山形県最上町移住定住ガイドブック

MOGAMI LIFE



うつくしい自然と水で
暮らしをはぐくむ。

MOGAMI LIFE

Instagram

やまがたごこち

もがみ暮らしネット

最上町は、山形県の北東部に位置する、
四方を山々に囲まれたちいさな町。
まるで自然に守られているような安心感があります。
草木も動物も人間も、
おなじ自然の恵みをいただきながら生きています。
カルデラが形成した町の至る所からは温泉が湧き、
町の人々同士、そして観光客と町の人々をつないできました。
でも特別なことは何もない、
日本の各所にあるであろう、ごく普通の田舎町です。

町を象徴するのは、
うつくしい水があるところにしか生息しないといわれる山鳥。
自然があって、おいしい水があって、新鮮な食材がある。
それ以上に人間に必要なものがあるでしょうか。

ずっと昔から守られてきたものがある。
その心地良さの中で暮らしていくこと。
それぞれの視点で新たに見つけていくこと。
この町で、自分らしい暮らしをつくっていきませんか。





CONTENTS

04　最上町マップ

05　最上町について

07　移住者インタビュー 1

09　最上の子育て

11　移住者インタビュー 2

13　最上ではたらく

15　最上に住む

17　最上でくらす

19　移住支援いろいろ

最上町マップ



アクセス

JR 1：東京駅―古川駅―最上駅（約 3h10min）

JR 2：東京駅―新庄駅―最上駅（約 4h10min）

車 1：東京―（東北自動車道）古川 IC―最上町（約 5h）

車 2：東京―（東北・山形自動車道）尾花沢 IC―最上町（約 5.5h）

※令和 7 年 5 月現在、陸羽東線の鳴子温泉駅⇔新庄駅間は代行バスにより運行しています。

最上町について

東北のほぼ中央に位置する最上町には歴史と文化が息づいています。慈覚大師円仁が錫杖で突いたところから沸いたとされる赤倉温泉に、弁慶が義経の子・亀若丸の産湯として発見されたといわれる瀬見温泉。松尾芭蕉が逗留した町としても有名です。また、人が住んでいるところではほとんどみられない分水嶺が堺田駅前を流れます。かつて馬産地として栄え、今も畜産業が盛ん。その堆肥を活用したアスパラガスの生産が最上町の主要作物となり循環が生まれています。また、バイオマスエネルギーの普及にいち早く取り組み、町内にはバイオマス発電所や木質ペレットの製造所があり、持続可能な社会へ向けた意識が町全体に広がっています。

人口　7,059 人（2026 年 3 月 31 日現在）

面積　330.37 ㎢

標高　213m

鉄道　JR 陸羽東線（町内 7 駅）※現在代行バスにて運行中

気温　［8月］29°/19°　［1月］1° /-5°

［教育施設］

町立あたごこども園、町立大堀保育所

町立向町小学校、町立大堀小学校

町立最上中学校

県立新庄志誠館高等学校最上校

［医療機関］

町立最上病院

永井医院

小川歯科医院

なりはら歯科医院





移住者インタビュー１



松田 唯 さん
フランス料理店トトマビ
山形県山辺町出身

「自分らしいもがみの暮らしを手づくりしていきたい」

2016 年の 4 月に地域おこし協力隊として最上町にやってきた唯さん。「東京の大学に進学したのですが、田舎で暮らしたいという思いが強く、就職先を探していたときに最上町に出会いました」。

山形出身ではあるものの、最上町には来たことがなかったそうで「自然溢れる最上町に魅力を感じましたし、道端で挨拶してくれる中学生の雰囲気も良かったです（笑）」と第一印象を教えてくれました。協力隊としては『もがみの暮らし』をテーマに、半農半 X にチャレンジ。独学で自然農法での農業を開始しながら、ハーブなどを使ったワークショップや雑貨制作などに取り組みました。自然と向き合いながらもがみの暮らしを模索していく中で、協力隊仲間だった松田清也さんに出会い、2018 年に結婚。清也さんが最上町にフランス料理店を開く夢を共に追いかけ、修行のため同年に渡仏します。

フランス、東京での修行を終え、2022 年に清也さんと共に最上町へ帰ってきた唯さん。念願のフランス料理店『トトマビ』を町内に開店させました。現在 2 人でお店を切り盛りし、フランス料理を通じて最上の食の魅力発信を行っています。「その土地の料理をその土地で食べる。そこに意味があると思っています。地域の方も外から来た方にも、発見があるような料理や時間を提供していきたいですね」。

最上町の環境については、「生まれた場所がかなりの田舎だったので、買い物に困らない最上町は私にとっては都会です（笑）。そして何より自然がある。しかも厳し目な自然なので身が引き締まります。雪解けが待ち遠しく、春の訪れが本当に嬉しい」と、大変さもプラスに変えていくたくましさを感じました。「この春、松田家の畑を受け継ぎ、農業も再開する予定で、ますますもがみの暮らしが楽しくなりそうです」と、自身の大好きな農業にも改めて挑戦していくワクワクが伝わってきました。

（2022年取材）

最上の子育て

どこもかしこも自然だらけ。自然の中の子育ては日常にあります。自然だけではなく、農業、動物、そして大人との関わりを持てる場所や機会も各所に散りばめられています。人と人との距離が近い町だから、地域の方々が我が子のように子どもたちを見つめ、見守っています。



習い事

田舎は習い事の種類が少ないような印象を持たれますが、大手学習塾や、幼児期からの英語教室、ピアノ教室、体操教室、バレエ教室、水泳教室、ボクシングクラブなど多種多様な習い事が体験できます。野球とサッカーのスポーツ少年団では大人が熱心に指導しています。特徴的なのは、なんと言ってもスキー教室で、全国大会に出場する選手も少なくありません。



子育て支援センターひまわり

あたごこども園に併設している子育て支援センター。専門知識を持つ子育て支援員が配置され、子どもを遊ばせながら子育てについての相談にも乗ってくれます。母親は他地域からの移住者であることが多く、母親同士のつながりづくりの場にもなっています。施設内にはひまわり図書室もあり、たくさんの絵本に触れることができます。季節ごとの行事や、一時預かりなどのサポートも。



公園・屋内遊具施設

町内各所には大型遊具を設置した公園があります。特徴的なのは集落の子どもたちのために民間で設置した本城公園。木製遊具やトランポリンが人気で、放課後になると子どもたちで賑わいます。また、民間が運営する交流施設 une（うね）には、低年齢から遊べる木製のおもちゃや遊具、大型トランポリンが設置され、子ども同士の交流の場にもなっています。une の中庭には自然の中で遊べる木製遊具もあります。



学童保育（向町・大堀）

放課後児童クラブ（学童保育）は町内にある向町小学校にほど近い距離に、大堀小学校は校内にあります。保護者の迎えが来るまで、宿題をしたり、遊びながら過ごすことができます。短期間での利用も出来るので、長期休暇やお仕事の都合で利用可能。大堀の学童保育では自然の中での体験を大切にしたプログラムが組まれています。

最上町の子育て支援

- ●0〜2 歳児の保育料段階的無償化
- ●家庭保育応援給付金の支給
- ●小学校入学祝金の支給
- ●高校卒業まで医療費無料
- ●出産育児応援交付金支給
- ●ブックスタート事業にて絵本贈呈
- ●最上町教育振興修学資金

子育て支援情報
もがみっこネット



今橋 知幸 さん
理砂 さん

養蚕・なめこ栽培研修中
茨城県日立市出身

「人の温かさに触れながら養蚕となめこ栽培に挑戦中です」

豪雪だった 2023年２月、何かに導かれるように最上町へ移住された今橋知幸さんと理砂さんご夫妻。「元々山形に大好きな旅館があって、月に１度くらい訪れていました。人の温かさに触れるたび、移住するなら山形県と考えていて、住む場所を探すために車を走らせていた時に『最も上の町』という名前が気になって来たのがきっかけです（笑）」と、最も上を目指していきたいという思いで訪れたことを冗談まじりに教えてくれました。

根拠はないけれど、最上町に何か惹かれるものを感じたという今橋夫妻。直感的に「きのこ栽培」を生業としていきたいという思いがあり、町内できのこに携われる受け入れ農家さんを探しますが、個人で経営していくとなると設備投資に高額な資金を要することを心配され、就農が叶いませんでした。諦めようと思っていた時に、地域の方の紹介で養蚕となめこ栽培を営んでいる下山菊夫さんに出会います。

養蚕業を営む農家は県内では２軒だけ。下山さんも後継者を探しているタイミングでした。突然の話ではありましたが「養蚕にも魅力を感じつつ、本来やってみたいと思っていたきのこ栽培も学べるならやってみようか」と、一歩を踏み出しました。

酷暑の中の桑の葉の収穫や管理は想像を絶する重労働。虫が苦手だった理砂さんは、「お蚕様を育てていく過程で我が子のように可愛くなった」と言うほど、養蚕は大変だけれど神秘的で魅力的だと話してくれました。

念願のなめこも下山さん独自のやり方を受け継ぎ、さらに二人のアイデアも取り入れながら作業の効率化や観光農園など、様々なことにチャレンジしていきたいとのことです。

「仕事は大変だけれど、以前より夫婦で過ごす時間も格段に増えましたし、近所の方も家族みたいに接してくれて、地元より地元感があります」と、地域の方の日常の中での気遣いやお裾分けの野菜の量に驚きながら、二人らしい最上町での暮らしが紡がれています。

（2024年取材）

最上ではたらく

最上町には、この町独自の時間が流れています。満員電車に揺られることもなく、夜遅くまで残業する企業も見当たりません。家族みんなで一緒に「いただきます」と「ごちそうさま」が言える。そんなあたりまえの暮らしがあります。この町だから生まれた仕事といえば畜産業や農業ですが、その食材を活かした加工・飲食業、そして世界から求められる最先端の技術を持つ会社も伸びてきています。森林・自然資源を活用した、循環型社会へ向けた取り組みも生まれ、現代に山積する課題に対してそれぞれの業種の力を発揮する新たな挑戦も始まっています。





就農

山形県や最上町では新規就農者への支援を行っています。最上町の主要作物はアスパラガスとニラ。他にもきのこ、トマト、きゅうり、にんにくなども盛んです。作物や年齢により支援制度はさまざまあるので、まずは自分に合う作物を研修制度などを活用しながら模索するのがおすすめ。本気度が伝われば、応援してくれる農家や仲間にめぐり合うことができますし、遊休農地の紹介もしてもらえるかもしれません。



起業・リモートワーク

地方移住に伴い、起業される方も増えてきました。また、転職なき移住（リモートワーク）もコロナ禍以降増加傾向にあります。仕事の場所を問わないフリーランサーや、最上町の資源を活かした起業などへの期待も高まっています。町内にある町営のレンタルオフィスや民間が運営するコワーキングスペース une（うね）を拠点にすることも可能です。大自然の中で、自分らしい働き方を見つけてみませんか？



就職

就農や起業はハードルが高いけれど、田舎には住んでみたいという方には、町内の魅力的な企業への就職もおすすめです。製造業、小売業、病院勤務、建築業、土木業など、多種多様な業種の会社が立地しています。何よりも残業が少ないのが魅力。家族の時間を大切にしながら働くことができます。ヨソモノの視点や発想も企業に求められています。

最上に住む

移住するにあたって最も重要になる住まいのこと。最上町では若者定住促進住宅はじめ、民間の賃貸物件や空き家バンクなどがございます。公開されている情報からは収集できない住宅情報もあるので諦めずに「もがさぽ」までご相談ください。



若者定住促進住宅（2 棟／計 10 室）

木質バイオマスエネルギーを活用して各部屋に熱供給（暖房・給湯）を行う町営の賃貸住宅です。年間通じて快適に過ごせるほか、居住者同士が交流できる共有ラウンジもあり、コミュニケーションが生まれる場にもなっています。

※人気の物件につき、空きがない場合もあります
※住居専用面積 59.84 ㎡（2DK）
※所得要件や年齢要件等があります



空き家バンク

いわゆる古民家のような古い住宅は少ないのですが、全国各地で課題となっている空き家は最上町にも点在しています。また、空き家バンクに掲載されていない空き家も多数存在するので、人づてに紹介してもらうのもおすすめです。現在の空き家情報や利用方法は町の HP にてご確認ください。



特定住宅（7 棟／計 10 室）

設備も整っていて補修などの心配のいらない特定住宅が、移住したばかりの時期にはおすすめです。町内 3 ヶ所に建設されていますので、仕事の面や周辺環境などを考慮して選ぶことができます。住宅の空き情報、入居の条件などについては町の HP をご確認ください。

※満室の場合があります



新築

自然豊かな最上町。ぜひお気に入りの場所に自分らしい家を建ててみてください。最上町には雪に強い住宅建築を得意とする工務店があり、長年蓄積された知識とノウハウで自由設計の住宅を建てることができます。近年は気密性の高い設計が人気で、夏は涼しく冬は暖かい家づくりが可能。最上町の薪やペレットを燃料としたストーブの設置にも助成金があり、この町ならではの住まいづくりが実現できます。

その他支援

●最上町住宅新築支援事業（新築）
●最上町住宅リフォーム支援事業（県補助事業）
●浄化槽市町村設置型推進事業（他事業との併用可）

※各事業には移住・新婚・子育て世帯などの条件がある場合があります。
※各事業の詳細は町 HP または、建設水道課へお問い合わせください。

空き家支援情報はこちら

最上でくらす

山々に囲まれた最上町。居住先にもよりますが、一番近い街へ出るのにも 30 分以上かかります。だからこそ、町内には買い物できる施設が充実しており日常の買い物には困りません。何より温泉に毎日入れたり、新鮮な野菜がすぐに手に入るのは嬉しいポイント。

病院や介護施設も充実

最上町の中心部にはウェルネスタウンという健康にまつわる施設を集めた場所があります。内科をはじめ、外科、整形外科、眼科、婦人科の先生が定期的に山形大学病院から派遣されています。健診なども当施設で行われ、さらには安価に利用できるスポーツジムがあり専属のトレーナーが個別にプログラムを組んでくれます。汗を流した後は施設内の温泉でリフレッシュできます。





カルデラの町の温泉

歴史のある赤倉温泉・瀬見温泉のほか、町内には3箇所温泉が湧いています。いずれもリーズナブルな価格帯で、毎日温泉という町民も少なくありません。赤倉温泉のお湯はあたたまりの湯といわれ、冬でも数時間は湯冷めしません。また、瀬見温泉のふかし湯も特徴的。大正ロマンを感じる歴史的な建物も現存し、昔ながらの温泉情緒を味わうことができます。



日常生活を支えるお店

最上町の中心部には昔ながらの商店街があり、新鮮なお肉やお魚を買うことができます。暮らしに必要なものは商店街やスーパー、ドラッグストアで揃うほか、農業に欠かせない資材もJAやホームセンターで購入することができます。採れたて新鮮なお野菜は各地域にある直売所で購入可能。朝どりのアスパラガスは今までの常識を覆す美味しさです。

もがみの素材たっぷりのグルメ

新鮮な素材が身近にあるので、飲食店も最上ならではの素材を活かしたメニューを豊富に揃えています。最上のグルメを求めて他地域から時間をかけて訪れてくださるお客様も。農家のお母さんたちが運営する農家レストランも人気です。各旅館が出す御膳にも最上の食材が豊富に使用されています。



豪雪地だけど除雪レベルが高い！

雪国に移住するにあたり、最も心配なのが雪の問題ですが、これまで培ってきた除雪技術で、他地域からも賞賛の声が上がるほど最上町の道は走りやすいと言われています。家の敷地の除雪も、良い方向に捉えれば全身運動になるので冬場の運動不足解消になります。晴れた日の雪景色は息を呑む美しさです。



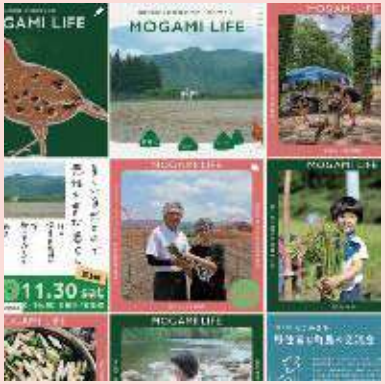
移住支援いろいろ

最上町では移住定住サポートを民間に委託し、より柔軟な移住支援を開始しました。移住を希望されている方が求めている暮らしに近づけるように、移住前から移住後まで寄り添います。山形県としても移住支援を積極的に行っているので、様々な補助金を組み合わせて移住にかかる費用負担を軽くすることが可能です。



もがさぽ（移住相談窓口）

最上町移住定住促進コーディネーター「もがさぽ」は民間の移住経験者が担当しています。移住前や移住後の不安や悩み、住居のことなどをお気軽にご相談いただけます。移住者同士・移住者と住民の交流会なども企画し、移住しやすい環境を整えています。もがさぽに相談したい方は、まずは定住促進センターまでお問い合わせください。



もがみの暮らし情報を発信！

MOGAMI LIFE の Isntagram では最上町での暮らしのイメージが湧くような暮らしの情報をアップしています。ぜひ、移住前に最上町のイメージを掴んでみてくださいね。最上町暮らしのいいことも大変なこともさまざまアップしていく予定です。

Instagram
アカウント



移住体験イベント

最上町ならではの暮らしや仕事が体験できる移住体験イベントを不定期で実施しています。これまでに農業体験や馬のお世話体験、冬の最上町を楽しむイベントなどを実施してきました。ありのままの暮らしに触れることで最上町での暮らしのイメージを体験していただくことができます。移住体験情報は町の HP や SNS などで発信していきます。

国や県の移住支援

■移住支援金（国）

東京圏から山形県内の中小企業等に就職、テレワーク又は関係人口として移住した世帯に対して最大 100 万円＋α を支給する制度。

■食の支援（県）

2 人以上の世帯に山形県産のお米（20kg）・味噌（1kg）・醤油（1L）・県産食品詰合せ（1 セット）を提供。単身世帯はお米（10kg）・味噌（1kg）・醤油（1L）・県産食品詰合せ（1 セット）になります。

■住まいの支援（県）

公的相談窓口等を利用して山形県に移住した方が賃貸住宅に入居した場合、その家賃の一部（上限 1 万円 / 月）を最大 24 ケ月補助。

■若者・子育て世帯移住支援（県）

県外から移住された世帯で以下の①～③に該当する方に支援金を給付します。
①若者単身 10 万円 / 世帯　②若者単身 2 人以上 20 万円 / 世帯　③子育て世帯 20 万円 / 世帯
※②・③両方に該当すると 40 万円給付されます。

※県の 3 つの支援については「やまがた暮らし移住登録」が必要です。

「やまがた暮らし移住登録」

県外から山形県への移住（転勤、進学を除く住民票の異動）を検討されている方を対象とした登録制度です。ご登録いただくことにより、山形県が実施する様々な移住支援制度を活用できるようになるほか、移住支援や移住イベント等のお得な情報が届くようになります。詳細情報、ご登録は右記二次元コードからご参照ください。





本当に住みやすいと感じる場所は、人それぞれ。
日本の片隅にある、この小さな町を
移住や暮らし方を模索する中で見つけてもらえたら嬉しいことです。
住むという選択ではなくても、
なんとなく懐かしい、安心できるような場所でありたい。
いつでも帰ってきたくなる、そんな町を私たちは目指しています。
まずは、この町の透き通った空気を吸って、
澄んだ水を飲みにきてみてください。
新しい出会いが生まれることを楽しみにしています。

山形県最上町定住促進センター（まちづくり推進室内）

〒999-6101
山形県最上郡最上町大字向町 644
☎0233-43-2261
（受付時間 平日 8:30～17:00）
machizukuri@town.mogami.lg.jp

最上町 HP