



新宿OLがAターン ～シビックプライドの醸成がUターンの鍵～

村上 瑛美

(大館市地域おこし協力隊)

1 地元を離れ、東京へ

幼少期から大館市で過ごし、市内の短大を卒業後、都会での生活に憧れて新宿区にある不動産会社に就職しました。当時、スマートフォンはまだ普及しておらず、東京の街を歩く際には、印刷した地図を頼りに目的地を目指すのが日常でしたが、就職氷河期を乗り越え、西新宿の高層ビル街、東京という煌びやかな世界で働くことは、上京した私にとって一種のステータスのように感じていました。

私が就職してからの不動産業界は、リーマンショックや東日本大震災、さらにはコロナ禍といった度重なる難局に立たされながらも、この荒波を乗り越えてきました。16年間、その会社とともに成長してきた私は、30代後半になった頃、「このまま東京で働いていて幸せなのか」と自問するようになり、家族や結婚、老後のことを考えると将来への不安が募りました。一方で、今までのキャリアや人間関係に不満はなかったのでUターンについては1年ほど悩みました。Uターンするにも、まずは就職。求人を探しましたが、職種や給与が合致するところがなく、これまでの経験を活かせる総務職は3件しか見つからず、途方に暮れていました。

2 地域おこし協力隊との出会い

そんな時、帰郷して起業を目指す友人から「秋田県への移住をサポートする窓口」が東京にあることを教えてもらいました。そこでは秋田で

の暮らしや移住相談会の情報発信、就職のサポートを行っており、相談員の親身な対応により、Uターンを前向きに考えるようになりました。

数か月後、大館市が参加する移住相談会で就職に苦戦していることを相談すると、市の方が「地域おこし協力隊」という制度を紹介してくれました。地元を離れて20年近くが経過し、市の現状について情報がないなかで、この制度を活用して地域に根差した活動を行うことが、自分自身の新しい挑戦、そして退任後の新たなステージへの道筋となる可能性を感じました。

3 新たなミッションへの挑戦

2022年9月、16年過ごした東京を離れ、地元大館市の地域おこし協力隊として着任しました。主なミッションは、SNSを活用して大館市の魅力を広めること、移住フェアへの出展、市内外のさまざまな行事に参加して交流を図ることなど多岐にわたります。



(移住相談会にて秋田犬の装飾でPR)

大館の魅力を発信する上で、身近な交流ツールが必要だと考え、写真共有アプリのInstagramに「おおだて良住(いじゅう)」というアカウントを開設しました。活動中に会った人々やお気に入りの景色、美味しい食べ物、イベントの案内などを投稿しています。目にした人が気軽にフォローしてくれるような、親しみやすいアカウントを目指しました。

SNSを使った情報発信は私にとって初めての挑戦。前職では社内行事の写真撮影や動画作成も担当していましたが、あくまで社内向けのため、どうすればフォロワーが増えるのか、こういった内容が大館に興味のある人や移住希望者に好まれるのかと、日々試行錯誤を重ねました。結局、あれこれ考えるよりも、ありのままの自分、私が感じていることを素直に表現することがベストと考え、投稿を重ねるうちに、今では全国各地の方にフォローいただくまでに成長しました。

4 大館を離れる前にSNSでつながりを

若者の人口流出や人口減少が進むなかで、Uターンの鍵は「地元とのつながりの維持」であり、進学や就職で地元を離れた後もSNSを通して関わりを持つことが、シビックプライド、回帰意識の醸成、将来の移住定住につながる可能性のひとつだと考えています。そこで地元出身者という強みを武器に恩師の協力を得て、市内の高校を訪問し、SNS運用や進路についてのガイダンス、生徒との意見交換会を開催しました。

今ではこのガイダンスは毎年の行事となっており、私自身が自治体や秋田県東京事務所にAターン相談窓口や助成金制度があることを知らず苦労したこと、Uターン情報をもっと知っていたらという反省もあり、自身の経験談を包み

隠さず伝えています。高校生からは「将来について考える良い機会になった」、「興味深かった」などのダイレクトメッセージのほか、気軽に送信できるスタンプが送られてきました。またこの活動を市内や県北地区の方々に知ってもらうため、積極的な情報発信に努め、多くの方に活動の意義が届くよう取り組みました。



(SNS運用と進路についてのガイダンス)

5 活動内容の発信、地方新聞の柔軟性

さまざまな広域メディアを活かして、地域おこし協力隊の活動内容を広く知ってもらうことで、地域の方々からの理解や協力を得られるのではないかと思います。地域に根付いたニュースを取り上げている「北鹿新聞社」に高校時代の友人が勤務していることを知り、直ぐにコンタクトを取りました。久しぶりに会い、当時の話題などで会話が盛り上がったなかで、同社の読者参加型ページ「We」コラムへの執筆を提案され、迷うことなく快諾しました。

執筆にあたっては、その時期にあった旬な話題の提供に努めました。また、東京で行われる移住フェアの様子だけにとどまらず、私自身が地域で暮らすなかで感じたことや、これから活躍が期待される人たちへのインタビュー、他市町村の移住定住促進への取り組みなど、多角的な視点を取り入れることも心掛けました。地域

住民にとって身近で信頼できる情報源の力を借りて、私の考えや人柄、地域おこし協力隊としての活動意義を伝えることができ、関心が高まったと実感しています。

**おおだて
良住**

大館市地域おこし協力隊
「雪国生活と移住」
の生活と移住について
お伝えします。

雪かきは毎日の作業です。今年冬は月々雪が降り、雪の少ない昨冬とは対照的です。車の運転や除雪作業に努めています。雪かきには大変な労力がかかります。雪かきには大変な労力がかかります。雪かきには大変な労力がかかります。

雪かきには大変な労力がかかります。雪かきには大変な労力がかかります。雪かきには大変な労力がかかります。

雪かきには大変な労力がかかります。雪かきには大変な労力がかかります。雪かきには大変な労力がかかります。

**雪国生活の現実
良さも苦勞も伝えたい**



雪かきは毎日の作業です。今年冬は月々雪が降り、雪の少ない昨冬とは対照的です。車の運転や除雪作業に努めています。雪かきには大変な労力がかかります。雪かきには大変な労力がかかります。雪かきには大変な労力がかかります。

雪かきには大変な労力がかかります。雪かきには大変な労力がかかります。雪かきには大変な労力がかかります。

雪かきには大変な労力がかかります。雪かきには大変な労力がかかります。雪かきには大変な労力がかかります。

(実際に掲載されたコラム)



(コラム執筆のための取材風景)

その効果もあり、秋田県主催の意見交換会や大館商工会議所のプロジェクトチームへの参加、講話への登壇依頼などが増えました。各イベント参加時には「新聞で目にした」と声をかけられることも。こうした反響は、地域おこし協力隊として活動の幅を広げ、地域貢献を担う役目を再確認するきっかけにもなっています。このような活動を実現できたのは、友人や関係者の協力があったのものと感謝しています。地方新

聞という地域密着型メディアの協力を受けることで、柔軟に多面的な発信が可能になったと感じています。

6 退任後、そしてその先へ

地域に根差した活動を続けてきたなかで、次なる課題は地域おこし協力隊の退任後です。就任時から起業は視野がなく、就職を希望していました。しかし、活動当初は年齢に対するリミットなどで希望する就職先が見つからない場合は、もう一度東京へ戻ることも考えていました。また、退任後を見据えながら、人口減少問題や消滅可能性都市という言葉について深く考えるようになりました。秋田県主催の移住フェアに出展するたびに、市町村ごとに取り組んでも人口減少問題の解決は難しいのではないかと、秋田県全体が一体となって移住定住対策に取り組まなければ問題解決ができないのではないかとこの考えが大きくなっていきました。

退任後の人生は誰かに与えられるものではなく、自分で築くものです。活動時間の半分は執筆や取材などに尽力し、もう半分は新天地での活躍に向けた取り組みができました。その結果、任期終了後の就職先も県内で決まり、嬉しさが込み上げるとともに、一番近くで支えてくれた家族にも吉報を届けることができ一安心でした。同じ部署の職員や応援してくれた協力隊員も喜んでくれており、新たな一步を踏み出すことに胸を躍らせています。秋田の未来のために、これからも情熱を持って取り組んでいきたいと思っています。

7 活動を振り返って

2025年3月末をもって、私の大館市地域おこし協力隊としての任期は終了します。この2年半という短い期間は新しい挑戦の連続でした。

ときには、活動内容の充実を図るために悩むこともありました。前職のルーティンワークとは異なり、与えられたミッション以外にも自分で考えて行動しなくてはなりません。

所属する課内のプロジェクトにも多く関わらせていただき、特に渋谷区の小学生たちが大館に来て学ぶ夏や冬のスクールの引率は、今後体験できない貴重な経験でした。都会の子供たちが秋田の自然環境で楽しそうに遊ぶ姿は、今でも鮮明に思い出されます。



(渋谷区の子供達との交流事業)

ほかにもデザインの作成や行事のしおりの作成、ラジオへの出演など、初めての仕事も多く経験しました。たくさんの人の力をお借りし、その分私もお返りする。このWin-Winの関係性が、多様な活動や地域の認知の拡大につながったと思います。これまでの経験を通して、多くのことを学び成長することができました。今後も、自分自身をさらに高めていきたいと思っています。大館市地域おこし協力隊としての活動は終わりますが、地域に貢献することの喜び、その精神を忘れずに次の役割を果たしていきたいと思っています。

<担当者から一言>

大館市では令和7年3月1日現在、10名の協力隊が在籍しております。

今回寄稿した村上隊員のほか、農産物のブランド化や磨き上げ等に携わる方、林業の振興や木材活用に携わる方、教育旅行の誘致やサポートに携わる方など、様々な分野でそれぞれの活動に精力的に取り組んでいます。

人口減少や高齢化等が進む地方において、地域力の維持・強化を担う人材を地域外から受け入れ、地域協力活動や地域活性化に資する活動が重要だと捉えています。国が定住・定着や地域活性化を目指して導入した「地域おこし協力隊」制度を活用し、本市でも平成22年度より40人を超える隊員の受け入れを行っています。

今後も隊員と地域が一体となって活気のある“大館”を共に創り上げるため、隊員が経験やスキルを活かして活動できるようサポートしてまいります。

(大館市総務部企画調整課 安達 洋輔)