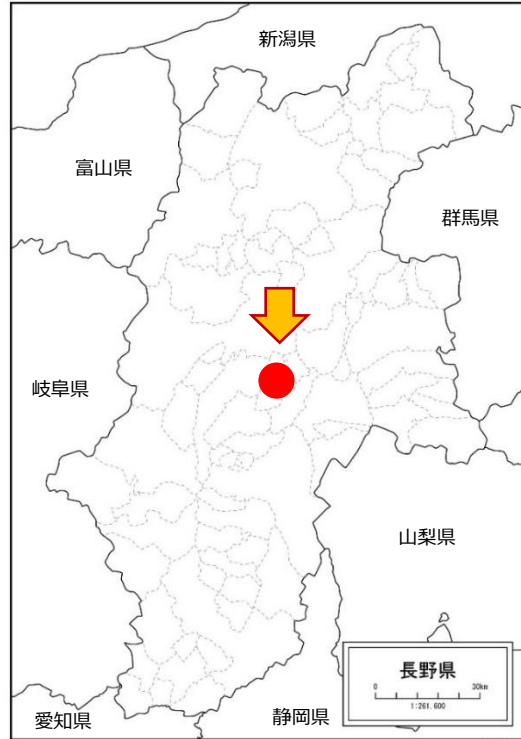


長野県

岡谷市（おかやし）

場所



基本情報

R6.6.1現在

- 人口：45,594人 ■世帯数：19,246世帯
- 面積：85.10km²（人口密度 563人/km²）
- 主な地域内の移動手段：
自家用車、バス、自転車

特徴

地理・交通

- 鉄道：【東京】2時間15分 【名古屋】2時間半
- 車：【東京】2時間半 【名古屋】2時間

気候 （冬の様子）

- 平均最低気温は-0.4℃。最高気温が0℃を下回る日も！
- 積雪はそれほど多くなく、今年は運転や交通に支障が出る程の積雪はありませんでした。（2月1日現在）
- とはいえ、車を持つならスタッドレスタイヤが必須です！

名物

- **【うなぎ】** 隠れたうなぎの名産地！市内に数多くあるうなぎ料理屋には他県ナンバーの車がたかさんとまっています！
- **【シルク】** かつて日本の製糸業を中心に支えた岡谷市。市内の宮坂製糸所は、日本で唯一手作業での糸織りが現存している貴重な施設です！

PRポイント 移住の取組

- **【コンパクトな街】** 諏訪湖と山との少ない平野部に街が形成。車無しで生活している人も！

移住支援制度


- **【アクセスの良さ】** 長野県の真ん中にあり、大都市圏や長野県他の地域へもアクセスが容易です！
- 交通費（上限1万円以内）や宿泊費（上限1万円以内）を補助します！
- 勤労者の方の自営資金や家賃の補助、通勤通学費の補助（毎月1万円）
- 若者移住者の方に住宅取得費の一部を補助します（最大100万円）

担当からの メッセージ

- どんな些細なことでも相談に乗ります！メールや電話でも大丈夫です！
- 埼玉から移住した担当「夏が涼すぎて最高！思ったより不便じゃない！」

連絡先

【岡谷市 企画政策部 地域創生推進課】

電話：0266-23-4811 岡谷市移住定住サイト - 
E-mail：sousei@city.okaya.lg.jp

長野の真ん中・諏訪湖のほとり

長野県

岡谷市

OKAYA CITY

地図で見る岡谷市

諏訪 6市町村を形成する1市。

諏訪湖の北西岸に面した市

面積は県内の市で最小



日本の真ん中

長野県の

さらに真ん中

宮島

埼玉から移住



東西南北色々な場所に行きやすいのは
ドライブ好きな僕にとって嬉しい！！

登山が趣味だという知り合いの移住者は、その立地で岡谷市を選んだって聞いたよ。

アクセス良好

岡谷市



埼玉県から移住

週末にふらっと東京や名古屋に遊びに行ける距離です！

20代 男性

埼玉県から移住

ほぼ日本の真ん中で、旅行好きにはたまらない立地です！

20代 男性

神奈川県から移住

関東に帰省するのにも便利な場所です。

30代 女性

特急列車

東京方面 特急あずさ
1日 18本 (休日)

名古屋方面 特急しなの (塩尻乗換)
1日 13本 (休日)

高速バス

東京方面 1日 16本
名古屋方面 1日 6本
大阪方面 1日 1本

※R6.1現在



名古屋から

電車 約2時間半
自動車 約2時間

東京から

電車 約2時間15分
自動車 約2時間半

長野県内のアクセスも良好！

- ・長野県の真ん中に位置
- ・県内の主要な他地域へも2時間以内で移動可能！
- ・週末にアウトドアを楽しむ生活も！

長野市

松本市

岡谷市

移住検討者



30代 男性

趣味がアウトドアで長野に移住検討中。アクセスが良く、車無しで生活できる岡谷は魅力的だ。

東京都から移住



30代 女性

県内の色々な山に登りたくて岡谷に移住しました！

埼玉県から移住



20代 男性

毎週末県内の温泉を日帰りで巡っています！

数字で見る岡谷市



人口：45,606人 世帯数：19,261 面積：85.10 km²

標高 約 780m

岡谷市

全国市役所標高ランキング

- 1位 茅野市役所
- 2位 岡谷市役所
- 3位 富士吉田市役所
- 4位 諏訪市役所

長野県内人口密度ランキング

- 1位 小布施町
- 2位 岡谷市
- 3位 千曲市
- 4位 諏訪市

松本市

塩尻峠

下諏訪町

諏訪市

茅野市

原村

富士見町

富士見峠

諏訪6市町村

- ・人口約20万人
- ・文化的/生活的な繋がり
- ・文化の軸は「御柱祭」

甲府市

東京

名古屋

大阪

松本市まで

車で 約 25分

電車で 約 30分

634m

300m×2

スカイツリー

あべのハルカス

甲府市まで

車で 約 1時間15分

電車で 約 1時間

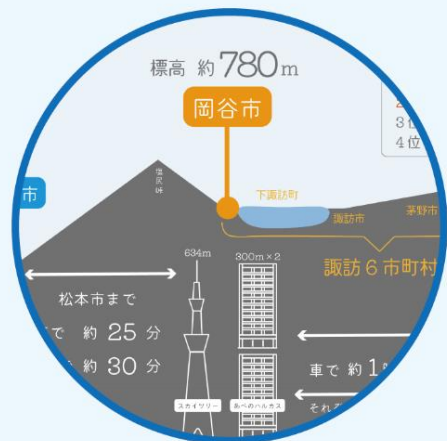
それぞれ電車で

東京：約2時間

名古屋：約2時間半

大阪：約3時間半

気候で見る岡谷市



標高が高い



気温が低くなる傾向



海から遠い



山に囲まれる



湿度が低くなる傾向



比較的涼しく、からっと不快感の少ない夏。特に朝夕は涼しくなり、熱帯夜になることはほとんどない。エアコンの無い家庭も多い。



気温は低くなる一方、降雪は少ない。とは言えスタッドレスタイヤは必須。

夏の快適さは本当に最高！
冬は寒いけどピンと澄んだ空気が
とっても気持ち良い！



街がぎゅっと

車無しでも!?

中心にまとまっている

- 湖と山に挟まれた小さな平野部に形成されたコンパクトな街。
- 中心部には街の機能が集約されています。
- 中心部からは市内のほとんどの場所に車で10分、徒歩で1時間以内で行けます！



図書館



市役所



カノラホール



市民病院



レイクウォーク

長野県 岡谷市



神奈川県から移住



30代 女性

街なかで生活が完結できる便利さがあります！



埼玉県から移住



20代 男性

普段の生活には車はいらないかも…？

同縮尺で見た岡谷市と東名阪の中心部との比較



= 使用地図：google map

岡谷市は表示領域に
約9割の市民が居住。

※領域外行政区

小坂区・新倉区・鮎沢区・駒沢区



移住者も多くが
この範囲に居住



スーパーや病院なども
多くがこの範囲に

地方都市としては
珍しいほど
コンパクトな街



埼玉県から移住



毎日変わる諏訪湖の
景色に癒されていま
す。

40代 女性



埼玉県から移住



自分がこんなに自然
が好きだったと初め
て気づきました！

20代 男性



神奈川県から移住



家を出ると山が見え
る生活です。

30代 女性



愛知県から移住



朝の諏訪湖はもやが
かかってとてもきれ
いです！

20代 女性

諏訪湖と八ヶ岳

を望む日常

自然が身近にある
岡谷市

安心な子育て環境



自然豊かな公園

埼玉県から移住



20代 男性

地域の子ども達が元気に挨拶してくれて、のどかさを感じます

愛知県から移住



30代 女性

地域の子育てサークルに毎月行っています。

東京都から移住



30代 女性

「こどものくに」の親子イベントにはよく行きます！

- ・待機児童数 **0** 人
- ・各種補助金
- ・相談しやすい環境



子育て応援施設「こどものくに」

移住支援

各支援事業には要件があります。
詳細はブースにてご説明します。

市の独自の支援事業



『岡谷市に移住して賃貸住宅に住みたい』

→若者おかや暮らし応援事業

29歳以下の対象者の賃貸住宅の家賃を
最大 **36万円** 分補助いたします。



『岡谷市での暮らしを体験してみたい』

→移住体験住宅

岡谷市での生活を体験していただくための
移住体験住宅 を用意しております。

※39歳以下の方には半額となる補助もあります。



『岡谷市に移住して物件を購入したい』

→若者移住者住まいの支援事業

39歳以下の対象者の住宅の取得費を
最大 **100万円** 分補助いたします。



『実際に岡谷市に行ってみたい』

→おかやの魅力体験事業

移住の準備等で岡谷市を訪れる際の

交通費・宿泊費 の半額を補助いたします。

県と協働の支援事業



『転職して岡谷市に移住したい』

→岡谷市就業・創業移住支援事業

東京圏・愛知県・大阪府 から

岡谷市に移住し、長野県内で就業・創業された方に

移住支援金 (60万円～) を支給いたします。

【市役所3階に「移住相談窓口」を開設】



岡谷市地域創生推進課

☎0266-23-4811 ✉sousei@city.okaya.lg.jp

岡谷市移住ホームページ



【信州暮らしパートナーも相談に応じます】



Ajisawa Kazutaka
味澤 和孝

東京都 → 岡谷市

#住まい・職場紹介

◎プロフィール

現在の住まい...岡谷市
移居前都道府県...東京都
相談可能地域...岡谷市～諏訪地域（下諏訪町・諏訪市・茅野市）
相談分野...住居紹介、住宅改修全般、テレワーク場所提供、職場紹介、移住に関する人間関係不安解消

◎連絡先

連絡先（電話）...090-3135-7865

※おかけ間違いのないようご注意ください。また、深夜・早朝のご連絡はご遠慮ください。

連絡先（メール）...a.tkodesign@gmail.com

◎先輩移住者からひとこと

岡谷市及び諏訪地域は、諏訪湖と四季を彩る山々に囲まれ自然を感じながら安心して快適に生活ができる場所です。新たな暮らしの場としてぜひご検討ください！

岡谷市 今日の担当者



やわた

長野県岡谷市出身の岡谷人。
山登りや畑（農作業）、狩猟などの
長野ならではの趣味を大満喫中。
趣味のお話や、生粋の岡谷人だからこそ
のディープな話をします！



みやじま

福島県いわき市出身
石川県金沢市、埼玉県春日部市などを
経て、2023年8月に岡谷市に移住。
趣味はドライブ・ツーリングで色々な街
に行くこと。移住者目線で見た岡谷につ
いてや、岡谷に移住した理由を話します！