

長野で夢を叶える

MAY THE DREAM COME TRUE WITH THE WAY WE WALK DAY BY DAY





今は、どこからやってきて、 どこへ向かっていくのだろう。

あの日、あの場所で感じたこと、気づいたこと。
今を振り返れば、どんな時間も人生の宝だった。

叶えたい夢がある。それはきっと、今を続ける先にあるんだと思う。

街を豊かにしたいと言ったら、大きなことのように聞こえるかもしれないけれど、


夢を叶える時間は今、もうここにある。

長野で夢を叶えたい人がいるなら、いつだって力になりたい。

それが私たちの夢なんだと、気づいたから。

目次

story01	ひとときを紡いでいく 宮崎友里 一瀬とリリ / 須坂市	08
story02	高山村の自然に、暮らしをつくっていく 村内倫子 高山村の平飼卵 / 高山村	12
story03	小川村からeat local を未来につなぐ はじまりとこれから 中村 雄弥 だいず食堂 パチョコ / 小川村	16
story04	音楽教師を経て、60歳から新たな仕事を歩む 赤池 珠美 まごころの遺品整理 イセリン / 坂城町	20
story05	”大人になっても給食が食べられる喜び” を届けたい 平野 めぐみ 給食カフェ HUNGRY / 長野市	24
	しんみせ応援プロジェクトとは	28
	しんみせ応援プロジェクトで夢を叶えた人たちの はじまりと、それから	30
	OTHER STORY	32
	夢を叶える人たちを応援する しんみせパートナーたちの物語	38



この一冊に綴られているのは、
長野で夢を叶えて、日々を編む人たちの物語と
その夢を支える人たちの物語。

私たちは未来に何が残せるだろうか。

ひたむきに抱き続ける夢が、明日へと続いていく。



宮崎友里

一類とりのり



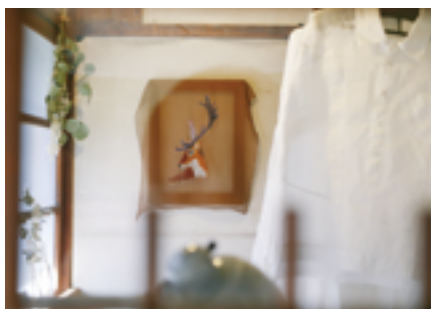
ひとときを 紡いでいく

肖像写真館〈一類〉と刺繍絵画廊〈りのり〉。写真家の夫と私がいるこの場所は、かつて芸妓さんが暮らしていた4軒の建物が向き合う路地にあります。私たちは、この路地空間で編まれてきた時間、光に惹かれて、この場所で創作を続けています。

私たちが東京から長野市へ移住したのは、2017年のこと。それまで私たちは、夫の写真の仕事にきっかけに、佐久市で場を営む〈maru cafe〉へ通う日々を過ごしていました。そのなかで「食べること・生きることの根幹を自分たちでつくる人の力、にふれるほどに、自然を享受した人の生き方を美しく感じるようになりました。そしていろいろな人と巡り合い、辿り着いたのが、この路地でアンティーク店〈KINU〉を開き、新たないぶきを吹き込もうと決めた高島浩さん。彼が描くときの流れを、一緒に紡いでいこう。心に新たなあかりが灯りました。

Profile

写真家の宮崎純一と刺繍絵作家の宮崎友里が営む肖像写真館と刺繍絵画廊。石川県金沢市出身のふたりは、2017年に東京から長野市へ移住。「自分たちの場に込めた考え方や価値観が表現となり、新たな人との出会いが生まれました。作家性の追求よりも、恵まれた何かに応えていく感覚が今はあります」と語り、あらゆる創作の根幹をひたむきに探し続けている。



人気のない静けさとは対照的に、あかるくあたたかな自然光が差し込むアトリエ。
純一さんと友里さんはこの光の美しさに「ここでなら」と確信し、自然光で写す写真と刺繍絵の空間をつくった。

長野で創作に向かうようになってからは、作品性や実績を模索するのではなく、そこはかとなく美しいと心に留まった山影や光の奥ゆき、自然の色彩を、刺繍絵に残すようになりました。東京にいた頃に感じていた「作風を訴求しなくては」と焦るような感覚とは変わっていききましたね。(一頼とりり)という私たちの空間をもったことで、私たちの考え方や価値観に何か感じるものがあって訪れてくださる方と出会えるようになったことも、起因していると思います。私は人と話すことが好きですから、ここをアトリエ兼ショップにして、ちょうどよかったです。自分の作品が誰かの何かなっていると感じられる瞬間が増えていったので。出会った人との会話や自分自身との対話に正直になって、芽生えた感覚を大切にします。そんな風に好きを続けていくことが、新しい何かを与えてくれるんだと思います。

一頼とりり

〒382-0083 長野県須坂市大字須坂186-2
ikka-riri.com



そこはかとなく、美しいと感じた
山影や光の奥ゆき、自然の色彩を、
刺繍絵に残してみたいと思うようになりました。

左から〈KINU〉の高島浩さん、宮崎純一さん、友里さん。アンティークショップ、写真館、刺繍絵画廊に続いて、2020年にはカフェもオープン予定。それぞれの感性に惹かれた人が、カフェのひとつで言葉を交える風景は特別な縁を結びそう。

村内 倫子

高山村の平飼卵

高山村



高山村の自然に、
暮らしをつくっていく

2016年の春に長野市に移住した私は、知人の紹介でマルシェのお手伝いをする事になり、高山村を訪れました。その帰り道、あまりに美しい高山村の風景に惹かれて、この村で暮らしていこうと決めました。それから、たくさんの縁に恵まれて。養鶏のお手伝いをしたり、教室や高山村のワインを味わう「ワインを嗜む会」などを開催しているサロン〈名もなき空き家〉に足を運んだりしていくと、地域の人たちが「よかったら鶏に」と野菜くずや果物のはねだし、蕎麦屋さんのかつお節などをおすそ分けして下さるから、私もお返しをしたり。この村の人柄にふれるほどに、高山村の美しい自然とともにある、顔の見える関係を大切にしていきたいと思いを強めていきました。だから、自然を自然のまま、届けられる人の分だけ無理なく、平飼いの卵を丁寧につくっていくことにしたんです。

Profile

熊本県出身。日本語やお茶を教える仕事で日本と海外を往来。2016年春に長野市へ移住し、知人の紹介で高山村のマルシェに参加したところ、美しい自然に魅せられ、高山村への移住を決意。2019年4月から〈高山村の平飼卵〉として養鶏を始め、2020年6月には山間に鶏舎を新設し、自然の循環に添う卵づくりを続けている。





高山村の美しい自然とともにある顔の見える関係、を
これからも大切にしていきたい。



上 / ほんのり甘く、あっさりしてるけどコクがあるおいしさは、エサや平飼い飼育に繊細な工夫があるからこそ 右下 / 「卵を食べることは、命をいただくことでもある」と村内さんは話す 左下 / 〈高山村の平飼い卵〉のパッケージデザインは、高山村との縁をつないでくれた人が手がけた

高山村の平飼い卵

<https://www.facebook.com/muratama2019/>



実は養鶏は、初めての経験でした。エサや平飼いのことなどを一から勉強して、元気で自由奔放な鶏を育てる毎日でしたから、本当のところ、のんびりした自然暮らし、なんてことはなくて（笑）。でも、とても楽しかったです。「ひなが大きくなったね」「卵、産まれたね！」と、鶏の成長を地域の方もいっしょに楽しんでくださるから、地域の人たちとの縁も深まって。そして2020年に、20羽から100羽の平飼い養鶏ができる自由な運動場つきの鶏舎を建てることに決めて、クラウドファンディングにも挑戦しました。ここでもまた、リターン品や情報発信のことで、縁をつないでくれた人たちが親身に協力してくださって。鶏にも人にも、自然にもいい循環を育んでいこう、という思いにふれてうれしかったです。あるがまま、ありのままに、高山村での毎日を大切にしていきます。

2020年の2月から3月には、運動場を備えた平飼い鶏舎を新設するために、〈FAAVO長野〉で資金調達を実施。目標金額を上回る応援が寄せられ、2020年6月に新鶏舎を完成させることができました。

小川村から eat local を未来につなぐ はじまりとこれから

小川村

中村雄弥

だ
い
ず
食
堂
パ
チ
ヨ
コ

無農薬・無化学肥料の大豆を自家栽培するのは、自分の子どもにも食べさせたかったから。届けたいのは、気軽においしく食べられて「これ大豆なの!？」と驚くような「楽しい大豆の食べ方。なんです。買いやすければ、毎日でも食べてもらえるから価格も控えめ。反対されることもあったけど、これが実はよかった。

小川村の人が気軽にお店に来てくれて顔なじみになったり、野菜や豆腐、醤油や味噌のつくり方を教え合ったり、ときには農作物をお裾分けし合ったり。みんなの自給自足の知恵が集まって、この村でつくるものを村の人みんなでよりよく伝えていこうと、語らう時間みたいなのが生まれていったんです。

この村のおいしいをみんなで届ける。そんなシンプルなサイクルを少しずつ広げていけたら。小川村には、自然の中で地に足をつけて生きるすばらしさがありました。

Profile

愛知県名古屋市出身。新聞記者を経て、青年海外協力隊に参加。アフリカのマラウイでエイズ患者の支援を行い、帰国後に英イーストアングリア大で農村開発学修士課程修了。2012年から福島県で復興支援に従事。2016年に小川村へ移住し、大豆の「食育・栽培・販売・加工製造」を柱に活動を続け、2019年6月に〈だ
い
ず
食
堂
パ
チ
ヨ
コ〉をオープン。





右上 / 自家栽培の大豆を使ったソイフード。肉感のある「だいちニヤマバーガー」やヨーグルトスムージーのような甘みの「豆乳ソーダ」などすべてが絶妙。右下 / 夫婦ふたりで。左上 / 〈だいちの産校 (がっこう)〉として、豆腐や味噌のつくり方を村人に教わる企画を展開。左下 / 美しい北アルプスが見える山村暮らしが中村さんの夢だった。

新聞記者として駆け巡った20代。だけど、そこはかとなく「地に足をつけた仕事をしたい」という想いが、いつもどこかにありました。若い熱さもあつてか、青年海外協力隊としてマラウイでエイズ患者の支援をするに。高価な肉や魚の摂取は難しく、高タンパク低カロリーで「畑の肉」とも呼ばれている大豆は換金作物でしかなかったから、栄養不足で免疫力低下につながっていたんです。そこで大豆をおいしく食べる料理講習会や演劇会を開いて、大豆フードを普及させていきました。

あれから10年ほどして偶然巡り合った、大豆の産地・小川村。毎朝子どもと畑に行つては、大豆の食育を考えたり、村の美しさを届ける夢を描いたり。きっと、誰かの役に立っていたいんでしょうね。その実感が得られるほど、地に足をつけた生き方ができてるのかなと思えて、幸せだなんて気づかされます。

だいち食堂 パチョコ

〒381-3302 長野県上水内郡小川村大字高府 1502 道の駅内
pachoko-farm.blogspot.com



「運命的」みたいな言葉はあまり使わないんですけど、
ここが大豆の産地なんだと知ったときには、
「一生、大豆と向き合っていこう」と思いましたね。

2019年6月の店舗オープン前に、役場の人からの紹介で『長野しんきん創業カレッジ』に参加。経営計画や税務、複雑な申告書類のことなどを学べたことは糧になっています。

赤池 珠美

まごころの遺品整理 イセリン

坂城町



音楽教師を経て、60歳から
新たな仕事を歩む

元夫が他界したとき、家族で遺品整理をしました。すると彼が大切にしてきたひとつひとつのものから、彼の心の芯にあるやさしいきもちに気づかされて…。なんだか、彼の本当の人となり伝わってきて、彼の人生のこと、家族みんなでちゃんと受け止められるようになったんです。

私、絵画が好きで。作品から作家の生前の想いにふれられるすばらしさがありますよね。そんな風に、明かされることのなかった人の軌跡や光の当たらなかった人生の1ページにあかりを照らして、風を通すと、気づくことってたくさんあると思うんです。

私にできるのは、遺品整理や空き家の改修、お家の片づけのお手伝いで、小さなことかもしれないけれど、風光明媚な長野の自然や街並みに風を通すことにつながって、美しい風景や人の心を子どもたちに残せたら、うれしいなと思います。

Profile

千曲市出身。音楽教員を経て、「大切なものをたいせつに」を経営理念に、2019年5月に坂城町で〈イセリン〉を開業。「生前整理・遺品整理・片づけ」の3つを軸に、大切にしていたものの想いを受け止めて整理する事業を行う。





やらないよりは、やった方がいいじゃない(笑)。

その先にある新しい壁を乗り越えていくことって、生きがいになりますからね。



左 / 黒いポロシャツをユニフォームに、事業を手伝う義理の娘さんと一緒に依頼主のもとへ訪れる。右 / どんなものにもその人の人生の物語がある。ひとつひとつ大切に整理をしていく。



自分という役割を社会にどう生かすか。遺品整理の仕事はこれまでの教員人生とはまったく違う世界でしたけど、60歳までの人生が自分のすべてではないと気づかされました。これならできるかもと思って挑戦してみると、新しい人との出会いがあって、新しい選択肢が広がって、自分の役割も新しくなる。何でもそうで、先延ばしにしたらもったいないんですよね、きつと。自分で探しにいかなくちゃね。そうやって閉ざしていた扉を開くのは、空間も同じ。やらなくちゃと思っていた整理をすっきりさせると、人のさもちもすっきりするじゃないですか。留まっていたものを片づけることで、空間の風通しもよくなって。だけどそれは、誰かがそばにいてくれるからできることもあるはず。だから私は、この仕事を通して、困っている人に寄り添っていたいんです。

まごころの遺品整理 イセリン

〒 389-0603 長野県埴科郡坂城町南条 293-1
iserin-lotus.com

2019年5月の開業前に、坂城町役場の紹介で『しみみせ応援プロジェクト』に参加。「事業展開や収支計画のノウハウを教わり、初めての起業の不安がやわらぎました。全部ひとりでやろうとせず、専門の人を頼ることって大切ですね」

”大人になっても給食が食べられる喜び”
を届けたい

長野市

平野 めぐみ

給食カフェ HUNGRY

給食カフェ〈HUNGRY〉をはじめようと思ったきっかけは、中学を卒業した長男の友だちが「またいつか給食を食べたいなあ」と言っていたことが記憶に残っていて、その声にいつか応えてみたいと思っていたからです。しばらくして、次男が長野市内の専門学校に通うことになり、この場所でお店をスタートさせることを決めました。それまで9年間務めてきた学校給食の調理師を経て、食器や店内の椅子や机も学校のもので揃えて、空間ごと給食を楽しめるようにしました。食材は私の出身地の木島平村で育ったお米やお裾分けしてもらった野菜なども使っています。もちろん、懐かしいミルメークやクレープ、あげパンは、学校給食と同じものを選んでいきますよ。お客さんの「懐かしい〜!」と喜んでいる姿をキッチンから眺めているのが、なによりうれしいですね。

Profile

木島平村で小学校給食の調理師を9年間務めたのち、長野市西鶴賀町の元カフェ物件を改修し、2018年7月に給食カフェ〈HUNGRY〉をオープン。「今日は何だろう、と楽しんでもらいたい」という想いから、新メニューも考案し、日替わり献立をつくり続けている。献立はSNSやWEBサイトで随時告知。





右上 / 懐かしの味を、学校給食の食器で。右下 / 学校給食で出されているものと同じ食材でつくるあげパン。左上・左下 / 教室さながらの店内には懐かしいものがたくさん。プラスチックコップやピーカーで飲むソフトドリンクは理科の実験のような楽しみ。

SNSで知って遠くから来てくれるお客さんもいて、お店に置いてある交換ノートには「あの頃の思い出がよみがえって、みんなで盛り上がりました!」と書かれていたり、「私の学校ではこんなメニューがありました!」「僕らの世代にはこんなものなかった!」なんていろいろな喜びがあったり。給食を通じて、みんながひとつになる時間をつくられているのかなと思うとやりがいですね。

なかには、60代で給食を食べたことがない人や「長年調理師をやってきたけど、食べるのははじめて」という人もいて、世代を超えた楽しみにふれられるのも、このお店をやったよかったことです。

日替わりの献立を考えて、毎日新しい仕込みをするのはなかなか大変ですが、お客さんからメニューのリクエストをもらうと、その懐かしさを届けたくて、やっぱりつくってみたくりますね(笑)。

給食カフェ HUNGRY

〒380-0814 長野県長野市大字鶴賀西鶴賀 1456-1
hungry-co.jp

給食でみんながひとつになる時間を眺めていたくて。



2018年7月の開業前に、しんきん飯山支店で融資の相談をしたところ「給食一筋でお店をつくること」を考えるように。インターネットで噂を聞いた全国の給食好きが訪れている。

しんみせ

応援プロジェクト!



官・民・金が一体となり事業のレベルアップをサポートする
「しんみせチャレンジ」



創業前後の事業継続の不安や悩みに寄り添う伴走支援
「まちづくりアテンダント」



創業者や専門家に事業継続の実体験やノウハウを学ぶ
「創業カレッジ」



販路拡大やビジネスマッチングの創出をお手伝いする
「販路開拓支援」



国内最大の掲載数・閲覧数を有するクラウドファンディング
サイト〈FAAVO 長野〉のエリアオーナーとして、長野県内で
新事業に取り組む事業者の「資金調達支援」

しんみせ

『しんみせ』とは「老舗」の対義語。
未来を想像し、創意工夫を重ねて描き続ける夢が、
永く愛される老舗になるまでを共に歩みたい。
その想いを胸に、長野しんきんは、『しんみせ
応援プロジェクト』で、官・民・金が連携した様々な
支援を展開しています。



北信 15 市町村と地方創生に関する
連携協定を推進



平成 30 年 (2018) 7 月
「地域みらい応援部」を創設



昭和 53 年 (1978) 9 月
本店を現在の長野市居町に新築移転



大正 12 年 (1923) 7 月
「有限責任長野市庶民信用組合」設立



長野信用金庫のシンボルマークは Nagano Shinyokinko の N と S を図案化して風車を形取っています。風車の羽根は長野信用金庫を構成する「地域社会、会員、金庫、職員」の4本柱を示し、その他は協同組織の「奉仕、感謝、信頼、協調」の4つの理念を意味しています。

LONGLIFE



『しんみせ応援プロジェクト』を サポートするネットワーク

長野市 / 須坂市 / 中野市 / 飯山市 / 千曲市 / 坂城町 / 小布施町 / 高山村 / 山ノ内町 / 木島平村 / 野沢温泉村 / 信濃町 / 小川村 / 飯綱町 / 栄村 / 公益財団法人長野県中小企業振興センター長野県よろず支援拠点 / 長野県信用保証協会 / 清泉女学院大学・清泉女学院短期大学 / 日本政策金融公庫 / NPO法人コミュニティビジネスネットワーク長野

しんみせ 長野しんきん

