

場所



基本情報

R6.12.1現在

■人口：64,912人 ■世帯数：28,720世帯

■面積：667.93km²（人口密度 98.1人/km²）

※東京23区より少し広い面積です。

■主な地域内の移動手段：

自家用車、バス、タクシーなど

特徴

地理・交通

- 南アルプスと中央アルプスの山々に囲まれ、天竜川等が流れる自然豊かなまち。
- 高速道路利用で東京から3時間、名古屋から2時間、大阪から4.5時間。

気候

- 雪は少なく、降っても5～10cm程で、年に3～4回の雪かきが必要な程度。冷え込みは厳しく、マイナス10度近くになる朝もありますが、晴天率が高く、晴れの日澄んだ青空が最高です。冬は道路が凍結する日が多いので、車はスタッドレスタイヤへの交換が必須です！

名物

- ローメン、ソースカツ丼、「信州そば発祥の地 伊那」のそばは絶品。
- 薪ストーブやペレットストーブの利用は日本一と言われるほど。
- King Gnuメンバー2人の出身地。

PRポイント

- 自然をいかした信州やまほいくや、総合学習などの特色ある子育て・教育。
- バーチャル体験等により伊那の魅力を発信するデジタルを活用した移住定住。
- 子育てや農林業等が注目され**人気移住地域 第1位!** (SMOUT (スマウト) 3期連続!)

移住の取組

移住支援制度

- 住まい…住宅新築等補助金 最大150万円
- 仕事…仕事のマッチング支援、ふるさとワーホリ、モバイルオフィス など
- その他…移住定住サポート「田舎暮らしモデル地域」が4地域・出会いサポートセンター など

担当からのメッセージ

- 移住定住コーディネータや空き家の専門員配置等による、**ワンストップ**の移住定住相談窓口です！
- 都市圏や市内、オンラインでの移住セミナーや体験ツアーも幅広く実施中！電話やメール、**オンライン相談**などお気軽に問合せください！

連絡先

【伊那市役所 地域創造課 移住定住促進係 (移住・定住相談窓口)】

電話：0265-78-4111 (内線 2253)

移住定住HP ➡

E-mail：j kz@inacity.jp



伊那市のまちには何がある？

- ◆ スーパー、ファミレス、コンビニ、ドラッグストアなど、店舗多数！
- ◆ ユニクロ、スターバックス、ドン・キホーテなどのチェーン店も！
- ◆ 地元野菜をふんだんに使った料理やお料理や、地酒・クラフトビールを提供する飲食店、おしゃれな古民家カフェ等も多数点在。
- ◆ 大阪に続き全国で2番目に飲食店が多いまち（人口比率）

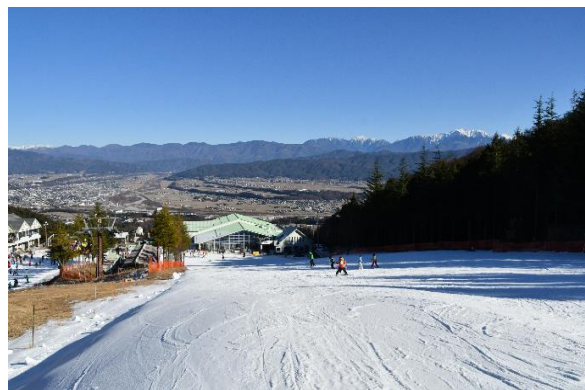
生活や食事に困らない 便利なまち！



伊那市のまちには何がある？

- ◆ 地域のみなさんによる「朝マルシェ」、森の楽しさに出会えるイベント「森JOY」、気軽に森でたき火をするだけの一日「たき火の日」、子どもから大人まで楽しめる「伊那まちファミリーフェスタ」等々、まちのいたる所でたくさんのイベントを開催！！

- ◆ スキー場やキャンプ場、大自然を活かしたアクティビティ、川遊びに山遊びもたくさんあり！



伊那市ではたらく

- ◆ 自然をいかした農林業（第一次産業）、製造業（第二次産業）やサービス業・医療（第三次産業）多数。

製造業を中心に多種多様な仕事あり！

- ◆ 地域内企業で異業種連携も育まれ、新たなイノベーションを創出。

- ◆ コワーキングスペースやサテライトオフィスなどもあり、新しい働き方、暮らし方をしたい方にもオススメ！

移住希望者向けに伊那商工会議所と連携して無料職業紹介を実施！



自然の中でのびのびと！ 特徴的な子育て・教育環境



- ◆ 自然環境をいかした「信州やまほいく」（普及型10園、特化型2園）
- ◆ 不思議がる、試してみたがる、など「がるがるっ子」を育て、生きる力を育む保育
- ◆ 公立保育園19園、市立保育園2園、認定こども園3園、認可外保育園2園
- ◆ 総合学習が中心にある学校や、学校林での自然科学など小規模をいかした特徴的な小学校多数
- ◆ 待機児童ゼロ、総合病院・産婦人科が多いなど、「子育て世代にぴったりなまち」

伊那市にお試し移住

田舎暮らしモデルハウス
最長3泊4日 1泊4,000円/1家族



移住体験住宅

最長30日 25,000円(山寺)・30,000円(高遠) / 1家族 (光熱費込み)



伊那市にお試し移住

ふるさとワーキングホリデー

2週間～1か月 市内で働き、
仕事と暮らしを丸ごと体験



シゴト概要

両アルプスと中央アルプスの山塊、天竜川沿いに広がる標高632mの伊那谷で、増え続ける耕作放棄地を救い出し、りんご・栗・イチゴなど、さまざまな果実を栽培している「いいなファーム632」。高地の豊かな自然、おいしい水、そして豊かな土に育ちながら、愛情込めて「りんご」の栽培を体験しませんか？

滞在中は、暮らしの情報提供や地域交流等、ご希望に応じてご案内します！

宿泊

伊那市内のゲストハウス等をご用意いたします。
※宿泊先が決定次第、参加者に個別にご案内します。

その他

滞在中の前泊費、レンタカー代、カンリシなどが無料！
※伊那市までの往來交通費や滞在中の食費は自己負担。

主催：長野県 伊那市



日本の農業が誇る美しい地で育つ、the rice farmの玄米。WakaAgriは「美しい日本産米を世界に」をテーマに、栽培方法や環境にこだわった輸出の生産を行っています。肥料や農業を一切使わない自然栽培の米作りを、暮らしながら体験してみませんか？滞在中は、暮らしの情報提供や地域交流等、ご希望に応じてご案内します！

シゴト概要

要入企業 株式会社 Waka Agri (https://wacafarm.jp/jp/) 2023年9月中旬～10月末
滞在期間 最長2週間～最長1か月
募集人数 若干名
業務内容 農作業・加工製造の手伝いなど
勤務時間 8:15～17:30 (基本週3～4日程度、夏期休暇)
賃金 時給910円
免許等 普通自動車運転免許
勤務地 長野県伊那市長谷

宿泊

the rice farm 農作業のある心地の良い古民家にて宿泊。(宿泊費全額補助)
管理人さんが作る美味しい飯事を、従業員の方と一緒に食卓を囲みます。
※食費は自己負担 (昼食400円、夕食600円)
設備・洗濯 シャワー室、洗濯機 (タオル・風呂タオル・洗濯洗剤はご持参ください。)

主催：長野県 伊那市

農業体験

リンゴの収穫・農作業車の乗車体験

『豊かな自然の中で働く』という選択肢を体験してみませんか？

いいなファーム632

オープンファーム

11月2日(土) 9:00～12:00 (雨天延期：11月9日(土))

事前予約制：限定10組様

りんごの収穫作業体験などを予定
農業作業車の乗車体験も！

持ち物：軍手・帽子・タオル・飲み物・ヘルメット (大人用ヘルメットは予備がございます)
動きやすい長袖長ズボン推奨・参加費は無料です！
9時までにいいなファームますみヶ丘園地へお越しください

お子様との参加OK！
木工作や木のクラフトをご用意♪

終了後は園地解放！
ピクニックにピッタリ

アウトレット
りんごのお土産付き

看板わこのおなまえも募集！

アクセス

伊那市観光協会
伊那市観光協会
伊那市観光協会

ホームページ
お申込み・お問い合わせは
TEL・いいなファームHP・
InstagramのDMまで！
0265-78-7181

主催：いいなファーム632 後援：伊那市

農家民泊体験

上伊那の民泊家庭でお茶・
ランチ・滞在

【移住を考えている方へ】
地元の家庭で
地域のお話、聞いてみませんか？

地元の家庭に泊まりながら、
地域体験や郷土料理作りを
しませんか？

お茶を飲みながら、
地域に暮らす方のお話を聞いてみませんか？

・ 宿泊コース **現地集合**

・ 日帰りコース **現地集合**

場所 上伊那の民泊家庭

料金

〈宿泊コース〉
①農家民泊プラン
13,600円(税込)/人
料金には、以下が含まれます
・ 宿泊体験費 (1泊2食)
・ 市内温泉施設入浴料
・ ファームステイ保険加入費用
・ 特別贈答含む
※冬季 (11月～4月) は別途贈答費300円/人

モデルプラン
〈農家民泊プラン〉
・ ホストと合流 (午後)
・ 地域の紹介や、自然体験
・ 夕食、温泉へGO!
(郷土料理などを一緒に作ります)
・ 帰宅後、団らん、就寝
・ 翌日起床、朝食、解散

〈日帰りコース〉
①家庭訪問+昼食付プラン
3,000円(税込)/人
・ 2人目以降：2000円
・ 2歳～小学生：500円
・ 2歳未満：無料

モデルプラン
〈家庭訪問+昼食付プラン〉
・ ホストと合流 (午前)
・ 地域の紹介や、食事作り体験
・ 解散 (3時間程度)

②家庭訪問+お茶付プラン
2,000円(税込)/人
・ 2人目以降：1000円
・ ファームステイ保険加入費用・特別贈答含む
※冬季 (11月～4月) は別途贈答費300円/人

モデルプラン
〈家庭訪問+お茶付プラン〉
・ ホストと合流 (午前or午後)
・ 地域の紹介や、自然体験
・ 解散 (2時間程度)

主催：伊那市 伊那市観光協会
旅行実施：伊那市観光協会
※お申込みには伊那市地域創生課への移住相談が必要です。 https://www.city.ina.jp/

伊那市地域創生課
☎0265-78-4111

伊那市移住・定住窓口にお気軽にご相談ください！

伊那市

ありきたりに
見える日常こそ、
幸せの記憶。



伊那市移住定住応援サイト
「伊那に住む」



オンラインでの相談の予約はこちら



Facebookでの情報発信
「長野県伊那市移住・定住相談窓口」



伊那の魅力を仮想空間で体験
「伊那MRスクエア」



【伊那市移住・定住相談窓口】

電話：0265-78-4111 E-mail：jksz@inacity.jp

長野県 伊那市

教育と学校のご紹介



伊那市の教育とは？

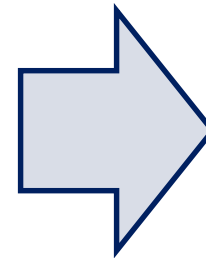
伊那市の教育理念「はじめに子どもありき」

「はじめに子どもありき」は、子どもの事実に戻るということであり、
子どもの事実を教育の出発点あるいは根拠とするということである。

平野朝久『はじめに子どもありき』（学芸図書/1994年）

児童生徒らが自ら生きる力を育むために、
「はじめに子どもありき」の教育理念のもと、
郷土の教育資源を生かした食育やキャリア教育をはじめ、体験や対話を重視した人間性に
満ちた教育により、心豊かな人づくりに取り
組めます。

また、豊かな自然や歴史文化に恵まれた郷土
の魅力を学び、ふるさとに対する誇りや感謝
の気持ちを育むとともに、郷土愛を受け継ぐ
次の世代の人材育成に努めます。



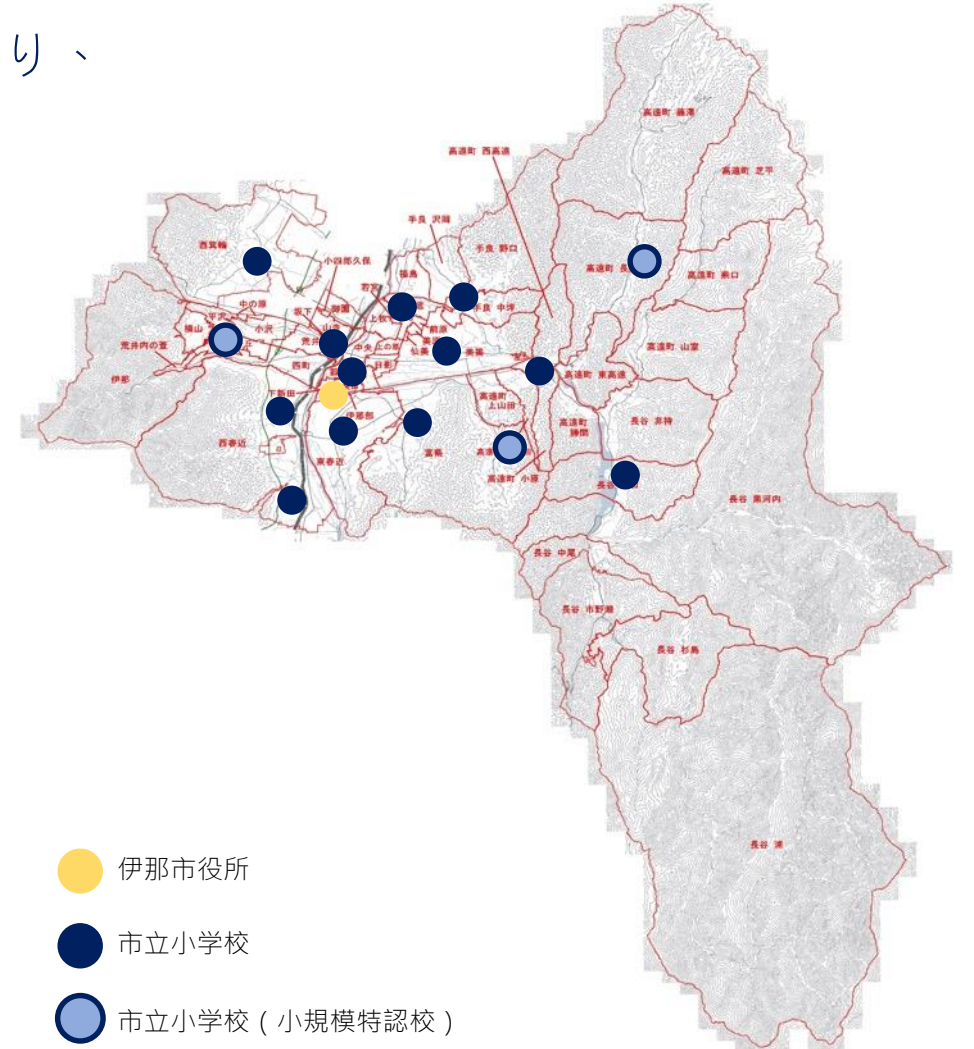
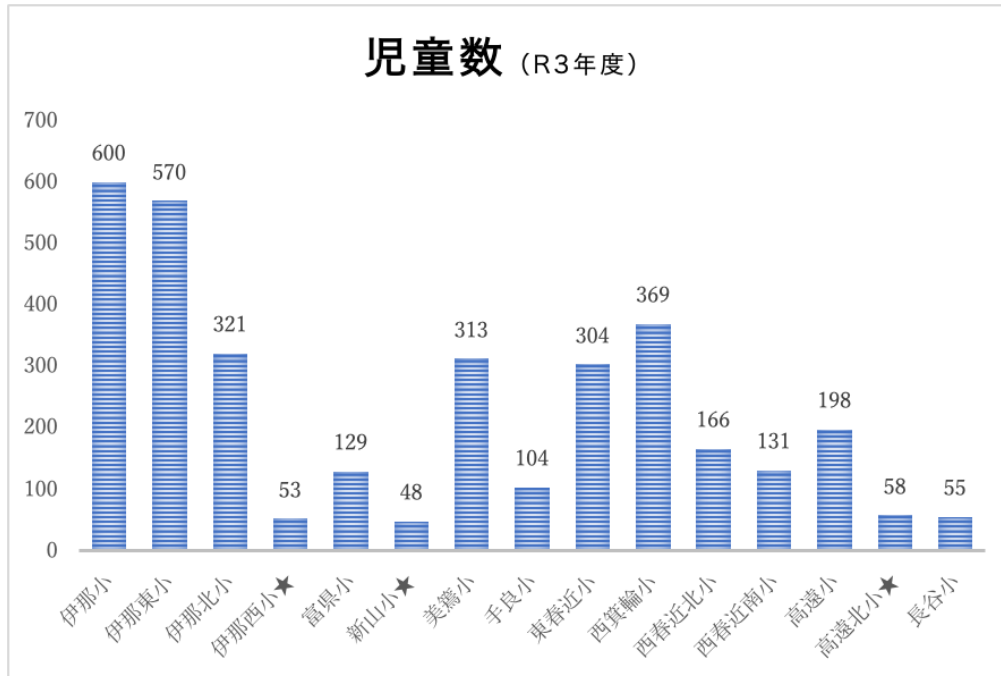
- 総合的な学習
- 地域社会や文化と結びついた学習
- 自然体験
- ICTの積極的な活用
- 自分らしい生き方（キャリア教育）

など

伊那市立小学校 × 15校

伊那市内には小学校が15校あります。

その大半が山・森・川・田んぼなど自然が身近な環境にあり、市街地の学校でも動物飼育や稲・野菜栽培をはじめとした自然環境や地域社会と親しむ活動を取り入れています。

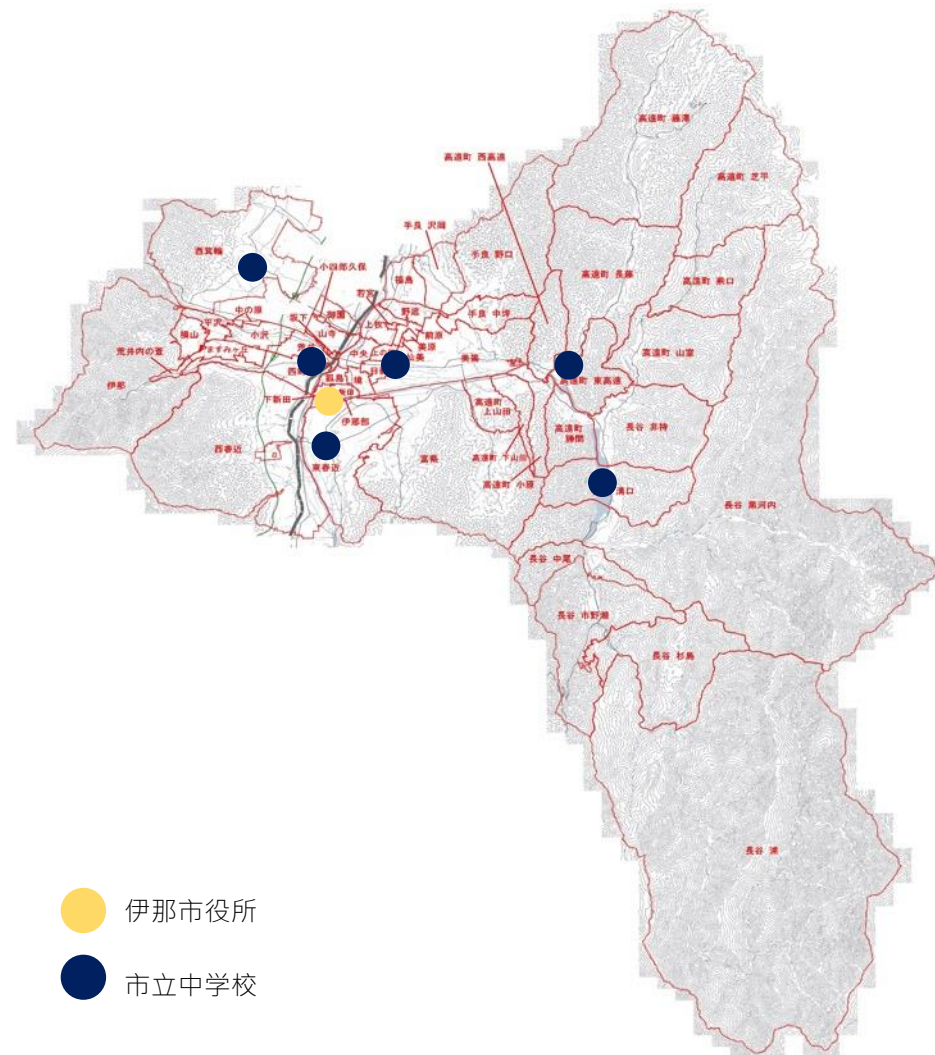
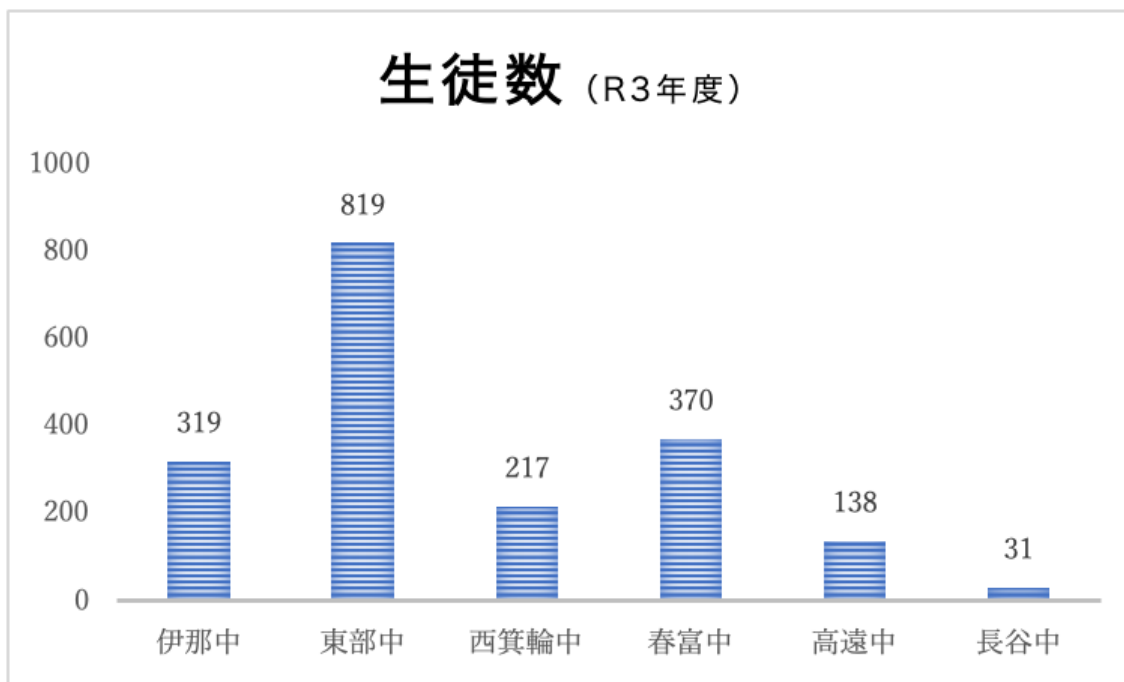


伊那市立中学校 × 6校

伊那市内には中学校が6校あります。

小学校に比べて数が少ないですが、徒歩や自転車、地域のバスなどを利用して登下校しています。

自然体験以外にも「キャリア教育」にも注力しています。



伊那市の小学校って？

1学年1学級や、
1クラス20名以下の
小規模な学校が多い。
(新山小・伊那西小・高遠北小・
手良小・長谷小・富巣小・西春近
北小など多数)

教室の窓から
南アルプス！
(手良小など)

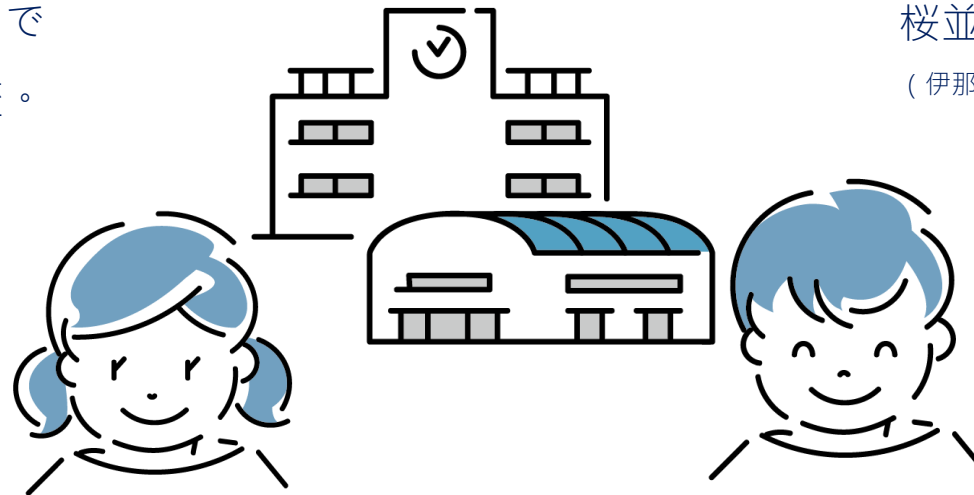
学校の活動でシイタケや
松茸をおみやげに！
(伊那西小・新山小など)

森に囲まれた校庭は
遊び甲斐たっぷり。
(西箕輪小・伊那西小など)

掃除や集会など
縦割り活動で
異年齢交流。
(市内各校)

地元の農作物を使って
地元の方々が調理する
給食がおいしい！
(長谷小など)

ポニーやヤギを育てたり、
アイガモを飼育したり、
桜並木を育てたり。
(伊那小・高遠小・美篤小など)



図書館は著名建築家の設計。
明るくて開放的で心地よい。
(伊那東小)

伊那市の中学校って？

日本有数の桜の名所がすぐそば！
観桜期には生徒主導で地域活性化・
観光のボランティア。
(高遠中)

長野県の慣習「無言清掃」。
毎日学校をピカピカに。
(市内全中学校)

地元への理解を深める
地域交流が盛ん。
(伊那中学校など多数)

通学路の安全対策で
まちづくりを提案。
(春富中)

地元の農作物から商品開発。
プロモーションも生徒が立案。
(長谷中)



豊かな自然に囲まれて
深呼吸できる成長環境。
(西箕輪中学校、長谷中学校)

マンモス校だからこそ
いろんな人と出会える。
(東部中学校)

小規模特認校制度

伊那市では学区の学校 + 小規模特認校という学びの選択肢があります。

小規模特認校

「豊かな自然の中での活動機会を与えたい」「少人数の学校で子どもを学ばせたい」など、「特色ある教育環境を活かして、一人ひとりの個性を尊重し、明るく伸び伸びとした教育」を保護者が希望した場合に、一定の条件をもとに校区を越えて入学・転学が認められた学校です。

新山小学校

伊那西小学校

高遠北小学校

- 少人数での学びが実現できる
- 子どもの特性に合った学校を選ぶことができる
- 学校選びで住まい選びが制限されない
- 子どもにとっての選択肢が増える



伊那市ホームページ
「小規模特認校」の取り組み

教育移住のメリットと注意点

伊那市や各学校が大切にしている学びや特性を知っていただいた上で、

お子さんがのびのびと成長できる学校を検討することができます。

移住検討の際には、学校見学やオンライン相談していただくことをおすすめします。

メリット

- すべて市立の公立校なので経済的。
- 各校ごとに特色や多彩な取り組みがある。
- 森・川・山・田んぼなど自然に親しめる環境。
- 少人数で学べる環境。
- 学区 + 小規模特認校という選択肢。
- 伝統的な学びを大切にしている。
- 先進的な学びに対しても積極的。

注意事項

- 私立校とは仕組みが違う。
(文科省の学習指導要領に準じる)
- 小規模特認校への学区外登校は
保護者の送迎が必要。
- 学校の特色が必ずしもすべての
子どもに合うわけではない。
- 教育移住も「子どもありき」で。

参考資料

伊那市ホームページなどから伊那市の学びについて知っていただけます。



市内小中学校の児童・生徒数、
学級数（令和6年度）



長野県伊那市「令和5年度 教育要覧」



市内小中学校の通学区



伊那市 教育への
ICT活用の取り組み

About
伊那市
サマーキャンプとは



長野県伊那市の市立小中学校で伝統的に取り組まれてきた総合学習。「はじめに子どもありき」「子どもたちの自発性を大切に」といったキーワードとともに、教育関係者や保護者の方々からも注目されている伝統的な学びです。伊那市では、この自然や地域素材に親しみながら学びを深める取り組みに、文科省GIGAスクール構想を融合させて、「伊那市ならではの」有機的な学びを目指しています。

2019年から始まった夏休みの課外活動「Summer Camp(サマーキャンプ)」もその1つ。市内外から小



2021年・2023年に開催したICT活用教育の取り組みの様子