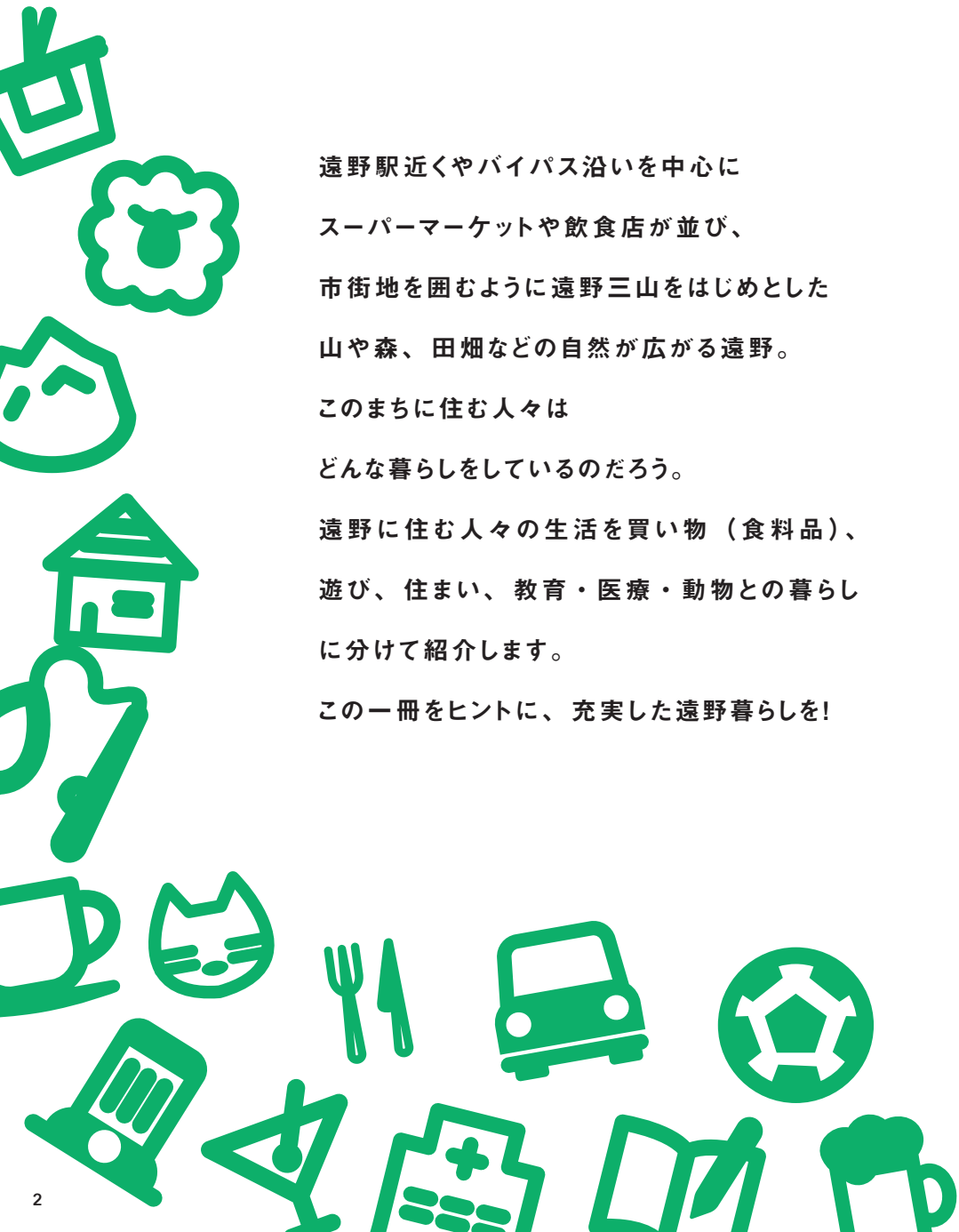




ト一/本





遠野駅近くやバイパス沿いを中心に  
スーパーマーケットや飲食店が並び、  
市街地を囲むように遠野三山をはじめとした  
山や森、田畑などの自然が広がる遠野。  
このまちに住む人々は  
どんな暮らしをしているのだろう。  
遠野に住む人々の生活を買物（食料品）、  
遊び、住まい、教育・医療・動物との暮らし  
に分けて紹介します。  
この一冊をヒントに、充実した遠野暮らしを!

## 目次

数字で見る遠野	..... P4
① 買い物編	
遠野の買い物事情	..... P6
遠野の食文化	..... P8
食料品店（スーパー・産直・肉屋・酒屋）	..... P8
② 遊び編	
遠野の遊び	..... P11
アウトドア	..... P12
スポーツアクティビティ施設	..... P13
リラクゼーション	..... P14
市外へおでかけ	..... P16
③ 住まい編	
遠野の住まい事情	..... P18
賃貸	..... P19
新築	..... P20
改築・リフォーム	..... P21
不動産屋一覧・住まい関係で利用できる制度	..... P22
④ 暮らし編	
遠野の教育・医療	..... P24
教育・保育機関	..... P25
医療機関	..... P26
動物との暮らしについて	..... P27
利用できる制度	..... P28
実践! 遠野暮らしBOOK	..... P30

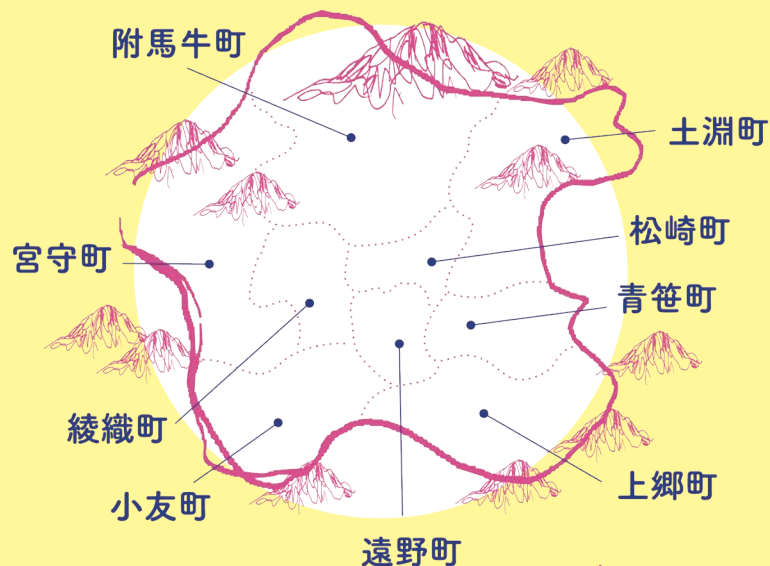
# 数字で見る遠野

遠野市の特徴を数字でまとめてみました。  
いろんな数字をもとに遠野暮らしをイメージしてみましょう。  
(2022年時点)

## 遠野市の行政区分

### 9 区分

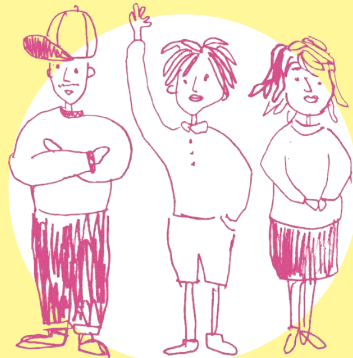
遠野市には全部で9つの行政区があります。  
それぞれの地区ごとに特色があるので、どの地域に住むのがいいか、暮らし始める前に実際に訪れてみてください。



遠野市の人口 **25,174**人

遠野市の人口密度 **30.7**人

遠野市は、岩手県の東南部に位置する人口25,174人のまち。面積は825km<sup>2</sup>で、東京23区がすっぽりと入る広さです。

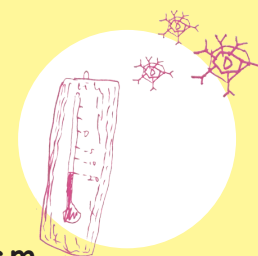


最低気温

約 **-20**°C

平均積雪量

**20~30**cm



盆地のため、昼夜の寒暖差が大きく、夏場でも夜は涼しくなる日が多いです。冬の積雪は例年20~30cm程度。屋根の雪下ろしなどは必要ありませんが、冬場の最低気温が氷点下10度以下になるため、雪対策よりも寒さ対策が重要です。

ホップの栽培面積  
全国 **1**位



ホップの栽培面積が日本一の遠野市。現在は「ホップの里からビールの里へ」を合言葉に、「ホップ収穫祭」や「ビアツーリズム」といったビールに関する新しいまちづくりの取り組みが行われています。

郷土芸能  
団体数  
**66**団体



遠野市内には、神楽やし踊り、南部ばやしなど約60の郷土芸能団体が活動しています。毎年9月に中心市街地で開催される「日本のふるさと遠野まつり」や神社の例大祭、郷土芸能発表会などで、永きに渡って傳承されてきた舞が披露されています。

遠野物語が発刊された年

**1910**年

民俗学者・柳田國男の『遠野物語』は1910年(明治43年)に発刊されました。遠野にまつわる逸話や傳承が書かれた『遠野物語』は、カッパや座敷わらしなどの妖怪や神々が登場することでも知られています。その影響もあって、市内の色々な場所で妖怪をモチーフにした銅像や飾りが置かれているので、ぜひ遠野を周りながら探してみてください。



# 買

## 買い物編



スーパー・産直  
精肉・酒屋



## 遠野の買い物（食料品）事情

### 01 季節の野菜が楽しめる産直

遠野市内には、全部で4軒の産直があります。それぞれのお店ごとに商品ラインナップが異なり、季節ごとの旬な野菜を揃えているのが特徴のひとつ。食料品の他にも生花や工芸品などが販売されています。



### 02 おいしい海鮮が手軽に買える

岩手県の内陸部に位置する遠野市ですが、釜石市など沿岸地域に隣接していることから新鮮な魚介類がスーパーで取り扱われています。種類も豊富なので、眺めているだけでも楽しむことができます。



### 03 車でアクセスしやすいバイパス沿い

遠野では車で移動することがほとんどなので、広い駐車場のある「遠野バイパス」沿いのお店で買い物をする人が多いです。スーパーのほかにも薬局やホームセンターなどが並んでいます。

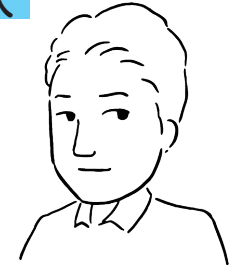


## スーパーマーケット／産直／精肉店／酒屋

### 野菜は産直で購入



「食料品の買い物は、産直ですることが多いです。スーパーで見かけない野菜が売っていたり、単純に値段が安かったりするので、買い物していてもすごく面白いです。綾織や小友、上郷などそれぞれの産直の特色をぜひ楽しんでみてください」



小田切大輝さん  
(地域おこし協力隊)

「お酒は種類によって、買うお店を使い分けています。おすすめは、クラフトビールが揃っているアサクラ酒店です。また、家に友達が遊びに来るときは、遠野醸造にグラウラーを持って行って、ビールを購入することも多いです」



#### ●遠野醸造

遠野醸造では、購入したビールを持ち運びのできる水筒「グラウラー」に入れてもらうことができます。

「お肉やお魚を買いに行くときは、バイパス沿いのスーパーに行くことが多いんですが、毎日食べる野菜は産直で、豆腐や納豆は近所にある「佐恒商店」で買っています。小さい商店ながら、食料品や日用品が揃っているので助かっています」



#### ●佐恒商店

遠野市小友町の商店街に位置する佐恒商店。食料品や日用品を販売しています。

「道の駅「遠野風の丘」で定期的に出店イベントが開催されていたり、遠野駅前などでマルシェが行われていたりするので、イベントやマルシェでも野菜を購入する機会があります。いつもスーパーで買うものとは違う野菜を購入することができるので、とても楽しいです」



#### ●道の駅「遠野風の丘」

道の駅「遠野風の丘」には店内でチャレンジショップが開催されているほか、定期的にキッチンカーなどが出店しています。



菊池里紗さん  
(会社員)

平日は近所の商店  
休日はマルシェへ



## ジンギスカンとビール



### お家でジンギスカン！

遠野の焼肉といえば、ジンギスカン。市内には、新鮮なラム肉を扱う精肉店が多くあります。お店で食べる以外に、野外ではジンギスカン鍋とブリキのバケツを使った「バケツジンギスカン」スタイルで食べられていることが特徴です。



### クラフトビールが豊富

遠野は、ホップの栽培面積が日本一のまち。ホップの産地としても有名ですが、遠野醸造やズモナビールなど遠野でつくられているビールも人気です。その影響から、酒屋でもクラフトビールが豊富に取り扱われ、市内で様々な種類のビールを楽しむことができます。



## 食料品（スーパー・産直・酒屋・精肉）

### スーパー

- 01 アクティマーケットプレイス遠野店 松崎町白岩地森 32-1 ☎ 0198-62-9465  
ⓧ 9:00 ~ 21:00 ㊿年中無休
- 02 ビックハウス遠野店 松崎町白岩 19-73 ☎ 0198-63-2266  
ⓧ 9:00 ~ 21:00 ㊿1月1日
- 03 キクコースストアとびあ店 新穀町 1-11 ☎ 0198-63-1808  
ⓧ 9:00 ~ 20:00 ㊿とびあの定休日に準ずる
- 04 キクコースストアバイパス店 松崎町白岩 19-45-1 ☎ 0198-62-5119  
ⓧ 9:00 ~ 22:00 ㊿年中無休
- 05 キクコースストア明神前店 松崎町白岩 9-24-1 ☎ 0198-62-1733  
ⓧ 9:00 ~ 22:00 ㊿年中無休
- 06 マルシェ生鮮館 宮守町下宮守 30-37-5 ☎ 0198-67-2239  
ⓧ 9:00 ~ 19:00 ㊿年中無休
- 07 サンデーホームマート宮守店 宮守町下宮守 30-37-5 ☎ 0198-69-1301  
ⓧ 9:00 ~ 19:00 ㊿年中無休
- 08 三丸屋 遠野町 41-1 ☎ 0198-62-4919  
ⓧ 8:00 ~ 21:00 ㊿不定休（月1回）

### 産直

- 01 遠野市農産物直売組合 綾織町新里8-2-1(道の駅遠野風の丘内) ☎ 0198-62-0888  
ⓧ 4月~10月:8:30~18:00 11月~3月:9:00~17:00 ㊿元旦
- 02 夢産直かみごう 上郷町平倉36-10-5 ☎ 0198-65-2100  
ⓧ 4月~10月:8:30~18:00 11月~3月:9:00~17:00 ㊿年末年始
- 03 産直ともちゃん 小友町15-7 ☎ 0198-68-2233  
ⓧ 4月~9月 8:30~18:00 10月~3月 8:30~17:00 ㊿12月31日~1月3日
- 04 めがねばし直売所 宮守町下宮守30-37-1(道の駅みやもり内) ☎ 0198-67-2929  
ⓧ 4月~9月 9:00~17:30 10月~3月 9:00~17:00 ㊿元旦

### 酒屋

- 01 アサクラ酒店 穀町 1-19 ☎ 0198-62-3008  
ⓧ 8:00 ~ 21:00 ㊿元旦
- 02 佐々木酒店 大工町 4-2 ☎ 0198-62-2106  
ⓧ 9:45 ~ 18:30 ㊿なし
- 03 外川酒店 六日町 5-32 ☎ 0198-62-2338  
ⓧ 9:00 ~ 20:00 ㊿毎月第1・第3日曜
- 04 松田酒店 中央通り 1-20 ☎ 0198-62-2333  
ⓧ 9:00~19:30 ㊿毎月第2火曜・年始(8月は変更あり)
- 05 佐々木酒店 宮守町下宮守 26-4-1 ☎ 0198-67-3013  
ⓧ 9:00 ~ 19:30 ㊿日曜
- 06 佐藤酒店 上郷町細越 8-1 ☎ 0198-65-3020  
ⓧ 7:00 ~ 18:00 ㊿元旦
- 07 鳥屋部商店 附馬牛町東禅寺 5-92-4 ☎ 0198-64-2022  
ⓧ 7:00 ~ 21:00 ㊿年中無休

### 精肉

- 01 笹村精肉店 穀町 3-15 ☎ 0198-62-2226  
ⓧ 10:00 ~ 18:00 ㊿日曜、祝日
- 02 遠野食肉センター 松崎町白岩 20-13-1 ☎ 0198-62-2242  
ⓧ 10:00 ~ 20:30 (精肉店) ㊿月曜
- 03 ジンギスカンのあんべ 早瀬町 2丁目 4-12 ☎ 0198-62-4077  
ⓧ 9:00 ~ 19:00 (小売部) ㊿木曜



# 遊

## 遊び編



スポーツ  
アウトドア (山・釣り)  
リラクゼーション  
お出かけスポット



## 遠野の遊び

### 01 豊かな自然環境を生かしたアクティビティ

山や川、自然が身近な遠野では、登山や釣りなどのアクティビティを楽しむことができます。市内にフリーサイトのキャンプ場はありませんが、近隣の市町村でキャンプを楽しむ人達も多いです。



### 02 個性豊かなお店がたくさん

遠野駅付近や遠野バイパス沿いなどの市街地を中心に、飲食店やカフェ、雑貨店が点在しています。夜は、遠野駅すぐ近くの飲み屋街「親不孝通り」をはじめ、居酒屋やスナックに人が集まります。



### 03 車で1時間程度で様々な市町村へ

釜石自動車道や東北自動車道を利用し、車で1時間程度移動することで盛岡市や釜石市など様々な市町村へ訪れることができます。



## スポーツ



### サッカー・フットサル・バスケ

「平日の仕事終わりに、市内のチームに参加してサッカーやフットサル、バスケットボールなどを行っています。特にサッカーとフットサルは人気で、市内にもチームがたくさんあるので、定期的に大会が開催されています」

菊池さんがバスケットボールを始めたのは、2年前。学生時代に経験していないスポーツでも楽しんで取り組める環境があるといいます。



菊池洋二さん  
(会社員)

### 市外にゴルフへ

「それ以外に、盛岡市や奥州市にゴルフに行くこともあります。遠野でもゴルフを行っている人は多いので、友人と車を乗り合わせて行くことが多いです」

菊池さんが声をかけたことをきっかけにゴルフを始めた遠野の人も多いそう。



他に、遠野には様々な競技を行うスポーツ団体があります

・バレーボール ・ビリヤード ・卓球  
・水泳 ・グラウンドゴルフ ・野球



## 登山・キャンプ



多田陽香さん  
(地域コーディネーター)

### 遠野物語にも登場する

#### 「遠野三山」

「早池峰山、六角牛山、石上山は「遠野三山」と呼ばれていて、遠野物語の第一話は、遠野三山の女神の話なんです。それぞれに特徴があるんですが、私のお気に入りには日本百名山の早池峰山。異世界のような雰囲気を持っていて、高山植物が多く生えているのが好きなおとこです。ぜひ遠野に来たときは登ってみてください」



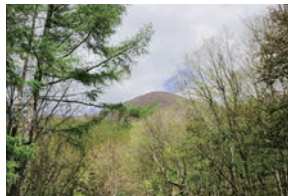
遠野三山

#### はやちね 早池峰山



標高：1917m  
所要時間（目安）：5時間30分

#### ろっこうし 六角牛山



標高：1293m  
所要時間（目安）：3時間

#### いしがみ 石上山



標高：1038m  
所要時間（目安）：3時間30分

### 週末はお酒を飲み

### 仕事終わ

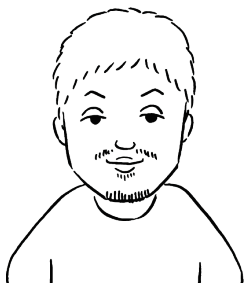


「一昨年頃から、キャンプを始めるようになりました。行くときは、週末に友達と家族で行くことが多いです。市内にキャンプ場はありませんが、車で1時間程度の場所にいくつかある市外のキャンプ場を利用しています」



「キャンプにハマったのは、道具を揃え始めたのがきっかけです。最近買ったこのバーナーもそうですが、キャンプで使うのは便利な道具ばかりではありません。道具を使うために必要な手間や手入れを楽しみながら、キャンプの時間を過ごしています」

佐々木さんのお気に入りの調理にも暖房にも使えるバーナー



佐々木悠太さん  
(会社員)

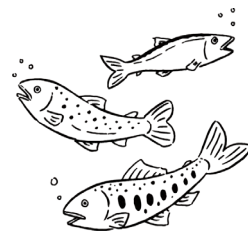
## 釣り



### きれいな川で溪流釣り

「遠野は一級河川の猿ヶ石川を始め、猿ヶ石川からの支流である早瀬川や小友川、小鳥瀬川などで溪流釣りが楽しめます。特に上流は川がきれいでイワナやヤマメなどの魚が釣れるので、多くの釣り人に好まれています」

「上猿ヶ石川漁業協働組合では、遊漁券の収益を活用し、鮎やイワナ、ヤマメなどの稚魚を毎年放流しています。遠野で釣りをしてもらうことで、川に魚がいる環境を守り続けることができますので、ぜひ多くの人に遠野での溪流釣りを楽しんでもらえたらと思います」



#### 上猿ヶ石川 漁業協働組合

TEL：0198-62-9800



### スポーツアクティビティ施設

#### 01 遠野市民体育館 とすば

新町 1-10 ☎ 0198-62-4414  
①月～土 9:00～21:00 日 9:00～17:00  
②毎月末火曜・年末年始

#### 02 遠野市民プール

新町 1-10 遠野市民体育館内 ☎ 0198-62-4414  
①火・木・土 13:00～15:00、18:30～20:30  
日 10:00～12:00、13:00～15:00 ②毎月末火曜・年末年始

#### 03 稲荷下屋内運動場

東穀町 16-11 ☎ 0198-62-4414  
[問合せ受付] 月～土 9:00～21:00 日 9:00～17:00  
③毎月末火曜・年末年始

#### 04 宮守体育館

宮守町下宮守 29-74-2 ☎ 0198-67-3133  
[問合せ受付] 月～土 9:00～21:00 日 9:00～17:00 ④月曜

#### 05 遠野運動公園

青笹町糠前 11 ☎ 0198-62-4414  
[問合せ受付] 月～土 9:00～21:00 日 9:00～17:00  
⑤毎月末火曜

#### 06 国体記念公園市民サッカー場

松崎町白岩字地森 80 ☎ 0198-62-4414  
[問合せ受付] 月～土 9:00～21:00 日 9:00～17:00  
⑥毎月末火曜

#### 07 遠野市早瀬川緑地

遠野町 19 ☎ 0198-62-4414  
[問合せ受付] 月～土 9:00～21:00 日 9:00～17:00  
⑦毎月末火曜

#### 08 赤羽根スキー場

上郷町平倉 41-47 ☎ 0198-65-3343  
⑧平日 9:00～20:45 土日 9:00～16:30  
<https://tono-sks.com/akabane-ski/index.html>

#### 09 銀河の森総合運動公園

宮守町下宮守 25 ☎ 0198-67-3133  
[問合せ受付] 月～土 9:00～21:00 日 9:00～17:00

#### 10 蔵の道ひろば

中央通り 4-6  
当施設はどなたでも利用できる無料施設です  
団体での貸切利用の場合のみご予約ください ☎ 0198-62-4411





## リラクゼーション・ヨガ

### ヨガで気分をリラックス

「週に1回程度、定期的にヨガに通っています。ヨガを始めて半年になるのですが、身体を動かすことですごく気分がリラックスできるので、充実した時間を過ごすことができます」



菅田美紀さん  
(保育士)



「通っている『J-Park』の講師・ジョンへさんからは食事や姿勢に関する事など、ヨガ以外のことを教わる機会も多いです。ヨガを始めたことで、日常生活への意識も少しずつ変化しています」

パーソナルトレーニングスタジオ「J-Park」では体験やイベントも開催。菅田さんは屋外で開催されたイベントに参加したことをきっかけに通い始めたといいます。



## リラクゼーション・ヨガスタジオ

01 personal training studio J-Park

中央通り 10-13 Korean kitchen KAJANA 2F  
☎ 080-3327-7597  
ウェブサイトをご確認ください <https://www.studio-j-park.com>

02 purity yoga

穀町 13-1 ☎ 080-3144-7272  
☎ 火・金 10:00 ~ 21:00 水・木 14:00 ~ 21:00  
土: 10:00 ~ 17:00 ㊿ 月曜

03 MarikoYoga

公式 LINE をご確認ください  
<https://lin.ee/X1UbqUJ> ㊿ 水曜

04 遠野リラクゼーション整体美楽

遠野町 41-82 ☎ 090-5841-0011  
☎ 10:00 ~ 18:00 (受付時間) ㊿ 日曜・年末年始・お盆期間

05 リラクゼーションスペース  
フェリーチェ

中央通り 11-10 ☎ 080-5570-2877  
☎ 10:00 ~ 18:00 (受付時間) ㊿ 不定休



## カフェ・飲食店

### 店主に会いにお店へ

「カフェが好きで、遠野では『Brew Note 遠野』や『NOTO GENERAL STORE』などに行っています。コーヒーを飲みに行きたいというのはもちろんですが、知り合いの店主の方に会いに行くためにお店に行くことが多いです。すごく遠野ならではの感覚だなと思いますね」



佐藤陽さん  
(遠野醸造)



「盛岡市や奥州市などのお店にランチやお茶をしに行くことも多いです。知り合いの方からおすすめのお店を聞いて、気になったところには足を運ぶようにしています」

● NOTO GENERAL STORE  
ガソリンスタンドをリノベーションした、多国籍料理のカフェ・酒場・売店を備えたお店。佐藤さんは昼も夜も NOTO に行く機会が多いといいます。



## 居酒屋・スナック



「金曜日や週末の夜、翌日に仕事がない日はまちなかに飲みに行く機会が多いです。会社の上司と一緒に行くこともあります。ひとりで行けるのも好きなので、ふらっとお店に入って、お店の人やカウンターでたまたま近くに座った人と一緒に話す過ごし方を楽しんでいます」



「よく行く機会が多いのは、『Deん〜隠れ家〜』。店主さんの人柄もあって、すごくあたたかい雰囲気のお店です。メニューが豊富で、特にお気に入りなのはビールに合うパドロン。他にサイコロステーキやねぎチャーハンなどをよく食べています」

「パドロン」はスペイン原産のおつまみ野菜。遠野でも多く生産されています。



佐々木弘介さん  
(会社員)

週末はお酒を飲み  
仕事終わりや





## 市外へおでかけ・お家でゆっくり



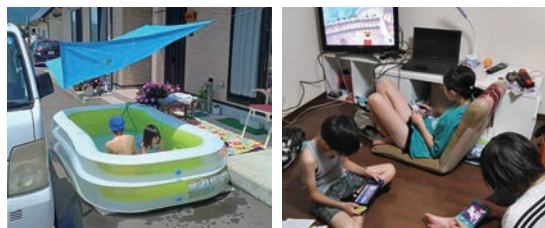
菊池さんは特に花巻市の「銀河モール」を利用しているといいます。

### 近隣の市町村で買い物

「自宅は綾織地区にあるので、盛岡市や花巻市、北上市、奥州市など車で1時間程度で行ける近隣の様々な市町村に買い物や遊びに出かけています。市外では大型商業施設に行って、子どもの服やスポーツ用品を買いに行くことが多いです」



菊池勇介さん  
(会社員)



「ボール遊びをしたり、夏にはプールで泳いだり、休日は家で過ごす時間も多いです。特に子どもが好きなのはゲーム。2022年に遠野市全域で光ファイバーが整備されたので、快適なネット環境のもとで楽しんでいます」

## 遠野のカーライフ

### ひとり一台？

### 移動には車が必要



通勤や買い物など、遠野では移動に車を使っている人がほとんど。「市内で過ごすことが多い」、「市外や県外に頻繁に移動する」などライフスタイルに合わせた車を選んで、快適なカーライフを過ごしましょう。

### 困りごとはプロに相談

「スタッドレスタイヤへの交換はどうしたらいい?」、「車の調子が急に悪くなった」などのトラブルや故障、困りごとなどは市内に多くある自動車販売店や整備工場、ガソリンスタンドに相談するのがおすすめです。



住まい編

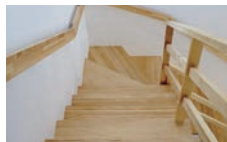


新築・賃貸  
改築・リフォーム  
住まいに関わる制度

## 遠野の住まい事情

### 01 制度を利用する

家を新たに建てる、改修する人に向けた「遠野市木づかい事業費補助金」や「空き家リフォーム事業」など、遠野市で家を建てる時、空き家を購入する時は県や市が交付している補助や助成を利用することができます。



### 02 空き家バンク

移住定住相談窓口「で・くらす遠野」では、空き家バンクを運営しています。一戸建ての売買・賃貸物件を掲載しているので、遠野での暮らしを検討するときにはぜひ確認してみてください。



### 03 地域ごとに異なる暮らし方

同じ遠野市でも、各地域ごとに特色があるため、暮らし方が異なります。「自然豊かな場所で暮らしたい」、「市街地に近い場所で生活したい」など、どんな暮らし方をしたいかに合わせて、住む場所を考えてみましょう。



## 遠野での暮らしは寒さ対策が必須！



### 暖房器具

冬の寒さが厳しい遠野では、各家庭ごとに様々な暖房器具が使われています。ファンヒーターや薪ストーブ、エアコンなどそれぞれの家に合う暖房器具を選定することが大切です。

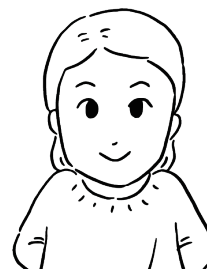


### 窓などに工夫も

窓に結露防止シートや断熱シートを貼ったり、隙間テープを使用したり。築年数の長い賃貸物件などでは、新築や改修した家と比べ、寒さ対策に工夫が必要です。遠野に暮らしている人に相談しながら、遠野の冬を快適に過ごしましょう。



## 賃貸



植山美里さん  
(料理人)



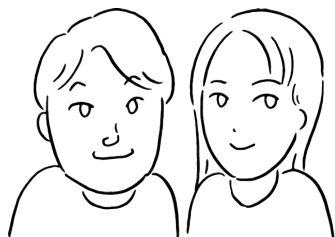
### お気に入りの道具と暮らす

「私が住んでいるのは2階建ての賃貸で、もともとお店として使われていた場所を改修した物件です。1階にはリビングやダイニング、キッチン、トイレとお風呂、2階には寝室があります。私は1階で過ごすことが多く、キッチンで料理をしたり、リビングで読書をしたり、子どもと遊んだりしています。1階はフローリングや壁、天井など全体が白いのが特徴で、家具や家電もそれに合わせて白いものが多いです。食器棚や本棚など古道具も使っていて、この家にあるものはお気に入りのものばかりです」

### 家族の食卓、

### 仕事場としてのキッチン

「特に好きな場所は、キッチンです。料理に関わる仕事をしているので、日常のごはんを作る以外に、試作やレシピ開発など多くの時間をキッチンで過ごしています。古道具の食器棚を作業台として活用し、食材が多く置けるようにしたり、レシピを書き留めたりできるように工夫使っています」



小笠原学さん・麻美さん

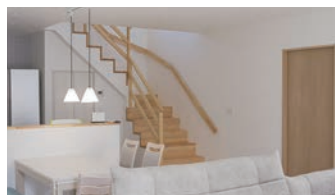
### 家族で安心して過ごす家

「もともと同じ遠野市内にある実家で両親と暮らしていたんですが、自分たちで独立して暮らしてみたいという想いがあり、2022年5月に家を建てました。建てる時に、特に意識したのはリビングと2階のフリースペースです。子どもが3人いるんですが、子どもたちの様子が見えるように、子どもたちの遊び場になっている2階のフリースペースやリビング全体をキッチンから見渡せるような間取りにしてみました」

「2階のフリースペースは、廊下と壁を隔てない一体型の部屋になっています。子どもたちの遊び場として使いながら、僕の好きな本を並べているとともお気に入りの空間です」

### 県産材の木材を利用

「この家は、遠野市内に事務所を構える『丸順工務店』に建ててもらいました。使われている木材はほとんどが県産材で『いわて木づかい住宅普及促進事業』を利用しています。木のあたたかさを感じられるのも、この家の好きなおところです」



菊池哲郎さん・春香さん

### 築80年の古民家を改修

「この家に住み始めたのは、2015年。それまでは盛岡のアパートに住んでいました。ここは築約80年の古民家で、もともと妻の実家だった家です。今は、家族8人で生活しています。歴史ある建物なので、解体して新築を建てることは考えていませんでした。ただ、そのままの状態では少し使いづらさを感じていたので、気になったところを改修しています。改修したのは、キッチンとお風呂、洗面所、トイレ。それらを終えたあと、キッチンの近くに薪ストーブも入れてます」

### 家族や友達と一緒にDIY

「改修は大工をしている親戚の叔父にも依頼しながら、家族や友達にも協力してもらって行いました。洗面台に関しては、既製品は使っておらず、ほとんどを自分で作っています。すごくお気に入りの場所です」







## 不動産屋一覧

- |    |                              |   |
|----|------------------------------|---|
| 01 | 井手不動産                        | 大工町 4-3 ☎ 0198-62-2354<br>ⓐ 9:00 ~ 17:00 ㊟ 日曜                 |
| 02 | いずむ不動産                       | 松崎町白岩 16-31-8 ☎ 0198-62-8202<br>ⓐ 9:00 ~ 17:00 ㊟ 不定休          |
| 03 | キクシヨウ不動産                     | 中央通り 8-2 ☎ 0198-62-4035<br>ⓐ 10:00 ~ 17:30 ㊟ 土曜・日曜            |
| 04 | みまつ企画                        | 青笹町青笹 5-41-2 ☎ 0198-62-9466<br>ⓐ 9:00 ~ 17:00 ㊟ 日曜            |
| 05 | 栄和不動産                        | 松崎町白岩 15-9-4 ☎ 0198-62-7283<br>ⓐ 9:00 ~ 17:00 ㊟ 日曜・祝日・第二・第四土曜 |
| 06 | 小島不動産                        | 早瀬町 4 丁目 2-31 ☎ 0198-60-2101<br>ⓐ 9:00 ~ 18:00 ㊟ なし           |
| 07 | さとう不動産                       | 中央通り 11-20 ☎ 0198-66-3075<br>ⓐ 9:00 ~ 17:00 ㊟ 日曜・祝日           |
| 08 | 立石工務店 (売買のみ)                 | 早瀬町 2 丁目 7-31 ☎ 0198-63-1731<br>ⓐ 8:30 ~ 18:00 ㊟ 祝日           |
| 09 | ふるさと情報館<br>みちのくいわて事業所 (売買のみ) | 中央通り 4-31 ☎ 0198-63-2611<br>ⓐ 9:30 ~ 17:30 ㊟ 木曜               |
| 10 | 開発不動産企画 (売買のみ)               | 中央通り 4-10 ☎ 0198-68-3690<br>ⓐ 9:00 ~ 16:00 ㊟ 土曜・日曜・祝日         |



## 住まい関係で利用できる制度

### 01 遠野市空き家リフォーム事業助成金

空き家バンクに登録された一戸建て空き家住宅のリフォーム工事及び家財道具の整理にかかる費用を助成します。

リフォーム: 上限 40 万円 (1/2 補助) 家財道具整理: 上限 10 万 (1/2 補助)

### 02 遠野市若者・移住者空き家取得奨励

空き家バンクに登録された一戸建て空き家住宅を取得し居住する 39 歳以下の方または県外からの移住者の方に奨励金を交付します。 上限 30 万円、子育て加算あり  
産業部観光交流課 0198-62-2111 (代表)

### 03 遠野市木づかい事業費補助金

遠野産木材の利用を促進するため、遠野産木材を使用した住宅の新築やリフォームを支援します。補助額は各種補助要件がありますので、詳しくはお問い合わせください。

産業部農林課 0198-62-2111 (代表)



暮らし編



教育機関  
医療機関  
動物との暮らし

## 遠野の教育・医療

### 01 遠野の通学事情

保育園や小学校は市内の各地区ごとに設置されています。また一部の小学校や中学校では、通学距離の長い生徒はスクールバスが使用可能。高校は市内に2校あるほか、JR釜石線などを利用して近隣の市町村の学校に通うこともできます。



### 02 ふるさとの文化の継承

遠野市の小学生から高校生までの学校教育では、郷土芸能や子ども語り部、遠野物語を題材にした活動など、地域の伝統や文化に触れる機会が多く設けられています。



### 03 医療機関

市内には、遠野町、小友町、松崎町、青笹町、宮守町に15の医科診療施設、9の歯科診療施設があります。日曜・祝日・年末年始の救急対応は、休日急患診療当番医（医科・歯科）により対応しています。



## 教育・医療について

### わらすっこは地域の宝



松田希実さん  
(まつだ松林堂)

「遠野の人たちは『わらすっこ（子どもたち）は地域の宝』だという気持ち強いと思います。なので、まち全体で子どもに寛容な空気があって、子どもたちを優しく見守ってくれる人が多いです」

「私は仙台出身なので、遠野に来たばかりの頃は家族以外に知り合いがいませんでした。そんな時に助けられたのが『子育て支援サークル』。子どもと一緒に施設を利用しながら、先生たちが子育ての相談に乗ってくれるのでとても心強かったです」



「子育て支援サークル」は市内10箇所の各地区で開催されています。それぞれに活動内容が異なるので、興味のあるサークルに参加してみてください。



## 市内の教育機関一覧（保育園・認定こども園・幼稚園・小学校・高校）

### 保育園

01 遠野保育園	材木町 3-21 ☎ 0198-62-2034	08 土淵保育園	土淵町土淵 3-53-3 ☎ 0198-62-2458
02 神明保育園	六日町 8-22 ☎ 0198-62-2036	09 青笹保育園	青笹町青笹 11-22-4 ☎ 0198-62-2022
03 綾織保育園	綾織町下綾織 12-22-1 ☎ 0198-62-2812	10 上郷保育園	上郷町板沢 11-6-2 ☎ 0198-65-2030
04 岩滝保育園	小友町 16-105-3 ☎ 0198-68-2333	11 宮守保育園	宮守町下宮守 26-87-2 ☎ 0198-67-2130
05 附馬牛保育園	附馬牛町下附馬牛 11-31-1 ☎ 0198-64-2330	12 達曽部保育園	宮守町達曽部 15-31 ☎ 0198-67-6131
06 白岩保育園	松崎町白岩 13-42-1 ☎ 0198-62-2395	13 鱒沢保育園	宮守町下鱒沢 33-218-1 ☎ 0198-66-2210
07 松崎保育園	松崎町駒木 24-50 ☎ 0198-62-2826		

### 認定こども園

01 遠野聖光こども園	中央通り 3-10 ☎ 0198-62-2150	幼稚園	
-------------	-----------------------------	-----	--

### 幼稚園

01 光の園幼稚園	東穀町 14-7 ☎ 0198-62-3341
-----------	----------------------------

### 小学校

01 遠野小学校	東館町 11-28 ☎ 0198-62-3231	07 青笹小学校	青笹町青笹 11-1 ☎ 0198-62-2802
02 遠野北小学校	松崎町白岩字薬研淵 43 ☎ 0198-62-2030	08 上郷小学校	上郷町佐比内 46-56-1 ☎ 0198-65-2031
03 綾織小学校	綾織町下綾織 13-13-5 ☎ 0198-62-2803	09 宮守小学校	宮守町下宮守 26-6 ☎ 0198-67-2135
04 小友小学校	小友町 16-133 ☎ 0198-68-2220	10 達曽部小学校	宮守町達曽部 15-10 ☎ 0198-67-6133
05 附馬牛小学校	附馬牛町下附馬牛 11-43-1 ☎ 0198-64-2220	11 鱒沢小学校	宮守町下鱒沢 17-5 ☎ 0198-66-2270
06 土淵小学校	土淵町土淵 6-1 ☎ 0198-62-2804		

### 中学校

01 遠野中学校	松崎町白岩 11-30 ☎ 0198-62-2814	03 遠野西中学校	宮守町下宮守 39-65 ☎ 0198-67-2139
02 遠野東中学校	青笹町青笹 10-16 ☎ 0198-62-2816		

### 高等学校

01 岩手県立遠野高等学校	六日町 3-17 ☎ 0198-62-2823
02 岩手県立遠野緑峰高等学校	松崎町白岩 21-14-1 ☎ 0198-62-2827

医科

- ① 遠野市国民健康保険中央診療所 内科、禁煙外来、ペイン治療  
診療日：月、水、金 松崎町白岩字薬研淵 4-1  
☎ 0198-62-2277
- ② 遠野市国民健康保険小友診療所 内科  
診療日：火（午前中）、木 小友町 16-31  
☎ 0198-68-2260
- ③ 県立遠野病院 内科、消化器内科、脳神経内科、循環器内科、小児科、  
外科、整形外科、脳神経外科、産婦人科、眼科、  
耳鼻咽喉科、リハビリテーション科、皮膚科、麻酔科  
松崎町白岩 14-74  
☎ 0198-62-2222（代表）
- ④ 遠野はやちねホスピタル 精神科、内科 青笹町中沢 5-5  
☎ 0198-62-2026（代表）
- ⑤ 守口医院 脳神経外科、内科、リハビリテ  
ーション科 材木町 2-25  
☎ 0198-63-2170
- ⑥ 千葉医院 皮膚科 穀町 1-22  
☎ 0198-62-4039
- ⑦ 川上医院 消化器科、内科 穀町 1-27  
☎ 0198-62-2051
- ⑧ とおの宮本眼科 眼科 東館町 8-7  
☎ 0198-62-2035
- ⑨ あいずみ内科医院 内科、胃腸科、呼吸器科、放射  
線科、小児科 新穀町 3-1  
☎ 0198-63-2021
- ⑩ 菊池俊彦内科クリニック 内科、消化器内科、呼吸器内  
科 新穀町 5-19  
☎ 0198-62-8600
- ⑪ 時田医院 整形外科、外科、泌尿器科 新町 5-5  
☎ 0198-62-2147
- ⑫ 上組町ほほえみスキンクリニック 皮膚科、美容皮膚科 上組町 3-4  
☎ 0198-68-3330
- ⑬ 柏原医院 内科、小児科 宮守町下宮守 28-75  
☎ 0198-67-3016
- ⑭ 鱒沢診療所（月・水・金） 内科、小児科 宮守町下鱒沢 34-8-5  
☎ 0198-66-2273
- ⑮ 遠野バイパス整形外科 整形外科、リハビリテーション科 松崎町白岩 15-13-11  
☎ 0198-66-3555

歯科

- ① 打越歯科医院 歯科、小児歯科  
上組町 3-10 ☎ 0198-60-1010
- ② 両川歯科医院 歯科  
穀町 7-39 ☎ 0198-62-3211
- ③ 遠野歯科クリニック 歯科、矯正歯科、小児歯科  
新穀町 45-8 ☎ 0198-62-2101
- ④ 佐藤歯科医院 歯科、小児歯科  
早瀬町二丁目 1-6 ☎ 0198-62-0303
- ⑤ 飯高歯科医院 歯科  
松崎町白岩 11-44-8 ☎ 0198-62-8917
- ⑥ ながね歯科医院 歯科、矯正歯科、小児歯科、歯科口腔外科  
松崎町白岩 15-33-1 ☎ 0198-62-6454
- ⑦ 沼崎歯科医院 歯科  
松崎町白岩 23-71-5 ☎ 0198-62-4108
- ⑧ かしわばら歯科クリニック 歯科、矯正歯科、小児歯科  
宮守町下宮守 26-106-3 ☎ 0198-67-2010
- ⑨ 宮守歯科診療所 歯科、矯正歯科、小児歯科  
宮守町下宮守 29-85-2 ☎ 0198-67-2225



動物との暮らし

犬や猫だけじゃない  
動物との暮らし



打越義之さん  
（つくしファーム）

「つくしファームでは、遠野で唯一の  
ドッグランを運営しています。地方と  
はいえ、広いお家ばかりではないの  
で、『犬を自由に走らせたい』とい  
う人に利用いただいています。私はド  
ックトレーナーもしているので、ベ  
ットの生活の困りごとなどがあれば  
相談に乗ることもできますので、  
ぜひお気軽にお越しください」

「遠野では犬や猫以外にも馬や牛などと一緒に暮らしている人  
たちも多いです。私も犬だけでなく、ヤギと一緒に生活してい  
ます。ヤギはもう家族同様、うちのスタッフで、夏には草刈りを手  
伝ってくれています」



動物関連施設

病院

- ① 愛ラブ動物病院 イヌ、ネコ  
早瀬町 4 丁目 7-30 ☎ 0198-62-1699  
☎ 9:00 ~ 17:30（診療時間） ㊿日曜・祝日・木曜午後
- ② 岩手県農業共済組合 土淵町土淵 19-20-7  
岩手県南基幹家畜診療所遠野家畜診療所 ☎ 0198-62-5322

サロン・ホテル

- ① DogGrooming&Hotel  
KANNA 青笹町糠前 10-27-1 ☎ 080-4510-6685  
☎ 8:00 ~ 17:30 ㊿毎週水曜+不定休
- ② ワールドワイドケネル 青笹町糠前 10-27-1 ☎ 080-4510-6685  
（ミニチュアシュナウザーのブリーディング・販売）☎ 8:00 ~ 17:30 ㊿毎週水曜+不定休
- ③ ドッグサロン fuwafuwa 松崎町白岩 15-6-7 ☎ 090-2994-9680  
☎ 9:00 ~ 18:00 ㊿不定休
- ④ ペット美容室パピイ 松崎町白岩 25-4-5 ☎ 080-2836-7371  
☎ 9:00 ~ 18:00（予約制） ㊿木曜・日曜・祝日

ドッグスクール・ドッグラン

- ① つくしファーム 附馬牛町下附馬牛 5 地割 60-2 ☎ 090-6737-4722  
☎ 9:00 ~ 16:00 ㊿不定休



## こども、働く人への 遠野市独自の支援制度

### 01 妊産婦通院費助成

市外へ通院する妊産婦さんへ通院回数に応じて交通費を助成します。



### 02 わらすっこおむつ支援事業

令和4年4月1日以降に生まれたお子さんを対象に1人あたり3袋の乳児用オムツを支給します。

### 03 遠野市産後ケア事業

産後の不安や悩みを抱えたお母さんのために助産師によるケア事業を実施しています。助産師が自宅を訪問する訪問産後ケア、助産院で相談やケアを受けられるゆりかご産後ケア、市内宿泊施設を利用する日帰り産後ケアの種類をご利用いただけます。

### 04 遠野市助産院「ねっと・ゆりかご」

安心・安全にお産を迎え・子育てできるようにサポートする施設です。



### 05 市内高校通学費補助

市内の高校に通学する生徒の定期券を購入した保護者へ通学費を補助します。

### 06 保育所等副食費助成

幼稚園、保育所、認定こども園などを利用する際の副食費を無償化しています。



### 07 放課後児童クラブ（学童保育）利用料無料

11 小学校区にある放課後児童クラブを無料で利用できます。（実費は徴収）

### 08 奨学金返還支援補助金

市内の事業所に正社員として就業している方へ奨学金返還額を補助します。上限1か月あたり12,000円（1/2補助）

### 09 通信制大学等受講支援事業

市内の事業所に就業しながら通信制大学の講座を受講する方へ、入学金・受講費用を補助します。通算70万円



### 10 若年者継続勤務奨励事業

学校を卒業後に市内の事業所に正社員として就業し、3年間継続して勤務している方へ商品券を交付します。3万円相当の商品券

### 11 移住支援金

東京23区内在住又は東京23区内へ通勤し、移住支援金対象法人に就職した等の条件をみたしているかたへ移住支援金を交付します。単身世帯60万円、2人以上世帯100万円 子育て加算あり

## 各制度のお問い合わせ先

01,02,03,04	遠野市助産院「ねっと・ゆりかご」	☎ 0198-62-1103
05	教育委員会事務局学校教育課	☎ 0198-62-4412
06,07	健康福祉部子育て支援課	☎ 0198-62-0189
08,09,10	産業部商工労働課	☎ 0198-62-2111(代表)
11	産業部観光交流課	☎ 0198-62-2111(代表)

※掲載内容は令和4年10月時点の内容です。各制度には利用条件があります。

# 実践！ 「遠野くらし BOOK」

買い物、遊び、住まい、教育・医療・ペット。それぞれの  
カテゴリーごとに、遠野の生活を紹介してきたこの本の  
最後で「遠野くらし BOOK」を実践した暮らしの様子  
をご紹介します。「学ぶことはまねることから」。この冊子を  
実践することで、遠野でのグッドライフが送れるかも？

## スーパーに食材の買い出しへ

今回実践するのは、休日の過ごし方。遊び編でたくさ  
ん紹介されていたように遠野の穏んだ空気の中で、自  
然を感じながら、買い物編で見た遠野の食材でつくる  
お弁当を食べたい。そこでまずは食材の買い出しへ。

遠野駅近くのスーパーの中にある産直で野菜を探す。  
産直は季節ごとに食材が変わるので、特に用事がなく  
ても商品を眺めているだけで楽しい。今日は、トマトと  
いんげん豆、ごぼうなどを購入。



## おいしいお肉は精肉店で

続いて、主菜に使うお肉を買いに、スーパーから  
歩いてすぐの精肉店へ。いつも笑顔でやさしい店  
主のおふたりと会話をしながら、鶏肉を買って、一  
旦帰宅。

今回のお弁当づくりのテーマは手間をかけすぎない  
こと。買ってきた食材をなるべくそのまま活かした調  
理をして、天気の良いうちに外に行きたい。



## お弁当を持ってピクニック

鶏肉は醤油とみりんとお酒に漬け込み、片栗粉を  
つけて油多めで焼く。ピーマンはちりめんじゃこと  
味噌をあえて炒める。かぼちゃはゆで卵とタイム、  
マヨネーズを混ぜてサラダに。いんげん豆はラー  
油を入れてナムル風に調理。ごぼうは炒めた後、  
黒ごまをかけてきんぴらに。ご飯の上には自家製  
の梅干と行者にんにくの醤油漬けを。こうして完  
成したお弁当が写真の通り。見た目もきれいなお  
弁当は食欲をそそる。

作りたてのお弁当を持って、「蔵の道ひろば」へ。  
市内にいくつか公園のある中でもここは特に広い  
芝生があって、他のお店が並ぶまちなから近い  
のでとてもおすすめの場所。鍋倉山を眺めながら、  
おいしいお弁当を食べることができました。





遠野市 産業部商工労働課

〒028-0592 岩手県遠野市中央通り9-1

電話：0198-62-2111(代表) FAX：0198-62-3047

2022.11