



わたしあうまち

高梁市

移住・子育て

BOOK



岡山県高梁市

OKAYAMA TAKAHASHI CITY

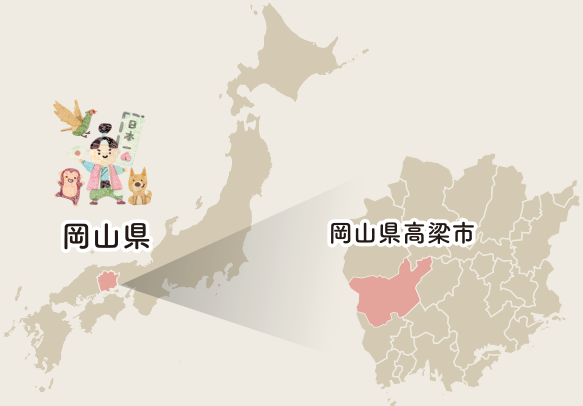
《お問い合わせ先》

高梁市 市民生活部 協働定住課

〒716-8501 岡山県高梁市松原通2043番地 TEL: (0866) 21-0282

わたしあうまち高梁市 MAP

岡山県の中西部に位置する高梁市。比較的温和な気候に恵まれ、年間平均気温は14℃前後で、災害の少ない住みやすいまちです。市内には国道と、在来線伯備線が走っており、アクセス環境も良好です。



電車（JR）でのアクセス

J R岡山駅から伯備線で J R 備中高梁駅下車
特急列車で約35分／各駅停車で約50分
備中高梁駅前には、タクシー乗り場と高梁バスセンター（備北バス）があります。

- 《遠方から》
新幹線の場合（のぞみ利用、岡山駅まで）
- 東京駅から……3時間12分
 - 名古屋駅から……1時間35分
 - 新大阪駅から……44分
 - 広島駅から……34分
 - 博多駅から……1時間37分

自動車でのアクセス

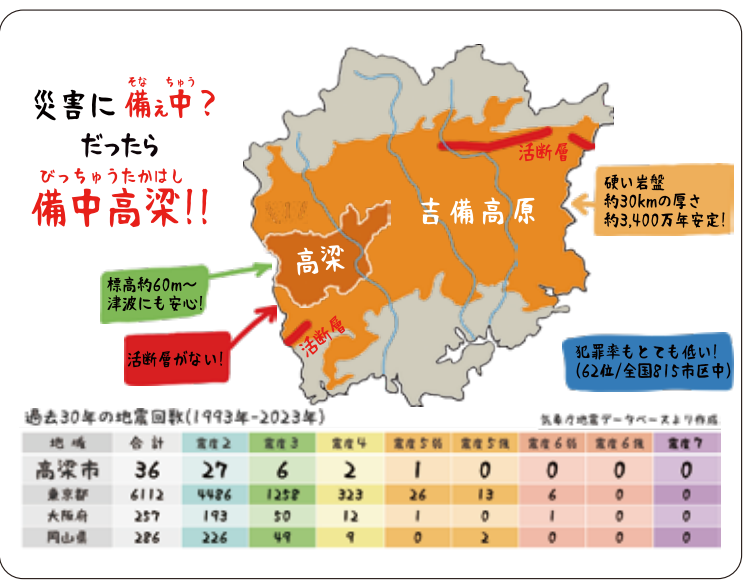
岡山自動車道・賀陽（かよう）インターチェンジから／国道484号で約15分
岡山自動車道・有漢（うかん）インターチェンジから／国道313号で約25分

- 《遠方から》
- 大阪から……約3時間
 - 広島から……約3時間
 - 米子から……約1.5時間
 - 高知から……約2.5時間
 - 高松から……約1.5時間

飛行機でのアクセス

岡山空港から自動車で約40分
岡山空港からはレンタカー（高梁まで約40分）または、JR岡山駅までバス（約30分）、JR倉敷駅までバス（約35分）でお越しいただき電車へ乗換えてお越しください。

- 《遠方から》
- 東京（羽田空港）から……岡山空港まで1時間15分
 - 新千歳空港から……岡山空港まで1時間50分
 - 鹿児島空港から……岡山空港まで1時間15分
 - 那覇空港から……岡山空港まで1時間55分



備中（びっちゅう）地域

- 成羽病院附属 備中診療所
備中町長屋 6-1／☎45-9001
- 備中保育園
備中町市瀬182-1／☎45-3142
定員／30名
預かり年齢／1歳～5歳
延長保育あり

川上（かわかみ）地域

- 成羽病院附属 川上診療所
川上町地頭2340／☎48-4188
- 川上子ども園
川上町地頭1365-1／☎48-3133
定員／120名
預かり年齢／6か月～5歳
延長保育・預かり保育あり
- 川上児童館
川上町地頭1365／☎48-4022



高梁（たかはし）地域

- 仲田医院
落合町阿部1896-1／☎22-0511
- 野村医院
巨瀬町1650-1／☎25-0003
- 福地幼稚園
落合町福地1578／☎42-4136
預かり保育あり
- おちあいこども園
落合町阿部 1676-1／☎22-4466
定員／95名
預かり年齢／3か月～5歳
延長保育・預かり保育あり
- 落合児童館
落合町阿部1287-2／☎23-1199

成羽（なりわ）地域

- 高梁市国民健康保険成羽病院
成羽町下原 301／☎42-3111
- まつうらクリニック
成羽町下原1004-1／☎42-2315
- 成羽こども園
成羽町成羽 2251-1／☎42-2011
定員／120名
預かり年齢／6か月～5歳
延長保育・預かり保育あり



有漢（うかん）地域

- 有漢こども園
有漢町有漢3328-3／☎57-3020
定員／100名
預かり年齢／6か月～5歳
延長保育・預かり保育あり



市街地

- 高梁こども園
原田北町1251-1
☎22-2423
定員／180名
預かり年齢／6か月～5歳
延長保育・預かり保育あり
- 高梁中央保育園
下町134／☎22-4333
定員／80名
預かり年齢／3か月～5歳
延長保育あり
- 子育て支援センター
原田北町1251-1
☎22-2450
- 池田医院
中間町58
☎22-2244
- 藤本診療所
松原通 2113
☎22-3760
- 高梁中央病院
南町 53
☎22-3636
- 大杉病院
柿木町 24
☎22-5155
- 尾島クリニック
柿木町5
☎22-2385

移住後に2人で始めたのは、地域の交流拠点づくり。そのひとつが16年前に閉店した日用雑貨品店『守内商店』の再興だ。空き店舗のシャッターを開けると近隣住民らが次々に集まり、かつての風景を語ってくれた。「商品の売り買いやお裾分け、世代を超えた交流など、商店があったからこそ受け継がれてきた風土もあると思います。地域にそうした『わたしあい』の場を取り戻したいと思いました」

横山夫妻は築1000年の旧守内商店の家屋を購入。地域の方々と共に約半年かけてリノベーションを重ね、2021年に子どもから大人まで誰もが気軽に立ち寄れる交流拠点『守内商店 備中高梁クリエイティブラボ』をオープンさせた。

子どもを歓迎する あたたかい風土

2021年には横山夫妻の下に第一子となる女の子が誕生。高梁市では結婚から育児までをサポートする相談窓口の設置や、子ども医療費の無料化(18歳までの保険診療自己負担分の全額補助)、各種奨学金制度の創設など切れ目のない子育て支援を

行っているが、横山夫妻が特に子育て環境の豊かさを実感したのは、子どもを歓迎しみんなで育てようとするあたたかい風土だったという。

「都会で幼い子どもを連れていくと肩身の狭い思いをすることもありですが、高梁市では子どもを見ると地域の人が嬉しそうに声を掛けてくださったり、楽しい思い出を作ってもらおうと地域行事に誘ってくださったりするんです。子どもを通して縁が広がることも多く、人々とのつながり合いの中で、子ども自身が『愛されている』と実感できる環境で子育てできる安心感があります」

地域と子どもたちの より良い未来のために

それぞれの仕事に場づくりに子育てにとエネルギーに活動する横山夫妻だが、地域の方々からは「こんな何もないところに、よう来たね」と言われることも少なくない。でも横山さんは「何も無いのではなく、まだ魅力に気付いていないだけ」と話す。高梁市には歴史的な観光名所も県下有数の農業地帯もあるが、そのどちらにも行ったこ

01

“わたしあい”の 風土を守り、 地域教育の未来を描く

Happy Collaboration 合同会社
高梁 100challenge

横山弘毅さん・祐子さん

世代を超えたつながりを
再生する

学校連携コーディネーターやGIGAスクールサポーター、社会教育士など6つの肩書を持ち、高梁市の教育現場活性化の最前線で活躍する横山弘毅さんと、地域おこし協力隊として空き家活用や移住者支援に取り組みむ妻の祐子さん。

もともと都内で教育関係の仕事をしていた横山夫妻は、高梁市のアドバイザーを勤める知人に誘われ、2020年8月に初めて同市を訪ねた。当初は年に数回足を運んでICT教育推進等の支援を行う予定だったが、「どうせやるなら腰を据えて本気で取り組みたい！」と同年12月に夫婦で移住。新生活をスタートさせた。



(上)「高梁市は、移住者を歓迎し、みんなで子どもを育てようとしてくれるまち」と横山夫妻 (下)市内中心部の商店街にも、かつて商業施設『エスカ』として親しまれた空き店舗を借り、高梁城南高校の生徒らが授業の一環で改修作業を行うなど、関わり合いの輪が広がっている





(上)「34.」のブランド名で、マスキングテープや手ぬぐい、地酒のラベルなどさまざまなグッズを制作 (Instagram: @3design4)
(下)明治時代から受け継がれてきた古民家。標高が高い土地にあるため眺望も良く、庭には柿やキウイも実るこの家でご主人と暮らしている

山深い地域に佇む一軒の古民家。ここを拠点に絵描きとして活躍する能瀬理恵さんは、2018年に岡山市から祖母の出身地である高梁市に「孫ター」してきた。

移住前は1日7〜8時間ほど派遣の仕事をこなし、週末にはマルシェに出店して作品を販売し、その合間に新しいデザインのアイデアを練るという、時間に追われる暮らしを送っていた。

「『絵を描いてビッグになるんだ!』って意気込んでいましたね。何か明確な目標があったわけでもなく、ただ広い世界に飛び出したかったんです。若かったんですね(笑)」と、当時を懐かしむ。

夢に仕事に忙しい日々を送る中、ふと思いついたのは、幼い頃から親しんだ里山の風景。「田舎暮らしがしてみたい」とまずは高梁市の市街地に移り住み、市の空き家情報バンク制度を活

用して物件を探す中で、現在暮らす築100年超の古民家と出会った。

「この家は明治時代に建てられたかなり古い建物なのですが、代々の家主さんが丁寧に手入れしてくださっていたのでとても綺麗だったんです。入居後にリフォームしたのはリビングと納戸のみで、あとはそのままの状態です」

移住後は、市内中心部で開催されるマルシェに出店するうちに人脈が広がり、地域の人づくりにデザインやパートの仕事がいっぱい入った。現在は自分のペースで仕事をしながら絵描きとしての夢を追う、ストレスフリーな暮らしを送っている。

「ここでの暮らしの魅力は、大自然が身近にある静かな環境と人のあたたかさですね。ご近所さんが『何か困ったことはない

か』という気にかけてくださったり、野菜や果物をお裾分けしてくださったり、人と人とのあたたかい心のわたし合いがあるのもこの地域ならではです」

テーマを決めず、そのときのインスピレーションで絵を描くことが多いという能瀬さん。そのデザインはモノクロでありながら表情豊かでどこか愛嬌があり、あたたかみを感じるものが多い。それは、「わたしあうま」で暮らす能瀬さんの心のゆとりの表れなのかもしれない。

今後の目標を聞くと「いつかは自分のギャラリーを構えて、多くの人に作品を見ていただきたいと考えています」と答えてくれた。

首都圏での個展開催や高梁市を訪れる観光客向けの展示販売会、地元企業の商品パッケージデザインなど、活躍の場は日々広がっている。



02

ひらめきを大切に、 スキルを活かす暮らしで 地域とつながる

髪の癒し処 彩紅
サロンオーナー

柏崎元子さん

ベンガラ色の町家が軒を連ねるノスタルジックな町並みが印象的な、高梁市北西部の成羽町吹屋地区。この地に家族4人で移住して古民家を改装し、髪の癒し処『彩紅』を営んでいるのは、東京都出身の柏崎さん。店の奥では、ネパール出身の夫・ブンジェイバハドゥールさんがカレー店『ネパール人シェフのきいろい台所』を切り盛りしている。

柏崎さんはもともと都内のサロンに勤めていたが、スキルアップを図るため単身でイギリス・ロンドンに移住。現地のサロンで6年間、美容師としてのスキルと英語力を磨いた。そして帰国後、「生き方を変えたい」と思い立ち、今度はインドへと渡って6年間ゲストハウスを運営しながらヨガを習得したという、なんともグローバルな経歴の持ち主だ。

インドでの結婚・出産・育児を経験し帰国。自然豊かで子育てしやすい地域を探していた時、晴れの国・岡山県の吹屋地区が目にとまった。実際に現地を訪れてみたところ、山間に佇む美しい町並みに一目惚れ。気候が良く食べ物おいしい、子どもたちがのびのび走り回れるゆと

りがあるこの地に、2017年2月に移住を決めた。

晴れの国といえど、吹屋地区は中国山地の懷にあり、冬には町中が雪景色に染まる。移住直後はインドとの環境の変化に戸惑ったという柏崎さんだが、「朝起きて戸を開けると、雪の上にウサギの足跡があつて。同じ時を共に過ごしている森の仲間がいるのだと思うと微笑ましく、あたたかい気持ちになりましたね」と穏やかな笑顔で話す。

さらに、吹屋にはかつての日本にあった、世代を越えた人と人の関わり合いの風土が今も息付いていた。

「自分たちがしたことで地域の人に喜んでもらえたり、時にはお叱りを受けたりすることが、

(左)元気いっぱい走り回る、マユールくん(10歳)とアンジュちゃん(8歳)。年齢に関係なく地域の子どもたちはみんな友達 (右)「今後は家族で野菜作りにもチャレンジしたい」と話す柏崎さん。裏庭にはヤギやウサギ、ニワトリも共生
(下)1席のみのプライベート空間が広がる美容室。職業柄、地域の人と接する機会が多く、自然と仲が深まったという



子どもたちにとって、とても良い人間教育になっていると思います。また、地域の方々からよく野菜を頂くのですが、そのお礼に草刈りをしたりカレーのお裾分けをしたり、そんな「わたしあい」が日常にある今の暮らしに幸せを感じています」

ひらめきを信じて動き、その先でスキルを磨くことで自分らしい世界を広げてきた柏崎さん。「ここではしっかり根を張って暮らしていきたいです。子どもたちにもいろいろな世界を見て、自分にしかない何かを見つけて、吹屋でも彼らの好きな地域でも、幸せに生きていてほしいですね」と、今また新しい未来を見つめている。

田舎暮らしの ゆとりが生む、 自由な発想のデザイン

絵描き

能瀬理恵さん





商品名の「ココちゃん」は愛犬の名前から。ころんと可愛いベビーカステラを、1日500～600個焼き上げる。人との触れ合いを大切に「10連ミニドーナツ」などの新作も生み出し、地域に笑顔を広げている

高梁市の北東部に位置する有漢町。周囲を400～700mの吉備高原の山々が囲い、南北を高梁川の支流・有漢川が流れる緑豊かな盆地で、温暖な気候から桃やブドウなどの栽培に適した果物の郷でもある。

この地で生まれ育った上藤亨さんは18歳の時に大阪に移り、以来26年間、サラリーマンや飲食店経営など多様な職種を経験。その後倉敷市で20年間過ごし、2017年に帰郷した。

Uターンのきっかけは、今年100歳を迎える亨さんの母親の生活サポート。現在は家業の桃農家を継ぎ、妻・裕子さんとともに桃の生産直売を行っている。上藤夫妻が真心を込めて育てる桃は、品質の高さの一つひとつ糖度を測ってから箱詰めする丁寧な仕事ぶりから、地元はもとより全国でも評判だ。さらに上藤夫妻は、夏場しか

使用しない自宅併設の桃の出荷場を活用し、裕子さんの好物であるベビーカステラの販売店『ココちゃんのカステラ』を2022年9月にオープンした。「うちのカステラの賞味期限は3日間。もちもちの食感で冷めてもおいしいのが特徴です。全国から小麦粉を取り寄せて配合し、半年間試作を重ねてやっとたどり着いた味わいなんですよ」と手際よくカステラを焼く亨さん。毎朝4時に起きて焼くというカステラは、高梁市内外の7つの店舗や道の駅でも販売している。

亨さんにUターンするメリットを聞くと、「誰もが顔見知りという安心感ですね。地域行事などにもすぐに入っていたので、困ったことは特になかったです」と答えてくれた。京都府出身の裕子さんも「高梁の人はみんなまじめで親切で優しいです。店を出した時も近所の人たちが頻繁に顔を出し、他地域の人にまで店の宣伝をしてくれたんですよ」と話し、地域住民と良好な関係が築けていることがうかがえる。

「故郷に戻ってきて特に感じるのは、空気の綺麗さと人のあたたかさ。若い頃は都会暮らしに慣れて大阪に出ましたが、今は田舎の方が暮らしやすいですね。自分のやりたいことができ、地域のみんなが応援してくれる。今は数日離れただけで故郷が恋しくなるほどですよ」と亨さん。

パワフルで気さくな上藤夫妻に会いたいと、地域の方々はもちろん、かつて暮らした地でご縁を結んだ人たちが遠方から訪ねてくる。つながりを大切にする上藤夫妻の人の輪は、「わたしあい」のあるまちでさらに広がっていくだろう。

05

つながりを大切に、故郷から広げる人の輪

FUJI 商会
ベビーカステラのお店
ココちゃんのカステラ
上藤亨さん・裕子さん

04

個性が輝く場所で 楽しさと感動を共有し、 新たな人生を共に歩む

社会福祉法人 P.P.P.
P.P.P. オールスターズ！布寄
しいたけハウス
森田徹さん



地域の人たちから、「しいたけおじさん」「もりぞーさん」の愛称で呼ばれ親しまれている、森田徹さん。長年、都内のメガバンクグループの信託銀行で銀行員として働き、定年退職後の2022年秋に知人に誘われ高梁市にやってきた。

「しいたけハウス」を始めたきっかけは、もともと高梁市で「農業×福祉」の農福連携事業計画を進めていた前担当者の急な退職だった。その計画は、かつて高梁市成羽町布寄地区の地場産業であった葉タバコの集荷場跡地を、国産菌床からしいたけを栽培するしいたけハウスとして再利用し、新たな地場産業を興すというもの。屋内でのしいたけ栽培は季節や天候に左右



(左)香り高い「天空のぷっくりやみつきしいたけ」は、旨味の濃さと肉厚で噛み応えのある食感が特徴 (右)標高約450メートルの里山にある3棟の菌床ハウス。見学者や応援者と利用者が一緒に作業するなど、交流の場としても親しまれている (下)シイタケの香りに包まれて、「楽しい！」と笑顔で収穫作業に取り組む利用者のみなさん。毎日愛情を込めてシイタケを栽培している

森田さんが引き継いだ当時は、ハウスが建っているだけで施設内は空っぽ。それまでしいたけ栽培はもちろん農業との関わりもなかった森田さんは、「事業が軌道に乗り始めるまで、失敗もたくさん経験しました。この歳になって農業の難しさを初めて知り、農家さんの大変さがありがたさを痛感しました」と当時を振り返る。

森田さんが大切にしてきた人生のテーマは、「今日にイキイキ、明日にワクワク」。「人生において努力が結果に結びつかないことはよくあること。それなら努力も全力で楽しもう！その上で誰かに楽しんでもらえたらなおよし！」と、しいたけハウスを、一人ひとりが障がいを個性として活かせる就労継続支援B型施設として整備。利用希望者の受け入れを積極的に行うほか、見学会や収穫体験、バーベキューなどの交流イベントも開催し、利用者の意欲向上と地域活性化にも貢献してきた。また、近隣の道の駅やスーパー、飲食店等にしいたけを出荷することで、しいたけハウスを拠点に共感の輪を広げ、そこで生まれたさまざまな「わたしあい」が、多くの笑顔と感動を生み出している。

「誰もが楽しく働ける場所は、みんなで創っていくものなんです。しいたけハウスはそれを体現していく拠点施設です。『いい風を吹かせよう』というスローガンは、ハウスで働くみんなとアイデアを出し合ったら自然に決まったんですよ」

今後は新たにカフェ、宿泊施設の新設や廃校になった小学校のギャラリー化にも挑戦していく。スローガンの通り、新たな「わたしあい」でさらにいい風が吹かせそうだ。

※掲載している情報は令和7年4月現在のものです。内容や制度、問い合わせ先は変更する場合がありますので、あらかじめご理解をお願いします。

高梁市移住定住支援制度

移住・定住に向けた支援や、子育て、就業に関するサポートをご紹介します。

住まいに関する制度



1 空き家情報バンク制度

市内の空き家を有効活用するため、台帳に登録し、市のHPに空き家情報を提供しています。

住もうよ高梁
高梁市移住・定住情報↓



2 空き家バンク活用促進助成金

空き家情報バンク登録物件を対象に、空き家活用に要する経費の一部を補助します。

- 購入：補助率1/10(*上限80万円)
- 家財処分：補助率2/3(上限20万円)
- 物件の改修：補助率1/3(*上限100万円)
*対象要件あり

3 移住コンシェルジュ

高梁市への移住を希望される方に対して、地域のことや生活面など、きめ細やかな相談・サポートを行うために専任の移住コンシェルジュを配置しておりますので、お気軽にご相談ください。

4 スマートエネルギー導入促進補助金

住宅への太陽光発電や省エネ機器の設置に対して補助金を交付します。

- 太陽光発電：7万円/kW(上限30万円)
 - 省エネ機器：補助率1/3(上限10万円)他
- *上記は、市内業者を利用した場合
*補助率・上限額は、対象機器により異なります。



5 合併処理浄化槽設置整備事業補助

下水道が整備されていない地域でのトイレ水洗化のため、合併浄化槽の設置に対する経費の一部を補助します。

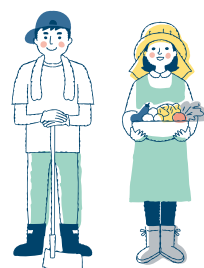
仕事に関する制度

1 奨学金貸付制度

看護師、医師、技師等の資格を取得後、一定期間高梁市で勤務した場合、奨学金の返還を免除します。

3 就農激励金

市内に新たに就農した認定新規就農者に、激励金30万円を支給します。
*申請年度において55歳以下が対象。



2 新規就農者向け農業スクール (定年帰農者含む)

ピオーネ栽培技術習得のため、通年での講習会を開催しています。

出産・子育てサポート



1 ママ・サポート119

妊婦さんの希望により、出産予定日、出産予定医療機関等の情報を高梁市消防へ事前に登録して、緊急時に救急車を利用する際の119番通報や医療機関への連絡・搬送をスムーズに行います。(妊婦事前登録制度)



2 産前産後ヘルパー

身の回り、家事、育児が困難な家庭に、母子手帳交付後から出産後1年まで産前産後ヘルパーを派遣します。



3 子ども医療費

子ども医療費を無料化しています。(18歳までの保険診療自己負担分を全額市が負担)



4 子育て支援センター(ゆう・ゆうひろば)

就学前のお子さんと保護者の方が、気軽に集まってゆったりと遊んだり交流ができます。また、子育ての相談に応じているほか、子育てのための研修や親子で楽しめるミニイベントも行っています。



5 おむつ支援

市内すべての保育園・こども園で使用する紙おむつとおしりふきの支援を行っています。



6 小規模特認校制度

自然環境に恵まれた小規模小学校で心身の健康増進を図り、豊かな人間性を培い、明るく伸び伸びとした特色ある教育活動のもとで学ぶことを保護者及び児童が希望する場合に、通学区域外からの就学を認める制度を実施しています。



7 子育て応援チケット

子育て応援チケットは、各種子育て支援サービス(下記の6事業)を1回分無料(*一部自己負担あり)で体験していただくことで、子育てサービスを知っていただき、子育ての負担軽減に繋がることを目的としています。

産前産後ヘルパー派遣事業

産後ママ安心ケア事業

ファミリーサポートセンター事業

病後児保育事業

一時預かり(一般型)事業

歯科保健指導・歯科フッ素塗布



たかはし子育てネット↓

