロ！それぞれのご家庭の事情に合う環境で、安心して子育てができます。



小学6年生まで通える放課後児童クラブ

市内には、公立クラブ6か所、民間クラブ6か所、合計12か所の放課後児童クラブがあります。児童たちは、指導員のもと、校庭や屋内での遊び、宿題や自習などをして過ごしています。働くパパ・ママにも心強い、安心のサポート体制です。



行きたいときに
行けばいい!

ショッピング



市内からアクセスしやすい距離にある、さまざまな大型商業施設。普段、お買い物をする時も、休日、家族でお出かけする時も、便利な環境です。



常陸大宮ショッピングセンターピサーロ

食料品・物品販売店舗のほかに、多目的のホールを始めとした文化教養施設や温水プール、トレーニングジムなどのスポーツ施設も備えています。

常陸大宮市
下村田2387
0295-52-4800

近隣にある

大型商業施設



水戸駅ビルエクセル

車で
40分



ニューポートひたちなか
ファッショングループ

※ 常陸大宮市役所からの
おむねの所要時間



イオンモール水戸内原

車で
40分



Interview
 パティスリー
 ヒカリノ木
 店主
 星野 真司さん



地場産の食材を生かしたケーキ屋さん 地域に根ざしたお店づくりを目指して

3 年前、妻の実家がある常陸大宮市に自分たちのお店を開きました。お菓子作りをする日々の中、このまちの「食」の恵みを実感しています。常陸大宮市には、イチゴやブルーベリーなどの果物や、箸で持つことができる程卵黄のしっかりとした「奥久慈卵」など、おいしくて全国的に有名なものがたくさん

あり、お店の商品にもこれらを使用しています。材料を購入させていただいている農家さんは、お客様として来店されたり、子どもの野球チームで一緒にすることも。食を通じて人とのつながりができるなんて、嬉しいですね。
 また、商品を考案する際、そば粉など、市内の食材からインスピレーションを得

ることもあります。
 店名の「ヒカリノ木」には、地面にしっかりと根を張った木のように、地域の人びとが集まりやすく、親しみやすいお店づくりをしていきたいという思いを込めています。これからも、まちの人びとに愛される、地域に密着したお店づくりをしていきたいですね。

PROFILE

洋菓子店「パティスリー ヒカリノ木」店主。つくば市内の名門洋菓子店で修行した後、2015年に、ご夫婦で市内にお店をオープンしました。地場産物を積極的に取り入れた商品の数々は、地元で大好評です。店内にはカフェスペースも。

📍 常陸大宮市抽ヶ台町804-14
 ☎ 0295-58-6363
 🌐 <http://www.hicarinoki.com/>

わたしたちのカラダは、
わたしたちの食べたものでできている。

豊かな「食」は、 豊かな「毎日」の もとになります。

作り手の顔が見えるからこそ、
「食べること」「食べられること」への
感謝や感動がある。

久慈川、那珂川が流れ、緑と水に囲ま
れた常陸大宮市には、大地の恵みを生か
した農林水産物や、こだわりの詰まった加
工品がたくさんあります。

また、農産物直売所や、地産産の食材をたっぷり
使用した料理を提供する店舗が数多く存在すると
同時に、果物狩りや鮎釣り、そば打ちなど、特産品
をより楽しむことのできる機会や場所も豊富です。

生活の基礎となる「食べる」ことを身近に感じら
れる環境は、まちの魅力となっています。



美味しいモノにあふれている

美味しい出会いがたくさんの毎日。

だから、笑顔もたくさんに。

奥久慈いちご

うまかっぺ米

あゆの塩焼き

厚焼玉子 奥久慈

奥久慈なす

原木生椎茸

奥久慈ねぎ

柚子きれい

瑞穂牛

ちびまるなっとう

上丸

特産
常陸 大宮さん 認証

常陸大宮さん認証
市内の生産・製造品で地域の
魅力にあふれ、品質などが優
れた特産品を「常陸大宮さん
(産)」として認証しています。

住



Interview

まるSUN農園

佐藤 勝さん・まどかさん
ゆたか 由詩くん・わか 和奏ちゃん
 ご家族

住処、仕事、子育て…生活のさまざまな場面で 人とのつながりを感じています

私 たちは埼玉県出身ですが、「自然豊かな場所で農業をしたい!」という思いから、常陸大宮市に移住しました。その際、電話で相談した市職員の方の対応がとてもスムーズで、物件もすぐに案内してくださったんです。歓迎していただいていると実感しました。

移住後、最初は林業のアルバイトなど

をしていましたが、仕事で知り合った方に、農業をしたいという希望を話してみたら、大家さんや区長さんにも伝わり、農地をご紹介いただけることに。地元の方とのつながりが、農業で生計を立てる現在のくらしに結びつきました。

子育ての面では、通園・通学やお友だちができるかなど、最初は不安なことも

ありました。でも、子どもたちは毎日スクールバスで元気に通っており、先生方も丁寧みてくださるので安心してます。今では子どもの友だちやママたちも遊びに来てくれるようになりました。

常陸大宮市は、地域行事に参加できる機会が多いことも魅力。これからも、人とのご縁を大事にしたいですね。

PROFILE

2012年より市内に居住。2人のお子さんを育てながら農園を営んでいます。無農薬で多品目栽培された収穫物は、主に市内外のレストランやカフェに出荷しているほか、農協を通じての販売も行っています。

Q 常陸大宮市盛金3509

HP <https://www.facebook.com/marusunfarm0303>

✉ marusunfarm@gmail.com

便利で安心なまちに住みたい！
そんな声にお応えします。

「住みやすさ」から、 ココロのゆとりと 笑顔が生まれる。



人と人との出会いや、
コミュニケーションがもたらす
温かいつながりも魅力です。

公共交通機関が充実しており、車での移動もし
やすい常陸大宮市。市内外にアクセスしやすい便
利な交通網は、買い物やおでかけを気軽にできる
土台として、市民の生活を支えています。

また、市内には総合病院があり、身近なところで
医療を受けることのできる、安心・安全な毎日
を形作っています。

まちには人びとが集まり交流できる場
所・機会も多く、地域の人との温かいつ
ながりの中でくらすことができます。



日々の生活をしっかりサポート

医療、くらし、交通…
安心してずっとくらすために、必要なコト。



安心の医療環境

市内には「常陸大宮済生会病院」を始めとした病
院・診療所が充実しています。身近な場所で医療を
受けられる、いざというときにも安心な環境です。



日々をより豊かに

文化活動・交流拠点、「文化センター
(ロゼホール)」。生涯学習や音楽会、イ
ベント等が開催されています。



暮らしを支える、 毎日を楽しむ

まちには、ショッピングや
カフェを楽しむことのでき
る場所がたくさん。快適
なくらしと、ゆとりある生
活に結びついています。



便利な交通環境

電車やバスなど市内外
の移動に便利な交通網。
水戸へはJR水郡線で30
分程、高速バスに乗れば
東京・上野にも2時間程
でアクセスできます。

高速バスで
お出かけ



路線バスも
便利!



Interview

茨城県立
小瀬高等学校

生徒会長
小野瀬 萌さん

大宮

Interview

茨城県立
常陸大宮
高等学校

生徒会長
渡邊 みなとさん

一人ひとりが輝く、 活躍のチャンスがある

小

瀬高校には「特別進学コース」「教養コース」「福祉コース」の3つがあり、私が所属する福祉コースには、介護実習などの実践授業もあります。自分の意見を言いやすい雰囲気、クラスメイトとじっくり意見交換できるので、新たな発見が多い毎日です。生徒会活動では、自分たちでイベント企画をすることも。やりたいことに挑戦でき、先生方も応援してくださるので、どんどん成長できる学校だと思います！

PROFILE

福祉コース2年生。福祉関係の仕事に就きたいと考え、入学を決めました。生徒会やJRC部でも活躍中です。

小瀬高等学校の取り組み

120年の歴史を持つ伝統校。県内初の連携型中高一貫教育校でもあります。一人ひとりに柔軟に対応する少人数教育を強みとし、地元の植物を生かした「花生けバトル」、ゴルフ場の多さを生かした「ゴルフ学習」など、伝統や地域資源を生かした学びにも積極的です。

興味・関心が広がる、 やりたいことが見つかる

常

陸大宮高校には4つの学科があり、私は普通科に所属しています。元気でにぎやかな「機械科」、知的な雰囲気の「情報技術科」、チャレンジ精神旺盛な「商業科」、バランスのとれた「普通科」と、学科ごとに個性があり面白いです。また、他科の授業も体験できるので、可能性の広がる学習環境だと実感しています。卒業後は就職する予定なので、3年間で得たものを今後社会で生かしていきたいです！

PROFILE

普通科3年生。生徒会長として校内イベント等を運営するほか、学校説明会でプレゼンなども担当しています。

常陸大宮高等学校の取り組み

県内唯一の4学科構成を持つ高等学校として、各学科ごとに、一人ひとりの適性を生かし、資質を伸ばす教育を目指しています。また、近隣の保育施設や学校との連携にも力を入れており、保育園児との交流や小学校への出前授業などを積極的に行っています。

子育ても、子育ても、
「楽しく、のびのび」を合言葉に。



子どもは地域の宝物。

だから、みんなで

育てていきましょう！

心強いサポートや
充実した学習環境の中、
子どもたちの可能性が広がります。

妊娠・出産・子育てを切れ目なくサポートする常陸大宮市の育児環境。まちでは保育施設の充実を図ると同時に、安心して子育てできるよう、サポート体制を整えています。

また、教育現場では、まちの恵みを生かして、郷土に愛着と自信と誇りを持つ子どもたちの育成をするとともに、ICTや外国語授業を取り入れるなど、子どもたちの可能性を広げる取り組みを進めています。



親子ともどもハッピーに

妊娠・出産・子育て・教育と、
それぞれのステップをしっかり支えます。



保護者一人ひとりに寄り添う

2018年、新たに開設した「子育て世代包括支援センター」。母子保健コーディネーターや子育てコンシェルジュが中心となり、支援を行っています。



妊娠・出産も安心

プレパパママ教室、マタニティフィットネスなど、充実した産前・産後サポートを受けることができます。



健やかな成長を
しっかり支える

子どもたちが心身ともに健やかに成長できるように、乳幼児健診や予防接種のほか、病児保育等も実施しています。



乳幼児を連れての外出も安心

おむつ替えや授乳ができる「赤ちゃんの駅」を市役所などの施設のほか、市内イベントなどでも設置しています。



赤ちゃんの駅
シンボルマーク



子どもたちの
力を伸ばす

ICT教育や外国語の授業など、これからの時代に必要な力を育む取り組みを行っています。



心強い育児サポート

初めての子育ての人も、2人目以降の人も。パパにもママにも嬉しい支援がたくさんあります。



泊木



Interview

ストーム
フィールドガイド

代表
山本 滋さん



那珂川の自然環境は、奇跡と言えるくらい貴重 そんな魅力を知ってもらいたくて

僕 は元々埼玉県に住んでいました。学生時代にカヌーを始め、週末は川下りに熱中する生活。そんな中「カヌーの聖地」と言われる那珂川を訪れ、知れば知るほどその魅力にはまり、この地で活動を始めようと思ったのです。那珂川の水はきれいだけでなく、栄養分豊富で、秋には鮭が遡上します。また、

日本の河川はほぼダム管理されていますが、那珂川はダムのない自然のままの川。上流に那須高原があり、春先には雪解けの澄んだ水の流れが見られます。訪れる方にはそんな魅力を味わってほしいです。常陸大宮市の特徴は、自然と人が共存していることかな。人を寄せ付けない荒々しい自然ではなく、標高が低い山、穏やか

な河川など、親しみやすい里山の自然。だから、四季折々に身近な自然を楽しめます。那珂川沿いの風景に心ひかれて移住してくる方も多そうですね。地元の方は温かく受け入れてくれ、僕もたくさん助けていただいています。これからも、自分たちがガイドする川下りを通して、自然の魅力に気づく人が増えたらいいなと思っています。

PROFILE

カヌー・カヤック・ラフティング・サップ等のインストラクターやネイチャーガイドをする「ストームフィールドガイド」代表。2010年に団体を設立し、那珂川を拠点に活動しています。体験客にはリピーターや上級者も多いのだとか。

📍 常陸大宮市野口1151

☎ 090-6505-2544

🌐 <https://storm.cx/>

春夏秋冬を、
五感のすべてで味わう贅沢。

新たな発見と、 温かい出会いの あるくらし。



遊んで、学んで、くつろいで…
豊かな自然と人とのつながりが、
ココロとカラダにうるおいを与えます。

常陸大宮市が誇る、川や山などの大自然。市内
では、川釣り・川下りや森林浴、果物狩り、紅葉狩り、天体観測など、この恵まれた環境だからこそ可能なことがたくさんあります。

また、カヌーフェスティバルや芋煮会など、常陸
大宮市ならではのイベントが地域を盛り
上げていることも特徴の一つ。家族
で、友人と、お一人で…。さまざま
な楽しみ方ができ、季節ごとに
新たな発見があります。



色とりどりの楽しみ方

家族でゆったり？ みんなでワイワイ？
あなたにピッタリの過ごし方が、きっと見つかります。



大自然の恵みを実感

久慈川、那珂川や山々に囲まれた常陸大宮市。鮎釣り、川遊び、ハイキング、ラフティングなど、自然を生かしたさまざまなアクティビティを楽しむことができます。



思い切り遊べる公園がたくさん

四季折々に美しい姿を見せる、広大な公園の数々。のんびり散策をしたり、家族や仲間とレジャーを満喫したり…。子どもも大人も、休日が待ち遠しくなりそうです。

家族連れで楽しめるイベント

まちがにぎわい、市内外から人が集うイベントの数々。カヌーフェスティバルや芋煮会などでは、地域の魅力も堪能できます。

楽しいイベントがいっぱい！



カヌーフェスティバル



辰ノ口さくら祭り



御前山納涼花火大会



やまがた宿芋煮会



Step! Jump! Hop!

ひたぐらし プランメモ

いつまでに移住したいか
ご家族でスケジュールを立てて
計画的に動いていきましょう!

memo
我が家の常陸大宮市移住予定

目標年月



Enjoy!

START!

常陸大宮市で
人生を
エンジョイしよう!

いよいよひたぐらしの始まりです。あなたが思い描く新しい人生を思う存分楽しんでください！移住後にお困りのこともお気軽にご相談ください！

Jump!

Plan4

仕事や
住まいを探そう!

求人や物件の情報を、ハローワークや不動産事業者を上手に活用して調べましょう。市役所に行ってみるのも◎。

Step!

Plan3

移住・定住が
気になってきたら

家族で話し合っって計画を立てましょう。移住は大きな決断です。子どもの成長など考え、どんなライフスタイルがしたいのか、一度整理してみましょう。

Hop!

Plan2

実際に
常陸大宮市へ
行ってみよう!

観光がてら、一度現地に来てみませんか。足を運び、まちの雰囲気を感じると、思わぬ発見があるかも。

Hop!

Plan1

情報収集しよう!

興味を持ったなら、市のホームページなどで調べてみましょう！地域おこし協力隊のブログをのぞいてみるのも◎。
<http://gojappe.sakura.ne.jp/>



memo

移住なんでも Q&A

常陸大宮市 地域おこし協力隊 に聞く!

常陸大宮市 地域おこし協力隊とは?

都市地域から常陸大宮市内に生活拠点を移し、市への定住・定着を促進する取り組みを行っています。隊員各々のスキルや個性を生かし、農業、加工品作り、イベント運営、住民の生活支援、SNSを活用したPRなど、幅広く活動しています。



わたしが
お答えします!



常陸大宮市地域おこし協力隊
松原 叔里さん

Q 常陸大宮市は、
どんな雰囲気
のまちですか?

A 市街地には商業施設が集まっている一方、周辺には里山風景が広がっており、両方の良さを感じられます。

Q 移住に先立って、
どこを見学すると
良いでしょう?

A 地域ごとに特徴があるので、実現したい生活のイメージを整理し、市役所等に相談してみると良いと思います。

Q 食費等、
生活コストに
ついて教えて
ください。

A 直売所や道の駅で、地元産の野菜をお手頃で購入できます。地域の方から食材をお裾分けいただけることも!

都市との暮らしを比べる「住み良さ」データ



	東京都	水戸市	常陸大宮市
1住宅あたり延べ面積	61.0㎡	90.1㎡	120.3㎡
持ち家率	43.2%	55.3%	81.9%
1ヶ月あたりの家賃 <small>※民間借家総数における 1ヶ月あたりの家賃 (家賃0円は含まない)</small>	85,583円	52,428円	44,907円
保育所 待機児童数	5,414人	30人	0人
公立小学校教員 1人あたり児童数 <small>※教員(本務者)1人あたり児童数</small>	17.8人	17.2人	12.5人
女性の就業率 <small>※15~64歳の女性</small>	52.9%	60.6%	64.6%
65歳以上人口1万人あたり 介護老人福祉施設	1.6施設	2.1施設	3.6施設

出典:国勢調査(平成27年)、平成25年 住宅・土地統計調査、学校基本調査(平成28年)、統計でみる市区町村のすがた 2018

常陸大宮市でくらし！

はだしで歩く、めたいな...

ひたぐらし



お問い合わせ

常陸大宮市
地域創生部地域創生課

〒319-2292
茨城県常陸大宮市中富町3135-6

TEL:0295-52-1111

[http://www.city.
hitachiomiya.lg.jp/](http://www.city.hitachiomiya.lg.jp/)

