

# 楽園信州移住

セミナー 10/29(日) 11:30~14:30

## 仕事はひとつって誰が決めた？ 信州型ワークライフスタイル

ひとりたやく

# 一人多役のススメ

今のライフスタイル、ワークスタイルに満足していますか？  
家と会社を往復してひとつの仕事だけをして、漫然と日常を  
過ごしていても、ハッピーにはなれないかもしれない。  
より豊かに、より自由に、人生をサステナブルに楽しむため  
には何を考え、何をすべきか？  
そのヒントとなる今回の楽園信州移住セミナー。  
「一人多役」とは地域社会において一人で複数の役割を担う  
ことです。  
自分の人生も仕事も役割も自分自身でデザインして決める！  
そんなライフスタイルを長野県は応援しています。

### プログラム

#### セミナー 11:30~

- 長野県のキホン情報紹介
- 移住して一人多役を実践しているゲストおふたりのお話  
ゲストスピーカー桑原さん（小川村在住）  
ゲストスピーカー井崎さん（伊那市在住）
- 物件探しのコツ紹介
- 参加市町村による わが市町村の魅力 PR

#### 個別相談 13:00~

### 参加市町村・団体



### こんな方におすすめ

- 半農半Xに関心がある
- 自分らしい働き方を見つけたい
- 起業してチャレンジしたい
- とにかく長野県に移住したい

ゲストスピーカー

桑原さん



カフェ  
経営

介護の  
仕事

消防団

3年前、小川村へ移住。昨年念願のコミュニティペーカリー「3びきのくじら」をオープン。3児のパパ。

ゲストスピーカー

井崎さん



フリー  
ライター

子育てママ支援  
団体代表

東京からUターンして伊那市へ。共同事務所ネイバーシップを開設し、在宅ワークをコーディネートしている。

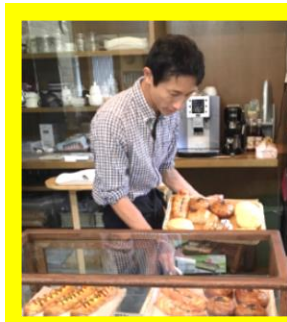
セミナーのみ、市町村への個別相談のみでもOK！ お申し込みは裏面をごらんください

## 3年前に小川村へ移住した桑原五樹さんも一人多役実践！

福祉施設の介護の仕事の就きながら、起業準備。昨年念願のコミュニティーベーカリー「3びきのくじら」をオープン。

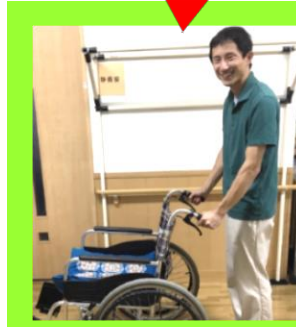


介護の仕事も週3回継続中。地域の消防団にも加入し3つの役を担っている。さらに最近は4役目小川村総合戦略審議会委員としても活躍中。3児のパパ。



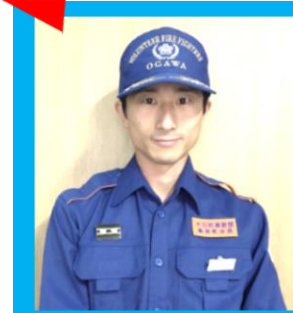
**1**  
カフェ経営

妻と共に週4日営業



**2**  
介護の仕事

週3勤務



**3**  
消防団

月1回点検と出初式など

**3** 役！

### 会場アクセス NPO ふるさと回帰支援センター

東京都千代田区有楽町 2-10-1 東京交通会館 8階 JR 山手線・京浜東北線 有楽町駅 京橋口徒歩1分

### お申込み 方法

ふるさと回帰支援センターHP 申込みフォーム または  
下記 銀座 NAGANO 担当者へ FAX、メール、電話でお申込み下さい。

ふるさと回帰支援センターHP

<http://www.furusato-web.jp/event/41185>

## 一人多役のワークスタイル 楽園信州移住セミナー申込書 (2017年10月29日(日)開催)

記入いただいた個人情報は、移住・交流に関する情報提供の目的に限り、長野県と参加団体で共有します。また、長野県個人情報保護条例に基づいて適正な情報管理を行い、他の目的には使用いたしません。

住所	(〒 - )		
ふりがな		年齢	参加人数
代表者 氏名		歳	名
電話番号			
メールアドレス			
個別相談 希望先	<input type="checkbox"/> 長野県 <input type="checkbox"/> 北アルプス連携自立圏 <input type="checkbox"/> 諏訪圏移住交流推進事業連絡会 <input type="checkbox"/> 小川村 <input type="checkbox"/> 佐久市 <input type="checkbox"/> 筑北村 <input type="checkbox"/> 伊那市 <input type="checkbox"/> 中野市 <input type="checkbox"/> (一社) 長野県宅地建物取引業協会		
相談希望 内容	<input type="checkbox"/> 移住全般 <input type="checkbox"/> 希望地域の情報 <input type="checkbox"/> 起業・創業の情報 <input type="checkbox"/> Iターン(職業)情報 <input type="checkbox"/> 就農 <input type="checkbox"/> 住居・空き家 <input type="checkbox"/> 売り地 <input type="checkbox"/> 体験居住 <input type="checkbox"/> 子育て支援 <input type="checkbox"/> 地域おこし協力隊 <input type="checkbox"/> その他 ( )		

### お申込み 連絡先

長野県信州首都圏総合活動拠点(銀座 NAGANO) 担当 高野

TEL: 03-6274-6016 FAX: 03-6274-6557

E-mail: [iju@pref.nagano.lg.jp](mailto:iju@pref.nagano.lg.jp)