

# 移住までの7STEP

STEP  
1

## 移住する目的は何ですか？

あなたや家族がやりたいことは何ですか？移住の目的は人それぞれ。どんな場所でどう暮らしたいのかを具体的にイメージしましょう。

STEP  
2

## 家族に相談しましょう。

移住は生活スタイルが変わる一大決心です。家族の協力なしには進みません。10年、20年先の家族それぞれの未来を考えて、じっくり話し合しましょう。

STEP  
3

## 移住先の情報を集めましょう。

気候、生活環境、町の制度など自分の希望に合っているのか、まずは情報を集めましょう。「七ヶ宿くらし研究所」では、オンライン移住相談などもご対応可能ですので、活用してみてください。

STEP  
4

## 七ヶ宿町に行ってみましょう！

「七ヶ宿くらし研究所」のあるくらくらCaféでは、コーヒーを楽しみながら、移住経験者のスタッフが移住に関する疑問・ご相談を承っています。先輩移住者を訪ねたり、雪の多い冬にあえて来られるのも大事です。数日～1ヶ月単位でお試し住宅も利用できます。

STEP  
5

## 仕事は決まりましたか？

ここで暮らそう！と決めたら次は仕事。無料の職業紹介や地域おこし協力隊、起業や新規就農への補助金もあります。「七ヶ宿くらし研究所」では、お仕事のご相談もサポートしています。

STEP  
6

## 住まいを見つけましょう。

七ヶ宿町には、新築一戸建てに賃貸で20年以上住めば無償譲渡される「地域担い手支援住宅」があるほか、新築、空き家のリフォームに対する費用補助などの各種住宅支援制度があります。町営住宅や賃貸住宅もお安く借りられます。空き家バンクの情報も細かくチェックを！

STEP  
7

## 今日からあなたも七ヶ宿町民！

引っ越しが終わったら区長さんやご近所にご挨拶。町の人たちは、最初はシャイな方もいますが、仲良くなれば家族のように接してくれます。地域の行事にも積極的に参加すれば、早く地域に溶け込むことができます。

### 移住相談窓口

移住・定住支援センター 七ヶ宿くらし研究所

〒989-0632 宮城県刈田郡七ヶ宿町字田中道下39-2

TEL/FAX 0224-26-6933

<https://shichikashuku-miyagi.co.jp/>

移住・定住  
支援センター  
七ヶ宿くらし研究所



移住に関する  
情報



町の公式SNS

(Facebook  
twitter  
Instagram  
YouTube)



### お問合せ

七ヶ宿町役場 ふるさと振興課

〒989-0592 宮城県刈田郡七ヶ宿町字関126

TEL 0224-37-2194

<https://town.shichikashuku.miyagi.jp/>

# しちかしゅ暮らしの ガイドブック



Shichikashuku Town  
七ヶ宿町

編集後記

このパンフレットは、一緒に作成してくれる有志を募り、地区ごとに地域の方のお話を聞く交流会を開催して作成されたものです。また、近年移住してきた方にもアンケートを取り、リアルな声を聞くことができました。今後移住を検討している方、移住してきた方のお役に立てれば幸いです。ご協力いただいた皆さまありがとうございました。

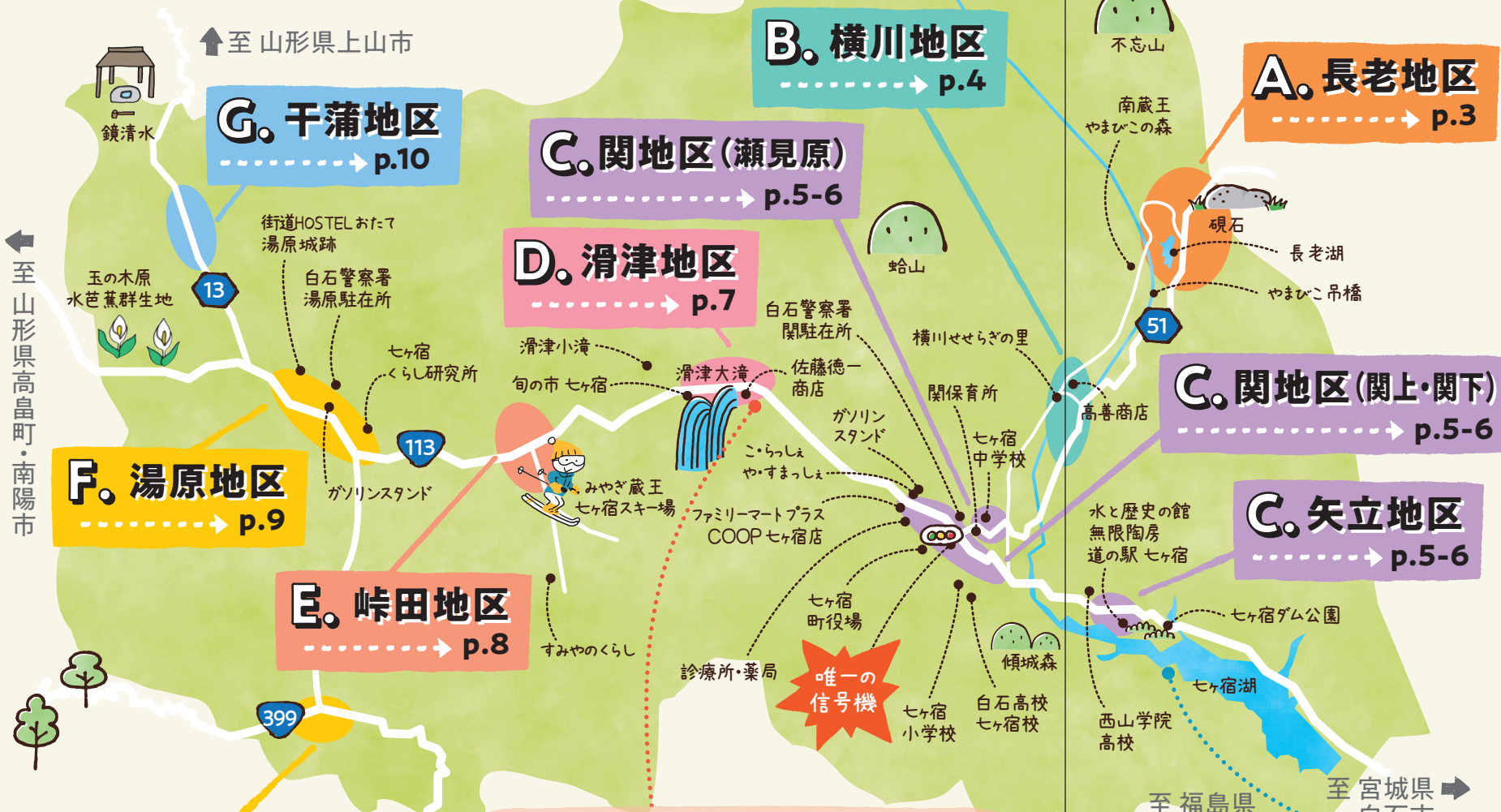
# SHICHIKASHUKUMACHI 七ヶ宿町

観光キャラクター  
源流ポッチョン



町の人口:1,237人

(男性611人、女性626人) ※2023年6月末現在



**F. 稲子地区**  
-----> p.9

**E. 峠田地区**  
-----> p.8

**F. 湯原地区**  
-----> p.9

**G. 干蒲地区**  
-----> p.10

**D. 滑津地区**  
-----> p.7

**C. 関地区(瀬見原)**  
-----> p.5-6

**B. 横川地区**  
-----> p.4

**A. 長老地区**  
-----> p.3

**C. 関地区(関上・関下)**  
-----> p.5-6

**C. 矢立地区**  
-----> p.5-6

## ふたつの文化が生きる藩境の町

滑津地区がちょうど町の間地点。ここを境に東の地区は白石市に、西の地区は山形県に買い物に行きます。また、芋煮などの食文化や方言などに、ふたつの県の文化が入り混じる町なのです。



## “七ヶ宿”の由来

奥州と羽州を結ぶ街道沿いに7つの宿場町があり、江戸時代にその道が「山中七ヶ宿街道」と称される参勤交代の道となったことから、七ヶ宿(しちかしゆく)となりました。

## 七ヶ宿町からのアクセス

3つの県庁所在地に1時間15分以内で行けます。



## 七ヶ宿町の特産品

- そば ●漬物(おばちゃん漬、山の香り漬)
- 七ヶ宿源流米 ●やまのしずく(純米吟醸)



## 七ヶ宿ダム

宮城県内最大のダムで、県民約193万人(県民の80%以上)の水がめとして大きな役割を担っています。ダム建設にあたり「渡瀬、原、追見」の3つの集落の人々が故郷を離れました。ダムの上流に町があるのは珍しく、ダムを作り出している白石川の水源が、干蒲地区にある「鏡清水」。「水源の町」と呼ばれるゆえんです。





CHOUROU  
長老地区

不忘山を望む風光明媚な大地に  
原生林の荒野を切り拓いたフロンティア・スピリットが息づく

 長老地区の歴史

昭和22年に横川地区出身者と二井宿(山形)出身者の計6名が開拓入植し、開墾作業を始めた地区。寒冷地であるため作物がなかなか育たず、炭焼きで生計を立てていました。昭和24年に樺太からの引き上げ者の開拓団が入植し、26年には長老分校が開校しました。昭和32年に政府が乳牛の貸し出しを始めたことをきっかけに、20戸が酪農を始めました。現在残るのは2戸だけですが、どちらも町内では最大規模の酪農家です。


 長老地区の特徴

長老神社や南蔵王の名峰不忘山のふもとにある長老湖は紅葉が美しく、新緑の初夏から紅葉の秋まで観光客が多く訪れます。湖面を使ったウォーターアクティビティ「SUP体験」では一味違った長老湖の景色が見れます。「どんぐり工房」として道の駅などにお惣菜やおこわを出品している市川栄子さんは明るく元気なおばあちゃん。小学校で読み聞かせボランティアをしたり、ひ孫のお世話で忙しい市川さんの元気の秘訣は“家族”というように、昔ながらの家族の形が残る長老地区。

区長さんから

## 移住者へのメッセージ

入植50周年に社殿を奉建した長老神社で、春夏秋にお祭りを行っています。新しいものもいいですが、昔からある良いものも大事にしていきたいと考えています。ここで何かやってみたいという人がいれば来ていただきたいですが、何をやりたいのか、しっかりとした目的を持って来ていただければと思います。

YOKOKAWA  
横川地区

七ヶ宿街道筋を外れ栄えた清流の里、  
そして今も手仕事を大切にしている人が暮らす土地

 横川地区の歴史

横川地区は、七ヶ宿町の中でも古くから人々の生活の場になっており、縄文時代の遺跡が密集しています。また「木地師根源の地」現在の滋賀県東近江市から訪れた木地師が、良材を求めて七ヶ宿町の山を転々とし、最終的に横川に定住しました。木地挽き、塗りなど分業で行われてきた横川木地師でしたが、養蚕、炭焼き、田畑の開発などが進み、明治44年の大火を最後に木地業に終止符が打たれました。その作品は今も横川公民館に残っています。

 横川地区の特徴

「清流の里」とも呼ばれ、道路脇を流れる小川の上に立つ「川端(かわばた)」は、野菜を洗ったり漬けたりするちょっとした外の台所。その清流から田んぼへ水を引いています。七ヶ宿ブランドに認定されている「おばちゃん漬け」は横川漬物加工グループの商品。また直売所「横川せせらぎの里」では、原料となる大豆の栽培から手づくりの味噌や豆腐が人気(土日、祝日のみ営業)。全長120mの東北最大級の吊り橋「やまびこ吊り橋」があります。



区長さんから

## 移住者へのメッセージ

ほかの地区も同じだと思いますが、地区の役員が皆60~70代。代替わりして新しいことをして欲しいのですが、如何せん後継者不足です。子どもたちのために、お祭りなどの地区の行事は大事にしたいと思っているので、そういった地区の活動にも積極的に入って来てくれる人が来てくれたら嬉しいですね。

# 関地区(関上・関下・瀬見原)・矢立地区

昔も今も変わることなく町のにぎわいと人の繋がりが生まれる場所。  
ダム計画で移転した3つの宿場町の記憶を受け継ぐ地区で移住者と共に新しい歴史を刻む。



## 関地区の歴史

戦国時代まで関所が置かれ、特に伊達氏の領国経営の要点のひとつだった関地区。七ヶ宿街道が開かれてからは奥羽東西交通の要路となり、中心宿駅として栄えました。その後奥羽十三大名の参勤交代路が山中七ヶ宿街道に定着し、その位置付けはさらに重要なものに。戊辰戦争の際には、関本陣で仙台藩、米沢藩、会津藩等の家老が集まり、戦いの方向を決定する重要な会談が行われるなど、南東北の歴史の中で重要な役割を担った地区です。瀬見原地区は、平成3年に竣工した七ヶ宿ダムの建設計画で移転する事となった渡瀬、追見、原の3つの地区の移転先として開発された地区で、3地区の名前が元になっています。七ヶ宿町の最東端に位置した渡瀬地区には、旧宿駅のおもかげを残す宿場特有の建築様式の屋敷が残っていましたが、ダムの建設と共に姿を消しました。

## 矢立地区の歴史

矢立地区は元々追見地区の一部であり、追見地区は江戸時代、七ヶ宿街道警護のため、角田・石川家家中の足軽身分として分駐した人々が開発・定住した地区でした。

### 関上・関下・瀬見原委員長さんから

#### 移住者へのメッセージ

**関上委員長さん** 移住して来た方には、お祭りや行事がある時にはこちらからも声がけして、繋がりを作るようにしています。

**関下委員長さん** 移住して来た方が活躍したり楽しそうにしていることが、次の移住者を呼ぶのではないかと思います。地域活動への参加なども、お互い無理のない範囲で良い関係を築けていけたらいいなと思っています。

**瀬見原委員長さん** 移住者が一番多い地区なので、地区の在り方について移住者の方々の意見も聞きながら、歴史の浅い瀬見原地区だからこそその地区づくりを、みんなでしていく雰囲気大切にしたいですね。お子さんも多い地区です。お子さんたちの笑い声が聞こえるのは、地域のご高齢の方々にとっても嬉しいことです。

## 関地区の特徴

関地区は関上・関下・瀬見原の3つの地区に分かれており、町内唯一の信号を境に山形県高島町に近い方が関上地区、白石市に近い方が関下地区、横川地区に向かう方が瀬見原地区です。区長さんの他にそれぞれの地区に委員長さんがいるので、移住してきた際にはそれぞれへのご挨拶を忘れずに。昔も今も町の中心であるこの関地区には、町役場はもちろん保育所・小中高校や診療所、コンビニ、ガソリンスタンド、Book&Cafeこ・らっしゅ(カフェレストランと図書コーナー併設施設)、wood&Spaや・すまっしゅ(入浴施設)など、人が集まる賑わい拠点がそろっています。また、関地区は一番移住者が多い地区で、特に瀬見原地区には地域担い手づくり支援住宅(P13)の建設により、30~40代の子育てファミリーが多く住んでいます。

### 区長さんと委員長さんとは…??

**区長** 地区の代表として町と地域を結ぶパイプ役

**委員長** 関地区のみ 関地区は人口が多いため、関上・関下・瀬見原の代表者として関地区と各地域を結ぶパイプ役

## 矢立地区の特徴

「道の駅七ヶ宿」の周辺には、町の歴史や文化を知ることができる「水と歴史の館」や、広々と遊べる「七ヶ宿ダム自然休養公園」のほか、七ヶ宿焼きの「無限陶房」では、地域おこし協力隊として移住した人たちが七ヶ宿町の粘土を使って作陶しています。現在は戸数があまり多くはないため、行事などは瀬見原地区と一緒にしています。

### 区長さんから

#### 移住者へのメッセージ

七ヶ宿にずっと住んでいる私たちが気づかなくても、外から来た人が気づくこともあると思うので、そういったことを教えてもらって、一緒にいい町にしていきたいですね。



NAMETSU  
滑津地区

宿場町の面影を残す町並みと滑津大滝  
里山の再生や新事業に取り組む人を応援中


 滑津地区の歴史

江戸時代、藩境から湯原・峠田と続く3つ目の宿場町。距離的には七ヶ宿町のちょうど中間点に位置し、人馬往来の世話と農業を兼ねた小さな宿場町でした。地区のほぼ中央に、天保以後肝煎検断・本陣を務めた安藤家が今も茅葺き屋根の重厚な建物が残っています。西はずれにある振袖地蔵は、秋田の殿様が参勤交代の折に出会った娘が忘れられず、再び会いに行きましたが、病で亡くなったことを知り、供養のために建てたと伝えられています。


 滑津地区の特徴

湯原～滑津地区は昔、炭焼きをしていた家が多く、高島町まで馬などで運んでいました。高度経済成長期になると関東への出稼ぎ労働者が増え、町全体の人口もそこから減少に転じました。観光地の滑津大滝やあまり知られていませんが滑津小滝があり、「旬の市 七ヶ宿」には農家の人々が丹精込めてつくった産直野菜、果物、山や里の恵みが並びます。旬の市の隣には「雪室」という雪の冷気を利用して低温で農産物を保存できる施設を年に一度見学することができ、観光客が多く立ち寄る地域です。



区長さんから

### 移住者へのメッセージ

町唯一の果樹園も高齢化などで出来なくなっていたところを、ワイン用のブドウを栽培し、ワイナリーをやりたいという荒井さん(Yuz farm & vineyard)が少しずつ引き継いでくれているので、そういう頑張っている人を支援していきたいですね。

TOUGETA  
峠田地区

七ヶ宿スキー場のある自然豊かな地区は  
今も昔も山の暮らしを愛する人を魅了する。


 峠田地区の歴史

江戸時代は湯原村に属する宿場町でしたが、昭和12年の大火で町並みはほとんど全焼し、わずかに東入口に宿場の景観が残っています。明治末期から昭和初期頃は、山形・福島両県からの製炭業従事者の移住や地区内での分家により戦前の一時期には戸数が80を超えた時期もありました。米沢藩の足軽にルーツを持つ神尾姓が多いのも特徴です。昔は町の青年団で干蒲～横川～渡瀬までの駅伝大会があり、峠田地区は常に優秀な成績を納めていました。


 峠田地区の特徴

七ヶ宿スキー場があり、スキーがブームだった時代は駐車場に車が入りきらないほど賑わっていました。平成6年からのちに「すみやのくらし」を設立する佐藤夫妻がこの地で山暮らしを始め、最近も新たに若い世代が住み始めました。ほかの地区同様、自分の家を守る意識が根付いているものの、人口減少が悩み。2021年には、ベガルタ仙台や町内外の方の協力により空き家をリノベーションし、交流の場として「ベガルタハウス」が完成しました。



区長さんから

### 移住者へのメッセージ

今のように移住が推奨される前に佐藤さん夫妻が炭焼きを始めた時は心配しましたが、「すみやのくらし」として成功しています。ここでずっと暮らしていると、その良さがなかなかわかりません。地区として移住してきた方々を歓迎する雰囲気、挨拶やお茶飲みが気軽に出来たら嬉しいですね。

## 湯原・稲子地区

山形・福島に接する、かつての伊達・最上・上杉の最前線  
団結力の強さは町一番

 湯原・稲子地区の歴史

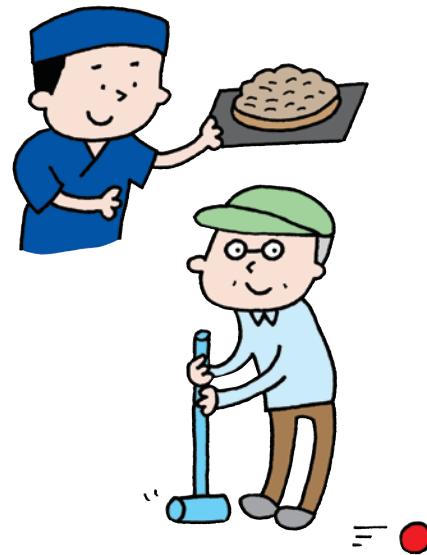
仙台藩の最西南端に位置する湯原地区には、中世から戦国時代まで使用された町内唯一の城郭、湯原城跡があります。湯原は交通の要衝でもあり、江戸時代の湯原御番所は仙台藩の中で重要な番所のひとつでした。湯原館(御館)には幕末に至るまで石川氏の重臣が配置され、藩境の警備に当たりました。

稲子地区は、仙台藩が境界の警護のために「山守足軽」集落として足軽10人を住ませたことが始まりでした。1628年には稲子山で金山が発見され、多くの人々が採掘に入った時代もありました。

 湯原・稲子地区の特徴

湯原地区は区長や自治会のほかに、荒町、仲町、東町、田中の4地区に分かれて組合長がおり、総会も区全体と4地区に分かれて行われます。毎年、隣接する山形県高島町二井宿地区、上山市本庄地区、町内の干蒲、峠田の住民が集まり、旧湯原小・中学校でグラウンド・ゴルフ大会を開催しています。

稲子地区に暮らす佐藤さんは、2017年から地区の最後の住民となりました。今も、転出した元住民の子どもたちが訪ねてくれるそうです。



## 区長さんから

## 移住者へのメッセージ

湯原地区の自慢は、自然の豊かさ、歴史、人情味ある人々。団結力の強さは町一番です。豪雪地帯の湯原は、長い冬が終わると水芭蕉や桜の開花に合わせて、地区民挙げての春祭りや、お盆は、夏まつり等を開催し、地区民が力を合わせて楽しい時を過ごします。移住者をいつでも暖かく迎える地区です。

## 干蒲地区

ご先祖さまたちも地域内移住の開拓者!?  
地区の宝を守りながら、限界集落の未来を語ろう。

 干蒲地区の歴史

湯原地区と楡下地区(山形県上山市)の間にある干蒲は、難所金山峠の東に置かれた「間の宿」。現在の干蒲地区入口付近(国道113号から県道13号に入る場所)鹿迎に住んでいた住人たちが大洪水に襲われ、お上から湯原と最上・米沢方面を結ぶ重要な中間地点だった土地へ転居を命じられたのが地区の起こりでした。

江戸時代は干蕨・葛粉を作り、茶屋などが4・5軒あり、七ヶ宿街道を行き交う人々の接待で生計を立てていました。明治末期には木炭製造や養蚕にも力を入れていました。

 干蒲地区の特徴

NHKの番組「東北推し! 東北ココから『限界集落住んでみた』」に登場した干蒲地区。積雪量は七ヶ宿町内No.1。男性が出稼ぎに行っていた時代は女性も屋根の雪下ろしをしていたので、高齢の方々もとてもパワフルで働き者なのが自慢です。農家が多かった地区ですが、今は4軒がヨモギを栽培してそれを業者が買い取りに来ています。元から干蒲地区に住んでいる方々は、秋葉と斉藤の姓だけなのも特徴です。



## 区長さんから

## 移住者へのメッセージ

干蒲地区に住む最年少が50代なので、若い人が来てくれたら嬉しいですね。白石川の水源である鏡清水は、山形に繋がる金山峠への県道沿いにあり、休んでいく人もいて交流の場になっています。限界集落と言われる干蒲ですが、今後の地区としての課題を話し合っていきたいです。



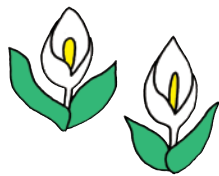
# しちかしゆくでの過ごし方



ようやく  
訪れた

## 春

- 七ヶ宿の春は町場に比べてゆっくりと始まります。
- 七ヶ宿ダム公園の桜、湯原地区の水芭蕉。
- 地域の人に教えてもらって初めて知る山菜たち。「天ぶらがおすすめ」「こうやって食べるんだよ」山の恵みってすごい!
- 地区によっては子ども・大人神輿がでる春祭りあり。



水芭蕉



山菜



ぼくたちの

## 夏

- 30度は超えますが、夏はあっという間に過ぎ去る自称避暑地
- 風がスツと気持ちいい新緑とマイナスイオンたっぷりの滑津大滝、幻想的なホタル、各地区ごとに夏祭り、お盆になると家の前で盆火。
- 気づけば小学生に戻った気分のノスタルジックが沢山。
- 成人式は夏に行われ一人一人のショートムービーと二十歳の抱負は感動もの。
- 参勤交代で栄えた「山中七ヶ宿街道」をわらじを履いて歩くイベント「わらじで歩こう七ヶ宿」。前夜祭として旅の安全を祈願した山伏の採燈大護摩供と花火大会。



町全体が  
彩り豊かな

## 秋

- 赤・橙・黄・緑など町中が色づく紅葉の秋。
- 長老湖、やまびこ吊橋周辺の紅葉はもちろん、金色に広がる稲穂と純白のそば畑のじゅうたん、夕暮れ時のグラデーションの空。
- 「新そば(町内には4店舗のお蕎麦屋さんあり)」「新米(七ヶ宿源流米)のほか、山菜汁やキノコ汁などが秋のイベントでお振舞される食欲の秋。
- 保育園児からお年寄りまで町民が一堂に会して行われる町民運動会は運動の秋ならではの白熱一大イベント
- 過ごしやすい季節なので長老湖からやまびこ吊橋までの遊歩道や往復1時間程度の軽登山「傾城森」がオススメ。



雪明かりの

## 冬

- 雪かき必須、スタッドレスタイヤ必須、厚着必須、こたつ必須、水抜き必須。
- 不安だった冬も慣れるとその楽しみ方も分かってきます。
- 雪かきもいい運動、積もるからこそ雪遊びが楽しい。
- ゆっくり運転すれば道路は綺麗に雪掃きされてるので安心。
- 夜、暗いはずの外が積もった雪の反射で明るい。
- こたつでのアイス最高!
- 町のイベント「雪だるま雪像コンテスト」では町内の方々が思い思いの雪だるまや雪像を制作し、それを審査・表彰するイベント。
- 町内に、リフト券が安く初心者向けのなだらかな斜面「七ヶ宿スキー場」あり。



### おすすめスポット

移住定住支援センター  
七ヶ宿くらし研究所

【住所】七ヶ宿町字田中道下39-2  
【TEL・FAX】0224-26-6933(火・水曜定休)



築100年の  
古民家が目印

Book&Cafe  
こ・らっしえ

【住所】七ヶ宿町字諏訪原11-15  
【TEL】0224-26-6891  
【営業時間】9:00~18:00(火曜定休)

図書コーナーを  
兼ね備えた  
カフェレストラン



南蔵王やまびこの森  
キャンプ場

【住所】七ヶ宿町字上の平29  
【TEL】0224-37-2134  
【営業期間】4月下旬~10月下旬まで  
【電話受付】9:00~17:00(火・水曜定休)

個性豊かな  
7つの  
テントサイト



移住する前と後!

不安とおどろき!

# 移住者へのアンケート

移住には期待と不安がつきもの。  
でも「まずは行動あるのみ」が正解のようです。

Question

## 移住したきっかけはなんですか？

- ▶ 仕事のため
- ▶ 結婚したから
- ▶ 県内で田舎を探していて、何も無い！というのに惹かれたため
- ▶ 関東で会社員としてやっていくよりも人のためになるような仕事をしたくなったため
- ▶ 「地域担い手づくり支援住宅」の募集を見たから
- ▶ 元々地域活性化などに興味があり、候補地があった中で、「ここだ!」と思ったから
- ▶ 夫婦の時間を大切にしたいくて、街中から離れた場所に住もうと考えたから



## 地域担い手づくり支援住宅

概ね40歳以下のご夫婦で中学生以下のお子さんがある家庭対象。設計段階から打合せができるので家族構成に合わせた家づくりができます。平成27年から毎年2棟ずつ建設しており、現在16世帯65人のご家族が移住。



Question

## 不安だったことは？ 移住してみて実際は？

### 人間関係

- 町外からの人を受け入れてくれるか
- 同年代がいるのか



### 移住者

- ▶ 目が合ったので挨拶してみました。
- ▶ こちらから声をかけてみると、意外とすんなり溶け込めます。
- ▶ 消防団に入り近所の人と交流ができたなら楽しくなりました。
- ▶ 思っていた以上にあたたかく接してもらえたので、町の雰囲気にも早く溶け込めました。
- ▶ 良くも悪くも人との距離が近いです。※これは田舎あるある
- ▶ 小さい町だからこそ、人との繋がりが大切。何かあったらお互い様と考えている人が多いです。

### 町民

- ▶ 実は私たちも、近年移住してくる方が増えて、どう接すればいいのか、話しかけていいのか戸惑いました。挨拶などからコミュニティの輪が広がれば嬉しいです。
- ▶ 消防団は各地区にあり、災害時だけでなく地区や家庭の見回り、消防訓練に向けた練習があります。交流する機会として、20代～50代と幅広い年代の方と知り合えます。

### 仕事

- 仕事があるのか
- どんな仕事があるのか

都会に比べたら選べる仕事は限られます。自分で起業している方もいます。仕事の種類としては、まちづくり関係、バスの運転手、介護施設業務、農業(農家の方は冬仕事がなくなるので除雪やスキー場で働いています)、隣の白石市や山形方面で働いている方も多くいます。  
※町外通勤者には町内ガソリンスタンドで使える券を毎月1,000円分助成しています。

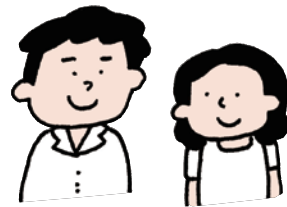




## 病院

### 病院はある？

診療所が関地区にあります。歯科も週に2回、大学病院の先生が来てくれます。それ以外は町外に行かなくてはいけないので30分以上はかかります。



## 子育ての環境はどんな感じ？

- ▶子育て制度が充実しているのはありがたいです。
- ▶子どもの人数も少ないので先生が目が一人ひとりに届きやすい反面、人数がいないとできないこと(合唱、スポーツ、クラス替えなど)は難しいです。
- ▶異学年交流を重視しており、学校のみなが友達。給食は全学年で食堂で食べます。

## 子育て



## 運転

### 車がないとダメ？

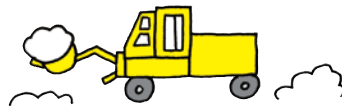
車がないと七ヶ宿町では生活が難しく、近くのスーパーまでは車で30分ぐらいかかります。関・横川・長老地区は白石方面、峠田・湯原・干蒲地区は山形方面、滑津地区はどちらも買い物圏です。ファミリーマート+COOPが町内初のコンビニエンスストア。ちょっとした買い物ならここでも〇。また、横川地区には高善商店、滑津地区には佐藤徳一商店があります。

ネットショッピングがあるから不便はないとの声も。夜の運転は動物が出てくることもあるので注意！



## 雪道運転が不安…。どれくらい降るの？

- ▶雪の量は多いですが町内でもばらつき有。町の中心・関地区は多く降っても1日で30cm、山形県に近い湯原・干蒲地区では積雪が2m近くなることも。雪かきは大変！雪囲いをする家もあります。
- ▶七ヶ宿町の冬の特徴を表現する「一里一尺」という言葉があります。昔街道だった七ヶ宿町は一里(約4km)おきに集落があるため、一集落進むと一尺(約30cm)雪が増えるという意味です。
- ▶国道や町道は、きれいに除雪されているのでゆっくり運転すれば大丈夫。



## 小さい町なので情報が流れるのが早い



## カメムシ?? キャッチャー

カメムシが出ます。ガムテープで捕まえるか、ペットボトルで作るカメムシキャッチャー必須

## 集金

町内会などいくつかの団体から集金・募金があります。急に来ても驚かないくださいね。



## 公民館・町民グラウンドは町民なら利用料無料

ちょっとした集まりや運動に



おどろいた。

なんでも相談してね



移住して

七ヶ宿町に

冬の

## 水抜き

数日不在の時は水道管の水抜き必須！



ご近所のあの人も??

## 町内が親戚だらけ

あの人とあの人も繋がってる。実は全員親戚?!

## 色んな“役”がある

地区によって異なりますが、持ち回りの役もあります。地区には区長さんや役員さんが必ずいます。何か困ったことがあれば相談してください。



## 家の中に防災無線の機械を取り付けること

役場からの情報提供、朝昼晩に音楽が鳴ります。



## お悔やみ

同じ地区の方からお悔やみをもらった場合、お返しはありません。

ご当地ルールなんです

## 道の駅

旬の野菜が安くて美味しい



## 水が美味しい

ご飯の味が違うよ



## ダム公園

子どもを気軽に外で遊ばせられる

春には桜のトンネル

## 山形や福島へアクセスしやすい

車で30分いけば山形や福島なので気が向いたらフラッと旅行気分



## ゴミ情報



可燃不燃ゴミとそれ以外の2種類の袋があります。もやせるゴミは週1回、容器プラは月2回、それ以外は月1回程度なので収集日は要チェック！ゴミの日は「さんあ〜る」というアプリが通知してくれる他、町の広報誌に掲載しています。

分別の仕方はこちらから

七ヶ宿 ごみ情報

検索

## 自然が豊か

各地区どこでも町道に入ると綺麗な川がある。

## 七ヶ宿町の

# 良い。

## 毎日空気が美味しい

特に秋の澄んだ空気

七ヶ宿しか勝たんw

## 星空が綺麗

## 人が良い

距離が近いからこそ、困った時はすぐ助けてくれる

## スキー場が近くにある

町民はリフト券が安い！

## 災害に強い

東日本大震災でも大きな被害はありませんでした

※地震や洪水



## 先輩移住者からアドバイス！

## これから移住してくる方へ

- ▶ 町の人からは来てくれてありがとう等言ってもらいましたが、決しておごらず、町にお邪魔しますという気持ちが必要だと思います。地元の人が守っているルールをしっかりと理解し協力し合えたらと思います。
- ▶ 移住してくる前は色々不安に思いますが、行動してみると何とかかなと思いますのでまずは行動あるのみ。都会的な憧れがなければ非常に住みやすい町です。
- ▶ 七ヶ宿町での住みやすさを見つけることが大事です。都会と比べてしまうと不便なことはたくさんありますが、ここでの住みやすさを考えるともっともっと不便な田舎はあるので。
- ▶ 今までの常識が良い意味でも悪い意味でも通用しない時があります。
- ▶ 自分らしく無理に溶け込もうとしすぎず徐々に慣れていけばいいと思います。確実に心に余裕ができる、自分のために時間が使える良い町です。
- ▶ 挨拶、地区の行事の参加など、当たり前の事をこなす事が町の方との交流を深める近道。
- ▶ HPなどで色々な支援が充実しているのは分かるとは思いますが、実際にお試し住宅や宿泊施設を利用して、現地でのリアルな情報収集、四季ごとの景色の違いや気候など体感してみたいです。
- ▶ どんな小さなことでも疑問に思うことがあれば、周りの人に聞いてみるのがいいですよ。



## バス



## 白石～関 大人200円、小児100円の超格安!!

関～湯原方面、関～長老方面のバスもあります。どこで降りたいか運転手さんに伝えておくとスムーズ。小学生・中学生は町内の路線のみで使える定期券が発行され、スクールバスも家の前まで来てくれるので安心。



# 出産・子育てお役立ち情報

## 七ヶ宿町の たくさんあるよ! 子育て支援制度

妊娠・出産時期

### 健康福祉課

- **しちかしゆく子育て応援アプリ**  
…… 子育てに関する情報が定期的にきます
- **妊婦健診助成券**  
… 14回分の妊婦健診受診券を交付(一部自己負担あり)  
県外医療機関を受診する場合や里帰り出産の場合は相談
- **妊婦健診に係る交通費助成** …………… 50,000円
- **家族宿泊費用助成**  
…… 出産時に医療機関の近隣宿泊施設に家族が  
宿泊する場合 助成額1泊上限5,000円  
※7日間以内の宿泊
- **安心に繋がる面談等**  
…… 妊娠届出時、妊娠第30週頃、出生後に面談を  
行い町の支援制度や相談などの妊娠時から  
出生まで一貫した相談体制
- **産後ケア事業**  
…… ①産後ケアを実施する医療機関を利用した方で  
最大6泊7日の助成  
②スズキ記念病院(岩沼市)で宿泊、日帰り、  
自宅訪問からメニューを組み合わせ  
7回まで利用料無料
- **すくすく見守り隊事業**  
…… すくすく見守り隊の想いがつまった物をプレゼント
- **産後ママたちの交流会**  
…… あかちゃんと一緒に楽しく和気あいあいと

### 町民税務課

- **出産応援給付金(妊娠届出日から2ヶ月以内)**  
…………… 50,000円
- **子育て応援給付金(出生届出日から6ヶ月以内)**  
…………… 50,000円
- **子育て応援支援金(助成額)**  
… 出生から高校入学時まで分割支給  
第1子総額300,000円 第2子総額500,000円  
第3子以降総額700,000円  
町に1年以上在住している方  
※在住6ヶ月~1年未満の方は  
町内で使える商品券を支給  
(第1子10,000円 第2子20,000円)  
(第3子30,000円)



### 教育委員会

- **保育料無料**
- **給食費無料**

### 健康福祉課

- **新生児訪問事業**  
…… 保健師がご自宅に行き、赤ちゃんや  
お母さんの様子を伺います
- **子どもの予防接種費用助成**  
(定期接種無料 任意接種一部自己負担)
- **紙おむつ費用助成** …… 3歳までで月2,000円
- **子どもの健診費用助成**
- **1歳のお誕生健診、5歳6か月までの幼児健診**  
…………… この時期の健診は珍しい取組



### 町民税務課

- **医療費無料**
- **児童手当**

### 教育委員会

- **給食費無料**
- **体育着支給(1回のみ)**
- **スクールバス完備**  
…………… 学校から近い関地区は徒歩(集団登校)
- **放課後児童クラブ**



### 町民税務課

- **子育て応援支援金(小・中学校入学時)**
- **児童手当**
- **医療費無料**

### 教育委員会

- **奨学金無利息貸付**
- **医療費無料**
- **子育て応援支援金(高校入学時)**
- **格安町営バス定期券**

町民税務課

ふるさと振興課

健康福祉課 ☎0224-37-2331  
教育委員会 ☎0224-37-2112  
町民税務課 ☎0224-37-2114  
ふるさと振興課 ☎0224-37-2194

## Q 1人目を生む前に知りたかったことは何ですか?

- 病院のオプションや、産後のアフターケア。
- 近くじゃなくても大丈夫なんだよって知ってれば他の地域を選んでたかも。

**山形県**  
山形市 …… 7ヶ所  
米沢市 …… 3ヶ所  
川西町 …… 1ヶ所

**宮城県 仙南**  
個人病院 宮上クリニック(柴田町)  
毛利産婦人科医院(柴田町)  
総合病院 スズキ記念病院(岩沼市)  
その他 名取市 …… 1ヶ所  
仙台市 …… 16ヶ所

※受入不可の場合もありますので各施設にご確認ください。

## Q どうやって病院を決めましたか?

- 宮城県内しか選べないと思ったので「一番近いところ」で検索。
- 町内の子育て中の方にお話を聞きました。

## Q これから七ヶ宿にいながら出産をする人に一言!

- 山形県米沢市の病院は追加料金を払うけど無痛分娩も選べました。
- 病院側が何かあったら早めに連絡してねと、遠いことを考慮してくれました。
- 不安なことなどは医師に相談してよく話し合ってから決めるといいと思います。がんばれ!

## Q 七ヶ宿に住んで出産してよかったこと

- 妊婦健診にかかる交通費や、子どもの予防接種の助成がありお金がかからない。
- 保育料の無償化&待機児童がないところ。
- 産後ケア事業を利用できたこと。
- 産後1ヶ月後までに保健師さんが自宅に来てくれて体重とかはかってくれる。その時に、プレゼントをもらえる。
- すくすく見守り隊事業というのがあって、おむつケースとかを先輩ママさんからもらえる。もらった後は自分分が先輩となって新しいママをお迎えする役目になるという集まりがある。



同じ年頃の  
赤ちゃんが誰なのかわかって良い!

## 町で暮らすママの声



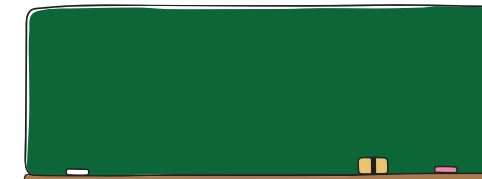
山形県の病院を選びましたが、雪国ならではの道路はきれいに除雪されているから運転も問題なかったです。ただ、妊婦助成券は宮城県内でしか使用できないので、県外の場合は一度お支払い⇒町に申請⇒払い戻し という手続きでした。

町の助成を使って出産後は産後ケア事業を利用して出産した病院ではなく提携している病院で産褥期を過ごしました。2人目は仙台で産みましたが、妊婦健診は白石市の病院に通ってました。



情報共有  
しよう!

# 保育所から 中学校まで



## 関保育所

住所:七ヶ宿町字瀬見原102番地  
TEL:0224-37-2052  
定員:50名  
※4月の入所は前年度の1月に募集

- 保育時間 / 月～土 8時～16時  
※土曜日の利用の際は事前届出必須
- 延長保育 / 7時30分～18時
- 園児数 / 29人(R5.4現在)  
生後11ヶ月から受け入れ可
- 主な年間行事  
4月:入所式 5月:春の遠足 6月:保育参観・人形劇観賞  
7月:七夕・プール開き 8月:アーティストによるダンス教室  
9月:町民体育大会 10月:親子遠足 11月:発表会  
12月:クリスマス会 1月:そり滑り 2月:豆まき会  
3月:ひな祭り・お別れ会・卒園式

### 特徴

- ◆ 令和6年4月より新築の保育所  
小さい頃から木のあたたかみに触れることができる設計となっているのが特徴です。床暖房もあります。
- ◆ 週1回ALT(外国人指導助手)来所
- ◆ 待機児童0
- ◆ 保育料・給食費無料



## 七ヶ宿小学校

住所:七ヶ宿町字利津保16番地1  
TEL:0224-37-2320

- 児童数 / 40人(R5.4現在)



### 特徴

- ◆ 地域の方との交流授業が多い  
(例)郷土料理「笹巻作り」、グラウンド・ゴルフ、町ブランド米「源流米」の田植えと稲刈り体験、絵本読み聞かせ、和太鼓、全校登山、スキー教室、まち探検、地域学習
- ◆ 1年生からの外国語活動とタブレット活用
- ◆ 小学校入学時に運動着を支給
- ◆ 人数が少ないからこそ縦割り活動での協力が多い
- ◆ 給食費無料



## 七ヶ宿中学校

住所:七ヶ宿町字瀬見原1番地  
TEL:0224-37-2360

- 生徒数 / 30人(R5.4現在)
- 部活動 / 卓球部  
ソフトテニス部  
陸上競技部  
アルペンスキー部  
総合文化部



### 特徴

- ◆ 鹿児島県宇検村と相互交流  
夏休みには宇検村に行き、地元中学生との交流、マリンスポーツ体験などあり
- ◆ 英語検定、漢字検定の積極的な受検
- ◆ 「わらじで歩こう七ヶ宿」スタッフへのボランティア参加
- ◆ 職場体験や生産者訪問
- ◆ 丸一日楽しんで勉強する「学習フェス」
- ◆ 給食費無料



## 高校

- 隣の白石市まで町営バス、その先の大河原町、柴田町まで町営バスとJRを乗り継いで通学します。
- 朝は6時台の町営バスに乗車するため、早起き。

- 町営バスは学生支援のため格安で定期券を1ヶ月単位から販売しています。
- 学生の中には、寮のある仙台市の高校に通学する子や、親御さんの送迎協力のもと隣接している山形県へ通学する子も。