

佐世保移住のススメ 2019

# 佐世保時間

ちよどい暮らし

みんな  
ハマってる

佐世保の沼は  
深いですよ





TAWARAGAURA

P08... 俵ヶ浦の新しい住人はユーチューバー!?



MEN'S

#俺たちの暮らし

P16... 俺たちのシゴト×推しメン  
P18... 男たちの移住者座談会



Special



P09... 三木孝浩監督の  
佐世保時間



#SLOWな暮らし

P06... ローカルな暮らしを未来へつなぐ 俵ヶ浦半島  
P10... させば暮らしマップ



P14... ジャズの沼

# 暮らし ちょうどいい

港まち佐世保で見つけた、  
ちょうどいい  な暮らし。

私たちは毎日、自分のサイズにあった衣服や靴を身に付けて、生活しています。

袖の長さ、裾の長さ、着たとき、履いたときのフィット感。

自分のからだに「ちょうどいい」ものを選んで、身に付ける。

では、暮らしはどうでしょう。自然が好きだけど、便利な暮らしは捨てられない。

田舎暮らしはしたいけど、刺激のない生活はイヤと「ちょうどいい」を諦めていませんか。

佐世保なら、その両方が叶えられるかもしれません。

小さなまちの中に、日本の原風景を思わせる自然があり、人がわんさと集まる市街地もある。

田舎をことん愛し、都会を諦めない、そんな「ちょうどいい」暮らしがここにはあります。

衣服の色やデザインを選ぶように、自分のサイズが見つかれば、暮らし方だって自由自在。

派手に、お洒落に、泥臭く。

あなたにフィットする暮らし、佐世保で見つけてみませんか。

#ディープな暮らし

佐世保沼にハマった人々

#移住者が語るリアルな暮らし



P15... 鎮守府の沼



P12...  
遺跡発掘の沼



P13... 釣りの沼



REAL

P20... We are 佐世保移住研究部



P12...  
YOSAKOI  
の沼



P22...  
西九州させば  
移住サポートプラザ



P04... 港まち暮らし





## にぎやかな軍港の街



### 4 子どもの頃から英語シャワーが浴びられる

佐世保市では国際色豊かな風土を生き、英語教育に力を入れています。外国人との交流イベントも多数開催されており、子どもでも自然と英語に親しめます。

外国人バーはUSAムード!



オープンベース  
(独立記念日基地開放イベント)



### 5 バリエティ豊かな多国籍グルメが味わえる

Delicious!

家族で市内のレストランによく食事に行きます。タイ料理や中華・メキシコ料理など、佐世保はいろんな国の料理が楽しめてうれしいわ!



佐世保暮らしは丸8年  
ラグランドさんご家族

協力:本格タイレストラン ニーラーカマル



自衛隊カレーが  
飲食店で味わえる!



### 6 軍港ゆかりのグルメやイベントが楽しめる

自衛隊監修の特製カレーが市内飲食店で味わえる「させば自衛隊グルメ」や、ゲーム「艦隊これくしょん」とのコラボイベントなど、軍港の街ならではの楽しみもあります。



艦これイベントの  
開催地!

## 人々が行き交う港

### 7 フェリーで世界遺産の島に遊びに行ける

九十九島の一つ「黒島」の集落は、「長崎と天草地方の潜伏キリシタン関連遺産」として2018年に世界文化遺産に登録されました。



Cruise ship

### 大型クルーズ船の寄港でにぎわう港

国際旅客船の拠点港として世界に開かれた佐世保港。2018年から16万トン級の大型船も寄港するようになりました。

クルーズ船が入港している時はいつもの散歩コースがにぎやかに!



うまい島めし



黒島の集落

黒島天主堂

新みなとターミナル

ちょうどいい刺激の

# 港まち暮らし



佐世保朝市(せり市)&朝市食堂



### 1 新鮮な魚介が毎日のように食べられる

西日本最大級の規模を誇る佐世保の魚市場には、近海をはじめ五島列島や平戸沖で水揚げされた魚が毎朝集められます。朝市には水揚げされたばかりの鮮魚がズラリ!



日本有数の生産量  
小佐々のいりこ



### 2 スーパーで料亭並みのうまい刺身が買える

スーパーの鮮魚コーナーも取れたての旬魚がいっぱい! 刺身や切り身にしてあるのもうれしいポイントです。主人と毎日お魚料理を楽しんでいます。



鮮度抜群で  
リーズナブル!



魚の種類も豊富でうれしい!

協力:エレナ

東京から1ターン移住した  
富永さん

## 港まちの日常

民家の隙間から  
日本遺産のクレーン!



造船所のクレーンが立ち並ぶ風景  
港に林立する巨大なクレーン群は、造船のまち佐世保のシンボル。

### 3 家のそばから美しい港の夜景が望める

佐世保は海と山が近接した独特な地形で、港を囲むように斜面にずらりと家が並んでいます。住宅街から港の絶景が望めるのは坂の街ならではのかも!?

街のあちこちが  
夜景スポット!



赤崎第二公園からの眺め



市街地から車で約20分の田舎まち

# ローカルな暮らしを未来へつなぐ 俵ヶ浦半島



マザーズ たわらんだ

直売所には  
リピーターも  
多かたよ。

須賀崎さん 佐野さん



地元の伝統料理・押し寿司や俵ヶ浦のジャガイモ&ひじきで作るコロッケが人気。



## 半島の魅力発信で つながるローカルの輪。

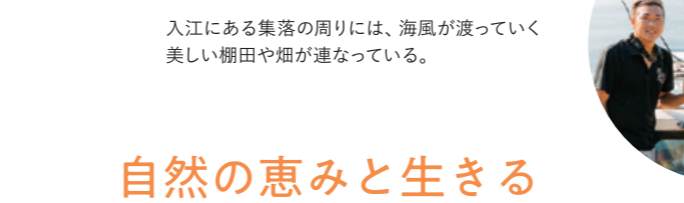
自然や食べものばかりでなく、地域を大切に思う人が多いことも俵ヶ浦半島の魅力。プロジェクトが始まってから、住民たちは思い思いのやり方で半島を盛り上げています。食の力で半島をPRしているのは、農家の女性グループ、その名も「マザーズたわらんだ」。自分たちの畑で収穫した野菜や旦那さんが釣ってきた魚を使い、俵ヶ浦の郷土料理や漬け物、総菜を作っているママさんたちです。当初は地元の高齢者向けに作っていたところ、そのおいしさが評判となり、市内直売所に卸すと、またたく間に売り切れ必至の人気商品に。リーダーの佐野和子さんは、結婚して半島へ嫁いできたのですが、「ここはよそ者を快く受け入れてくれる雰囲気があるので、私も昔からいたかのようになじんでいます。義母に教わった俵ヶ浦の味をもっと広めていきたいです」と話し



生まれ育った土地で  
"俵ヶ浦ブランド"を  
発信していきたいです



農家兼漁師 山口昭正さん(40)



入江にある集落の周りには、海風が渡っていく美しい棚田や畑が連なっている。



## 自然の恵みと生きる 半農半漁の暮らし。

生命力あふれる濃い緑の田畑に、漁船が行き交う青い海。時折吹き抜ける海風に、思いつき深呼吸したくなる。市街地からわずか20分で到着する「俵ヶ浦半島」には、私たちがふるさとという言葉で聞いて思い浮かべる景色そのものが広がっています。そんな俵ヶ浦半島は、佐世保港と九十九島の2つの海に囲まれた、人口およそ千数百人の小さな集落。先祖代々農業や漁業を生業としてきた世帯が多く、半島には今も自然に寄り添う昔ながらの暮らしが残っています。この地で生まれ育った山口昭正さんもその一人。大学卒業後、一度は市内に就職しましたが、8年前に家業を継ぐことを決め、現在は両親とともに毎日畑に出る生活を送っています。「俵ヶ浦半島の土壌は、赤土でジャガイモなどのイモ類や果樹類がおいしく育ちます。さらに海風由来の良質なミネラル分も含まれているので、農作物の味が濃く、糖度も高いんですよ」。実際にジャガイモは半島の特産品として広く販売されているほか、山口さん一家がハウスで栽培している「ピワ」は、品質・糖度ともに一級品の高級フルーツとして百貨店の店頭にも並べられています。私たちが取材に訪れた日は、早朝から船で釣りに出ている山口さん。釣果を見せていただく、大小さまざまなイサキがケースいっ



生命あふれる濃い緑の田畑に、漁船が行き交う青い海。時折吹き抜ける海風に、思いつき深呼吸したくなる。市街地からわずか20分で到着する「俵ヶ浦半島」には、私たちがふるさとという言葉で聞いて思い浮かべる景色そのものが広がっています。

こうして半農半漁の暮らしが根付いた俵ヶ浦半島ですが、少子高齢化で少しずつ人口が減っているという厳しい現実もあります。そこで、山口さんをはじめ、半島を大切に思う住民らが立ち上がり、数年前から「俵ヶ浦半島活性化プロジェクト」がスタートしました。まずはこの場所を知ってもらうことから、「一人でも多くの人に来てもらいたい」。そんな住民たちの強い思いを原動力に、それぞれの個性が輝く「ヒトがオモテ」の俵ヶ浦半島未来計画は現在進行中です。



白浜ビーチ&九十九島

半島内には観光客が多く訪れる海水浴場やキャンプ場、九十九島を望む展望台もある。

## ヒトも地域も 俵ヶ浦のブランドに。



みんなで作った絶景ルート  
俵ヶ浦トレイル

半島の4町をあげて  
トレイルコースを整備し  
道標やマップも作りました。

山口さんは  
トレイル部のリーダー



## ヒトがオモテ「チーム俵」

俵ヶ浦半島を盛り上げていきたいとの思いから、2017年4月に発足した半島のまちづくり組織。ご当地部、トレイル部、住まい部、学校部、宣伝部と5つのプロジェクトチームを立ち上げ、地元の若手を中心に活動している。山口さんや中里さんもチームの中心メンバー。



うちのメニューは  
俵ヶ浦半島でとれたものを  
ふんだんに使っています!

リターンして店長を務める  
中里さん

水イカ&チップス



半島キッチン  
ツツテホツテ

地元の食材を「釣って、掘って」が店名の由来。野菜やひじきなど特産品の直売所も兼ねている。(佐世保市下船越町403)





# 佐世保が舞台！ 映画「坂道のアポロン」 三木孝浩監督の佐世保時間

INTERVIEW:  
THE MAN'S  
SASEBO TIME



DVD好評  
発売中!



## 映画「坂道のアポロン」

原作は佐世保出身の漫画家・小玉ユキさんの大人気コミック。佐世保に引っ越してきた高校生の友情、恋、ジャズとの出会いを描いた青春ドラマ。

出演：知念侑李、中川大志、小松菜奈 他



**Q** 佐世保でお気に入りのロケーションは？  
**A** 坂道を印象的に撮りたいと思っていたので、通学のシーンで登場する「峰坂」は、60年代の空気感も残っていて、ひと目で気に入りました。また原作にも登場する「黒島天主堂」は、以前別の映画のロケハンで訪れたことがあり、いつかここで撮りたいと思っていた場所だったので、夢が叶ったようで感慨深かったです。

## 監督が愛した佐世保メシ

### クールソフト ▶

佐世保のご当地乳酸菌飲料。これを飲むと、「佐世保に来た！」という気がします。



### ◀ 玉屋のサンドイッチ

撮影中に最もハマった差し入れ。甘いマヨネーズがクセになるおいしさです。



## 三木 孝浩

1974年8月29日生まれ。徳島県出身。映画監督。早稲田大学第一文学部卒。2010年、映画「ソラニン」で長編監督デビュー。代表作は「陽だまりの彼女」「アオハライド」「くちびるに歌を」「フォルトゥナの瞳」など。最新作「思い、思われ、ふり、ふられ」が2020年公開待機中。

# 俵ヶ浦の新しい住人は ユーチューバー!?

これから移住する人  
俵ヶ浦での生活を  
ネット動画で発信したい

東京から俵ヶ浦へ移住する  
**五島 大督さん**  
(37)

移住の先輩

ここからできる  
楽しみをカタチに

地域おこし協力隊  
**久米川 泰伸さん**  
(45)

動画で情報発信？  
興味ある！

農家兼漁師  
**山口 昭正さん**  
(40)

俵ヶ浦の師匠  
五島さんの  
漁業と農業の師匠

# 俵ヶ浦半島で始まる 新しい発信のカタチ

とりあえず  
楽しんでみらんね



**山口** 五島さんは東京にお住まいなんですよ？どうして俵ヶ浦に引っ越そうと？  
**五島** 生まれ育ったのは福岡なんですけど、東京で12年間、番組制作の仕事をやってきました。漠然と自然に密着した暮らしに憧れを持っていました。ただ全部捨てて…という勇気が出なくて。そんなとき大学時代に仲の良かった佐世保の友人から、俵ヶ浦のことを聞いたんです。「佐世保にDASH村みたいなことができる場所があるよ」と。

**山口** 俵ヶ浦がDASH村に!? (笑)  
**五島** テレビではないですけど、インターネットの動画で発信できたらと思っています。以前、仕事で地方の農家を取材することがあったんですが、東京の人間からすると「こんなに新鮮でおいしいものない!!」って感動するレベルなのに、彼らは自給自足が当たり前でそのすごさに全然気付いていない。そういう地方の魅力も、自分の目線で伝えたいんです。  
**久米川** 自然に憧れてここに来たのは僕も同じです。僕の場合は京都でゲストハウスをやっているんで、海の近くにもう一つできたらと。地域おこし協力隊としても、釣りの体験事業が実現できたらと思っています。

**山口** と言いつつ、この人まだ自分で釣り糸も付けられないんですよ(笑) そういえば、YouTubeでは釣り関連の動画が人気ですよ。僕もチャンネル登録して見えていますよ。  
**五島** まさに僕はそういう動画を見て、釣りを始めた口です。でも関東では全然釣れなくて、丸一日やってボウズだったことも(笑)  
**山口** この辺りで丸一日釣っていたらとんでもないことになりそうです。夏はヤリイカがシーズンですが、僕は商売でもあるので、それだけ狙って半日で20杯とか。  
**五島** マジですか!? パラダイスですね。  
**山口** 小さい頃から海に出ているので、潮の流れで魚が集まる場所が分かるんですよ。  
**久米川** (僕もそうですけど) そういう地元の人にしか分からないことを教わりながら、うまくこの土地の魅力を発信できたいですよ。ね。地元の人を巻き込むというか。  
**五島** そうですね。まずは僕の目線でここでの暮らしを伝えることから始めて、さらに地元の方たちに助けてもらいながら、少しずつ楽しめることが増えていく。そんな一つのモデルが動画で見せられたらと思っています。どうぞ、よろしくお願いします!!



やすのぶ  
**久米川 泰伸さん** (京都府出身)

2018年7月に俵ヶ浦半島の「地域おこし協力隊」として佐世保市に移住。故郷の京都でゲストハウスを経営している経験を生かし、半島の空き家活用やイベント支援などを行っている。



だいすけ  
**五島 大督さん** (福岡県出身)

福岡の大学を卒業後、東京でテレビ番組制作会社に就職。NHKの番組などのディレクターを務めている。映像制作のスキルを生かし、俵ヶ浦半島でインターネット動画の配信を計画。

## 「来る者拒まず」な空気感 人の温かさが佐世保の魅力

**Q** 初めて佐世保を訪れたときの印象は？

**A** 市街地はアメリカのカリチャーが根付いていて、基地のまち独特の面白さを感じました。最も印象的だったのは「九十九島」ですね。ロケハンするとき観光課の方に案内されて展望台から見たのですが、もう圧巻の美しさでした。また、観光課の方々の地元愛の強さも強烈な印象として残っています。あの熱いパッションで、随分モチベーションが上がりました(笑)

**Q** 監督から見た佐世保の魅力とは？

**A** 佐世保は九州各地から人が集まってきたという歴史的背景があるせいか、地元の人たちに「来る者拒まず」という、よそ者にウエルカムな空気感があり、すごく居心地が良かったです。実際にキャストにも評判が良く「第二の故郷」なんて声も聞かれたほどでした。そういう人の温かさが佐世保の魅力かなと思います。



## WEB CONTENTS

中川大志さん・三木監督が巡る！ロケ地佐世保特集ページ

制作：(公財)佐世保観光コンベンション協会

千太郎役の中川大志さんと思いのロケ地や、老舗のジャズバー、九十九島の無人島などを訪れた2018年夏の記録。





# させぼ暮らしマップ

佐世保市街地から  
**30分(車)**で移動できる距離  
一般道路を使った場合の距離の目安です。

## いろいろな人の暮らしのカタチに「ちょうどいい」まち、あります。

ひとくちに「田舎暮らし」と言っても、さまざまな形があります。海が見える場所に住みたい、山でのんびり暮らしたい、本格的に自給自足を目指したい人もいれば、会社勤めをしながら週末に自然を満喫したい人も。もちろん地方都市ならではののんびりとした街中の暮らしもまた都会とは違う田舎暮らしのスタイルです。そんな多様なニーズに応えることができる佐世保。あなたにフィットする「ちょうどいいまち」がきっと見つかります。

### 数字で見る佐世保の暮らし

佐世保市の人口

約**25**万人

長崎県内で2番目に人口が多い市です。

子どもが遊べる公園の数

約**420**カ所

そのうち約340カ所の公園に遊具があり、子どもを対象とする公園は多く整備されています。

市立小・中学校、義務教育学校の数

**70**校

佐世保市立の小学校、中学校、義務教育学校では完全給食を実施しています。

保育所の待機児童数

**0**人

平成17年度以降、保育所待機児童数0人を維持しています。

鉄道駅の数

JR **7** 駅    MR松浦鉄道 **22** 駅

ローカル線・松浦鉄道は佐賀県有田駅から、たびら平戸駅(日本最西端の駅)などを経て終点の佐世保駅まで、北松浦半島をぐるっと結んでいます。

海水浴場

**6**カ所

キャンプ場

**7**カ所

佐世保バーガーの店舗数

**30**店舗以上

店ごとに趣向を凝らしたハンバーガーが市民の味として定着しています。

産地直売所・道の駅の数

**25**カ所以上

それぞれの地域で特徴ある農産物や加工品など、新鮮で安全・安心な商品を販売しています。

市内の医療機関の施設数

病院・診療所 **約200**    歯科診療所 **約130**

それぞれの特長を生かしながら役割を分担する地域完結型の医療体制が整備されています。

※ 平成31年4月1日時点の情報です。









のどかな村だった佐世保は  
日本海軍によって  
急激な発展を遂げました

近代化遺産のガイドを  
きっかけに  
佐世保鎮守府愛に  
目覚めてしまった人



鎮守府の沼

佐世保ガイドネットワーク  
近藤 健一さん(72歳)



東北男児が語る  
佐世保の近代化ストーリー

佐世保鎮守府が設置されて130年。まちの姿は大きく様変わりしましたが、市内には今も海軍ゆかりの近代化遺産が数多く残っています。

「佐世保の近代化遺産は現役で使用されているものが多いので、ほぼ建設当時のままで状態がいいんですよ。」

そう話すのは海上自衛隊OBで、鎮守府関連のツアーガイドを務める近藤健一さん。ガイド歴8年、現在は佐世保の歴史を伝える「語り部」として活躍されていますが、生まれはなんと東北、岩手県盛岡市の出身です。

「最初の勤務地が佐世保で、その時から人も街も明るくて住みやすいと感じていました。そろそろ定年をと考えていた矢先、再び佐世保勤務になったので二つ返事で戻ってきました。」

その後、佐世保で定年を迎えた近藤さんに、海自OB仲間から「海軍ツアーのガイドをやってみないか」と声が掛かります。自身でも根っからの凝り性だという近藤さん。事前に知識を深めようと、図書館で鎮守府に関する資料を探し始めたのですが、これが沼の入り口でした。海軍施設や建造物に関する資料を一つ一つ紐解いていくと

「面白い!!」の連続。資料から垣間見える日本海軍の熱い思いやドラマに魅せられ、歴史探求にすっかりハマってしまいました。

「日本海軍が心血を注いでつくった軍港や施設がここにあったということをもっと市民の方にも知ってほしい。」

近藤さんは現在も、当時軍事機密として公開されていなかった建設時の資料を集めたり、実際に海軍施設で働いていた方に話を聞いたりと熱心に情報収集を続けています。

体調面もありガイド職は引き継ぎを考えているそうですが、調べることは趣味として続けていくとのこと。沼はまだまだ深まりそうです。

この建物の建設費は  
現在のお金で11億円!



引き出しが  
スゴイ!

公文書館の  
サイトで  
調べますよ



ファイルにびっしりとまとめられた佐世保鎮守府関連資料



近藤さんが担当する

海軍さんの  
散歩道  
ガイドツアー

護衛艦の  
カレーが大好き!



道の駅させぼくす99  
(佐世保市愛宕町11)

やっぱり  
うまい!



普段は入ることができない  
防空指揮所(地下壕)にも案内



鎮守府や自衛隊の歴史を学べる  
海上自衛隊佐世保史料館



当時の出来事や歴史の背景を交えながら  
ゆかりのスポットを案内



佐世保のジャズが  
好き過ぎて  
オリジナルビールを  
つくってしまった人

第二の故郷佐世保で  
JAZZを聴きながら飲みたい  
ビールをつくっちゃった!



東京都在住  
森本 夏実さん(38歳)  
(左から3人目)

ジャズの沼

今は「ただいま」と言える  
佐世保の夜の街

「佐世保スイングエール」という、幻のビールがあります。色も味もまるでウイスキーのようなそのビールは、2015年に一人旅で佐世保を訪れた女性が扉を開けた、老舗ジャズバー「いーぜる」での出会いから生まれました。

森本さんは生まれも育ちも東京で、もともと佐世保には知り合いすらいなかったとのこと。そんな彼女にとって今佐世保は、年に数回「ただいま」とお酒を飲み帰るかけがえのない場所なのだそう。

「旅が大好きでいろいろな所に行っています。佐世保もその行き先の一つでした。4年前に訪れたとき、初日の夜に『いーぜる』で佐世保のジャズライブを体感し、以来何度も足を運ぶ場所になりました」と森本さん。演奏者との近過ぎる距離感、生で流れる聴き慣れたメロディー、スイングする心地良さとみんなで楽しむお酒のおいしさ。まさに佐世保ジャズ、佐世保の夜の正統派の楽しみ方を、しょっぱなに実践してしまっただけです。さすが旅慣れています。

そんな森本さん、2018年に知人からの勧めがあり、サッポロビールが運営する「HOPPING GARAGE」という自分がつくりたい理想のビールをつくるプロジェクトに応募。見事に採用され、新しいビールをつくることになりました。

「思い描いていたのは、佐世保でジャズを聴きながら、リズムに身を任せつつ飲む風景。ジャズバーに並ぶウイス

この距離感が  
イイ!

いーぜるのLIVE  
佐世保JAZZの聖地  
とも言われる老舗ラ  
イブハウス。  
(佐世保市下京町3-1  
ラテスビル2F)



東京と佐世保を  
ライブ中継



サッポロビールの開発スタッフ  
やプロジェクトメンバーと共に  
ビールの完成を祝う森本さん

いつか佐世保で  
飲めたら  
いいな



森本さんがつくった  
佐世保  
スイングエール  
お披露目会  
2019.1



メの定番は  
ちゃんぽん!



お栄さんのちゃんぽん  
野菜たっぷり深夜でもあっさり食  
べられてしまう「お栄さんのちゃん  
ぽん」は、ライブ後の必食グルメ。  
(佐世保市三浦町2-1)



# 俺たちのシゴト



# 推しメン。

佐世保で見つけたお気に入り



炊きたては最高に美味しいです

## 鯛の釜めし

### 釜めし よど川

佐世保市京坪町 4-6  
TEL.0956-59-5639

南さんおすすめ！

僕がロゴをデザインしました



## グラフィックデザイナー

### 南 新太郎さん

(47歳・design373)

佐世保市出身。東京学芸大学卒業後、東京のデザイン会社へ就職。6年前Uターンを機に独立し、フリーのデザイナーとして佐世保を中心に活動している。



7年前に東京から移住したご夫婦が営まれている釜めし専門店、実は僕がロゴをデザインしたお店でもあります。おすすめは、長崎県産の真鯛を使った「鯛の釜めし」。あらかじめ表面を炙ってあるので、濃厚な鯛のうま味が存分に味わえます。炊きあがりまでの時間は、日本酒と一品料理をつまみながら待つのが僕のスタイル。この釜めしは日本酒ともすごく相性がいんですよ。10〜3月の期間限定で登場する「九十九島かき」の釜めしも絶品！おこげまでしっかり味わって欲しい冬のお楽しみですよ。

## 新鮮な海の幸を贅沢に炊き上げた極上の釜めし



働く男子の空腹を満たしてくれます

上原さんおすすめ！

## ミサモンスター ミサロッソ

佐世保市万徳町 2-15 / TEL.0956-24-6737

## させぼパール・シー株式会社勤務

### 上原 健太郎さん

(27歳・会社員)

鹿児島県薩摩川内市出身。長崎県立大学進学を機に佐世保へ。卒業後は九十九島パールシーリゾートに就職。現在、小型船・ヨットの船長を担当している。



## バーガー王国で見つけたうまさ&ボリュームの二重奏

佐世保は手作りのハンバーガー店が多く、地元の人には「MY推しバーガー」があります。僕のイチ推しはこの2層のボリュームがたまらない「ミサモンスター」。職場の上司に「一度食べてみる」と挑戦状のように勧められて以来、まんまとハマってよく食べに来ています。お店で焼いているというふかふかのパンズやジュシーなパティも最高なのですが、味の決め手はなんと、すべての特製サルサソース。少しピリ辛で、すべての食材に見事マッチしてるといいます。県外の友達には必ず「一度食べてみる」と勧めています(笑)

←男たちの座談会に続く

## 靴職人 金崎 智之さん

(33歳・金崎靴修理屋)

福岡県福岡市出身。専門学校卒業後、東京、イタリアでの靴職人の修業を積み、4年前に佐世保で靴修理店を開業。現在、妻と娘(2歳)の3人家族。



四ヶ町アーケード街にあり自分の店からも近いので、お客さんと食事をするのによく利用している和食処です。ランチ限定の「かつき膳」は、旬の野菜や新鮮な魚介がたっぷり味わえていつも大満足。和食一筋27年というご主人の創作和食は、初めての方も必ず喜んでいただけます。魚は奥様の実家でもある隣の鮮魚店から仕入れておられるそうで、その味と鮮度は折り紙付き。日本酒と和のつまみをしっかりと楽しむ夜の雰囲気も素敵ですよ。ただし人気過ぎてなかなか予約が取れない…。本当は教えたくなかったなあ(笑)

## 佐世保の四季を味わう美しく繊細な創作和食

金崎さんおすすめ！

## かつき膳

### 和の食 かつき

佐世保市本島町 3-9  
TEL.0956-59-8814



ここで午後からも仕事頑張ってます

## 電気機械製造エンジニア

### 古川 幹洋さん

(32歳・古川企画)

佐世保市出身。佐世保高専を卒業後、京都の大学・大学院へ進学し就職。その後東京で起業し、2年前からは佐世保で電気機械器具の研究開発を行っている。



古川さんおすすめ！

緑に囲まれた世知原の温泉「山暖簾」が大好きでよく入りに行くのですが、湯上がりにここで食事をするのも楽しみの一つです。鮮度抜群の刺身や地元の野菜を使った天ぷらが定食スタイルでいただけ、しかもリーズナブル。県外の友人と来たときにもよく利用しています。おすすめは日替り9種のネタが楽しめる「寿司膳」。魚は市北部の漁師町・小佐々町から毎朝仕入れておられるとあって、刺身を食べ慣れている地元民も納得のうまさ。雄大な山林の景色が望めるのもこのレストランの醍醐味です。

## 自然豊かな温泉宿で山海の恵を楽しむ和定食

## 寿司膳

### 天空の宿 山暖簾

レストラン 国見  
佐世保市世知原町上野原 316  
TEL.0956-76-2900



温泉と美味しい寿司で疲れをリフレッシュ





居酒屋に  
この4人が集結!

スタート

佐世保に移住した理由

南：まずはターンの2人に聞いてみた。上原くんは大学で佐世保に来たんだよね。ズバリなぜ佐世保に残ったの？

上原：学生時代から今の職場（丸十九島パールシーリゾート）でアルバイトをしていて、そのまま就職したという感じです。もともと船が好きだったので、仕事で船に乗れたら最高だな。自然豊かな環境に引かれたというのも大きいです。

南：船の免許も取ったんだ！

上原：小型船舶免許ですが。一同：いいなあ、男の憧れ!!

金崎：僕は母の故郷が佐世保で、30歳になって独立を考えていたときに、祖父母が「佐世保には靴の修理屋がない」と言っていたのを思い出して、一度来てまちを歩



いてみて「こたー」と思いました。確かに同業者も少なかったし、実は都会が苦手なので、商売をやっていく上で、ちよーどいい街の大きさだな。

上原：確かに佐世保って田舎でも都会でもない、ちよーど良さがありますよね。僕の故郷はもつと田舎で、自然はいっぱいあるけど不便なことも多い。その点、佐世保は自然と街が隣り合っていて住みやすいです。

南：古川さんは佐世保に戻ってきた理由って何ですか？

古川：僕は東京で5年ほどフリーで開発の仕事をしていたんですが、だんだん家から出なくなってきたんです。電車でおフィスに行かなくてもスカイプで会議に参加できるし、部品も秋葉原に買いに行くよりネットで注文した方が早い。だったら佐世保でもできるんじゃないかと思つたのがきっかけです。

南：今はネット環境さえあれば、どこでも仕事ができるからね。僕は佐世保に戻ってきてフリーになったんだけど、収入が減るのは覚悟したな。

やっぱり海が好き

古川：海が近くにあるっていいですよ。京都にいたとき友達に「海に行こう」と誘われたことがあって。到着は10時なのに朝4時出発って言われてマジか!!と驚きました。佐世保では海がそこそこにある感覚だったけど、実はすごいことだったんだと実感しましたね。

南：東京で仲間と海に行くと「南さんは見慣れてるでしょう」なんて言われたんだけど、だだっ広い太平洋の水平線を見ても、なんか違うんですよね。佐世保は海岸線が入り組んでいるから、意外と何もない水平線って見ないでしょう。あの海を見ても釣りたいとは思わなかったな。岩場で狙うような釣りに慣れているから。

上原：都会の方から来るお客さんは、みなさん「丸十九島は海の色が違う」とおっしゃいますよ。僕たちは見慣れてしまつて気づかないけれど、海の青さや美しさに感動される方がすごく多いです。

南：僕は白浜海水浴場みたいな白い砂浜が当たり前だと思つて育つたから、湘南辺りの灰色の砂は気分が上がりませんよ。

金崎：近いけど、福岡の海の色とも違う気がしますね。僕も釣り好きですけど、始めたのは佐世保に来てからです。こつちで知り合った方に誘われたのがきっかけで、もうハマリ。おかげで、家で魚を食べる機会も増えました。

移住者 男たちの  
座談会

させば移住者トーク

転勤ではなく佐世保を選んで移住した4人の男たち！  
ビール片手にイカの活き造りを味わいながら  
ざっくばらんに語っていただきました。

佐世保で  
仕事？  
むしろ有利！



佐世保から  
発信したい  
ですね

上原：僕も佐世保に来て魚をよく食べるようになりました。こつちに来てまず「魚うめえ!!」って感動しましたもんね。鹿児島とは魚種も違うし、佐世保は青魚が絶品ですよ。

古川：海が近くにあるっていいですよ。京都にいたとき友達に「海に行こう」と誘われたことがあって。到着は10時なのに朝4時出発って言われてマジか!!と驚きました。佐世保では海がそこそこにある感覚だったけど、実はすごいことだったんだと実感しましたね。

南：デザインとかクリエイティブな仕事で、今は都会に集まっていけるけれど、これから僕みたいに地方に戻る人間が増えると思うんです。最近はおしゃれな地方土産や特産品も増えてきているし、ニーズは確実にある。先日、九州の某食品会社の社長の話を聞いたんだけど、彼らは2時間で移動できる範囲、つまりコンパスの円のよう

佐世保と仕事について

に市場を考えているんです。佐世保を中心に考えると、確実に中国や台湾も入ってくる。東京よりもしろ有利なんじゃないかと思えますね。

古川：確かに中国から大量に部品を取り寄せるような場合は、九州の方が早いです。それに新しいものを発信するという点では、ジャパンネットたかたが佐世保にあることが一つのキーポイントだと思います。メーカーの商品を日本中に送る拠点が佐世保にあり続けるというのは、メーカーの工場がアジアに多いとか、合理性があるからですよ。

金崎：僕のような客商売は、佐世保の方々の人情に支えられている部分もあるし、そういう点でもフリーで仕事をするには悪くない環境だと思います。

古川：ざつくりした言い方ですが、僕たち技術者は佐世保をアメリカのシリコンバレーみたいな感じにしていきたいと思つているんです。海と山がある自然豊かな環境も似ているし、きつと都心よりアイデアも生まれやすいんじゃないかな。南：そうそう!!もうすぐ佐世保の時代が来るぞー!

from 福岡



33歳

靴職人  
金崎 智之さん  
(金崎靴修理屋)

from 東京



47歳

グラフィックデザイナー  
南 新太郎さん  
(design373)

from 神奈川



32歳

電気機械製造エンジニア  
古川 幹洋さん  
(古川企画)

from 鹿児島



27歳

会社員 [小型船舶長]  
上原 健太郎さん  
(させばパール・シー株式会社)





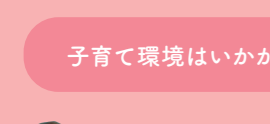
佐世保  
3年目

知りたかった子育て世代目線の佐世保移住

# 移住者ママ×高校生 インタビュー

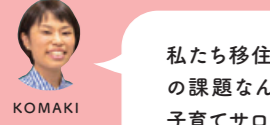


お話ししてくれた方  
**鬼山 小巻 さん (31歳)**  
理学療法士・ピラティス講師  
福岡県からご主人の転勤で佐世保へ  
2児の母(3歳・0歳8ヵ月)



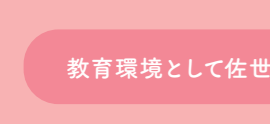
子育て環境はいかがですか？

KONISHI



KOMAKI

私たち移住者にとって“ママ友づくり”は一つの課題なんです。佐世保はママが集まる子育てサロンが街なかにあたり、産後ママを支援してくれるNPO団体が根付いていたり環境は充実していると思います。しかもそういう場所に行くと、周囲の方々が気を配って声を掛けてくれるのも佐世保らしいポイントです。



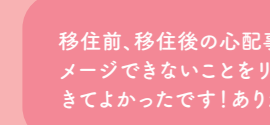
教育環境として佐世保はどうですか？

IMAZATO



KOMAKI

外国人居住者が多いので、英語教育には良い環境だと思います。近所に米軍基地にお勤めのアメリカ人の方がいらっしゃるんですが、うちの子は物おじせずにあいさつしてますよ。向こうも英語では「Hi! 」と言うんだよと教えてくれたりして(笑)。日常生活の中で自然と英語に触れるので、より実践的な使える英語が身に付きそうだなと思っています。



移住前、移住後の心配事など、僕たちにはイメージできないことをリアルに知ることができてよかったです！ありがとうございました。

IMAZATO

地元を盛り上げようとしてる高校生がいるなんてすごいね

ワタシもイジユウしたの？



## 佐世保で子育てって どうですか？

最初に…

佐世保に移住してみたいかですか？



IMAZATO

住んでみると、移住して来られた方が周りに多くて、意外と溶け込みやすかったですね。地元の方が私たち移住者に親身になって関わろうとしてくれているのも感じますし、すごく温かい街だなと思っています。できれば長く居たいです。



KOMAKI

移住前に心配だったことはありますか？



IGUCHI

佐世保に行ったら働くつもりだったので、保育園のことが心配でした。長女は第1希望ではなかったものの待機することなく入ることができました。保育園が山の麓にあり自然の中で遊ぶこともあるようで、娘も楽しそうです。こういう環境は都会の保育園にはありませんね。



KOMAKI

安心して遊ばせられる環境はありますか？



KONISHI

公園は緑が多く広々としていますし、遊具も充実しているので遊ばせやすいです。それに佐世保は公園で遊んでも、周りの方々が見守ってくれている感じがして安心です。また、わが家はキャンプが好きなので、車で行ける範囲に素敵なキャンプ場がたくさんあるのがうれしいです。



KOMAKI



移住研究チーム「Mine佐世保」の皆さん

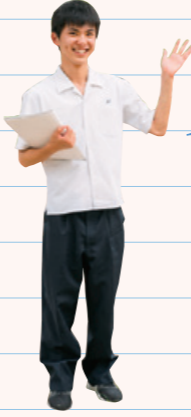
We are!

# 佐世保 移住研究部

## 高校生、「移住」を考える。

総合的な学習の時間で“ふるさと創生大作戦”と題し、地域の未来を考えることになった佐世保西高の学生たち。ここでは「移住」をテーマに、先生たちも驚きの行動力で研究を進めた5人の高校生の取り組みをご紹介します。

## → 移住について ネット調査やアンケートを実施



チームリーダー  
今里さん

きっかけは  
**佐世保の人口を増やしたい！**

市役所や県庁の方の話から、地方都市の人口減少や少子高齢化が深刻化していることを知り、観光で人を呼ぶより「移住・定住者を増やす」ことが佐世保の活性化につながると考えました。



住みたい田舎  
ランキング7位の鳥取へ

## 移住者の多いまちで 現地調査！

メンバー全員で鳥取市の移住関連団体を訪ねてフィールドワーク！

Q.移住に求める条件  
**A.環境**  
(自然・子育て・人間関係)  
**A.住みやすさ**  
(コスト・医療・交通の便)



リサーチ・分析担当  
井口さん

調査結果

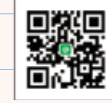
## 市民と移住者との交流が盛ん 街が住みやすいユニバーサルデザインであふれている

## チームが導き出した移住促進の方程式が完成！

実践的  
取り組みを  
スタート！

知ってもら  
情報発信

SNSによる  
魅力情報の発信



←LINE公式アカウント  
を開設！

Instagram  
@sasebo.izyu

## 住みよい街づくりのための ユニバーサルデザインを考案

移住体験を旅行ツアーにすることは難しそうですが、現地で佐世保の魅力体験できるプランを考えていきたいです。



取材メモ担当  
北村さん

## 街の魅力を調査し 体験プラン化

良さを  
感じてもら  
街の魅力化

学校の最寄り駅に設置していただくことになりました！



副リーダー  
河邊さん

小さい子から外国人の方にも分かりやすい、電車の料金表をつくりました。



デザイン担当  
小西さん

彼らの研究は、後輩へと受け継がれる予定です。



移住した後に「知らなかった」はもったいないですよ

# ここまでやっています！ 佐世保の移住サポート

NEW

Uターンの方にもうれしい

## ファミリー移住に手厚い！

移住だけでも7万円＆家賃補助10万円  
助かる新築購入・空き家改修補助も

家族で移住は経済的にもけこうな負担。そんな子育て世帯の引っ越し費用にうれしい移住助成金が7～10万円、そして家賃を上限10万円まで補助してくれる賃貸住宅補助金も。また、移住と同時にマイホームを検討している方には新築、中古住宅購入ともに30～70万円の補助制度、ご両親と実家に住む場合は実家の改修補助などもあります。



## 東京圏からの移住者に100万円の支援金！

(単身世帯は60万円)



Uターン希望者に朗報です！  
国・県と連携した新たな支援制度としてことし8月から始まった東京圏からの移住者への支援金はなんと1世帯100万円。単身世帯でも60万円が交付されます。

## 奨学金返還をサポート

最大200万円

頑張る若者を応援！

佐世保市内で頑張る若者を応援するうれしい制度がこちらです。まずは要件を満たすかお問い合わせを。職業などの個別要件により100～200万円が交付されます。



## 移住率60%のお試し住宅がある

まちのことを詳しく知るなら、とりあえず住んでみるという選択肢もご用意。市内に2軒あるお試し住宅は生活必需品がそろっていて、無料で借りることができます。ここに住んで仕事や住まいを探すとことができると大好評です。

60日間無料です

## らくらく街散歩

西九州させば移住サポートプラザには3台の電動アシスト自転車があり、移住希望者の散歩のための貸し出しを行っています。もちろん無料です！

街中はオモシロイですよ

※各種支援制度を受けるには、その他要件があります。また転入届提出前の事前申請が必要です。

支援制度はまだあります！  
移住ガイドブックでチェック



移住マネージャー  
藤川 正樹さん

さまざまな支援制度について、助成額や対象者などの詳しい情報がまとめて掲載されているのが「移住応援ガイドブック」。制度のほか、佐世保市の各地域別情報も紹介しています。遠方の方にはお送りします。



佐世保移住サポートサイト

佐世保が西九州の移住の窓口♪



西九州させば  
広域都市圏



西九州の魅力  
SNS等で  
発信中です！

西九州させば  
広域都市圏サイト



佐世保市を中心とした近隣11市町が協力し合い活性化していくためにつくられた「西九州させば広域都市圏」。移住サポートプラザ内には、これらの市町の観光や移住に関するパンフレットや物産品なども並んでいて、移住相談についても連携体制ができています。また、移住や地域に関する情報をメールで受け取ることができる「西九州させば広域都市圏サポーター」登録にも注目です。

## 西九州させば移住サポートプラザ

長崎県佐世保市新港町8-1  
(新みなとターミナル1階待合ロビー横)

相談時間：平日8時30分～17時15分  
(土曜、日曜、祝日、夕刻は要予約)  
TEL:0956-25-9251 FAX:0956-25-3311

## 移住応援 Tokyo Office

一 佐世保市東京事務所一

東京都千代田区平河町2-4-1  
(日本都市センター会館11階)  
TEL:03-5213-9060 FAX:03-5213-9063  
E-MAIL tokyo@city.sasebo.lg.jp



気軽にどうぞ



佐世保移住を考える時、最初に会っておきたい人々。

# させば暮らしの ちょうどいい入り口。



移住コーディネーター  
(広域担当)  
松丸 美奈子さん

サポートプラザ長  
森 健雄さん

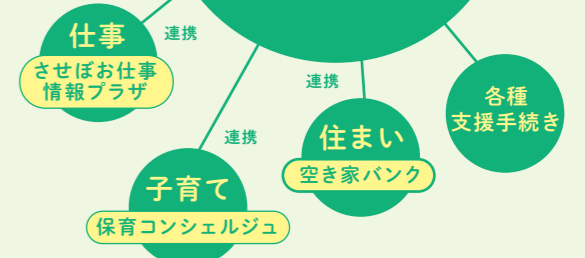
## 実際、佐世保移住ってどうなの？

### 移住者の数は県内No1、相談件数は930件/年！

「移住って何年もかけて検討される方がほとんどなんです。その間、数年後に始まる暮らしに夢を重ねて計画していきます。私たちはその夢を実現するための入口でお手伝いをするのが仕事なんですよ」これは西九州させば移住サポートプラザのスタッフが口にした印象的な言葉です。確かに「移住」は人生の大きな転機になる出来事。多少の勢いも必要ですが、新しい暮らしへのしっかりとした準備が必要です。そんな移住への第一歩、最初の相談窓口として、佐世保市では「西九州させば移住サポートプラザ」を開設しています。佐世保駅から徒歩数分の新みなとターミナル内で、5人のスタッフが移住希望の方をサポートしています。

平成30年、窓口への相談が、延べ930件ありました。そして移住希望世帯の8割は世帯主が40代以下の子育て世代とのこと。家族そろっての移住は準備が多岐にわたり、知らない土地への不安が多い世代でもあります。「こちらでは、そんな不安を解消するために関係部署との連携を密にしています。求職や創業、子育て、住まいなど、相談者が専門部署にスムーズにつながるためのお手伝いができます」とプラザ長の森さん。また、お試し住宅、市内を詳しく見てまわるのに便利な電動アシスト自転車を無料で借りられたり、さまざまな補助金や支援金制度があったりと、移住希望者にお得な気配りが盛りだくさん...。船や人が行き来する港の一角、明るいカフェのような空間で、まずは実際に話を聞いてみませんか。

## 西九州させば 移住サポート プラザ



平成30年度  
佐世保市の移住者数

231人

Uターン  
138人  
(63世帯)

Iターン  
93人  
(48世帯)



PRESENT

合計  
**30名様**  
に当たる!

# アンケート & プレゼント

「佐世保時間」を読んでアンケートにご協力いただいた方の中から、抽選で佐世保の特産品や銘菓をお届けします。はがきかEメール、または専用フォームからアンケートに答えてご応募ください。



5名様

港まちグルメを  
ご自宅で♪

## 1 長崎和牛肩ロース鉄板焼 (400g) レモンステーキレシビ付

赤身と脂身のバランスが絶妙な長崎和牛を、佐世保名物「レモンステーキ」で楽しめるセットです。  
肉の相川 ☎ 0956-58-3811



10名様

人気の干物が  
いっぱい!

## 2 お徳用干物セット

佐世保の特産品「東浜一風干し」の詰め合わせ。脂がのって食べやすく、程よい味つけで、どれも素材の味が生きています。  
※イメージと内容は異なる場合があります。  
富岡水産 ☎ 0956-31-1852



15名様

佐世保の  
銘菓を  
どうぞ!

## 3 九十九島せんべい (24枚入り)

佐世保土産の定番で、幅広い年齢層から愛される銘菓。パリッとした食感とピーナツの香ばしさは、昭和26年の開発以来変わらぬおいしさです。  
九十九島せんべい本舗 ☎ 0956-31-1147

### 応募方法

はがきまたはEメールに①～⑧を明記して、下記の宛先にお送りください。

- ① ご希望のプレゼント番号
- ② 本誌の感想 (4 択)  
1.大変良い 2.良い 3.不満 4.大変不満
- ③ 郵便番号・住所
- ④ お名前
- ⑤ 年齢
- ⑥ 性別
- ⑦ 電話番号
- ⑧ その他の感想やご意見

#### <宛先>

##### はがき

〒857-8585 住所不要  
佐世保市役所秘書課「佐世保時間」事務局

##### Eメール

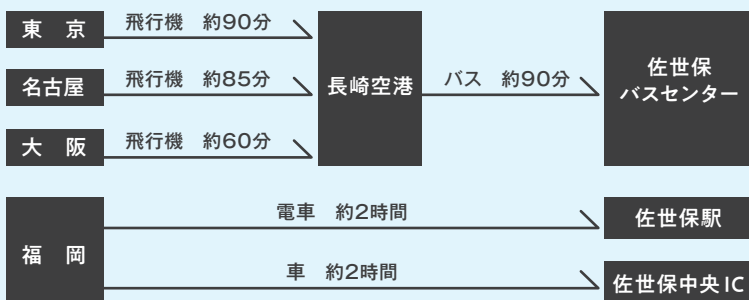
hishok@city.sasebo.lg.jp  
(件名に「佐世保時間プレゼント」と記入してください)

**締め切り** 令和2年1月31日(金) ※はがきは当日消印有効。

スマホでも  
カンタン応募!!



## Access & Map



令和元年11月1日発行

発行 佐世保市総務部秘書課広報係  
〒857-8585 長崎県佐世保市八幡町1-10  
TEL 0956-24-1111 FAX 0956-25-2184  
Eメール hishok@city.sasebo.lg.jp

制作 有限会社 エスケイ・アイ・コーポレーション  
〒857-0822 長崎県佐世保市山祇町19-13  
TEL 0956-31-5656 FAX 0956-31-3407

掲載内容は、令和元年9月現在のものです。変更される場合がありますのでご了承ください。本誌の無断複写・転載を禁じます。