

移住リエゾンの  
お仕事図鑑

『にかほ一む』を通じて市の魅力を発信!

皆さんこんにちは!鳥海山と日本海を身近に感じて過ごせるにかほ市に魅せられて、千葉市から夫婦で移住してきました石井智代です。『好きな山の近くに住みたい、海の幸も大好き、きれいな湧水があれば最高に幸せ!そんな場所にいつか出会いたい』と思い各地を検討しながらここにたどり着きました。にかほ市のことをもっと知りたくて参加したオンラインの移住イベントで移住リエゾンの方たちと出会い、地元の方との縁もつないでもらえたことで移住の決心ができました。そして、この4月から私も「移住リエゾン」の仲間入りしました。

移住もUターンも人生の大きな決断。出来るだけハッピーにスタートできるよう架け橋になるのが移住リエゾンのお仕事だと感じています。お伝えできる情報を増やすために私たち移住リエゾンは、日々にかほの情報にアンテナを張っています。そしてにかほの素敵な人や事を移住・定住ポータルサイト『にかほ一む』とSNSで発信して、市内外両方の人にかほの素敵



自らの移住の経験を  
仕事に活かしていきます!

を感じてもらいたいと思って活動しています。先輩リエゾンたちの頑張りで、外から見えるにかほ市の情報はこ

石井 智代

Tomoyo Ishii  
勤務先: 商工政策課  
出身地: 千葉県



にかほ市に移住したきっかけの一つでもある鳥海山

の2年間で格段に増えました。そして移住希望の問い合わせも増えてきています。それに伴い入居できる住まいが足りない状況が続いています。移住定住ポータルサイトの『にかほ一む』では、空き家バンクのページに動画やVR画像などを載せるなど情報の量と質を上げ、より多くの方にかほ市への移住を具体的に検討してもらえるように頑張っています。でも、登録できる情報が不足している状況です。私たち夫婦も住まい探しに困り、にかほに暮らしたい気持ちが折れそうになる経験をしてきました。だからこそ、移住希望者が必要とする情報の一つとして『にかほ一む』の内容を充実できるよう頑張ります。

にかほの魅力をどんどん発信していきたいので、地域の皆さんからいろいろな情報をもらえたら嬉しいです。これからよろしくお願いします。



あのねの / happy育児

体幹を作ろう!!手足遊び ②足裏合わせ



今月のちびっこアーティストは小砂川保育園年長のおともだち。初めての書道に挑戦!七夕にちなんで「ほし」を書きました。8月の「ふるさとまつり」ではこの書を絵灯籠にして飾る予定です。



足裏合わせをすることで赤ちゃんの股関節は柔らかく、骨盤や背骨はしなやかになります。はじめは足裏を合わせにくくても、徐々に合うようになります。頭からおへそまでをまっすぐにして、赤ちゃんの正面で向き合ってください。



今回のモデルはつむぎちゃん。ご機嫌に足裏遊びを楽しんでいました。

問 にかほ市ネウボラあのね (金浦保健センター) ☎38-4200

こどもカレンダー 問 にかほ市ネウボラあのね ☎38-4200 / 生涯学習課 ☎38-2171 / 象潟子育て支援センター ☎74-6204 / 仁賀保子育て支援センター ☎32-3200 / 金浦子育て支援センター ☎38-2291 / 象潟上郷地域子育て支援センター ☎44-2314

イベント	日時	内容
<b>にかほ市ネウボラあのね</b>		
助産師相談日	7/4(月)、21(休)	授乳や体調のことなど助産師による相談 ▶会場…にかほ市ネウボラあのね / ▶持ち物…母子手帳、赤ちゃんのお出かけグッズ / ▶※…開催日前日 / ▶問合せ…にかほ市ネウボラあのね
パパママ教室あのね	7/9(土)・9:20~12:00	▶会場…にかほ市ネウボラあのね / ▶対象…R4. 10月~12月に出産予定の夫婦 / ▶※…7月4日(月) / ▶問合せ…にかほ市ネウボラあのね
ころころ寝返りを促す赤ちゃんの発達応援教室	7/27(水)・10:00~11:30	寝返り期以降の赤ちゃんの発達を促す遊び方等の講話・実技を含めた教室 ▶会場…にかほ市ネウボラあのね / ▶対象…R4. 2月~3月生まれの赤ちゃんとお母さん / ▶※…7月22日(金) / ▶問合せ…にかほ市ネウボラあのね
産後ママと赤ちゃんのからだケア教室	7/27(水)・13:30~15:00	産後のママと赤ちゃんの発達を促す抱き方等実技をまじえた教室 ▶会場…にかほ市ネウボラあのね / ▶対象…R4. 5月~6月に生まれた赤ちゃんとお母さん / ▶※…7月22日(金) / ▶問合せ…にかほ市ネウボラあのね
<b>象潟子育て支援センター「ぐらちよきばあ」</b>		
すくすく開放日	7/1(金)、4(月)、6(水)、11(月)、12(火)、15(金)、19(火)、20(水)、22(金)、25(月)、26(火)・9:00~15:00	自由気ままにご利用ください。子育て中の皆さんの空間です。 ▶会場…象潟保健センター / ▶問合せ…象潟子育て支援センター(象潟保健センター内)
知っておきたい救急救命	7/13(水)・10:00~11:00	▶会場…象潟保健センター / ▶対象…保育園等入園前のおともだち / ▶定員…8組 / ▶※…7月8日(金) / ▶問合せ…象潟子育て支援センター(象潟保健センター内)
じゃぶじゃぶ水遊びNo1	7/27(水)・10:00~11:00	▶会場…象潟保健センター / ▶対象…保育園等入園前のおともだち / ▶定員…8組 / ▶※…7月22日(金) / ▶問合せ…象潟子育て支援センター(象潟保健センター内)
相談日	随時	子育てに関する困りごとなどの相談に応じます。
<b>仁賀保子育て支援センター「なかよし」</b>		
なかよし講座「夏まつり」	7/27(水)	▶会場…仁賀保子育て支援センター / ▶対象…保育園等入園前のおともだち / ▶定員…5組 / ▶※…7月20日(水) / ▶問合せ…仁賀保子育て支援センター
<b>金浦子育て支援センター「にここ」</b>		
子育てサークル「談飲とけいれんの対応について」	7/14(木)	▶会場…金浦子育て支援センター / ▶対象…未就園児の保護者 / ▶定員…先着6人 / ▶受付期間…7月4日(月)~7月8日(金) / ▶問合せ…金浦子育て支援センター
遊びの講座「水遊び(色水・泡遊び)」	7/28(木)	▶会場…金浦子育て支援センター / ▶対象…保育園等入園前のおともだち / ▶定員…先着10人 / ▶受付期間…7月15日(金)~7月22日(金) / ▶問合せ…金浦子育て支援センター
<b>象潟上郷地域子育て支援センター「星城ひろば」</b>		
星城ひろば一周年記念「おもちゃがいっぱい!木のおもちゃ美術館のおもちゃで遊ぼう」	7/15(金)	▶会場…星城こども園ホール / ▶対象…保育園等入園前のおともだち / ▶※…7月4日(月) / ▶問合せ…象潟上郷地域子育て支援センター
園児との交流日「おみずばしあばしあ」	7/28(木)	▶会場…象潟上郷地域子育て支援センター / ▶対象…保育園等入園前のおともだち / ▶※…7月15日(金) / ▶問合せ…象潟上郷地域子育て支援センター

移住者・移住希望者のための  
**にかほ暮らしサポーターを募集しています**  
「ようこそ」と「おかえり」の暮らしネットワーク

にかほ市への移住・定住を希望する人や移住してきた人に、にかほ暮らしのサポート・アドバイスをする活動です。

暮らし情報サポーター

移住先輩サポーター

お仕事紹介サポーター

グルメサポーター

子育て相談サポーター

地域交流サポーター

趣味・サークルサポーター

空き家情報サポーター

活躍中!

移住者・移住希望者の「にかほライフ」を  
そっと後押し、もっと楽しくずっと心地良く

facebook

Instagram

Twitter

にかほ一むHP

にかほ市

問い合わせ先 にかほ市 商工政策課・移住リエゾン  
TEL:0184-43-7600 MAIL:shoukou@city.nikaho.lg.jp

