

知床のあるまち 北海道斜里町へ、ようこそ

スムトコ シレトコ

Shari, Hokkaido



観光では出会えない

知床があります



知床のある斜里町は、
北海道の道東にある、人口約10,000人の町です。
世界自然遺産、流水などが有名なことから
観光地として知られていますが、
鮭の水揚げが日本一の町、
ジャガイモ等の名産地でもあります。

海・川・森の生命のサイクルがくれる
豊かな恵みに感謝しながら、
私たちは暮らしています。

海があり、森があり、町がある。
ここでは自然に帰るというよりも、
等身大の人間に還ることができる。
ワークとライフがとても近い生き方がある。

さあ、あなたの人生に知床という選択肢を。



知床で暮らすなんて
思ってもみなかった
あなたへ

UTORO

2

知床のあるウトロ

国道334号を知床連山方面へ走らせるとある漁業が盛んなエリア。魚の水揚げを間近で見られたり国立公園にも近く、中心地からは車で約45分。



3

中斜里エリア

斜里中心地から車で10分ほどのエリア。以前は商店街が連なるほどのにぎわいがあった。現在は「中斜里シャトラン」がその役割を担っている。



知床のシンボル

町中で見かける！



知床トコさん

世界自然遺産・知床をもつこの町は、世界有数のヒグマの生息地。知床トコさんは、2015年にスタートした斜里町の知床ブランディング・プロジェクトから誕生したシンボルキャラクターです。

SHIRETOKO SHARI

暮らしがわかる

知床・斜里町MAP

斜里町は、自然豊かな知床で有名な北海道の東側にある町です。雄大な自然が隣り合わせの斜里町には約1万人の人々が暮らし、大自然のすぐそばで、都会とほとんど変わらない暮らしを送っています。



1
3

1

斜里町市街地

JR知床斜里駅や道の駅がある中心エリア。町役場、学校、病院、コンビニ、ドラッグストア、スーパーなどがある。



SHARI

POINT
3

産業

農業や漁業もとても盛んな斜里町には、町外から就業される方や外国人技能実習生も多く暮らしています。産業を意識しながら観光すると新たな発見があるかも？

農業

120.3 億円

(R6 生産額)



主な作物

ジャガイモ、ビート、小麦、人参、玉ねぎ ほか



観光業

101.4 億円

(R6 観光消費額)

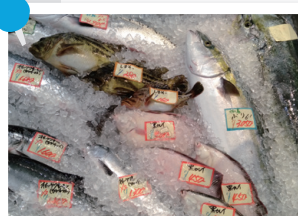


宿泊業、飲食業、ガイド事業など、ウトロ地区を中心に盛ん。移住されたガイドさんも多いです。

漁業

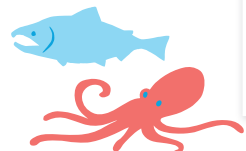
153.7 億円

(R6 漁獲額)



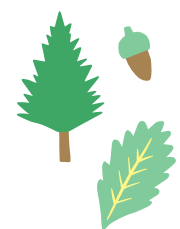
主な海産物

サケ、マス、ホッケ、たこ、キンキ、毛ガニ ほか



林業

かつては林業で知られており、日本の鉛筆のほとんどを生産していた時代もあったんです！



※出典：令和6年 経済白書 / 斜里町 商工観光課

豊かな資源に恵まれた町

世界自然遺産・知床を中心とした観光産業に力を入れる一方で、知床の森を守るナショナルトラスト運動にも長年取り組んでいます。日本百名山のひとつである斜里岳の麓に広がる広大な田園風景を抜けると、冬には流氷が接岸する港が臨める、自然が豊かな町です。

3つの視点で深掘りする
教えて斜里町

世界自然遺産・知床を中心とした観光業だけでなく、漁業や農業も盛んな斜里町。土地・気候・産業の3つの視点から斜里町をご紹介します。

POINT
1

土地

全体の面積のうち、世界自然遺産エリアが半分近くを占めるこの町には、人の暮らしのすぐそばで、多くの希少種や固有種を含む様々な生き物が暮らしています。



斜里町に生きる動植物

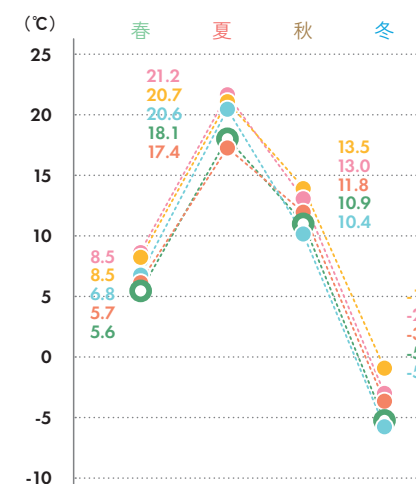
- ヒグマ
- エゾシカ
- キタキツネ
- オオワシ
- オジロワシ
- シマフクロウ
- ケイマフリ
- サクラマス
- シロザケ
- シレットコスミレ
- エゾスカシユリ
- ハマナス など

POINT
2

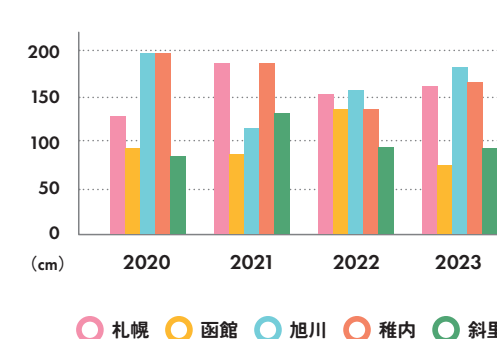
気候

北海道の中でも極寒のイメージがある知床。確かに気温は寒いですが道内の他の地域とそこまで差がなく、雪は他に比べて意外と降る量が少ないんです。

平均気温



最深積雪量



- ▲ 意外と積雪量は少ない
- ◀ 冬の気温は旭川とほぼ変わらない

※気象庁 Web サイトよりグラフ化（気温は 2017.12-2024.2 までの平均値）

SUMMER 夏



本州では最高気温 35℃を超える日でも、斜里は 20℃なんて日も珍しくありません。何より湿気が少なく快適！陽が沈んだ後に窓を開けるとひんやり気持ち良い。ただ！ここ数年は気温が上がる日も多く、クーラーを設置する家も増えてきているとか。

過ごしやすい！

車庫で焼肉

家の敷地内で焼肉をする光景をいたるところで見かけます。そして北海道といえばジンギスカンやラム肉ですが、網で焼く確率が高いです（私たち家族は生ラム肉がお気に入り）。

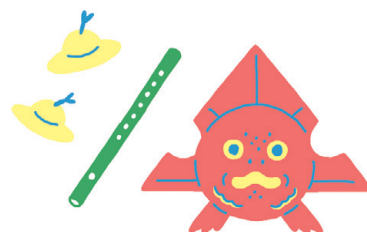


漁業、農業が盛んな斜里。家庭菜園をしている人も多く、様々な場面でおすわけをいただく機会が都会より圧倒的に多いです。

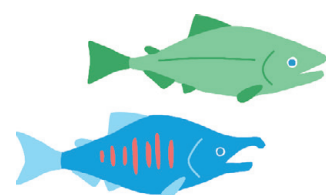
食材のおすわけ

青森県弘前市と友好都市の斜里町。そのつながりから始まったしれとこ斜里ねぶた祭りは夏の一大イベント。町民主体の熱気あふれるお祭りで、本番が近づくと町中からお囃子の練習の音が聞こえてきます！

ねぶたの熱気！



AUTUMN 秋



流氷が去ると本格的に漁が始まる斜里。サケ・マス類が有名ですが、同じ町内でも斜里は海が浅くウトロの方は深いので色々な海産物がとれます。地元のスーパーは見るだけで楽しいですよ！

スーパーに魚がずらり



ウトロのベレケ川の川岸公園では、川岸を散策しながら遡上する鮭の姿を間近に見ることができます（ただし獲るのはだめなので、頑張れ〜！と応援してあげてくださいね）。

SPRING 春



山菜のおすわけ

行者ニンニクやタラの芽、ワラビなど、春は山菜の季節。自分で採ったりいただくことも。同時にヒグマも目覚める季節なので、お互い適切な距離で春を楽しみましょう。

春夏秋冬で感じる 知床の生活

東京から移住して6年目の町民Yさんが感じる、1年を通した知床暮らしの気付きをご紹介します。



車の雪を下すのに、スノーブラシは必須！タイヤが雪の溝にはまって動けなくなることもあるので、携帯用の除雪スコップも車に積んでいます。スノーブーツは長く使える良い物を選ぶことをオススメします！

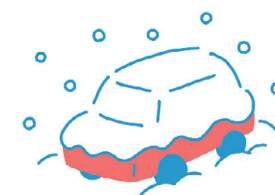
冬の必須アイテム

WINTER 冬



うわさの水抜き

数日家を空けるときは、水道管から水を抜かないと凍結してしまうので要注意！家によっては電動水抜き装置がついていたり、弱い暖房をつけっぱなしで外出する人もいます。



車の出発は計画的に

雪が降ると車から雪を下ろしたり、フロントガラスの凍結を除いたり、エンジンをかけてすぐ発車できないので余裕をもって行動しましょう。

灯油代を惜しまぬ

私たち3人家族の場合、冬の灯油代は月に2〜3万円ほど。厳しい冬を乗り越えるために必要経費と割り切りましょう！



吹雪になると...



学校や仕事が休みに



ホワイトアウトすることも

パウダースノーなので、スキーやスノーボードをする人にとっては最高の環境！そり遊びや森散策も楽しいですよ。サラサラなので雪合戦も痛くない！（雪玉を作るのも難しい?!）



最高の雪質！

職場のリモートワーク化をきっかけに
大好きな地へ



斜里町にたどり着いたきっかけは何だったのでしょうか？

広之さん 斜里町を知ったのは、自分の人生を考え始め、臨床検査技師として勤めていた病院を辞めた30歳のときでした。バイクが好きで、釧路から北海道を一周しようとして北海道3泊目のときに斜里町へ寄りました。「じゃがいも亭（※1）」という民宿に1週間ほど滞在したのですが、宿のオーナーやそこで知り合った方たちとの出会いがとても印象的で、美味しいものをたくさん食べ、お酒を飲みとても楽しかった思い出があります。じゃがいも亭で知り合った方たちは、今でも繋がっていますね。

綾子さん 斜里町以外にも私の出身地である大阪府や都心から交通の便が良い長野県を検討しましたが、広之さんが斜里を大好きなのは知っていたので斜里町への移住を決めました。

綾子さんの勤務先がフルリモートになったことをきっかけに移住をされましたが、移住に際して大変だったことを教えてください

広之さん 移住の決断は「えいやー」という感じで苦勞せず決定しました。ただ、自分たちと娘が住める大きさの家を見つけるのにも苦勞しましたね。役場に連絡して「し

れとらば（※2）」を紹介してもらい、しれとらばでコーディネーターとして勤務されていた山本さんという方が色々な人を紹介して繋いでくださいました。そのおかげで住む家を見つけることができ無事に引越することができました。

綾子さん 引っ越しを決めたのが小学校に上がる子ども入学直前だったということもあり、とにかくまずは住むところ探しが優先事項でした。当初紹介された物件は単身者向けの狭い物件が多く、3人家族が住むには狭い部屋でしたので、自分たちの条件に合う物件探しに大変でしたね。山本さんの協力もあり

「楽しんだもん勝ち」という考え方になりました

家が無事に見つかりいざ移住することが決まると、入学予定の小学校の先生方や役場の方々が手続き面ですごく協力的でスムーズに小学校へ入学することができました。

斜里町は直前まで住んでいた千葉県市川市とはまったく違いますが、移住をきっかけに自身の中で変わったと感じるポイントを教えてください

綾子さん 移住前は本当に仕事一筋で、ギリギリまで働いてたんですけど、こっちに來たら「楽しんだもん勝ち」という考え方になりました。それに、周りにはすごいことをそつなくする人たちが多くて、自分も感化されてもっとやれるんじゃないかって思うようになりました。

広之さん 斜里町へ来てやりた

なか定まらないところですかね。なんでも自分で作れちゃいますし、でも、それが楽しいんです。都会の喧騒が嫌だったり、どこへでも行ける自由を求めているなら斜里町は最高です。最高の観光地がたくさんあるし、アクティビティも豊富です。町についても、都会にいたときよりも身近に考えることができ、催し物に参加することでより深く関わることもできると感じています。人口が少ない地域だと都会より人付き合いが密接となり、今まで意識したり関わってこなかった町づくりに直接携わることも少なくありません。

最後に、斜里や北海道への移住を考えている人にメッセージをお願いします

広之さん & 綾子さん 来ないと損ですよ！ 自然は日本一です

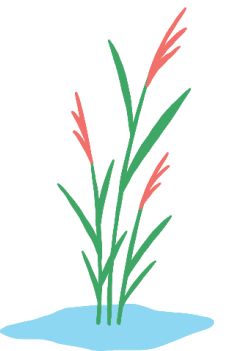


佐藤 広之さん / 東京都出身（職業：自営業）

佐藤 綾子さん / 大阪府出身（職業：会社員）

北海道移住をきっかけに自分たちの時間にゆとりができ、今は家族でアスパラやぶどうを栽培している。

知床の風土を感じながら暮らす



地元の住民との関係や生活に不安はありませんでしたか？

芽惟さん 愛知県の田舎で育ったので、地域で必要な人付き合いに抵抗はなかったです。ライフラインに問題が発生したときも助けてもらい、ありがたかったです。例えば停電時には近所さんにお風呂を貸してもらったり、断水時には水をわけてもらったり。斜里の人たちはとても温かいです。農家さんや漁師さんから食材をお裾分けしてもらったこともあります。美味しい、嬉しいのはもちろんですが、この町に住む人々の営み、力を強く感じられることが私にとっては一番の喜びです。

喜一さん 人との距離が近い

喜一さん 移住に関する制度や情報は全然知らなかったです。仕事もインターネットで「知床」「求人」と検索をし、たまにヒットした知床財団に応募しました。

自分は美術大学出身なので、知床の風土や季節の移り変わりを感じながら、作品作りをしていきたいと考え、自然の中で学びながら仕事ができる知床財団に就職することを決めました。自然に関する知識がそれほど深くなかったのですが、ありがたいことに自分のデザインスキルを評価して雇っていただきました。住まいについても働き始めの頃は職場が用意してくれました。

斜里町と川村さんの縁はどのように生まれたのでしょうか？

喜一さん 当時付き合っていた妻と一緒に10日間の北海道ツーリング旅行をしたのがきっかけです。

もともと北国での暮らしに憧れがあり、旅行を通して北海道の人のおおらかさに触れ、住んでみたいと思いました。同時に、旅行だけではわからない冬の厳しさやヒグマが身近にいる暮らしをもっと知りたくなり、北国の中でも特に知床への思いが強くなりました。

実際に移住するまでにどのような準備をされましたか？

感性を持っていることを知ったのも大きいです。

数々の幸運な出会いを経て、斜里内外の有志で2021年から「葦の芸術原野祭」を開催しています。地域のひと、私のような移住者を含む外部の人間とが、お互いを尊重しながら表現の場を作っていくことを目指す芸術祭です。

最後に二人が好きな斜里の季節を教えてください

喜一さん 斜里の冬が好きです。雪国での暮らしに憧れがあったし、冬の景色とか、その静けさがすごく好きなんです。もちろん、住んでみると除雪の大変さを感じることはありますけど、それでも冬には特別な魅力があります。スキーを履いて散歩できたり、流水が来たり、寒いからこそ自分や生き物の体温を感じられるし、森の中で動物たちの

町に住む人々の営み、力を強く感じられることが一番の喜び

点も含めて斜里の良いところだと思います。誰も知らない空間や誰にも会わない時間が欲しい方にとっては、息苦しさを感じることもあるかもしれませんが。個人的には、人の顔が見える生活が安心感に繋がっています。

お二人は道外にもファンの多い「葦の芸術原野祭」を運営されていますが、きっかけはなんだったのでしょうか？

喜一さん 斜里出身の友人に「知床にはアーティストがたくさん訪れるけど、発表の場は都会ばかりで寂しい」と言われたことがきっかけです。この土地で表現し、この土地に還元される創造的な場を作ることが地域への恩返しになると思いました。

開拓の歴史を学んだり、身近に暮らす農家やハンターさんが自然に対するすさまじい



たくましさを目の当たりにすると、冬って本当に素晴らしい季節だなんて思います。

芽惟さん 私は冬は苦手です（笑）。でも、春のありがたみを感じられるのは、寒さのおかげかも。春は山菜採りです。陽気や芽吹きに、いちいち感動してしまいます！

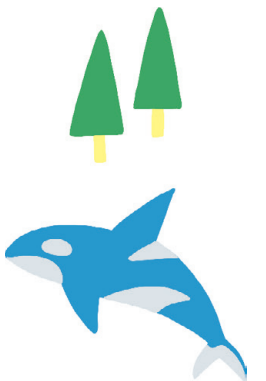
川村 喜一さん / 東京都出身（職業：自営業）
川村 芽惟さん / 愛知県出身（職業：自営業）



葦の芸術原野祭
Web サイト

知床へ移住したのち、知床で出会った仲間4名で制作会社を立ち上げ、地域で活躍・貢献されている。

知床の大自然に魅了され移住を決意



知床を知ったきっかけは何だったのでしょうか？

純平さん 大学時代に課外授業へ行った友人が見せてくれた知床五湖の高架木道からの夕日の写真です。

留奈さん 元々シャチのトレーナーを目指していたのですが、友人が北海道の羅臼でシャチが見れると教えてくれて、通っていた専門学校の研修で羅臼へ行き初めて北海道の知床を知りました。

現在のお仕事について教えてください

純平さん 知床の魅力を知るときっかけとなった夕日の写真を見て、知床で働きたいと強く考えるようになりました。

就職先は、大学在学中にボランティアで参加していた、知床にも支部がある「一般財団法人自然公園財団」です。複数の勤務先がありましたが、惹かれていた知床を勤務地として選択し現在も勤務しています。

北海道へ引っ越してよかったと感じるタイミングはありましたか？

留奈さん 保育園帰りに子どもたちと知床五湖の木道にも行けるし、森で遊べたり、海も近く、すぐに自然で遊べるのが一番いいですね。どこに行っても自然の一部と遊べる。休みの日にはシャチやイルカを見に行ける所も魅力のひとつですし、とにかく暮らしにメリハリがあるのが好きです。

食べ物に関しては、元々魚が苦手だったので、こっちの魚は美味しくて刺身やお寿司も楽しめるようになりました。

北海道で不便を感じることに気づいて教えてください

留奈さん 都心や大きな町であ

休みの日にはシャチやイルカを見に行ける

れば病院やドラッグストアが近くにあるものの、大自然がすぐ近くのウトロはそうもいきません。少しの買い物や病院へ行くのが長距離移動になります。

ただ、ドライブや運転が好きな人は北海道の景色を見ながら楽しんで移動できると思います。

北海道移住にあたり、準備したことはありますか？

留奈さん 専門学校前に研修としてウトロへ行かなければならず、冬のアウトドアウェアを揃えました。そのときに購入したダウンコートは今も愛用しています。

純平さん 山が好きなので知床用に登山用品を買い直しました。車も購入し、手持ちの冬の衣服も新調しました。

移住の際に大変だったことは

ありますか？

留奈さん 会社の寮に入ったのでそこまで大変ではありませんでした。住むところも会社が決めてくれて食事も提供してくれました。

純平さん 職場の寮があったので、住む場所が確保されており特に大変なことはありませんでした。

移居前と比べて、ライフスタイルに変化はありましたか？

留奈さん 食べ物の好みですがね、山菜を多く食べるようになりました。特にお気に入りなのが、知人に教えてもらったエゾエンゴサクのおひたしです。今では、エゾエンゴサクが咲いていると綺麗というより美味しそうと思っています。

最後に、斜里での暮らしで気づけた方がいいことがあれば

純平さん 地元の人と共感して暮らしていくのが大事なので、人と距離を置いて自然の中で暮らしたいという人には、もしかしたら向いていないかもと思います。一見厳しい意見に聞こえますが、斜里のような人口が少ない場所での暮らしは少なからず助け合いが必要になってきます。

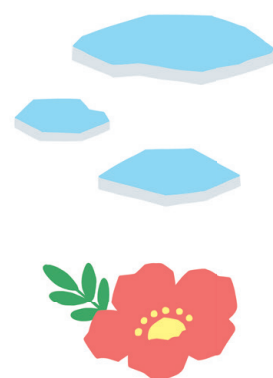
ただ、大自然の中で暮らしているとおおらかな気持ちになれるので、小さいことでよくよしなくなりましたね。

向山 純平さん / 埼玉県出身（職業：団体職員）
向山 留奈さん / 三重県出身（職業：観光業職員）

ウトロで知り合い、その後ご結婚され現在は2人のお子さんとウトロで暮らしている。



日々姿を変える知床が見たい



斜里町への移住を考え始めたきっかけは何だったのでしょうか？

今村さん きっかけは2024年8月に斜里町ウトロへ観光で訪れた際に参加したツアーのガイドさんからの一言でした。ガイドさんが知床の持つ自然の魅力をたくさん教えてくださり、お話を聞いていくうちに、「2週間に1回」訪問しないと姿が変わる知床を見れないんじゃないかと思い、知床に通ってみるよりも住んでみようかなと思うようになったことが、斜里町への移住を考え始めたきっかけになりました。

移住するまでの流れを教えてください。

今村さん まずは仕事を見つけなければならぬと考え、知床旅行から帰ってきてほとぼりが冷めないうちに、斜里町ウトロ地区での仕事をネットです探し始めました。その際、あまり希望する職種の仕事は見つからなかったのですが、たまたまインスタグラムを見ていたらスムトコシレットコのアカウントを見つけ、東京で移住フェアが開催されることを知りました。

実際に移住するとなればどんな準備が必要なのか、自身も移住者である斜里町の移住担当の方の生の声を聞く良い機会だったので、斜里町のブースに直接伺い、斜里町で

の仕事・生活・不安に感じている点をご相談しました。その中で、斜里町が移住体験ツアー（以下、ツアー）を行っていることを知り、実際に移住する視点を持って斜里町へまた行きたいと思い、ツアーに参加してみました。

改めて、ツアーを通して実際に斜里町で自分が生活をするイメージがついたので、2025年に住んでいる神奈川県から斜里町へ移住をしました。

移住体験ツアーはいかがでしたか？

今村さん ツアーを通して体験した斜里町は、私が観光で訪れたときに見た斜里町のイ

旅では体験できない、移住体験ツアーでの
地元の方との交流が住みたい気持ちを強くした

メージとはまた違う町の顔を見ることができました。

ツアーでは、参加前に事前ヒアリングがあり、斜里町に住む人の視点で「見たい・聞きたい・知りたい」をお伝えし、ツアー内容をコーディネートしていただきました。町内施設や地域のお店を巡り、町民の方たちとインドカレー作りを体験したり、興味のある職場を見学するなどさまざまなところへ行きました。自分ひとりでもいろんな場所を巡りましたが、ツアーで特に印象に残っているのは地域の方との交流です。ひとりで観光した際にはあまり地元の方と交流することがなく通り過ぎてしまっていたので、地元の方のお話がとても面白く、斜里町に住むイメージが付きやすかったです。

移住フェアの際には他の道東地域を検討しましたが、斜

里町のツアーを通してこの町に住みたいという気持ちがとても強くなりました。

移住後の斜里の魅力はどのように感じていますか？

今村さん 神奈川県藤沢市の出身なので、海岸線が湘南の海に似ていて不思議と懐かしい感じがします。そしてやはり、自然がとても良いです。斜里町ウトロ地区は世界自然遺産のある知床エリア内にあるので、そんな環境で生活することができて満足度が高いですね。そして、私が住むウトロ地区は知床の魅力に惹かれて移住してきた方も多く、住んでいる方みなさんが優しく、疎外感はありません。ご飯も美味しい、自然も綺麗、通勤風景で流水を見たりと、地元では体験できないものも斜里町では体験することができ、とても楽しいです。

斜里町への移住を検討されている方にメッセージをお願いします

今村さん 私自身、たまたま旅行で訪れた知床に移住するとは思ってもみませんでした。新卒から働いていた職場を辞めて、まったく畑違いの職種でお仕事をしていますが、自分が大事にしたい価値観に素直に従った結果だと思っています。とにかく斜里町への移住が気になっている方がいらしたら、一度斜里町を体験しにきてください！

そして、斜里の人とたくさんお話をしてみてください！きっとこの町の良さがわかると思いますよ。

今村 早友里さん / 神奈川県出身（職業：団体職員）

観光で訪れて魅了された知床の季節の移り変わりを毎日満喫している。





BAD POINT

BAD

首都圏に比べて風が強い

風が強い日が多くびっくりしました。これまで住んでいた場所では風が強いのは台風・春一番・木枯らしなど決まったものが多かったですが、日常的に風が強いのは異国感があり不思議な感覚です。

BAD

スーパーが閉まるのが早い

一番遅くに閉まるスーパーは20:30 閉店。ちょっとドラマを見過ぎちゃったときはもうアウトです。でも近くに24時間空いているコンビニが複数あるので不便ではないですね。

BAD

時期によって独特な匂いの風が吹く

斜里町には畑が多く、海もとても近い町です。畑に肥料を撒くタイミングや、農作物や水産加工シーズンは風向きによって独特な匂いがすることがあります。

BAD

冬の除雪が大変 & 寒い

豪雪地帯に比べると降雪量は少ないですが、車や家の周りの除雪はある程度必要です。家の中が暖かいので寒さはまだ平気ですが、まとまって雪が降った日の除雪はやっぱり大変です。。

BAD

高速道路（高規格道路）までが遠いので、札幌や旭川への車でのアクセスがあまり良くない

よく旭川へ行くのですが、遠軽ICまでがとにかく遠い（斜里から約2時間）。慣れてしまえば問題ないのですが、まだまだ慣れるのには時間がかかりそうです（斜里から旭川までは約4.5時間）。



GOOD POINT

GOOD

海と森と川が揃っている

登山、釣り、カヌーなどアウトドア好きには天国。出勤前にカヌーをしたり、キャンプ場で朝食を食べたり釣りに行ったりとアクティブな人も多いです。

GOOD

通販で買った商品がすぐ届く

最果てのイメージがあった知床ですが、通販サイトで注文した家電や商品も大手であれば2～3日で届くので驚き！とっても助かります。

GOOD

深夜までやっている昔ながらの snacks が多い

実はスーパーの数よりsnacksが多い斜里町。夜遅くまでご飯が食べられるお店もあり、どこもレトロでどこか懐かしいです。

GOOD

町民主体の楽しいイベントがたくさん開催される

首都圏に住んでいた頃はイベントがあっても人混みが苦手によく避けていたけれど、斜里町のイベントは規模がちょうどいい！特にねぶたがお気に入りです。

GOOD

意外に首都圏や札幌圏までの移動時間が短い

斜里町から最寄りの女満別空港まで車で約1時間。女満別空港から羽田空港までは約1時間45分なので首都圏までの移動の利便性が高いです。

活発に活動しているサークル



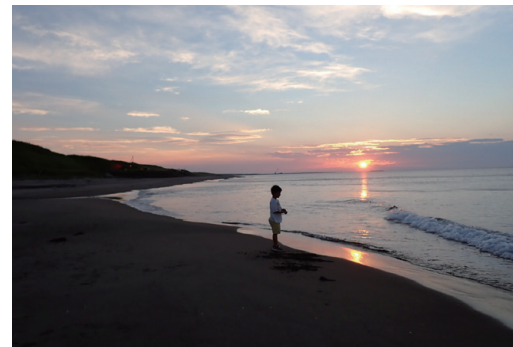
サークル活動がとても盛んでその数120組以上！毎年6月に配布される活動情報は、なにかを始めたい、仲間を増やしたいという人の手がかかりになっています。

以久科原生花園からの流氷



海岸で流氷を間近に見られるのが斜里町の魅力。日によって違う顔を見せる流氷を楽しめるのも住んでからこそ（ただし流氷にはぜったい登らないように）。

雄大な自然の中で散歩



北海道らしい景色の中での散歩は格別。海も近いので、仕事帰りにふらっと立ち寄って海辺を散歩して帰るなんて日も。

住んでからこそ楽しめる 知床暮らし

休みの日や仕事帰りの町民の過ごし方をご紹介します。観光サイトに載っているあの場所も、暮らしている人ならではの楽しみ方があるかもしれません。

毎月行われる町民主体のイベント



30年近く続く「ふらっとナイト」という町民に愛されるアットホームなイベント。抽選会や出店、ゲームなど、毎回とてもにぎわっています。

流氷を真正面にスキー



町内にあるウナベツスキー場とウトロスキー場。パウダースノーな上にどちらも流氷を眺めながら滑れるなんて最高ですね。

気軽に行けるキャンプ



斜里町も含め周辺にはキャンプ場も多いので、仕事帰りに気軽にキャンプをする人もいます。移住をきっかけにキャンプにはまる人も！

秀峰斜里岳の名水・来運の水



夏でも6℃前後と冷たい来運の湧き水。週末には空の容器をたくさん持って汲みにくる人も。ご飯、コーヒー、料理に何でも使えますよ。

鮮度の良い海産物を楽しむ



同じ町内でも斜里とウトロは海の深さが違うので、様々な種類の海産物が水揚げされます。特にカレイの種類の多さと安さにはびっくりしますよ。

斜里町が詰まった博物館と美術館



知床博物館で歴史や自然を学んだ後、北のアルプ美術館で静かに美術鑑賞を楽しむ休日も。町民は博物館の入館料が無料なのもうれしいです。

知床の豊かさに関われる 離れていても

しれとこ100平方メートル運動の森・トラスト

かつて乱開発の危機にあった知床国立公園内の開拓跡地を保全し、原生の森を復元する取り組み。運動を応援する寄付を募っています。



Web サイト

ふるさと納税

いただいた寄付金は、さけ・ますの自然産卵環境保全や、小中学生の学習環境の整備などの取り組みに活用されています。



Web サイト



移住前後でどう変わった？



斜里町民 Y さんの場合

Profile

移住 6 年目
3 人家族（妻・娘）
40 代前半

イベントを主催したり
参加することで、
色々な仲間が増えました！

とある休日のスケジュール

- 5:30 ○ 起床
寝ている娘を起こさないように
そっと起き、趣味の楽曲制作や練習を行う
- 8:00 ○ 娘起床、炊事洗濯
- 10:00 ○ 家族、もしくは 1 人でお出かけ。車での遠出や、町内での散策・買い物。イベントを主催したり参加したりも

- 18:30 ○ 帰宅
- 20:00 ○ 娘とお風呂
- 21:00 ○ 就寝

町内のお店や
移住してきた人と
楽しくやっています！

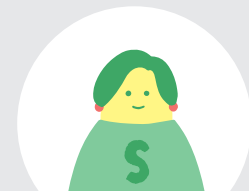


移住前後の生活費の変化

(単位：円)

	移住前	移住後	
家賃	120,000	50,000	移住前（2DK）→ 集合住宅（3LDK）
ガソリン代	0	23,000	
交通費（公共交通機関）	6,300	0	
交際費	30,000	6,000	車社会なので飲む機会も減った
水道	5,000	7,500	
ガス（灯油代込）	6,000	30,000	冬場はどうしても灯油代が高くなる
電気	3,000	7,000	
娯楽	0	20,000	飲み代が減った代わりに、イベントで飲食物を買う機会が増えた

1日の流れと生活費



斜里町民 S さんの場合

Profile

移住 2 年目
単身
20 代後半

時間的にも金銭的にも
余裕ができて
クラブ活動を始めました！

とある平日のスケジュール

- 7:30 ○ 起床
- 7:45 ○ 斜里岳を見て今日の天気を想像。
窓を開け、部屋の中に風を入れ、朝のストレッチをする
- 8:00 ○ 朝食・コーヒー
- 8:30 ○ 出社
- 8:45 ○ 始業
- 16:45 ○ 終業

- 17:00 ○ 帰宅
- 18:00 ○ クラブ活動（自分で立ち上げたキックボクシングクラブ！）
- 21:10 ○ 帰宅
- 22:00 ○ ダラダラタイム
- 23:00 ○ 就寝

0 から始めることに対して
周りの人たちが
すごく応援してくれる！



移住前後の生活費の変化

(単位：円)

	移住前	移住後	
家賃	60,000	41,000	移住前（2SLDK）→ 集合住宅（2LDK）
ガソリン代	6,000	15,000	休日、道内に遠出する機会が増えた
交通費（公共交通機関）	10,000	0	基本車移動！
交際費	30,000	10,000	お酒をあまり飲まなくなり、お昼休みも家に帰って食べるようになった
水道	3,000	3,000	
ガス（灯油代込）	6,000	20,000	冬場の灯油代・給湯器がレンタル + プロパンガスなのでベースが高め
電気	6,000	6,000	
娯楽	30,000	10,000	クラブ活動の備品をはじめ、気がいたらトコさんや財団グッズをついつい買ってしまっている

移住

Q

&

A

Q 斜里町（北海道）への移住を検討しています。
どこに相談すればいいですか？

A 移住に関するご質問、支援金などのご相談は、斜里町の移住相談窓口（下記 QR フォーム、もしくはお電話）からお問い合わせください。まだ移住しようか迷っている、斜里町へ移住したいけどどうすればいいのかわからない、そんなご相談でも大丈夫。お気軽にご相談ください。



移住相談フォーム

【お問合せ先】斜里町役場 移住相談窓口
担当：移住コーディネーター

Q 斜里町にはどんな仕事がありますか？
自分に合う仕事が見つかるか不安です。

A 自然と関わる仕事や飲食店・会社勤めなど多岐にわたる仕事があり、様々な方が多種多様な仕事に就いて生活を送っています。コワーキングスペースもあるので、リモートワークの方にとっても気分転換しながら仕事ができます。ぜひお気軽にご相談ください（※1）。

斜里町の主な職種

漁業／農業／製造業（水産加工、農産加工）／公務員／福祉事業／飲食業／ガイド業／ホテル業／建設業／運送業 など

Q 斜里町にはどんな住宅がありますか？
また、すぐに入居できますか？

A 斜里町にある物件数は豊富ではありません。築 20 ～ 50 年の物件が多く、築浅や新築の物件が少ないのが現状です。町内住宅（賃貸、売買）を紹介している Web サイトや空き家バンク、町営住宅のご用意もありますので、詳しくは移住コーディネーターに一度ご相談ください（※1）。



空き家バンク
Web サイト

Q 移住する際、受けられる支援金がありますか？

A 東京圏（埼玉県・千葉県・神奈川県及び東京都）から斜里町へ移住する方が移住支援金の対象となります。条件を満たす方には、単身の場合は 60 万円、世帯の場合は 100 万円（※2）が支給されます。移住支援金の要件など、詳細については移住コーディネーターまでご相談ください。

知床・斜里町での暮らしを体験しませんか？

ネットにある情報だけだとちょっと不安。移住後の暮らしをもっと知りたいあなたへ。斜里町での暮らしを体験しませんか？



／ 知ってほしい！ 知床暮らし ／

あなたの " 知りたい " に合わせた移住体験！

移住体験ツアー

移住コーディネーターがあなたの " キニナル " を解決！

旅行だけではわからない「斜里町の暮らし」を移住コーディネーターがお手伝いします。地元の人との交流を深めたり、移住前に知り合いができるかも？ 移住後の暮らしを想像してみませんか？

モデルコース

3泊4日
お仕事コースの一例

DAY1

町の紹介

DAY2

職場見学（※1）

DAY3

自由時間（※2）

DAY4

報告会、解散

※1 見学先は参加者のご希望をヒアリングのうえ調整します

※2 自由時間にも見学をご希望の場合は、事前に移住コーディネーターまでご相談ください

短期滞在型移住体験（ちょっと暮らし）

斜里町の暮らし、実際に体験してみた。

移住体験ツアーよりも、さらにステップアップ！市街地にある平屋の一軒家で斜里町での暮らしを体験してみませんか？ 地元食材を使って料理をしたり、町内散策をしたり、移住後の生活をイメージしながら斜里暮らしを体験することができます。



※ 「移住体験ツアー」および「短期滞在型移住体験（ちょっと暮らし）」はすべて有料となります

※ 職場・物件の見学について、ご希望に添えられない場合がございます。ご了承ください

SUPPORT 06 育児・移住

保育料・給食費が無償に

すべての世帯において、3～5歳の保育料・給食費が無償となります。

※ 0～2歳は保育料の負担があります
 ※ 同一世帯において18歳未満の児童が3人以上いる場合、第3子以降の児童については免除対象となります（世帯の収入状況によっては、対象外となる場合があります）



SUPPORT 07 育児・移住

子どもの医療費が無料に（※1）

18歳未満（※2）のお子さんの医療費（自己負担額）が無償になります。

※1 助成対象外となる費用あり
 ※2 18歳の誕生日を迎えた年度まで

SUPPORT 08 育児・移住

育児を頑張るパパ・ママを地域みんなでお手伝い！

お子さんの通園や放課後保育などの送り迎え、買い物や通院など、登録会員がお子さんをお預かりします。

※ サービスの利用には、入会登録や会員同士での合意があることなど条件があります

SUPPORT 09 育児・移住

支援を活用して安全・快適な住環境を

空き家バンクを活用して購入した中古住宅のリフォームをはじめ、中古住宅購入後のリフォームや持ち家リフォームをする場合に、最大40万円（※）を支援します。

※ 持ち家の場合、最大30万円が支援されます。中古住宅購入後のリフォームの場合、30万円が支援、出産予定の方や高校生までのお子さんがある家庭には、さらに10万円まで限度額拡充があります

SUPPORT 10 育児・移住

子育ての不安・悩みに寄り添います

慣れない土地で相談できる人がいない、子どもが成長できているか不安。その悩み、専門家に話してみませんか？ お子さんのお友達作りや、他のパパママとも交流できます。

SUPPORT 11 健康・移住

24時間いつでも相談できる健康ダイヤル

もしもに備える、しゃり健康ダイヤル24。ご自身やご家族の健康・医療についてのご相談に、専門家が24時間365日対応します。

※ 相談者の年齢制限なし

子どもが小さいうちは医療費やゴミも想像以上にかさむので、こういった支援はとても助かります！



Check!!

詳しい子育て情報は
子育てガイドブックを参照！



ユニークな支援も！ 斜里町の子育て支援

国が用意している子育て制度とあわせて、斜里町ならではの子育て支援も用意しています。



SUPPORT 01 妊娠・出産

出産・子育て応援します！

妊娠期からの支援のため、①ご懐妊されたとき②出産前（予定日から8週間前）の2回に分けて、5万円ずつ支給します。

※ 1回目の給付は妊婦さん1人につき5万円、2回目の給付は胎児1人につき5万円となります（例：胎児1人の場合は合計10万円の支給となります）

SUPPORT 02 出産・移住

誕生おめでとう！ ミズナラの木のスプーンプレゼント

お子さんの誕生をお祝いし、お子さんの「名前・生年月日」を刻印した町の木「ミズナラ」製のスプーンをプレゼント！

※ 斜里町で誕生したお子さん、斜里町へ移住された1歳未満のお子さんが対象となります



SUPPORT 03 出産・移住

ベビーカー・ベビーバスの無料貸し出し

斜里町にお住まいの乳幼児がいるご家庭に、子育てにあると便利なベビーバス、ベビーカーを無料で貸し出します。

※ ご利用には、お子さんの年齢制限があります
 ※ 斜里町在住の方のみ

SUPPORT 04 出産・移住

乳幼児家庭用ゴミ袋プレゼント

斜里町で生まれたお子さんや、移住された2歳未満のお子さんがあるご家族を応援！ゴミ袋100枚（※）をプレゼントします。

※ 移住されたお子さんの年齢によって受け取れる枚数が増減します
 ※ 配布はお子さん1人につき1回限り（期限あり）

SUPPORT 05 育児・移住

親子でワクワク、新しい本との出会い

斜里町で乳幼児健診（生後4か月・9か月）を受診されるお子さんに斜里町から絵本をプレゼント！0歳～小学校への入学前まで、年齢にあわせた絵本の貸し出しも行っています。

※ 2週間に1度、本をご自宅まで無料でお届け・回収します
 ※ 年齢に合わせて図書館職員が3冊セレクトします



ABOUT SHARI

もっと知りたい知床・斜里町！

スムトコ
シレトコ



Instagram



Web サイト

「スムトコ」な知床斜里町の魅力を
発信しています。ぜひフォローを！



斜里町役場
Web サイト



知床ブランディング
Web サイト

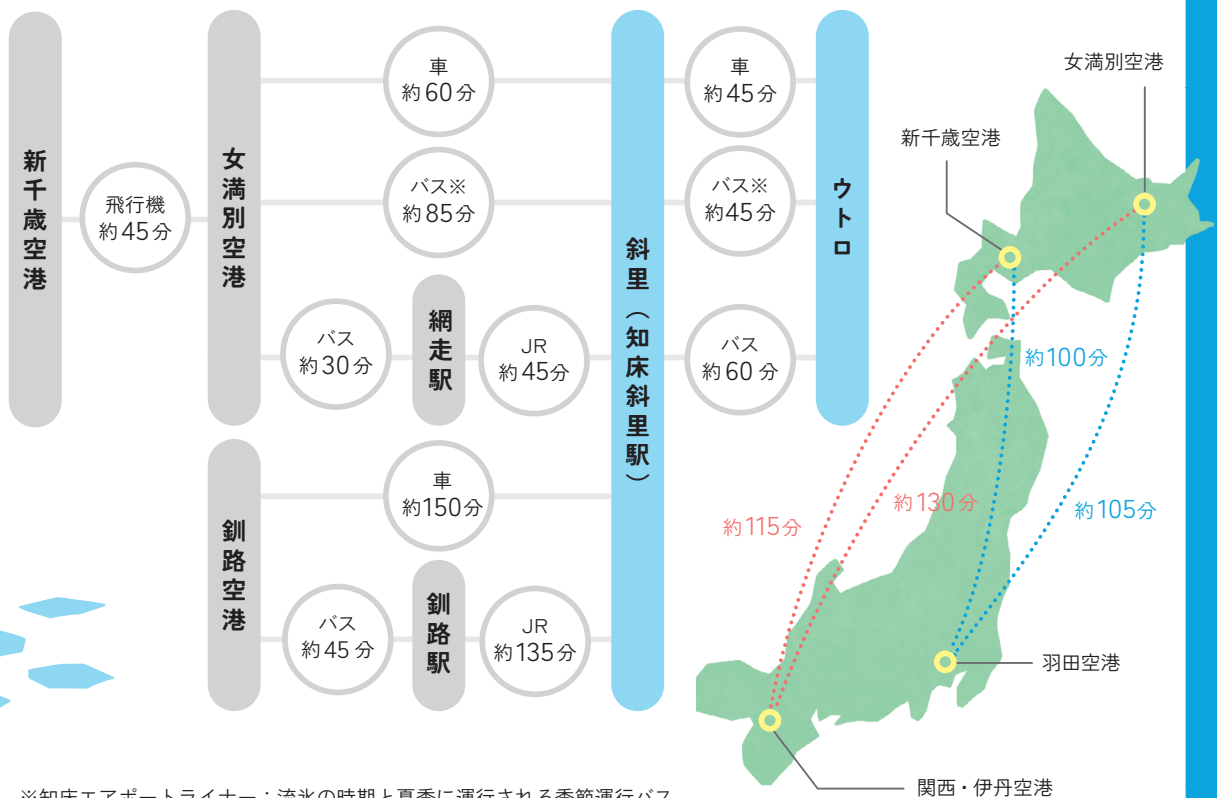


知床斜里町観光協会
Web サイト

ACCESS

来てみて知床・斜里町！

羽田空港から女満別空港まで約 1 時間 45 分。そこから斜里町まで車で約 1 時間。
東京から約 3 時間、思ったより近くないですか？



※知床エアポートライナー：流氷の時期と夏季に運行される季節運行バス