

長野県 白馬村

みんなが
自然と結びつく

長野県の移住ポータルサイト

ふるさとに逢える
楽園信州
心が癒む・信州に住む



信州移住で
商品・サービスなどお得な特典！

長野県への移住者・二地域居住者を
応援する無料会員制度です。

■東京から

北陸新幹線とバスで

..... 約2時間30分

自動車で

..... 約4時間

■名古屋から

中央線特急しなので

..... 約3時間30分

自動車で 約3時間30分

■大阪から

新幹線・中央線特急しなので

..... 約4時間30分

自動車で

..... 約5時間30分

白馬村役場 総務課

〒399-9393

長野県北安曇郡白馬村大字北城 7025 番地

TEL 0261-72-7002 FAX 0261-72-7001

E-mail / somu@vill.hakuba.lg.jp

URL / <https://www.vill.hakuba.lg.jp>

お問い合わせ
(移住相談窓口)



Welcome to Hakuba

白馬村キャラクター
ヴィクトワール・ジュヴァルブラン・村男III世



①



②



③



④



⑤



⑥



⑦



⑧

- ①【百名山】五竜岳
- ②【百名山】白馬岳
- ③【日本三大雪溪】白馬大雪溪
- ④【名水百選】姫川源流湧水
- ⑤【柳田百選】青鬼地区(重要伝統的建造物群保存地区)
- ⑥【日本の道百選】白馬山麓線(白馬大橋)
- ⑦【遊歩百選】白馬小径
- ⑧【国内最大級ゲレンデ】白馬八方尾根スキー場

白馬の豊かな自然の魅力



□白馬さのぞか
青木湖を望むコースと緩～中斜面のコースでファミリーやグループに人気

□白馬五竜
展望も雪質も良く、初級者から上級者まで楽しめる

□HAKUBA47
整備されたパークやハーフパイプなど遊び心満載

□白馬八方尾根
オリンピック競技会場にも選ばれた国内最大級のスキー場

□白馬岩岳
山頂からの360°の絶景と地形を活かした多様なコース

5つのスキー場
HAKUBA VALLEY

国内最大級の規模を誇り、初心者から上級者まで誰もが楽しめる多様なコースがあります。

隣接する小谷村・大町市も合わせたスキー場のリフト券を共通化し、ますます便利になりました。豊富で良質なパウダースノーを目当てに多くの外国人が訪れています。



□白馬八方温泉
pH11超の日本屈指の高アルカリ&天然水素温泉

□白馬塩の道温泉
塩分と鉄分を含み空気に触れて茶褐色になる太古の湯

□白馬かたくり温泉
まろやかな重曹系の弱アルカリ性低張性温泉

□白馬姫川温泉
白馬連峰を眺めて浸かるナトリウム泉・塩化物温泉

□白馬みずばしょう温泉
移築した古民家と自然林に癒される炭酸水素塩温泉

□白馬龍神温泉
地域最大級の温泉施設で低張性弱アルカリ性高温泉

6つの源泉
湯の郷白馬

白馬村には個性豊かな6つの源泉が湧き出ています。共通入浴券(一部施設除く)や施設ごとの割引日を活用して、日々の暮らしで湯巡りを楽しみながら、お好みのお湯を探してみてください。



みんなが自然と結びつく

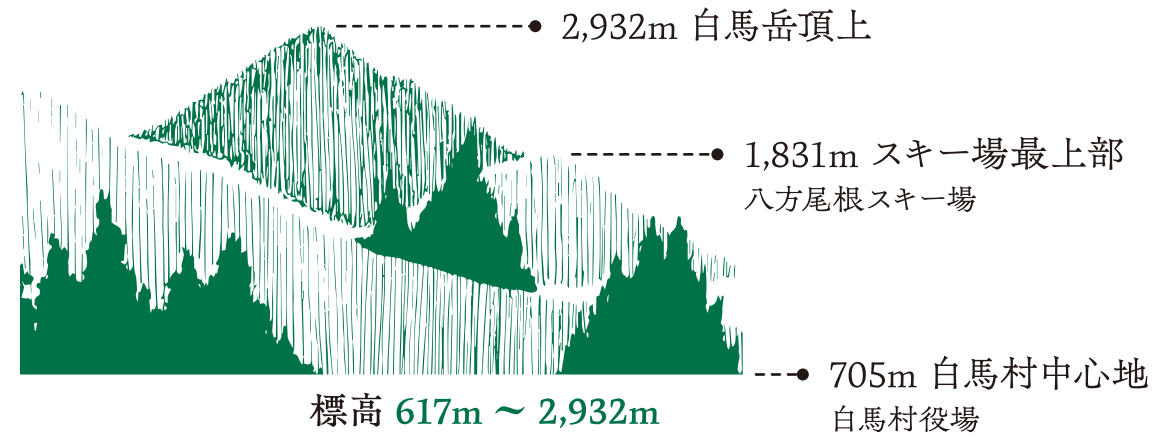
白馬村は長野県北西部に位置し、面積約189km²、人口約8500人ほどの村ながら豊かな自然に恵まれ、山岳マウンテンリゾートとして知られています。古くから民宿発祥の地として登山やスキーを目的とした観光で発展し、1998年には長野オリンピックの競技会場となりました。村内には5つのスキー場が存在し、スノーシーズンになるとHakuba Valleyのパウダースノーが世界中のスキーヤー、スノーボーダーを魅了します。雪山以外にも個性豊かな6つの源泉が湧き出る豊富な温泉、白馬三山(白馬岳・杓子岳・白馬鍾ヶ岳)を代表とする北アルプスの登山、高山植物など3000m級の北アルプスの山々と里山の自然環境が日々の暮らしに息づきます。

また、重要伝統的建造物群保存地区とされている青鬼地区の「茅葺き屋根(金属板被覆)の家屋」や、日本の棚田百選に選出されている「青鬼の棚田」など歴史ある魅力も多く存在しています。

そんな歴史ある白馬村は、スノーシーズンになると世界中から多くの方が来村し、冬季のみ生活拠点を白馬村に移される方で人口が1000人ほど増加します。この地で代々暮らす人、国内外から移住してきた人、二地域居住をする人など人とひとが交流し、学び合い、成長する。白馬村だからこそできる暮らしがここにあります。

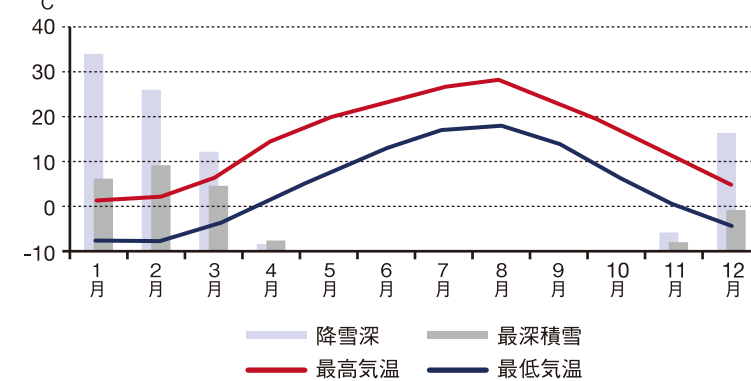
大 自 然 に 囲 ま れ て 四 季 の 移 り 変 り を 五 感 で 楽 し む

白馬三山や五竜岳、唐松岳など、3000m級の山々が連なる北アルプス。そこには街から見えない杓子沢氷河をはじめとする3つの氷河も存在します。その麓に広がる里山の田園風景と、そこを流れる姫川をはじめとする清流。四季を通じて息を飲む美しい光景に囲まれて、自然の恩恵を受けながら生活する喜びは、白馬村民の至福です。



気温と降雪・積雪の状況

1991年～2020年 平均気温 参照：気象庁 HP

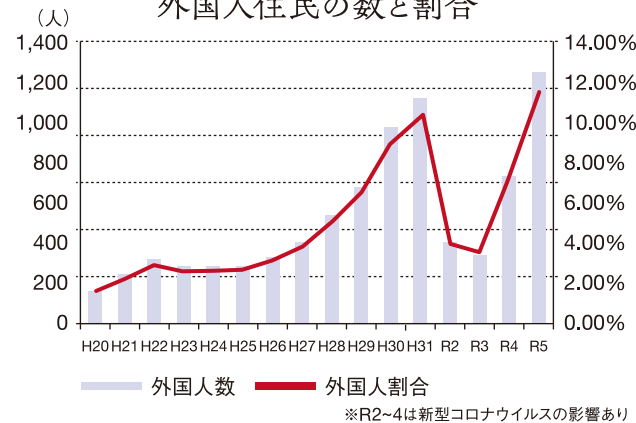


多 様 な 人 々 と 交 流 し 学 び 合 い 成 長 す る

人口約8500人の白馬村。代々この地に住み続けている人、スキーや登山、自然景観が好きな国内外からの移住者、都市部と二地域居住をする人など、多様な人が白馬に暮らしています。

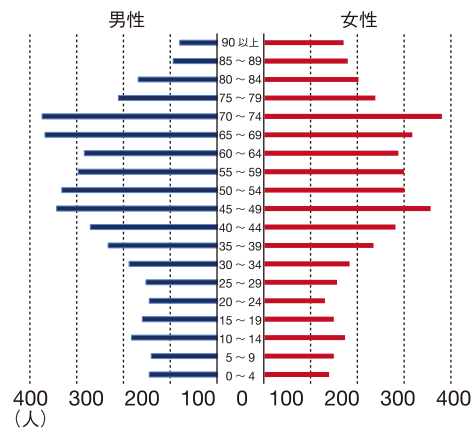
この地に根付いた多様な歴史や文化を大切にしながらも、多様性を尊重し、学び合うことで様々な分野で「白馬村の豊かさ」を発見し成長していくことを、村の基本理念に掲げています。

外国人住民の数と割合

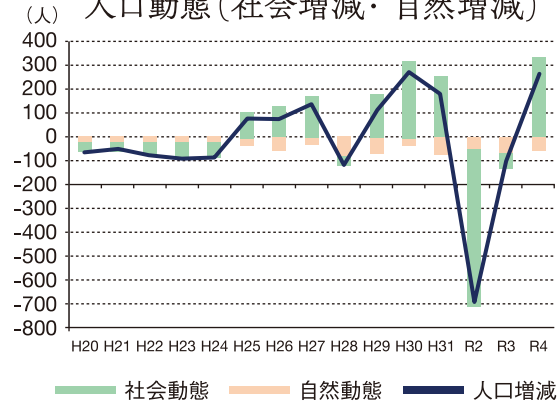


白馬村の人口ピラミッド

2020年時点 参照：地域経済分析システム(RESAS：リーサス)



人口動態(社会増減・自然増減)



白馬村 村民憲章

わたくしたちは、北アルプスの山なみにいだかれて生きる、白馬村民です。

白馬岳・姫川に象徴される豊かな自然風土は、わたくしたち白馬村民のいのちです。

わたくしたちは、村の歴史をとうとび、未来を語り、さらにすばらしい村にする願いをこめて、ここに村民憲章を制定します。

- 一 自然に学び風雪に耐えて 力強く生きましょう
- 一 先祖の遺産を受け継ぎ 地域に根ざした文化を築きましょう
- 一 あたたかい心を育て 明日をつくる喜びをわかちましょう
- 一 美しい山河を守り 住みよい村をつくりましょう
- 一 白馬の土と人を愛し 来訪者をあたたかく迎えましょう

黄金色の
稲穂と
標高差が
織りなす
三段紅葉の
秋

一面
雪に覆われ
朝日に染まる
純白の
山並みが
美しい冬

雪融けと
ともに
可憐な花々が
咲き
新緑が
美しい春

深い緑に包まれ
登山や
アウトドア
スポーツが
楽しめる夏

村花
カタクリ

村木
オオヤマザクラ

村木
コブシ

移住者インタビュー

02

澤西 洋和さん

静岡県出身
2017年に白馬村に移住

移住先として白馬村を選んだ理由は？

自然豊かな場所での生活に憧れ安曇野市へ。その後、白馬に理想的な一軒家を見つけ購入、移住しました。

白馬村役場に、農業支援制度の新規就農プログラム（新規就農者育成総合対策）を紹介され、農家を目指すことになりました。現在は白馬村で有機農業をしています。



移住してよかったこと

元々アウトドア好きで、やってみたかったスキーや登山を白馬に移住した事で始めることができました。

湿度が高い平野部には戻れないほど、夏場は空気も乾燥してジメジメしておらず心地良いです。夜も静かで、まわりにあかりがないおかげで、夏も冬も夜空がきれいに見えます。村内に源泉かけ流しの天然温泉が複数あるのも魅力的です。



移住して苦労したこと

夏場は草刈り、冬場は雪かきが大変。特に雪かきは毎日しないと、貯まって大変なことに。早め早めの行動が必要です。

車社会なため、一人一台が当たり前。妻は白馬に来て自動車免許を取得しました。まだ若葉マークですが、怖がりながらも雪道を安全運転で走っています。

通年の仕事が少ないのが白馬の特徴です。個人経営者も多く、他業種兼任している人が多いです。私も夏場は農業、冬場はスキー場でアルバイトをしています。

これから
移住される方へ一言！

広い一軒家は憧れですが、草刈りや雪かきのことを考えると、移住初期はアパートやマンションも選択の一つだと思います。

通年雇用が少ないので、移住前と同じように働ける場所は少ないかもしれません。そのため、テレワークのできる仕事や、自ら独立して仕事を立ち上げてチャレンジしてみても？農業もその一つです！

白馬は人口比率に対して豊富にお店があり、夏場は直売所に新鮮な野菜もたくさん並びます。生活には困らないです。自然豊かな観光地に住むという、今までに無い経験はいかがでしょうか？

移住者インタビュー

01

中沢 直人さん

長野県須坂市出身
2015年に白馬村に移住

移住先として白馬村を選んだ理由は？

自然が豊富で北アルプスの麓で生活が出来る事と景観が抜群に良かったので白馬村に移住しました。

移住してよかったこと

東京で生活していた頃は近所付き合い等は無く仕事ばかりでしたが、白馬では村内のたくさんの方と関われる事が楽しさの幅を広げてくれます。

移住して苦労したこと

良く聞かれる事があるのですが、苦労したと思う事は特にありません（笑）

ただ、白馬に移住してきた周りの方から一番聞くのは「住む」場所を探す大変さについてです。中古物件が出てすぐに購入され、タイミングが難しいと良く聞きます。



これから
移住される方へ一言！

白馬は仕事もプライベートも含めて毎日本当に刺激的な生活が出来る場所だと思います。地域の方も良い方ばかりです。

白馬に移住された際には、地域の方と積極的に関わらせてもらって毎日がどんどん楽しくなってくると思います。

サングラス&帽子

標高が高いため日差しが強い時があります。日焼け対策を！



虫除けスプレー

場所によっては蚊もいるので気を付けて！



草刈り機

広い敷地がある方は一家に一台あります。刃や燃料なども必要です。



自転車

村内は自転車でも楽しめる場所がたくさんあります！



Summer

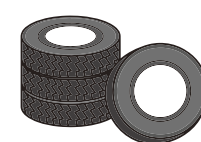
Winter スノーブラシ

車の雪下ろしに必要なアイテム！



スノータイヤ

大体11月後半にスノータイヤに交換。白馬で生活するうえで、必須です！



手袋&長靴

雪かき時にはもちろん普段使いにも！



除雪道具

一軒家のお家では除雪道具が何かしら必要です！



防寒具

最低気温が-15°の日も。暖かい恰好を！



あると
便利な
アイテム

白馬村での暮らしあるある

冬

雪が多い日は朝夕の2回除雪します。水道管も破裂しないように水抜きをしたり、少量の水を出しっぱなしにしたり。また、冬は人口が1,000人ほど増えます。寒さは厳しいですが、一番の賑わいを見せます！

自然

白馬三山（白馬岳、杓子岳、白馬鍾ヶ岳）をはじめとした北アルプスの圧巻の景色や、透き通る川の水など感動すること多いですが、熊、鹿、猪、猿に遭遇することもあります。気をつけましょう。

多様性

多様なバックグラウンドを持った人と知り合えます。白馬北小では、約20%もの生徒が海外にルーツを持っています。街中では色々な国の言葉を聞くことができます。

気になる疑問に お答えします！

車

車はあったほうが絶対に良いです。スノータイヤは必須で、四駆のほうが安心です！冬は車内が凍っている日もあります。長野県は全国1,2位を争うガソリン高価格県です。

買い物

観光地なので、人口の割にはスーパーやコンビニなどが十分にあり、アウトドアブランドも多数あります！飲食店も充実していますが、観光繁忙期は混雑で入れなくなることもあります。大きな買い物は、長野市に行く人が多いです。

レジャー

冬は毎日スキーやスノーボードを思う存分楽しめます！朝一のパウダースノーは最高ですね。

夏もアクティビティ豊富で、登山、サイクリング、釣り、キャンプ、SUPなど日々楽しいです。

また、毎週のように何かしらイベントが開催されています。ただ、雨が降ると一気にやるのがなるのが難点ですね。

地域

地域の人とコミュニケーションをとる方が楽しく過ごせますよ。夏は野菜をもらえるかも！

日々の暮らし

冬は活気があり、豪雪地帯ならではの暮らしが経験できますが、村民には春・秋が一番人気です。

相談先

窓口でのご相談

白馬村役場総務課窓口にて
随時承っています。
平日午前9時～午後4時に
窓口にお越しください。

※担当者不在の場合もありますので、
ご希望の日時をあらかじめ
電話やメールでご連絡してください

オンラインでのご相談

オンラインでのご相談は
白馬村公式LINEから
お問い合わせください！



首都圏でのご相談

銀座NAGANO内
「長野県移住・交流センター」
でも移住相談を行っています。
是非ご活用ください。

check!

銀座NAGANO 移住相談

移住者インタビュー

03

萬代 泰和さん

兵庫県出身
2008年に白馬村に移住

移住先として白馬村を 選んだ理由は？

暮らしの充実です。

3000m級の山が目の前にあって、気軽に滑ったり、登ったり、眺めたりできること。おいしい空気や水が豊富にあり、気の合う仲間や余白が沢山ある。と言ってますが、当時はスノーボードをただただもっと滑りたくて流れ着きました。



移住してよかったこと

暮らしが豊かになっていくこと。

少しの意欲と勇気を持って動けば、世界中から集まる多国籍な方々と仲良くなることもでき、目を疑うような絶景、世界遺産級のパウダースノーを体感できます。

また、山菜やきのこの収穫、野菜を育てるなかで感じる季節の移り変わりを食べることを通して味わうことができる点も良かったです。



移住して苦労したこと

【仕事について】

年間を通して安定収入を得られるような雇用はあまり用意されていません。さまざまな仕事に就いて、季節や自分や家族のライフスタイル、時流にあわせる中で新たな働き方を探す必要があります。

また、白馬には新たな事業をスタートさせるための余白が沢山あるとも思います。

【住居について】

家族で暮らすのに適した一軒家を見つけるのが難しいです。自分の希望に合った家を相応の値段で賃貸したり、購入できるような物件が圧倒的に少ないです。



これから
移住される方へ一言！

迷わず移住してください。高齢化社会を迎えて田舎が生き残って行くためには、若い方々の存在が頼みの綱です。

暮らす

村内の内科・小児科・整形外科を始めとした5医院に加え隣接する大町市に総合病院があります。

休日・祝日は白馬・小谷の北部地域で当番医体制を組んでいます。

松本市にある信州大学付属病院の高度救急救命センターにはドクターヘリが配備されていて、約15分で到着します。また、安曇野市には県立こども病院があり、高度な小児医療体制が整っています。

■移動・交通

村内の主な移動手段は自家用車となります。

また、地域公共交通として白馬デマンドタクシー（乗合タクシー）を運行しています。大町市までは車、JR大糸線で約30分、長野市までは車、バスで約1時間で行くことができます。

■インターネット回線

村内全域で、光通信によるインターネットがご利用いただけます。

■ケーブルテレビ白馬

山間部を除き、屋外アンテナにより地上波デジタル放送が受信可能です。山間部では一部難視聴地域があります。ケーブルテレビ（ユーテレ白馬）にご加入いただくことで、自主放送を含めたチャンネルがご覧いただけます。（月額1645円）

■除雪

道路の除雪体制は整っていますが、自宅敷地内の雪は自身で処理することになります。

■水

上水道は蛇口をひねれば冷たくておいしい北アルプスの雪融け水が出ます。また、生活排水については下水道及び浄化槽での処理となります。

白馬村 LINE 公式
アカウントはじめました！

友だち追加方法

QRコード

ID検索

QRコード

@hakubavillage

LINEの検索窓に
@hakubavillageと入力し
追加ボタンを押してください

■地域での活動

白馬村には、文化振興財団が40余り、スポーツ教室、スポーツ加盟団体。スポーツ少年団があります。白馬村で新しいことを始めようとする方、仲間や友達を作りたい方にお勧めします。詳細は生涯学習スポーツ課へお問い合わせください。

■行政情報の提供

白馬村LINE公式アカウントのほか、各行政区を通じて配布する広報はくば（毎月第3月曜日発行）、防災行政無線（要戸別受信機）、ホームページ、Facebook、ケーブルテレビ自主放送（ユーテレ白馬）等にてお伝えしています。

■行政区への加入

白馬村には30の行政区（自治会）があり、それぞれ独自の規定を設けて区費を集め、地域内の道路・水路の作業やごみ集積場・防犯灯・公民館等の維持管理を行ったり、お祭りなどの行事を開催するなど、地域をまとめる自治組織として、また伝統文化の継承役として重要な役割を果たしています。

転入される方は、ぜひ行政区に加入していただき、地域の絆を深めていただくようお願いいたします。

住む・働く

■住宅を探す

白馬村では所有者が村に登録した大切な土地・建物を大切に使ってくれる人にお繋ぎする空き家・空き地バンクを用意しています。登録されている空き家・空き地の情報は村のホームページで見ることが出来ます。また、不動産業者を通じて物件を探していたるか、個別に所有者に当たって頂くことも可能です。

■建てる・改築する

美しい山岳景観を守るため、新築・増改築にあたり独自の規制を設けています。詳しくは白馬村役場建築課までご相談ください。また、耐震診断・耐震改修に対する補助金制度（上限100万円）があります。詳しくは白馬村役場総務課までお問い合わせください。

■仕事を探す

観光に関する仕事が多く、建設業等も含めて季節雇用の仕事が多い状況です。求人情報は、ハローワーク大町もしくは民間の求人情報誌・求人情報サイトを参照ください。

■創業支援

白馬商工会では、新規事業に必要な知識やノウハウを体系的に習得できる創業塾を開講しています。最新の補助制度や融資制度の情報提供、継続的なサポート、創業仲間づくりなどに加え、修了者には創業支援補助制度（上限100万円）があります。

■リモートワーク

白馬村にはコワーキングスペースが村内に数か所あります。

■ノルウェービレッジ

（コワーキングスペース）
白馬ジャンプ競技場の麓にある、ノルウェービレッジでは、利用料がかからずにワークスペースを利用できます。大きなスペースも貸出しているの、ワークショップなどの開催も可能です。

カフェが併設されていて、美味しいコーヒーやスナックも用意されています。ランチメニューなど、その日の情報はFacebookをご覧ください。

空き家
バンク会
加入業者

「白馬村空き家・空き地バンク制度バンク会」
登録事業者一覧

白馬村空き家・空き地バンク

check! 白馬村空き家・空き地バンク

ハローワーク
インターネット
サービス

ハローワーク大町
0261-22-0340

■就農

国・県・村などが提供する各種補助制度があります。詳しくは白馬村役場農政課にてご相談ください。

■市民農園

1区画100㎡の市民農園を500円／1シーズンで貸し出しています。（定員上限あり、募集日から先着順）

創業事例
紹介冊子

白馬創業塾サポート協議会
0261-72-5101

check!
白馬ノルウェービレッジ

育てる・学ぶ

■医療費の助成

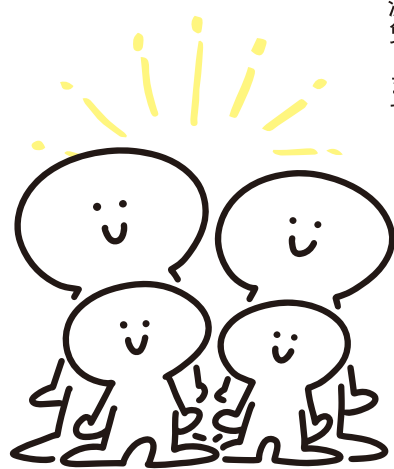
子どもの保健の向上と福祉の増進を図るため、18歳までの医療費を助成しています。（1レセプトあたり500円のみ自己負担）

■保育体制

白馬村には、保護者の就労等を理由にお子さんをお預かりする公立の認定こども園として「しろうま保育園」、私立の小規模保育施設として「Familia Hakuba」、「サンライズ保育園白馬園」、私立幼稚園として「信学白馬幼稚園」の4か所の教育・保育施設があります。また、冠婚葬祭や育児のリフレッシュを目的とする一時保育施設として「子育て支援ルーム」があり、安心の保育体制を整えています。

■保育料の減免

保育料をお子さんが第三子以降の場合は無償、第2子の場合は半額、低所得世帯の第1子の場合は半額、第2子の場合は無償に減免します。



■小児科・産婦人科 オンライン

お子さんや妊婦・産婦さんの体についての質問や悩みを小児科医・産婦人科医に無料で相談できます。LINE、音声通話。動画通話に対応しています。（事前連絡・予約が必要です。）



check! 白馬村子育て支援特設サイト



平成19年に開園した「しろうま保育園」

■コミュニティ・スクール

村立の小中学校及び県立の白馬高校は、コミュニティ・スクールとして、学校と地域住民の協働による開かれた学校づくりに取り組んでいます。

■ICT教育

村内の小中学校はひとり1台のタブレット端末が整備されています。オンライン授業などICT教育を積極的にこなっています。



【左上】白馬南小学校の裏山ゲレンデ
【右上】白馬北小学校のジャンプ台
【右下】ICT教育に取り組む白馬中学校

■白馬高校の魅力づくり

敷地内で公営塾「しろうま学舎」を白馬村・小谷村で組織する白馬山麓事務組合が運営するとともに、国際観光科を設置して生徒を全国募集することで、地域の資源を活用しながら地域内外の生徒が切磋琢磨する環境を整えています。

■その他の支援事業

- ・白馬村こども家庭センター
- ・白馬村子育て支援アプリ「おひさまメモリーズ」
- ・ファミリーサポート
- ・白馬村第三の居場所「はくばのそらいろ」

保育・教育施設

認定こども園（村立）	1園（143名）
地域型保育施設（私立）	2施設（25名）
幼稚園（私立）	1園（60名）
小学校（村立）	2校（362名）
中学校（村立）	1校（235名）
高校（県立）	1校（140名）

山と共に積み重ねてきた歴史・文化を守りながらも、新たな山の楽しみ方を創り出す白馬村。

村民が主役のイベントからトップクラスの選手が集う世界大会まで、四季折々のイベントを通じて、自然と人をつなげるのも白馬村ならではの暮らし方です。

歴史

1913	スキー伝来
1937	民宿発祥
1952	スキー場開発着手
1960～	学生村の受入開始
1960～	スキーブーム到来
1976～	ペンションブーム
1998	長野オリンピック
2004～	外国人観光客増加



イベント

夏



白馬スノーハープ
クロスカントリー
大会

貞逸祭
白馬連峰開山祭

春



塩の道祭り

冬



八方尾根
リーゼンスラローム大会

Freeride Hakuba

村民運動会

白馬村
文化祭

秋



白馬国際
トレイルラン

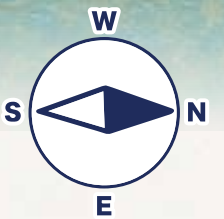
白馬村 生活マップ

白馬村内の①から②は
車で約20分で移動できます！



幼稚園、保育園	スーパーマーケット	白馬村役場
小・中・高	ホームセンター	商工会
病院	ガソリンスタンド	ノルウェービレッジ
整骨院	大北農協 (JA)	温泉施設
歯医者	銀行	県道
薬局	郵便局	国道
コンビニ	図書館	田んぼ・畑
行政区	宿泊・別荘地等	

平川より
左が神城、右が北城！
(南) (北)



小谷村方面
糸魚川へは車で1時間
JRで約2時間

大町市方面
大町市へは
車・電車で約30分

長野市方面
長野市の市街地までは
車・バスで約1時間