

移住リエゾンの  
お仕事図鑑

にかほ市には「移住リエゾン」がいる！

皆さんこんにちは！移住リエゾンの小林です。元気ですか？朝晩めっきり冷え込んできて布団の中から出たくない季節がやってきましたね。

最近の僕は移住を検討される方の相談・サポート、移住体験ツアーの企画・アテンド、空き家相談、相談会の企画・運営、時にはラジオパーソナリティ、パフォーマンスユニット「キャミソウルブラザーズ」として日々活動しています。街中で声をかけていただく機会も増えました。有難いです。「どれが本業なの？」と聞かれることも多くなりましたが、僕自身はどれも本業だと思っています。本気で取り組む生業、本業です。

さて、今日は移住リエゾンの活動について少し書きます。リエゾンとはフランス語で「橋渡し」という意味です。移住リエゾンは今年で4年目の活動になりました。現在僕のほかに、石井さん、鈴木さんと3人で活動しています。多忙です。今年に入り移住希望、検討される方が右肩上がりです。また、空き家を手放したいという方の相談も増えてきています。そうした方々の気持ちに寄り添い、不安な思いを1つでも解消し、

交流会、ぜひ参加ください！



小林 裕高

Yutaka Kobayashi

勤務先：商工政策課  
出身地：井川町



心穏やかに過ごしてもらうためのお手伝いをしています。

移住、そして空き家。相談は今後益々増えてくると思います。誰に相談したらいいのかわからない。大丈夫です。移住リエゾンがいます。もちろん僕たちだけではありません。市の職員をはじめ、多くの市民サポーターの方もいます。心強い存在で頼れる仲間たちです。移住を検討している方や空き家を手放したいと悩んでいる方がいましたら、教えてあげてください。にかほ市には移住リエゾンがいるよ、て。そして、僕たちはこれからも頼ってもらえるようにひたむきに前向きに実直に取り組んでいきます。誰よりもにかほ暮らしを楽しんでいきます。

最後にお知らせです！12月1日に移住者と地域住民の交流会「にかほくらしダヨ全員集合！」を開催します！楽しみながらにかほ暮らしのアレコレを話し合う交流会です。皆さんの参加を待ってます！



あのおの / happy育児

妊娠中の骨盤を歪ませない座り方②  
あぐら・椅子ver.

前回に引き続き、妊婦さんが楽に座れる方法を紹介いたします。背筋を伸ばして座ると、肋骨と骨盤の距離が広くなり、呼吸もしやすくなり、お腹の赤ちゃんも心地よく過ごせます。今回はあぐらと椅子の座り方です。



前回に引き続きモデルはつるみさん。安産になるように祈っています！

問 にかほ市ネウボラあのお (金浦保健センター) ☎38-4200

ちびっこアーティスト



今回はひまわり保育園ふじ組のおともだち。異年齢のおともだちのグループで竿灯を作り、運動会では竿灯をバトンにリレーしました。「どっこいしょ！どっこいしょ！」の掛け声に合わせて盛り上がりました！

こどもカレンダー 問 にかほ市ネウボラあのお ☎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お</b>		
マタニティ・ママカフェあのお	11/7(火)、15(水)、30(木)・10:00~12:00	妊婦さんやママ達が集って自由に過ごします。助産師や保健師への相談もできます。 ▶会場…にかほ市ネウボラあのお / ▶対象…市内在住の妊婦・ママ・未就園児 / ▶問合せ…にかほ市ネウボラあのお
パパとはいはいたつちの赤ちゃんの遊び場	11/21(水)・10:00~12:00	はいはいたつち期の赤ちゃんとの遊び方や促し方について遊びの場でまなぶ教室 ▶会場…にかほ市ネウボラあのお / ▶対象…R4.11~R5.5月に生まれた市内在住の赤ちゃん ▶定員…6組 / ▶問合せ…にかほ市ネウボラあのお
ころころ寝返りを促す赤ちゃんの発達支援教室	11/22(木)・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お / ▶対象…R5.6月~7月生まれのおちゃんとパパママ / ▶定員…6組 / ▶問合せ…にかほ市ネウボラあのお
産後ママと赤ちゃんのからだケア教室	11/22(木)・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お / ▶対象…R5.9月~10月生まれのおちゃんとママ / ▶定員…6組 / ▶問合せ…にかほ市ネウボラあのお
<b>金浦公民館 (生涯学習課)</b>		
ほんわかカフェ♪	11/10(金)・10:00~12:00	子育てに関わっている皆さんとおしゃべりしたり、情報交換をするカフェです。 ▶会場…金浦公民館 / ▶対象…乳幼児~高校生の親子・祖父母 / ▶問合せ…生涯学習課
子育てサークルまんまる「ベビーマッサージで心も身体もほかほかに♡」	11/21(水)・10:30~11:30	▶会場…金浦公民館 / ▶講師…宮崎絵理氏 / ▶対象…生後2か月~1歳半程度 / ▶持ち物…バスタオル・飲み物 / ▶定員…8組 / ▶参加費…100円 / ▶問合せ…生涯学習課
出張ほんわかカフェ♪ inぐうちよきばあ	11/29(水)・10:00~12:00	▶会場…象潟保健センター / ▶問合せ…生涯学習課
<b>象潟子育て支援センター「ぐうちよきばあ」</b>		
「くるくる和みあーと」	11/8(水)・10:00~11:30	▶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 / ▶問合せ…象潟子育て支援センター(象潟保健センター内)
「ぐうちよきばあマルシェ」	11/29(水)・10:00~11:30	▶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…10組 / ▶問合せ…象潟子育て支援センター(象潟保健センター内)
すくすく開放日	11/1(水)、6(月)、7(火)、10(金)、13(月)、15(水)、17(金)、21(水)、22(木)、24(金)、27(月)、28(火)・9:00~15:00	自由気ままに利用ください。子育て中の皆さんの空間です。今月のつくっちゃおは「クリスマスリース」だよ ▶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)
<b>仁賀保子育て支援センター「なかよし」</b>		
なかよし講座「手型アート」	11/10(金)	▶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 / ▶問合せ…仁賀保子育て支援センター
「布絵本に触れてみよう!!」	11/27(月)~12/1(金)	▶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 / ▶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「にこにこ」</b>		
子育てサークル「助産師による話」	11/8(水)	▶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…8人 / ▶問合せ…金浦子育て支援センター
園児との交流日「観劇会」	11/14(火)	▶会場…勢至保育園ホール / ▶対象…保育園等入園前のおともだち / ▶問合せ…金浦子育て支援センター
遊びの講座「お店屋さんごっこ」	11/22(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 / ▶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>		
観劇会「さるかに合戦」	11/22(木)	▶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 / ▶定員…5組 / ▶問合せ…象潟上郷地域子育て支援センター
「ロゼットを作ろう!」	11/28(火)	▶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 / ▶定員…5組 / ▶問合せ…象潟上郷地域子育て支援センター

私たちと一緒に!!

## 移住者to地域住民との交流会

# にかほくらしダヨ 全員集合!

### 第2弾!!

## 12月だね年忘れスペシャル

移住者、地域住民の方との交流会第2弾です！前回好評だった「にかほ検定」は冬のかほ暮らしにまつわる検定式のグループトーク！その他にも、にかほにまつわるビンゴ大会「にかほビンゴ」で盛り上がり景品もゲットしましょう!!

※移住リエゾンからの活動報告もあります。

日時・12月1日(金)18:00 - 20:00  
場所・にかほ市観光拠点センターにかほっと  
定員・30名 どなたでも大歓迎です!! 締切は11月24日(金)

お問い合わせ 移住リエゾン 石井・鈴木・小林  
TEL:43-7600 MAIL:nikahome.iju@gmail.com

お申し込みフォーム