

# 上田市武石地域における住民主体の地域活動をとおした 持続可能な地域づくりのあり方に関する考察

長野大学環境ツーリズム学部 松下ゼミ（担当教員：松下重雄）

代表者：廣川京香

発表者：小澤優花、小林彩希、須山明日美、廣川京香、藤岡美希、堀内菜央

## 【目次】

梗概

はじめに

### 第1章 武石地域の現状・課題と地域資源

1. 武石地域の概要と過疎地域の現況
2. 武石地域の住民組織
3. 武石地域のコミュニティ資源

### 第2章 武石地域における住民主体の活動に向けた協働の取り組み

1. 地域資源ワークショップの運営
2. 体験プログラムの試行
3. 住民主体の地域ビジネス展開に向けたワークショップ

### 第3章 武石地域における地域ビジネス展開に向けて

1. 地元ぐらし型まちづくりと武石の地域づくり
2. 武石地域周辺における参考事例調査からの知見

### 第4章 武石地域のコミュニティ資源を活かした地域ビジネスの提案

1. 夢プログラムを推進する関係案内所の形成
2. クリエイティブなまちづくり拠点の創出
3. 古民家を活用したコミュニティカフェの整備
4. 遊休農地を活用した農福連携によるコミュニティ農園
5. 文化資源「武石かるた」を活用した地域イベント
6. コミュニティ通貨「もん」による武石のつながりづくり

おわりに

参考文献

## 【梗概】

関係人口創出による地方の活性化が注目される中であって、住民主体の観光まちづくりや地域ビジネス（ソーシャル・ビジネス）の導入をとおした、持続可能な地域づくりのあり方/可能性を探ることが本研究の目的である。

研究対象地域は、上田市の南部に位置し、市内中心部から車で約 30 分の距離にある上田市武石地域である。2006年の市町村合併によって旧武石村より上田市になり、人口 3,182 人、1,381 世帯である（2023 年 10 月現在）。また、2022 年 4 月には一部過疎地域に指定され、対策地域の持続的発展、地域の問題点を解決するために上田市過疎地域持続的発展計画を策定した。こうしたことから、コミュニティの衰退、行政サービスの低下などが懸念される一方で、住民主体の地域づくりが模索されている。

本研究では、こうした地域の活動にゼミ活動として積極的に関与し住民主体のまちづくりの展開を仕掛けるアクションリサーチの手法を採用した。具体的には、地域住民組織である「武石風土つなぎ隊」や「武石ロマンの会」との協働により、地域資源発掘のためのワークショップの開催や地域協働による体験プログラムの企画・運営等をおこない、地域主体のツーリズムの展開方策を模索した。これらの展開の過程で、地域住民の中に、生活風景や身近な環境に対する気づきや、観光まちづくりに対する主体性の喚起、さらには地域内の新たなつながりの形成が参与観察より確認された。

さらに、これらの活動を基盤に武石地域の住民自治組織である「住みよい武石をつくる会」との協働により、今後の住民主体の地域ビジネスの展開アイデアの創発を目指したワークショップを開催した。また、こうした地域活動と並行して、参考事例調査として、上田地域および周辺地域でコミュニティ/関係人口形成で先駆的な取り組みを実践する NPO や行政の取り組みについても実地調査をおこなった。そうしたなかから、「地元を、すてきな偶然の出会いが起こる場として主体的に楽しむこと」という地元ぐらしを通じて、地元の課題を解決したり、魅力を発信したりすることと定義される「地元ぐらし型まちづくり」の意義と、それを支える「セレンディピティ」についても現場で確認することができた。

これらを踏まえ、上田市武石地域における住民主体の地域活動をとおした持続可能な地域づくりのあり方として、6つの観点からなる武石地域のコミュニティ資源を活かした地域ビジネスを提案した。具体的には、「夢プログラムを推進する関係案内所の形成」、「クリエイティブなまちづくり拠点の創出」、「古民家を活用したコミュニティカフェの整備」、「遊休農地を活用した農福連携によるコミュニティ農園」、「文化資源・武石かるたを活用した地域イベント」および「コミュニティ通貨『もん』による武石のつながりづくり」である。今後、これらのアイデアを地域とともに試行錯誤しながら実践し、武石地域の持続可能な地域づくりに貢献していきたい。

## はじめに

関係人口創出による地方の活性化が注目される中であって、住民主体の観光まちづくりやコミュニティ・ビジネス（ソーシャル・ビジネス）の導入をとおした、持続可能な地域づくりのあり方/可能性を探ることが本研究の目的である。

研究対象地域は、地方都市近郊の一部過疎地域として位置づけられる上田市武石地域である。当該地域でまちづくり活動を実施する地域住民組織に、地元大学のゼミが積極的に関与して住民主体のまちづくりの展開を仕掛けるアクションリサーチの手法を採用した。地域住民参加によるまちづくりワークショップの開催、地域協働による地域体験プログラムの運営等をおこない、そうした地域活動過程の参与観察をとおして見えてきた地域の可能性について本論文で整理した。

なお、長野大学松下ゼミでは、2021年度より当該地域において地域協働型の研究活動を展開している。本論文は、主に2022年度から2023年度の取り組みから得られた知見をまとめたものである。

## 第1章 上田市武石地域の現状・課題と地域資源

### 1. 武石地域の概要と課題

#### (1) 武石地域の概要

長野県上田市武石地域は、美しい自然環境と歴史的な価値を兼ね備えた地域である。長野県上田市の南部に位置し、市内中心部から車で約30分の距離にある。2006年の市町村合併によって旧武石村より上田市になる。人口3,182人、1,381世帯である（2023年10月現在）。

この地域は、隣接する松本市、長和町とともに観光資源である美ヶ原高原の麓にあり、自然豊かで、四季折々の美しい自然景観で知られている。特に、春には桜が満開に咲き誇り、秋には紅葉が美しいシーズンが訪れる。しかし、美ヶ原高原と言う観光資源がありながらも、上田市武石地域にあるという認知は低く、観光客誘致が長年の地域の課題になっている。

武石地域は、歴史的な価値を豊富に持っており、歴史的な建造物や寺院、神社が存在している。武石城はこの地域の象徴であり、城の跡地には、城址公園が設備されている。地域経済は、農業と観光だ。農業では、お米や野菜、果物などが栽培され、特産品として生産されている。教育機関においては、武石地域には小中学校や公共図書館が存在し、地域の子供たちへの教育環境が設備されている。交通面で武石地域は、上田市内の中心地に近接しており、JR上田駅や自動車道へのアクセスが良好だ。これにより、地域へのアクセスが容易であり、観光客や地域住民が利便性を享受している。

また、2022年4月には一部過疎地域に指定され、対策地域の持続的発展、地域の問題点を解決するために上田市過疎地域持続的発展計画を策定した。こうしたことから、コミュニティの衰退、行政サービスの低下などが懸念される一方で、住民自治組織「住みよい武石の会」が設立され、住民主体の地域づくりが模索されている。市街地の様相は、かつては、武石郵便局、旧武石村役場、農業協同組合の辺りは「武石銀座」と呼ばれる商店街で賑わいがあった。しかし、近年、空き店舗が目立ち、賑わいが無くなってしまっている。

そうした武石銀座を復活させるため、イベントや地元のコミュニティ団体が盛んに活動しており、地域住民の交流が促進されている。地域のお祭りやイベントは、地域文化の保存や発展に貢献しており、地元の伝統を次世代に受け継いでいる。地域の文化を体験することもでき、様々な文化に触れることもできる。

このように武石地域は、美しい自然や歴史的な遺産、産業、文化、地域へのアクセスの点が魅力ある地域だ。地域住民が協働しあい、地域の魅力を発信させていくことで、武石地域は今後も活性化していくことが期待される。

## (2) 過疎地域としての武石地域

武石地域の課題としては、過疎化の進行があげられる。人口減少の観点について国勢調査による人口動態より比較すると。上田市は戦後から 1960 年代までは減少していたものの、1970 年代から 2000 年まで増加していた。一方、武石地域は 1950 年以降減少が続いている。

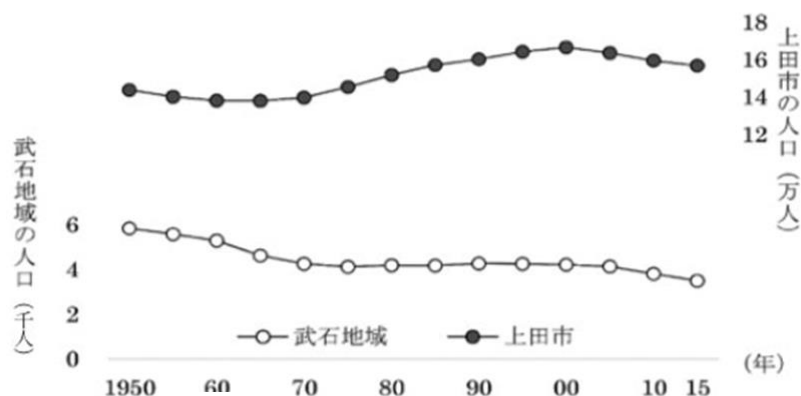


図 国勢調査に基づく人口推移

出典: 上田市ホームページ「上田市の統計」より作成

表

人口の推移 (国勢調査) 「武石地域」

区 分	昭和35年 (1960)	昭和50年 (1975)		平成2年 (1990)		平成17年 (2005)		令和2年 (2020)	
	実数	実数	増減率	実数	増減率	実数	増減率	実数	増減率
総 数	人 5,272	人 4,099	% △22.2	人 4,251	% 3.7	人 4,120	% △3.1	人 3,159	% △23.3
0歳～14歳	1,696	802	△52.7	823	2.6	545	△33.8	324	△40.6
15歳～64歳	3,109	2,734	△12.1	2,518	△7.9	2,407	△4.4	1,596	△33.7
うち 15歳～ 29歳(a)	972	850	△12.6	609	△28.4	623	2.3	295	△52.6
65歳以上 (b)	467	563	20.6	910	61.6	1,168	28.4	1,237	5.9
(a)/総数 若年者比率	% 18.4	% 20.7	—	% 14.3	—	% 15.1	—	% 9.3	—
(b)/総数 高齢者比率	% 8.9	% 13.7	—	% 21.4	—	% 28.3	—	% 39.2	—

※ 令和2年は、年齢不詳があるため、総人口と年齢3区分別人口の合計とは一致しません。

また、住民基本台帳に基づく2021年1月1日時点の上田市の人口は15万5595人で、5歳階級別にみると、最も多い割合は70歳～74歳の階級・7.6%、次に45歳～49歳の階級・7.5%、50歳～54歳の階級・6.7%となっている。一方、武石地域の人口は3304人で、5歳階級別にみると、最も割合が高いのは上田市と同様に70歳～74歳の階級・9.5%、次に65歳～69歳の階級・8.4%、60歳～64歳が8.4%となっている。上田市と比べて、武石地域は総人口に対する高齢化率が高い事がわかる。加え、0歳～14歳の人口の割合は上田市が12%であるのに対し、武石地域は9.6%である。3%の差であるが、武石地域のほうが、少子化が進んでいる事は確かである。加え、上田市と武石地域のコーホート変化率法を利用して分析した人口増加率についても述べたい。コーホート変化率法は、各年齢階級のコーホート変化率が今後続くものとして人口を予測するものである。表では、上田市と武石地域のコーホート変化率の比較を行っている。見比べてみると、武石地域は上田市に比べて、生産年齢人口の変化率が1%を切っている年齢層が多いのがわかる。

表 住民基本台帳に基づく2021年1月1日  
時点の5歳階級別人口

単位:人,%

年齢階級	上田市		武石地域	
	人口	割合	人口	割合
0～4	5,330	3.4	74	2.2
5～9	6,425	4.1	113	3.4
10～14	6,880	4.4	130	3.9
15～19	7,567	4.9	146	4.4
20～24	7,554	4.9	133	4.0
25～29	7,093	4.6	88	2.7
30～34	7,731	5.0	130	3.9
35～39	8,278	5.3	144	4.4
40～44	9,911	6.4	196	5.9
45～49	11,673	7.5	197	6.0
50～54	10,435	6.7	210	6.4
55～59	9,868	6.3	188	5.7
60～64	9,409	6.0	279	8.4
65～69	10,092	6.5	298	9.0
70～74	11,832	7.6	315	9.5
75～79	9,179	5.9	217	6.6
80～84	7,089	4.6	182	5.5
85～89	5,229	3.4	134	4.1
90～94	2,987	1.9	86	2.6
95～99	903	0.6	39	1.2
100以上	130	0.1	5	0.2
合計	155,595	100.0	3,304	100.0

出典:上田市ホームページ「上田市の統計」より作成

表 上田市と武石地域のコーホート変化率

年齢階級	上田市		武石地域	
	男性	女性	男性	女性
出生 → 0～4	0.20	0.19	0.18	0.17
0～4 → 5～9	1.02	1.02	1.07	1.14
5～9 → 10～14	1.00	1.00	0.96	0.94
10～14 → 15～19	1.00	1.01	0.95	0.90
15～19 → 20～24	1.01	0.95	0.74	0.70
20～24 → 25～29	0.95	0.91	0.77	0.62
25～29 → 30～34	0.99	1.00	0.85	0.93
30～34 → 35～39	1.01	1.03	0.93	1.05
35～39 → 40～44	1.00	1.01	0.99	0.98
40～44 → 45～49	1.00	1.01	1.04	0.96
45～49 → 50～54	0.99	1.00	1.01	1.01
50～54 → 55～59	0.99	0.99	0.96	1.02
55～59 → 60～64	0.98	0.99	0.98	1.03
60～64 → 65～69	0.96	0.98	0.98	0.99
65～69 → 70～74	0.93	0.97	0.98	1.00
70～74 → 75～79	0.89	0.95	0.89	0.93
75～79 → 80～84	0.81	0.90	0.76	0.92
80～84 → 85～89	0.66	0.80	0.65	0.80
85～89 → 90～94	0.47	0.63	0.40	0.57
90～94 → 95～99	0.28	0.40	0.35	0.36
95～99 → 100以上	0.10	0.19	0.00	0.22

出典:筆者作成

特に、上田市内では住宅や商業施設の郊外拡散と中心市街地の衰退化が進行している事も、少子高齢化の一因である。郊外への大型施設の立地や宅地化の進行により、農地と宅地の混在する箇所新たな下水道等の都市基盤整備が必要となる箇所がある。一方で、空き店舗や空き地が点在するなど空洞化が進んでいる。しかし、上田駅を中心に大規模店舗や高層住宅などの立地も見られるようになってきている。以上より、武石地域の課題として、少子高齢化の進行とともに都市の局所的な人口集中と人口減少が起こっている事がまずは挙げられるだろう。

特に産業に関して、人口減少と関連する問題点があるので、述べていきたい。まず、武

石地域の農業について、小規模・高冷地などの悪条件の中で営まれていたが、時代の変遷とともに機械化、省力化が図られている。しかし、高齢化のために作業委託する農家も増えてきており、全農家が農業のみで生計を立てる事は困難な状況に陥っている。そのため、兼業農家が増加している。また、武石地域の工業は、小規模の事業所が大部分であり、農業同様、就業者は減少傾向にある。若者が参入し、定着できるような産業の育成等を図る事が必要である、と考えられている。一方で、就業人口が減少傾向にある第一次産業・第二次産業に対し、観光業などの第三次産業への就業者は増加傾向にある。現在、武石地域では、地域に根ざした観光形態を目指している。それには、武石の環境や歴史的遺産などの地域特有の資源・魅力を、地域住民とともに認識し、発信していく必要がある。しかし、地域住民はその地域に住み、身近であるが故にその魅力に気づかない事が多い。また、活かしたい魅力を発見しても、それをどう活用していくのが良いのか、資源を活用できなかつたり、活用計画を実現できなかつたりする場合がある。夢や計画があっても、それを実現する事が難しいのが、武石地域の第三次産業の課題として挙げられる。

## 2. 武石地域の住民組織

武石地域においては行政主導で設立された住民自治組織はもとより、地域住民有志によって設立された地域住民組織が多く活動する。このうち、当ゼミと本研究プロセスにおいて協働した活動を展開している団体について整理する。

### (1) 住みよい武石をつくる会

住みよい武石をつくる会は、上田市武石地域の住民が信頼と協働により、身近な課題を解決し、地域の歴史や文化・自然並びに特性を活かして生活の維持/発展を推進することを目的に平成 29 年 3 月に結成された「住民自治組織」である。主に地域協議会、全 18 自治会、地域づくり団体や福祉・農林・商工などの各種団体から構成されている。

この会には、運営方針の検討、調整のための運営委員会の他に、いくつかの専門部会が設置され、活動がなされている。

表 住みよい武石をつくる会の専門部会と担当する事業

専門部会	事業
1 ふれあい交流部会	地域内外の交流推進に関する事業
2 自然・生活環境部会	自然環境保全、生活環境に関する事業
3 産業・経済部会	農林業、商工業、特産品に関する事業
4 健康・福祉・体育部会	健康推進、社会福祉推進、スポーツ振興に関する事業
5 子育て・教育文化部会	子育て支援、青少年健全育成、文化、歴史に関する推進事業
6 広報部会	地域内外への情報発信に関する事業、住民の意見を聴取する事業

### (2) 武石風土つなぎ隊：つなぐ家、ぴざらぼ

武石風土つなぎ隊（以下、つなぎ隊）は、平成 25 年に住民の有志によって結成された団

体である。つなぎ隊は、武石銀座と呼ばれた武石郵便局や旧町役場、旧 J A 信州うえだ、商店街の衰退をきっかけに、新たな賑わいを創り出そうとして発足し、武石仮装大賞をはじめとした様々なイベントを開催している。

つなぎ隊の活動の拠点として、「つなぐ家」と「びざらぼ」の2つがあげられる。つなぐ家は、①地域の子どもたちも立ち寄れる駄菓子屋、②地域住民の手芸作品を販売する場、③住民が気軽に集まって趣味などを楽しめる場、④リサイクルショップ、⑤地元野菜の直売所などコミュニティにおいて様々な機能を持っている。びざらぼとは、地元住民の協力のもと作られたピザ窯と食事スペースがある場所で、武石地域のイベントに合わせ、地元住民によるピザづくりと販売を行っている。

### (3) 武石ロマンの会

信州たけしのロマンと魅力を掘り起こし発展させる会（通称たけしロマンの会）は、令和3年に結成された住民の有志団体である。武石地域の活性化を目的に、歴史・文化などの資源の発見、地域資源の観光への活用によって、県内外からの観光客を呼び込むことを目指している。

### (4) これまでのまちづくりで協働してきた団体や住民

武石の縁が輪は、地域の交流を取り持ちたいという思いから令和3年1月に結成されたボランティア団体である。主な活動として、月2回、J A 信州うえだ生活店舗で本格的に淹れたコーヒーを飲みながら語り合う「ふれあいカフェ武石」を開催している。ふれあいカフェ武石に人が集まることで、道路を挟んだ向かい側にあるつなぐ家にも賑わいが生まれている。また、武石風土つなぎ隊と長野大学（松下ゼミ）が中心となり開催した古民家を活用したカフェイベントでは、コーヒーの提供を行った。

また、(3)までの団体の活動を支えてきた人物として、宮下農園の宮下和美氏がいる。宮下氏は、現在は農園を経営されているが、これまでの経験で培った技術を活かし、ピザ窯やびざらぼの製作、古民家が活用できるように修理・修繕などを主導してきた。

### 3. 武石地域のコミュニティ資源

#### (1) 旧武石銀座の地域資源

武石地域の中心部に位置する旧武石銀座の周辺には、地域資源としての活用が期待できる施設や土地が複数、存在している。

表 旧武石銀座の地域資源

地域資源	概要
つなぐや	武石風土つなぎ隊が運営するコミュニティ拠点。駄菓子屋、野菜の直売所など多様な側面がある。
びざらぼ	地域住民によって作られたビザ窯と飲食スペースを備えた小屋。
みんなのハートフルガーデン	コミュニティーガーデン。空き地だった場所を住民が気軽に園芸を楽しむ場所であり、まちの緑を増やし景観改善にもつながっている。
ギャラリー・クラノマ	柳沢裕子氏が自宅庭の蔵を改装し平成24年にギャラリーとしてオープンさせた。武石地域のアーティストの作品だけでなく地元住民も気軽に作品を展示できる場所となっている。
カフェなかはら	飲食店が欲しいとの地域の声を受け、中原弓枝氏が平成29年にオープンした飲食店。年金で生活する高齢者も気軽に利用できるように価格が抑えられており、旬野菜が多く使われたランチを500円で食べることができる。
JA跡地	旧武石銀座にJA信州うえだの武石支所として位置していたが、支所統合により令和4年より営業停止。現在は、建物のみが残っている。
役場跡地：芝生公園化	旧武石村の町役場があった場所は、上田市の構想によってにぎわい広場として、駐車場や公衆トイレが設置される他、芝生公園化される予定である。
古民家たまりや	住民の柳沢忠氏が所有する明治末期に建てられた古民家。新たな賑わいづくりに繋がるのであればという柳沢忠氏の厚意によって無償で貸し出されている。武石風土つなぎ隊と長野大学/松下ゼミが協働して再生プロジェクトに取り組んでいる。
柳沢忠氏の農園	柳沢忠氏の所有する農地で、古民家たまりやと同じく柳沢忠氏の厚意によって無償で貸し出されている。地域では、コミュニティファームとしての活用や既に植えられている果樹の実を利用した商品開発が期待されている。

#### (2) 他の特徴的な資源/人材など

その他の特徴的な資源として、武石ふるさとカルタ（通称たけしカルタ）という創作カルタが挙げられる。武石地域の神社仏閣や遺跡、地域行事などが題材となっており、絵は地元の子もたちが描いたものが使われている。現在では、小学校のカルタ大会や住みよい武石をつくる会の子育て教育部会がたけしカルタの場所を巡るウォーキングイベントを開催することに活用されている。



## 第2章 武石地域における住民主体の活動に向けた協働の取り組み

### 1. 住民主体のツーリズムの実現に向けた取り組み

#### (1) 地域資源ワークショップの開催

たけしロマンの会では、自分たちの地域を再度見つめ直そうと、地域の生活季節暦を作成することに取り組んでいる。作成にあたっては、長野大学松下ゼミと連携しながら地域住民参加によるワークショップを運営した。ワークショップは、2022年の夏から秋にかけて3回開催し、最初の2回で生活季節暦のテーマを関係人口創出の観点から「体験（アクティビティ）」として設定し、地域資源の整理がおこなわれた。また、ワークショップの過程では、とりまとめた地域資源の活用方策として、住民主体で運営する体験プログラムの必要性が共有されることになった。そのため第3回のワークショップでは、近い将来に住民主体で取り組むことのできる体験プログラムを、具体的な担い手を想定しながら検討し、その結果を「夢プログラム15選」として整理し、生活季節暦とともにパンフレットとして2023年2月に発行した。なお、発行されたパンフレット（A2変形判）は、武石地域自治センターのネットワークを活用して、全戸配布がおこなわれた。



図 武石地域の生活季節暦：ともしびの里暦（松下ゼミ作成）



図 武石地域の資源を活用した体験プログラム：夢プログラム（松下ゼミ作成）

## (2) 体験プログラムの試行

こうしたパンフレットづくりに並行して、住民主体で運営する体験プログラムも試行された。一つは、たけしロマンの会が実施する武石地域の周遊ツアーで、たけしロマンの会のメンバーがガイド役となりコースを設定し、モニターとして大学生が参加費を払って参加するものである。設定されたコースは、地域の史跡や観光資源を巡る標準的なものでありつつ、地域住民との交流があるプログラムも挿入したものであった。もう一つは、武石風土つなぎ隊が実施する「古民家たまり屋」再生体験プログラムである。古民家を再生させ、地域コミュニティの拠点にしようとする活動である。この活動に地域内外の人材に関わってもらいながら、ゆっくりと改修活動をおこなっていくことで、多様な関係人口を創出することを目指している。2022年の夏と秋にそれぞれ実施され、夏には床の目張り体験や三和土土間づくり体験、秋には階段づくりや障子貼り体験が実施され、地域内を中心に多様な参加者が得られた。また、秋のプログラムにおいては、地域の文化祭に合わせた開催とすることで、文化祭展示会場や武石風土つなぎ隊が運営する「つなぐ家」、「びざらぼ」および「ギャラリー・クラノマ」と古民家たまりやプログラムを連携させたまちなか周遊プログラムとしても運営された。

また、2023年には長野大学松下ゼミと武石コマンの会との協働により、一般客を対象にした夢プログラムは春と秋に試行されている。

武石の新しいにぎわい拠点づくりに大学生とともに取り組んでいませう

### 武石の古民家「たまりや」で 三和土(たたき)の土間づくり&和紙はり体験




明治末期に建てられた「古民家たまりや」が復活します。しばらく使われていなかった建物ですが、今年から地域の力で、できるところから、ゆっくりと再生しています。古民家たまりやの再生活動に地域内外の多くの方に関わっていただき、武石に新しいいきいきを創ってほしいと思っています。今回の主な作業は三和土の土間づくりと和紙の張りです。関心のある方は、ぜひご参加ください。

**8/10 (水)** 2022年

時間 13:30 ~ 16:00 頃 現地集合  
場所 上田市下武石 (古民家たまり家)  
参加費 無料 (イベント保険費主催者負担)

※汚れてもよい服装で、軍手とタオル、飲み物を持参ください。  
※途中参加、途中退出、見学のみの参加も可ですので、気軽に参加ください。  
※コロナ感染予防対策および形態対策のため、マスクをご持参ください。

お申し込み・申込み先 (当日参加は現地にて受け付けます。できる限り事前申し込み願います)  
①氏名、②連絡先(メールor電話) ③住所 (郵便番号可) をご記入のうえ、下記メールアドレスまたはメールアドレスでお申し込みください (電話でも受付)。  
メール: [metabushita@nagano.ac.jp](mailto:metabushita@nagano.ac.jp)  
電話: 090-9658-2080 (松下) 090-5790-4508 (柳沢)

主催 武石観光協会 運営 武石風土つなぎ隊(クラノマ)+長野大学環境ツーリズム学部松下ゼミ

図 古民家再生体験プログラム  
(長野大学松下ゼミ、武石風土つなぎ隊)



## 武石魅力体験

親子や仲間で楽しく

武石の夏野菜を使った漬物きびざづくり体験  
ともじり窯でアロマキャンドル作り体験  
夏野菜の摘み取り体験  
奥野深谷トレッキング(奥野深谷谷めぐり+せせらぎランチ)  
紅葉ロケスポット巡り体験

お申込み <http://happygane.co.jp/takeshi-de-taken/>  
主催 長野県たけしのコマンと魅力を語り起こし連携させる会 問合せTEL 090-1997-9491(中央)

図 夢プログラム試行ツアー  
(長野大学松下ゼミ、武石ロマンの会)

## (3) 観光まちづくり活動をととした地域への影響

武石地域における住民主体による観光まちづくりの推進過程において、その初期段階における地域への影響・成果として、次の点が確認された。

まず、生活風景や身近な環境に対する気づきである。ワークショップや体験プログラムの試行を通じて、いわゆる観光地としての環境ではなく、自らの地域の日常的な生活風景や身近な里山環境にこそ観光資源としての価値があることに対する気づきが生まれた。特に地域の生活や身近な環境を体験・体感することや、地域の人々と交流することの大切さが認識されている。そうしたことを地域内で共有することが重要との思いから、従来からある観光パンフレットとは異なる「体験」や「交流」を中心とした成果物を作成するに至ったとも言える。



次に、地域住民の観光まちづくりに対する主体性の喚起が挙げられる。体験・交流を中心に据えたまちづくりプログラムを検討する過程で、絵空事ではなく、地域住民自らが「近い将来」に担って実施できるものを考案することが共有されていった。すなわち、観光まちづくりの推進を行政などに委ねるのではなく、自分たちが推進・ガイド役となって進めていこうとする意識が醸成されていった。そのことにより、地域におけるより広範な仲間づくりの必要性が認識され、パンフレット全戸配布の際には活動への参加が具体的に呼びかけられることになった。また、自分たちのガイド力などの能力向上や体制整備の必要性が共有された。

そして、地域内のつながりの形成である。地域での体験プログラムの試行を経て、地域人材の発掘や地域住民の新しいつながりおよび活躍の場の形成が確認されている。具体的には、たとえば古民家改修体験プログラムにおいては、地元農家が建築技能を提供したり、福祉系の NPO がカフェを運営したり、住民自治組織の有志が連携イベントでのピザ釜調理を担ったりと、地域内における新しいつながりが形成されている。

## 2. 住民主体の地域ビジネス展開に向けたワークショップ

令和5年9月に、地域資源の活用や人材が活躍できる場づくりについて考えるワークショップが長野大学松下ゼミと住みよい武石をつくる会により共同開催された。まず、地域資源を大学生が住民に案内する形で巡った。ここでは、住民だけでなく学生、行政の職員など年齢も所属も多様な人々で地域資源を見たからこそ、生まれた視点や発見が多くあった。例えば、柳沢忠氏の所有する古民家たまりやを見学した時には庭にある木が「和製アーモンド」と呼ばれる木の実をつけるカヤの木であることが判明したり、古民家の中にある火鉢はヤカンに乗せるための今ではもう見られない特殊な形であると知れたりした。異なる経験や知識を持つ人々が集まったからこそ見えた地域資源が持つ個性や暮らしぶりがあった。

その後のワークショップでは、大学生からの地域資源を活用したソーシャルビジネス提案を元に住民との意見交換会を行った。そこで出た意見の中には、武石の住民ならではの極めてローカルで鋭い視点のものもあった。以下で述べる提案の中には、住民の方から出た意見を参考にしている。

 **武石地域のまちづくりワークショップ** 

古民家などの地域資源の活用、地域人材の活躍の場づくりなど、武石地域において地域の方々がいきいきとして地域活性化のための活動（コミュニティ・ビジネス）をおこなっていくことをめざして、地域の皆さんと地域で学ぶ大学生とともに、自由に思いやアイデアを語り合う意見交換会です。

- 開催概要  
日時：2023年9月30日（土）13時から15時30分  
場所：武石地域総合センター 3F会議室
- 主催：長野大学環境ツーリズム学部 松下ゼミ  
共催：住みよい武石をつくる会、主に産業経済部会、ふれあい交流部会
- ワークショップの概要
  - 開会あいさつ（5分）
  - 長野大学・松下ゼミからの話題提供（15分）
    - 本日のワークショップのねらいと進め方
    - 長野大学松下ゼミによる武石地域での活動紹介
  - 現場見学（40分）
    - たまりやを中心に、びざらぼこつなぐ家ハートフル・ガーデンこつなぐ家こ  
古民家たまりや二大家さんの畑など、今後活用できそうな地域資源を見学
  - 意見交換会（75分）
    - 大家さんによる「たまりや」紹介
    - 松下ゼミ生による武石地域の地域資源（たまりや他）を活用した、地域活動（コミュニティ・ビジネス）実践企画の提案
    - 意見交換会（横断紙を広げてグループに分かれて意見交換）
      - 松下ゼミからの話題提供および現場見学を踏まえ、武石地域でどのような地域活動が具体的にできそうか、アイデアを出す。
      - 出されたアイデアの中から、実現性の高いものについて、みまで選択する。（具体的な実践計画は、今後のワークショップで検討する）
      - 出てきたアイデアは、次年度の長野県補助金申請時に活用する
  - 全体ふりかえり/閉会（5分）






図 住みよい武石をつくる会と開催したワークショップのプログラムと開催の様子  
（長野大学松下ゼミ主催）

### 第3章 武石地域における地域ビジネス展開に向けて

#### 1. 地元ぐらし型まちづくりと武石の地域づくり

佐藤，馬場ら（2022）によると、『自分が暮らす地域＝地元』ですてきな偶然の出会いを楽しみながらビジネスをすることが、まちづくりのこれからのあり方ではないか」という問題意識から、「地元ぐらし型まちづくり」が提唱されている。

この「地元ぐらし型まちづくり」は、「地元を、すてきな偶然の出会いが起こる場として主体的に楽しむこと」という地元ぐらしを通じて、地元の課題を解決したり、魅力を発信したりすることと定義されている。また、その主体（誰がやるか）、対象（誰に満足してもらうか）および関わり方（活動と収益の考え方）として、それぞれ「地元の人たちが支え合い、行政と協働しながら進める」、「共感者がつながりながら進める」および「地域内で資源を循環させながら主体的にビジネスを進める」ことを特徴としている。

また、この地元ぐらし型まちづくりにおいては、「セレンディピティ」という概念が大切とされている。セレンディピティとは、すてきな偶然に出会ったり、予想外のものを発見したりすること、またそれらに新たな価値を見出す能力のことをいう。例えば、地元ぐらしの中で仕事が成功している人たちは、「土地を貸してくれるオーナーと偶然出会った」、「幸運にも協力してくれる仲間が見つかった」などという人も多く、これらはセレンディピティによるものだといえる。

セレンディピティは、一人一人の小さな発見や疑問などから生まれる。こうしたセレンディピティを多く生むためには、自分たちでセレンディピティが起こるような場づくり（＝人が集まり、多くの意見が飛び交うような場づくり）をすることが重要だ。

しかし、ただやみくもに人を集めようとすると、ゼンブラニティが起こる可能性が高まる。ゼンブラニティとは、消極的や批判的、また決まりきった行動が不幸を呼び込むことをいう。消極的な雰囲気にするような人を参加させないためにも、話し合いの参加者が信頼できる人を芋づる式に集めていくことが、ゼンブラニティを避けることにつながる。

武石地域においても、つなぐ家やたまりやなどのコミュニティ資源を通して、このような場づくりをしていくことでセレンディピティが生まれ、よりよい地域ビジネス（ソーシャルビジネス）を展開していけるのではないだろうか。

## 2. 武石地域周辺における参考事例調査からの知見

武石地域における地域ビジネス（ソーシャルビジネス）展開の参考事例調査として、福祉とアートに取り組む NPO 法人リベルテ（長野県上田市）および農福連携事業に取り組む NPO 法人わっこ谷の山福農林舎（長野県筑北村・麻績村）の事業現場を訪問し現地調査を実施したとともに、地域通貨「もん」に取り組む上田市商工課においてヒアリング調査を実施した。

### （1）NPO 法人リベルテ

NPO 法人リベルテは、障害のある人々の福祉支援や生活介護、就労支援などに取り組む、「何気ない自由」を自由に表現できるような居場所づくりを行っている障害者福祉事業団体である。また、自由や権利を尊重していける社会や人の関係づくりにも取り組んでいる。

リベルテでは、福祉事業と文化事業を行っている。まず、福祉事業は主に「スタジオライト」の運営を行っている。スタジオライトは、障がい福祉サービス事業所であり、日々アートやグッズが生まれるアトリエでもあり、自分の時間を過ごすことができる居場所でもあるといった、様々な役割をもつスタジオである。現在、上田市内に3つのアトリエがあり、それぞれのスタイルや雰囲気合った形で活動を行っているという点が特長的である。就労継続支援 B 型を中心に行うアトリエでは、仕事づくり・就労や自身の自立をめざしているメンバーが多く、自治活動なども盛んに行われている。生活介護を中心に行うアトリエでは、メリハリのある時間の使い方を希望し、体調管理や自己表現・制作に向かうメンバーが多い。賑やかな雰囲気のほか2つのアトリエとは少し異なる、1人で集中したい人が快適に活動を行っている。特定相談支援を中心に行うアトリエでは、地域で生活することや仕事、人間関係について一緒に考え、一緒に悩みながら、メンバー自身が生き方を模索することを大切にしている場所である。これら3つのアトリエでの表現・生産活動を通して、お互いを尊重し合いながら個性を活かすことができ、日常にある喜びや生きがいの創出につながっている。

文化事業では、アトリエの日常をアートプロジェクトによって表現する企画を行っている。福祉施設の中だけに障害のある人の営みやケアを閉じ込めてしまうのではなく、地域に開き、ひとつの文化となることを目的とした活動である。「路地の開き」という取り組みでは、リベルテのアトリエ「路地」の庭を誰もが訪れ滞在することができる公共の場、「公園」へと再生するという活動である。表現を通して地域と交流する場、地域住民や福祉分野以外の多くの人々が参加し、関われるような機会を創出することで、情報発信を多様化することを目的としている。文化事業では、表現活動を通じて多様性を社会に向けて発信するとともに、「障がい」や「福祉」の意味や価値を変えたり、広げたりする試みを行っている。

このように、リベルテでは「何気ない」人の個性や想いを大切にし、1人1人と向き合いながら活動している。障害の理解を深めるのではなく、一緒に活動することで多様な価値観を肯定しながら、人とのつながりを構築している。

## (2) NPO 法人わっこ谷の山福農林舎

長野県筑北地域（筑北村・麻績村）にある「わっこ谷の山福農林舎」ここでは、地域の宝（農業、林業、エネルギー、人など）、および福祉・教育をつなげて、協力し合える「輪」をつくり、誰もが力を発揮できる住みよい社会を目指している。

そのわっこ谷の山福農林舎では農福連携に力を入れている。農福連携とは、「障害者等が農業分野で活躍することを通じ、自信や生きがいを持って社会参画を実現していく取組」である。「農福連携に取り組むことで、障害者等の就労や生きがいづくりの場を生み出すだけでなく、担い手不足や高齢化が進む農業分野において、新たな働き手の確保につながる可能性もある」と言われている。具体的には農業従事者やJA農協組合などの農業に携わるサイドと、社会福祉法人やNPO団体などが連携して、農業の仕事に障がいのある方や高齢者、生活困窮者の方々と行っていくという取組である。農福連携は農家などの人手不足や高齢化の問題解消に繋がるものだと言われている。

農福連携という取り組みが広まったのは2016年頃からで、政府が定めた「ニッポン一億総活躍プラン」において、社会的に立場の弱い人を活躍できるような取り組みを行える環境をしていく環境整備の一環として「農福連携の推進」が盛り込まれた事が始まりであった。そこから、「日本農福連携協会」が設立され、農福連携を啓発するセミナーや、農福連携で作られた農産物の販売などを行っている。

実際にここでは「やましごと」「山里農業」「ダレデモツアーリズム」「おてこ衆」「なないろ社会」の5つの事業に分かれ、「人に合わせて仕事をつくる、誰もがしりあえる場をつくる」という考えで、障がいのある方、職場復帰を目指す方、シルバー人材より年上の方など、働きづらさを感じる人に向けた取り組みが行われている。そして林業で切った木などで暖房用の薪を作ったり、農業で育てた山福にんにくを販売したりして収入を得ている。

## (3) 上田市地域コミュニティ通貨：もん

次に、上田市の地域通貨(コミュニティ通貨)である「もん」について述べていく。

もんとは、上田市で使うことができる地域通貨の単位で、戦国時代に活躍した真田家の家紋である六文銭にちなんで名づけられた。もんは、株式会社カヤックが開発した「まちのコイン」というアプリケーションをスマートフォンやタブレット端末にダウンロードすることで誰でも利用することができ、地域の「人と人」や「人とお店」のつながりの創出が期待できる。

「まちのコイン」に加盟しているお店や団体のことをスポットと呼ぶのだが、スポットでもんを使うことで特別な体験などをすることができる。また、スポットが募集するイベント(お手伝い)などに参加することでもんをもらうこともできる。スポットは、募集したいイベントをつくり、参加者にもんをあげることもできる。このように、もんは地域内を循環しながら人・お店(スポット)・地域をつなげ、新たなコミュニティを生み出すのだ。

また、賞味期限が近い商品や欠陥があり売れない商品をもんと交換することで廃棄物削減に貢献したり、もん自体は電子通貨で換金性もないためコストがかからなかったりなど持続性もあるため、SDGsに貢献できる仕組みになっており、ソーシャルビジネスの場において活用できるツールなのではないかと考える。

## 第4章 武石地域のコミュニティ資源を活かした地域ビジネスの提案

さいごに、これまでの地域での協働活動をもとに、武石地域のコミュニティ資源を活かした地域ビジネス案を、次のとおり提案する。

- ・夢プログラムを推進する関係案内所の形成
- ・クリエイティブなまちづくり拠点の創出
- ・古民家を活用したコミュニティカフェの整備
- ・遊休農地を活用した農福連携によるコミュニティ農園
- ・文化資源「武石かるた」を活用した地域イベント
- ・コミュニティ通貨「もん」による武石のつながりづくり

### 1. 夢プログラムを推進する関係案内所の形成

すでに武石地域においては、地域住民組織と大学との協働により、住民主体のツーリズムに関するプログラム「夢プログラム」が試行されている。こうした住民主体の取り組みを持続的なものとしてくために、夢プログラムの運営コーディネーターとして地域内外の人々のつながりづくりを支援する「夢プログラム案内所（関係人口案内所）」の形成が期待される。

今後、この組織・事業運営のための全体計画づくりが求められるとともに、こうした仕組みの運営に地元大学である長野大学が積極的に関与していくことが期待される。

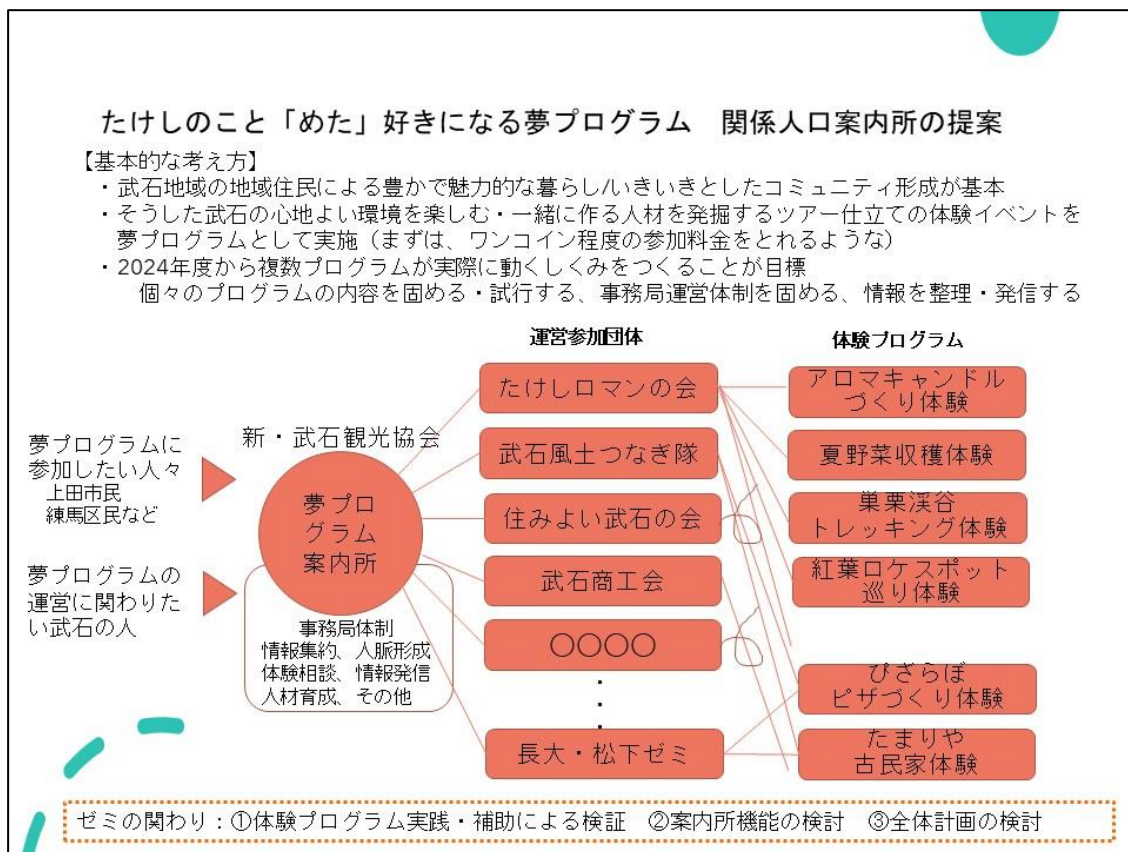


図 夢プログラムを推進する関係案内所の形成



## 2, クリエイティブなまちづくり拠点の創出

古民家たまりやは、創作/表現とコミュニケーションの場としての活用が期待できる。その活用法としては、主に2つ考えられる。まず、1つ目が誰もが気軽に利用できるアトリエとして、レンタルスペースのように運用することだ。2つ目が：アーティスト・イン・たけしである。これは、アーティストが一定期間ある土地に滞在し、常時とは異なる文化環境で作品制作やリサーチ活動を行う所謂アーティスト・イン・レジデンス事業の武石地域版である。一般財団法人長野県文化振興事業団 アーツカウンシル推進局も「NAGANO ORGANIC AIR」という主催事業において、アーティスト・イン・レジデンスを推進している。武石版では、アーティストを受け入れ、住民と共にたとえば古民家たまりやの再生に取り組む。

これらの事業を通して、①創作および表現することの楽しさを感じられる、②住民が気軽に集まり交流できる、③創作/表現活動を通して他者理解や関係の再構築をはかる場所づくりにつなげたい。事業の狙いとしては、空き家という空間資源のコミュニティスペースとしての活用や、古民家の修理/修繕の過程に地域を超えて人々を巻き込むことによって当事者性を高めたり、関係人口を創出したりすることがある。加えて、人々の創造性を呼び起こすことによって、主体的かつ積極的な地域づくりが進められることも期待できる。

そして、この事業では、上田市の特定非営利活動法人リベルテとの協働も計画している。リベルテの表現活動を通じて多様性を社会に向けて発信するとともに、『障がい』や『福祉』の意味や価値を変えたり、広げたりするという趣旨の文化事業と組み合わせること。それにより、リベルテにとっては活動の発信だけでなく地域との関わりの深化、武石地域にとっては既存の枠を超えたクリエイティブなまちづくりをさらに促進させることに繋がるだろう。



図 クリエイティブなまちづくり拠点の創出：アーティスト・イン・たけし

### 3. 古民家を活用したコミュニティカフェの整備

地域にある空きスペースを利用し、コミュニティを創出する政策として、古民家を活用したコミュニティカフェを提案する。

コミュニティカフェとは、飲食店としての機能だけではなく、地域の人々が集まり、交流の場としての役割を果たしているカフェのことである。子ども食堂などのイベントを開催することで、食やイベントを通して、地域の輪を広げるきっかけを創出する場所である。

コミュニティカフェを運営する場所として、「古民家たまりや」を活用したいと考える。カフェを運営するにあたり、ガスや水道、電気が通っているという観点で、古民家はとても適している。既存の地域資源を活用することで、建築費用の削減や歴史的建造物・景観の保全につながる。また、古民家特有の居心地の良さ・親しみやすさといった古民家における潜在的価値を活かすことができる。

私たちは、「古民家たまりや」をコミュニティカフェとして空間活用し、地域において以下のように位置づけたいと考える。

- ① 子ども・大人関係なく気軽に集まって、楽しむことができる地域の憩いの場・賑わいの場
- ② 地域の活性化につながるアイデアが生まれるような地域協働の場
- ③ 地域内だけではなく、地域外の人々との新たなつながりが創出される場
- ④ 誰かにとって新たな居場所・サードプレイスとなる、地域の「縁側」のようなあたたかい場所

地域の憩いの場として「古民家たまりや」をコミュニティカフェとして活用し、地域における賑わいを創出するための施策を述べていきたい。まず、武石地域で収穫された四季折々の食材を使用した料理を提供することで、武石地域で四季を感じることができるカフェにする。武石地域で収穫された農作物の活用は地産地消になるだけでなく、生産者に自身が育てた食材をおいしく食べてもらっていると実感していただけるため、生産者にとっての喜びややりがいの創出につながる。地域における第1次産業の発展に働きかけると考える。

次に、子どもたちが楽しむことができるイベントを企画・運営する。武石地域にある自然や文化に触れ合えるようなイベントを開催することで、子どもたちに武石地域の魅力を知ってもらうきっかけづくりに取り組んでいきたいと考える。また、イベントの運営者がコミュニティカフェに集まって企画会議などをすることができ、充実した企画提案にもつながる。

最後は、地域住民の活躍の場を創出することである。地域に暮らす特技をもつ高齢者や職人を講師として招いて、主に若者を対象とした体験イベントなどを行う。例えば、農業体験やおやき作り体験、蕎麦打ち体験など、長野県ならではの特産品について知る体験プログラムを企画する。講師として招いた住民の活躍の場につながり、知恵を次世代に継承することができる。参加した若者は、地域にこんなすごいひとがいるのだと知ることができ、武石地域への誇りや愛着の創出、文化の継承・保全につながると考える。このように、地域の特性・特色を活かしたコミュニティカフェの存在は、住民主体の地域活動を活発化

させ、人と地域をつなぐ架け橋となるだろう。

また、コミュニティカフェとしての機能だけでなく、ワーケーションの場としても活用していきたいと考える。ワーケーションとは、「ワーク(Work)=仕事」と「バケーション(Vacation)=休暇」を組み合わせた造語であり、観光地やリゾート地など、普段のオフィスとは離れた場所で休暇を楽しみながら働くという新しいスタイルである。現代ではコロナ禍を経て、リモートワークなども増加しており、ワーケーションの需要が高まりつつある。そこで、武石地域でワーケーションの場を取り入れることの効果について述べていきたい。都市部で暮らす人々は、非日常的な空間で仕事をする事で、癒しを感じ、ストレスの解消につながる。また、武石にある“もの”や“人”の魅力を知り、Iターンのきっかけとなる。一方で、武石地域で暮らす人々は、地域外の人々との交流を通じた新たなつながりの創出が期待される。地域外の人々から新たな知恵をもらい、これらを地域活動に生かせる可能性もある。また、地域外の人々の視点を活用することで、新しい価値観が生まれ、武石地域の潜在的魅力の再発見・再認識につながる。このように、地域外の人々も巻き込んで協働することで、武石地域への移住促進や、活気・魅力溢れる持続可能なまちづくりの実現に直結すると考える。このように、時代のニーズに合わせた方法で、空間利用していくことで、地域資源の持続的かつ長期的な活用につながる。コミュニティカフェを起点とし、住民主体での地域資源の活用、希薄化しているコミュニティの再生、新たなコミュニティの構築が実現すると考える。

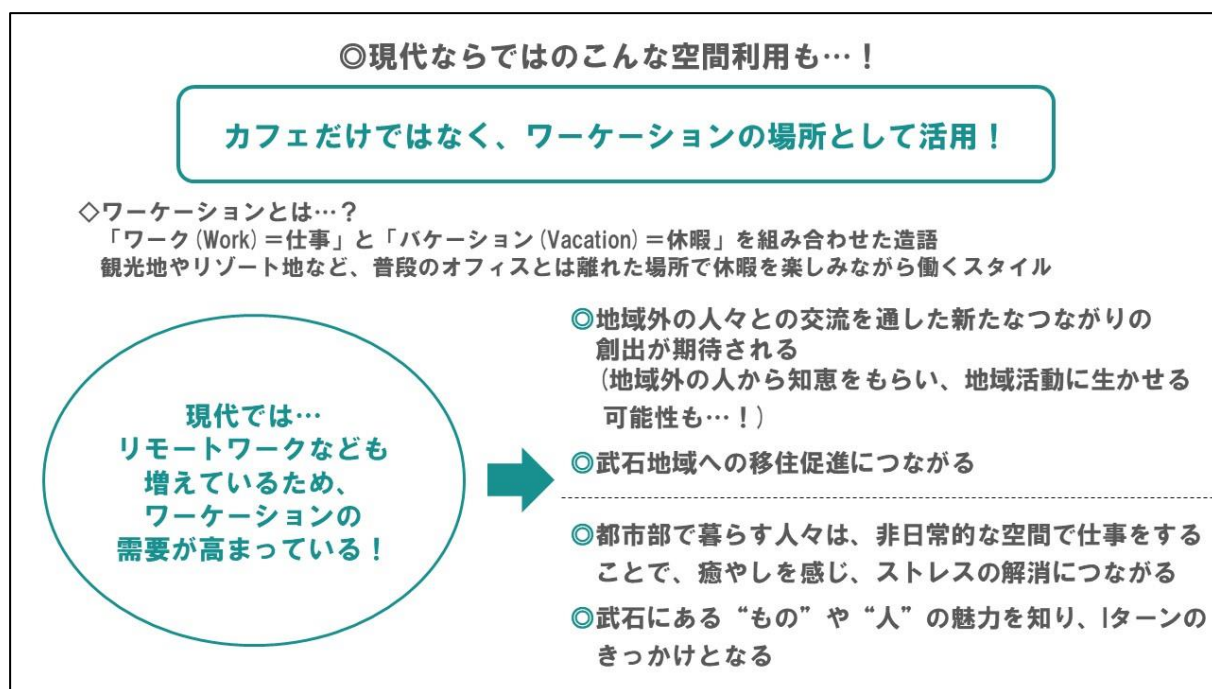


図 古民家を活用したコミュニティカフェの整備：ワーケーション活用

#### 4. 遊休農地を活用した農福連携によるコミュニティ農園


次に、農福連携の観点からみた提案を述べていく。現在武石地域には柳沢忠氏の農園をはじめとして使われていない農作地が多く存在している。農林水産省のデータによると「農

地バンク」などのシステムを活用し、地域で使用されなくなって貰い手が無くなってしまった農地を、農地が欲しい人へと渡している。これを見ると、農地の需要はあるといえる。その農地を活用し下記の2つの取り組みが行えるのではないだろうか。

1つ目は武石地域周辺の福祉施設と連携し、障がいを持つ方と一緒に農業を行う。ここでは農業体験を通じ、障がいを持つ方が新しい発見だったり、生活していく中での楽しさだったりを見つけられるのではないだろうか。また、武石の農地で放置されている農作物を使ってジャムなどの加工品を作り販売する。こうすればビジネスにもつながるだろう。

2つ目の提案は、都会で不登校や、学校に行きたくない、仕事が辛い、息が苦しいと感じている人の息抜きの場として農村での農業体験を行う。何ヶ月も滞在するのではなく、何日、何週間と選べるプランがあり、自分の好きなように農業ができるようにする。その日で嫌になれば帰ってもいいし、気に入ったら伸ばしてもいい、そんな自由に農業に触れられる環境があれば良いと思った。これは私の主観だが、農村や地方の人は都会の人よりも温かさがあると感じる。日々の疲れを癒しに都会から来てくれる人が居れば、お互い嬉しい関係性になれるだろう。

### 農福連携(わっこ谷の山福農林舎)

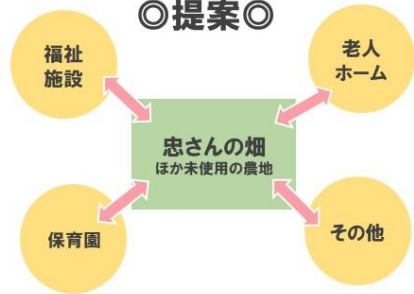


長野県筑北地域（筑北村・麻績村）にある「わっこ谷の山福農林舎」  
ここでは、地域の宝（農業、林業、エネルギー、人など）、  
および福祉・教育をつなげて、協力し合える「輪」をつくり、  
誰もが力を発揮できる住みよい社会を目指している

- ・やましごと ・山里農業 ・ダレデモツアーリズム
- ・おてこ衆 ・なないろ社会

上記の5つの事業を中心に活動している！！

### ◎提案◎



【矢印の存在】

忠さんの畑や、その他未使用の農地を利用して武石で「輪」をつくる  
その輪をつなぐ存在として、  
長大生、つなぎ隊、ロマンの会、自治センターの方が入る！

農業を中心としているが、誰でも集まれる場所、時間を作ったり、  
農業体験を通して人と人の繋がりを作っていく！

図 遊休農地を活用した農福連携によるコミュニティ農園

## 5. 文化資源「武石かるた」を活用した地域イベント

この節では、文化・芸術の観点から、武石のコミュニティ資源を活かした地域ビジネスの提案をしていきたい。武石地域には、地域の自然風景や史跡を活かした「武石かるた」というものがある。この「武石かるた」を活用した、地域ビジネスの提案について、述べていきたい。武石かるたは、これまで主に武石地域に住む小学生などの学生を対象とし活用されてきた。それゆえに学生たち、主に小学生はこのかるたに触れる機会が多いが、学生以外の地域住民はこのかるたに触れる機会が少ない。その現状に対し、9月30日に行っ

たワークショップ時に、武石の地域住民の一人は『このかるたには武石の地域資源がたくさん詰まっているため、ぜひもっと活用してほしい』と話していた。そこで、提案するのは、「武石かるた大会」である。このかるた大会の目的は、武石かるたを多世代で行う事で、武石の魅力の発信のため、それらを地域住民間で共有してもらう事にある。地域ビジネスを行う側としては学生と地域団体を、参加者としてはまずは地域住民・地域外の観光客などを想定している。地域住民が参加しやすい週末に行う事を想定し、場所は我々学生が活用したいたまりや、を利活用する予定である。ビジネスプランの内容としては、集客・創作・発表/展示の流れで述べていきたい。集客は地域住民に周知したいので、回覧版に「かるた大会」の内容を印刷（周知）したチラシによる宣伝を行う。その後、イベント当日にたまりやに集合してもらい、イベントが始まるまで各自自由に交流してもらう。創作では、かるた大会を行い、負けて終了した人から感想を季節の柄に切り抜いた紙に記入する。そして、発表/展示では、記入した感想の紙を、大会終了後に大きな画用紙に貼り、それについてまた感想を述べあう。また、その際に武石の資源に関連したポストカードを販売し、武石の資源に関する知識を深めてもらう。かかる費用としては、かるたの貸し出し代と感想記入の用紙代を想定している。

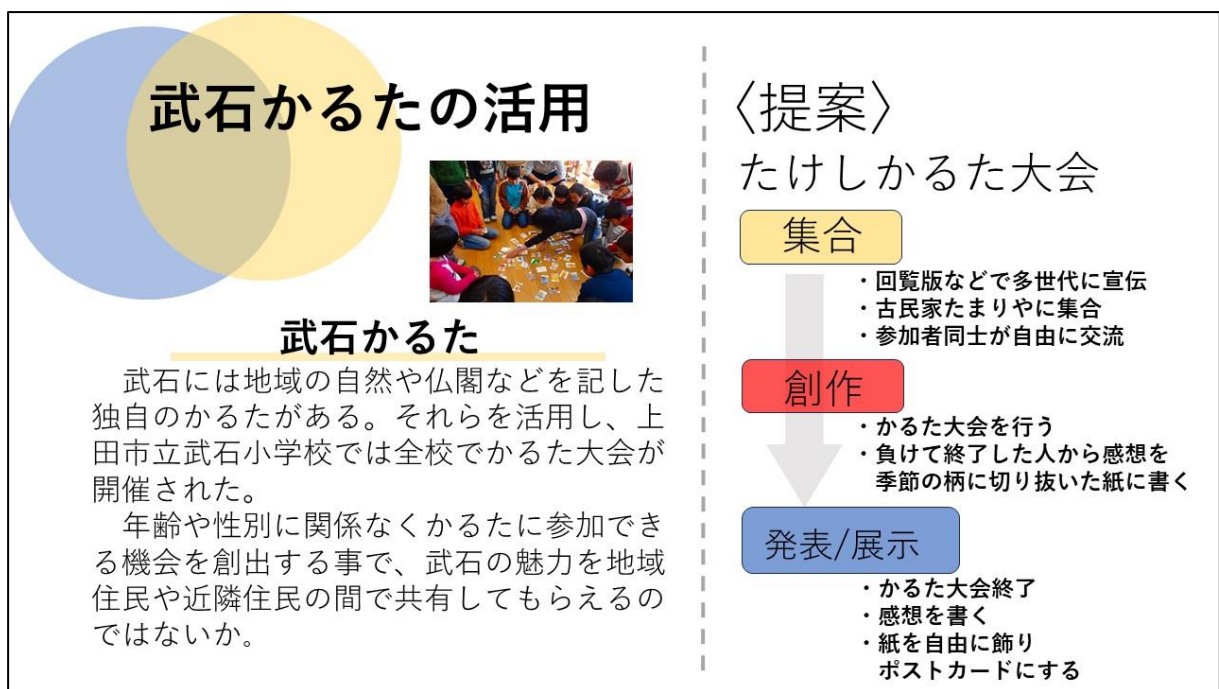


図 文化資源「武石かるた」を活用した地域イベント

## 6. コミュニティ通貨「もん」による武石のつながりづくり

最後に、上田市のコミュニティ通貨である「もん」を活用する提案について述べていく。もんは、売れない商品ともんを交換することで廃棄物を減らしたり、もんを貰う代わりに地域のお店を宣伝することで人とお店をつなげたりなど、地域のつながりの輪を広げるとともに、SDGsにも貢献できるような仕組みになっている。

この仕組みを武石地域での活動に当てはめると、例えば、余ってしまった農作物やつな

ぐ家にあるもったいない市の商品、ぴざらぼでのピザづくり体験や畑での農業体験などを、もんを貰って交換したり、もんをあげる代わりにこれらの活動を宣伝してもらったりすることで、武石地域での魅力的な活動を発信でき、多くの人に足を運んでもらう仕組みができるのではないかと考えた。

現在、もんユーザーは 4000 人ほどいるため、武石地域での活動を発信すると、約 4000 人に情報が届く。もんはコミュニティ通貨であって法廷貨幣ではないため、直接的な経済効果をもたらすというよりは、まずは武石地域に足を運んでもらう宣伝ツールとして活用していくことが可能なのではないかと考えた。

## 地域通貨(もん)



それは「まち」を楽しむコミュニティ通貨

上田市の地域通貨は「もん」。アプリダウンロードで誰でも利用可能！

上田市の地域通貨「もん」。右の写真のように、売れない商品をもんと交換することで廃棄物を減らしたり、もんを貰う代わりに地域のお店を宣伝することで「人と店」をつなげたりなど、地域のつながりの輪を広げるとともに、SDGsにも貢献できる仕組みになっている。

### ◎提案◎

余ってしまった農作物やつなぐ家にあるもったいない市の商品、ぴざらぼでのピザづくり体験などをもんを貰って交換したり、逆に、もんをあげる代わりにこれらの活動を宣伝してもらうことで、地域内だけでなく地域外の人にも武石に足を運んでもらう仕組みをつくる。



図 コミュニティ通貨「もん」による武石のつながりづくり

おわりに

長野大学環境ツーリズム学部松下ゼミでは、地域協働のまちづくりといったテーマを掲げながら、武石地域の方々と数年間の地域活動をおこなってきた。そうした過程で、本論文で示したとおり、住民主体のツーリズムの試行プログラムが 2023 年度より取り組まれるようになり、地域コミュニティ拠点施設を活用したさまざまな活動が創発されてきている。とくに近年ゼミとして関わっている活動は、住民手作りのピザ窯小屋「ぴざらぼ」での交流プログラムや古民家たまりやの再生体験プログラムでは、アクション・リサーチを通じて、着実に地域のコミュニティ力の向上や関係人口の広がりを体感することができている。

このような地域の方々とゼミとの協働の取り組みから創発されたものが、最後に示した住民主体の持続可能な地域づくりに向けた 6 つの提案である。今後、これらのアイデアを地域とともに試行錯誤しながら実践し、武石地域の持続可能な地域づくりに貢献していきたい。

【参考文献】（ウェブサイトの最終閲覧日は、全て 2023 年 10 月 20 日）

(1)信濃毎日新聞デジタル

<https://www8.shinmai.co.jp/odekake/articl>.

(2)武井由美 吉村武洋 「合併自治体の地域別将来人口推計に関する考察」  
『長野大学紀要』第 43 巻第 1 号 71-78 項 2021

(3)上田市 「都市づくりの課題」

<https://www.city.ueda.nagano.jp/uploaded/attachment/18745.pdf>

(4)長野県上田市 「上田市過疎地域持続的発展計画」

<https://www.city.ueda.nagano.jp/uploaded/attachment/45928.pdf>

(5)住みよい武石をつくる会広報 第 36 号

<https://koho.s-takeshi.jp/wp-content/uploads/2023/04/%E5%BA%83%E5%A0%B136%E5%8F%B7-4.pdf>

(6)武石スポーツ協会「たけしカルタ歴史さんぽみち（ウォーキング）」

<http://www.takeshi-sc.com/>

(7)NPO 法人リベルテ

<https://npo-liberte.org/npo-liberte.org>

(8)農林水産省 「農村振興」『農福連携の推進』

<https://onl.la/q3sEHqf>

(9)SMART AGRI 「農業と福祉の融合「農福連携」が注目される理由とは？」

<https://smartagri-jp.com/agriculture/540>

(10)厚生労働省 「事業主の方へ ～従業員を雇う場合のルールと支援策～」

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou\\_roudou/koyou/jigyounushi/page10.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/koyou/jigyounushi/page10.html)

(11)わっこ谷の山福農林舎

<https://yamafuku.org/index.html>

(12)上田市デジタルコミュニティ通貨（もん）実証実験について

<https://www.city.ueda.nagano.jp/soshiki/shoko/38396.html>

(13)まちのコイン・面白法人カヤック

[https://www.kayac.com/service/machino\\_coin](https://www.kayac.com/service/machino_coin)

(14)佐藤将之，馬場義徳，安富啓（2022）

まちづくり仕組み図鑑 ビジネスを生む「地元ぐらし」のススメ

(15)農林水産省「農地中間管理機構」

<https://www.maff.go.jp/j/keiei/koukai/kikou/nouchibank.html>

(16)上田市立武石小学校ホームページ

<http://www.school.umic.jp/takeshi/20100122-160847.php>

(17)コミュニティカフェのつくり方 ―開設と運営の手引き―

[https://www.city.toyota.aichi.jp/res/projects/default\\_project/page/001/027/512/01.pdf](https://www.city.toyota.aichi.jp/res/projects/default_project/page/001/027/512/01.pdf)