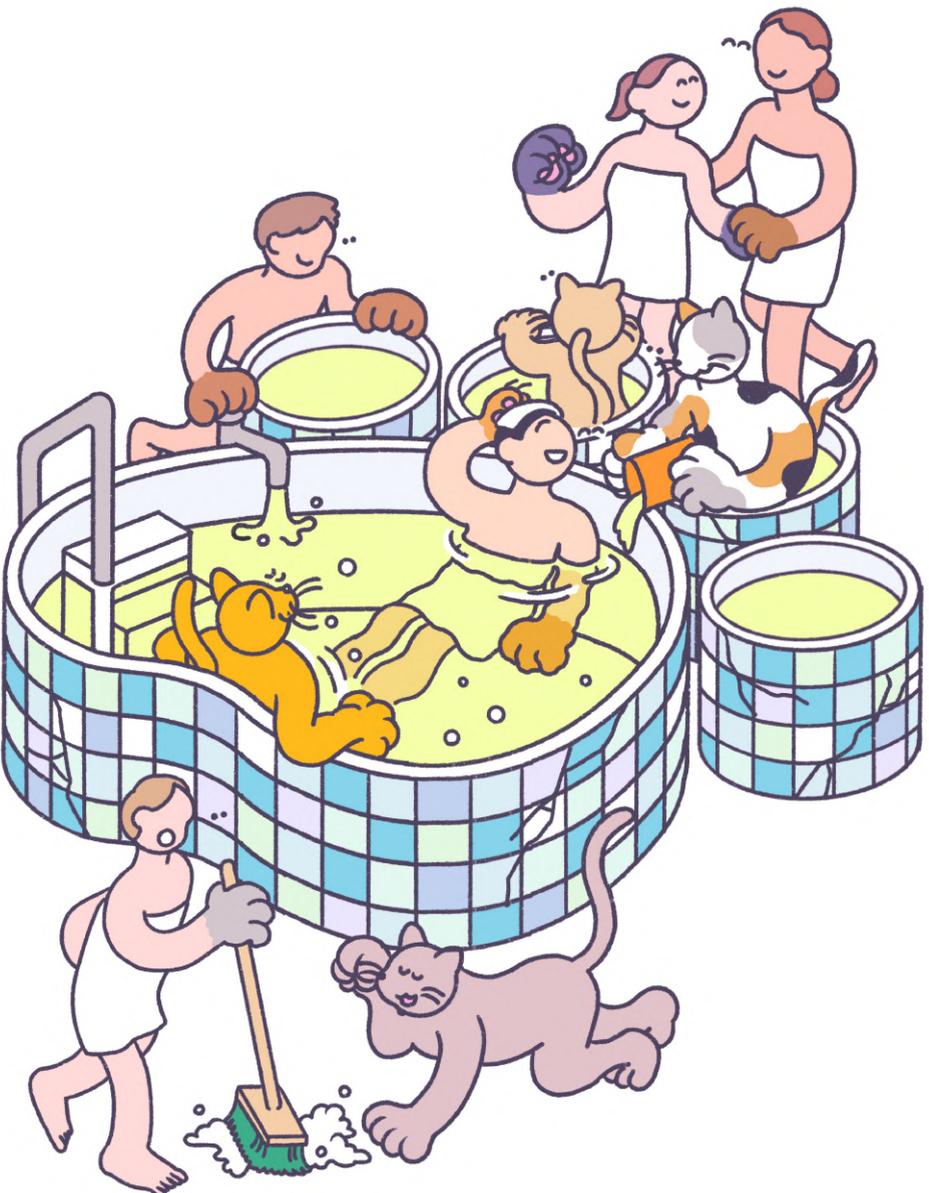


あなたの力を借りる未来

# 猫の手のお湯

甘楽  
富岡



## 【効能】

自分にできる手助けから地域に関わることで、自分たちもまちづくりに参加しているという一体感が増します。

## 【特徴】

エナジードリンクのように発泡している黄色の泉質。浴槽は、どことなくポロポロだが、何か惹かれるものを感じることでしよう。

## 【入浴方法】

猫の番頭さんの指示に従い、入浴します。壊れていたり、お湯が止まっていたりしますので、手助けしましょう。

※無理をしすぎるとかえって疲れますので、完璧を目指さず、自分にできる範囲で手伝い、くつろぎましょう。

## 【対象】

地域で何か小さなことから役に立ちたいと思っている人におすすめです。

## 【成分】

このお湯の成分となる「未来の種」の一覧です。タイトル下の括弧に、提案自治体名と関連テーマを記載しています。

### 『居場所と出会えるポイントカード』（県・多世代）

いつでも（特に市への問い合わせ時、ちょっとおやすみしたい時、団体問い合わせ時、学校じゃない場所に行きたい時）、各団体の拠点や団体を応援している人がいるお店、市役所などで、お子さんのいる世帯や施設の大人、職員・教員などが、居場所となる場所の載ったマップ（ポイントカード付き）と出会う。

### 『居場所と出会えるニュースレター』（県・多世代）

毎月一回、居場所づくりの団体が活動を紹介するニュースレターをつくる。学校と連携し、子どもたちに周知し、漫画で広報紙を作成し、公民館などの施設に配る。

### 『へい！ Jিনি(地民)』（富岡市／観光）

富岡を楽しみたい観光客が、観光案内所やラジオで、富岡に詳しい妙義人から、直通電話で情報提供を受けられる。個性あふれる地元民からのおすそめをきける。

### 『なんもく高齢化ラボをつくる』（南牧村／空き家）

シニアとベンチャーの共創で、高齢化ラボをつくり、暮らしの学校（大人向け、子ども向け）や防災拠点・民泊を官民連携で創出する。その他のアイデアでは古蔵書ライブラリーや防災運動会、まちごと合宿所も。

### 『なんもくお手伝い会社をつくる』（南牧村／空き家）

村内にいる移住者によるお手伝い制度。移住者が地域を見守ったり、草むしりや掃除や個人の技能を活かしたサービス提供をする。また、物物交換や物・サービス交換、交流サロンの運営や、村外の子ども・孫世代への情報発信もする。

分かり合う未来

# うなずきの湯

甘楽  
富岡



## 【効能】

地域での情報共有が盛んになることで、お互いの想いへの理解が促進され、新しい考え方に柔軟になります。

## 【特徴】

酸性（賛成）。酸度が高いので、気づいたら身体がお湯に溶け出し、他のお客さんと一体になります。

## 【入浴方法】

石頭をほぐすために、入り口にはヘッドマッサージが。程よく頭が柔らかくなったら入浴しましょう。

※「聞く耳」が必須アイテムです。うなずきすぎて首がもげるので、長湯のしすぎには注意してください。

## 【対象】

組織や世代などの「壁」を感じ、それを取り払いたいと思っている人におすすです。

## 【成分】

このお湯の成分となる「未来の種」の一覧です。タイトルの下の括弧に、提案自治体名と関連テーマを記載しています。

### 『みんなで作る「かわら版」』（下仁田町／移住）

町内及び周辺市町村で、行政及び市民が、空き家の利活用に関する情報を収集し、発信する。回覧板やフリーペーパーを通じて、空き家バンク登録物件の呼びかけをしたり、空き家の簡易的な紹介をする。また、移住者のニーズを発信し、読んだ人に回答をもらえるシステムも作る。

### 『空き家の理解促進、啓蒙活動』（南牧村／空き家）

空き家の活用から事業開始までの経過を村内で説明する会を開く。また、空き家新聞や情報発信を通じて、定期的にシェアする。管理できなくなった場合の問題を情報発信したり、税に関する住民勉強会を開き、積極的に広報で事例を発信する。

### 『そうだ！若手農家で相談しよう』（富岡市／農業）

同じ志を持った若手農家が情報を共有したり、困りごと、とくダネ、新しいビジネスを模索できるコミュニティを作る。

出逢いで踏み出す未来

# つながりの湯

甘楽  
富岡



## 【効能】

地域とのつながりが生まれることで、新しいことへのチャレンジ精神が湧き、一歩踏み出すことができます。

## 【特徴】

みんなで入る多世代混浴です。ずっと入っていたくなるような温度で、肌触りの良いお湯です。

## 【入浴方法】

第一声は「こんにちは」。恥ずかしがらずに挨拶からはじめ、一期一会を大切に、入りましょう。

※色々な出会いがありますので、次にどのお湯に入ろうか悩んでしまうことも。一つ一つの出逢いを大切にしながら、ゆっくり交流を深めましょう。

## 【対象】

地域との地縁が薄い人や、地域と人を出会わせたいと思っている人におすすめです。

## 【成分】

このお湯の成分となる「未来の種」の一覧です。タイトル以下の括弧に、提案自治体名と関連テーマを記載しています。

『なんもくR不動産をつくる』（南牧村）空き家空き家物件が出たときに、行政が村内やネットで、情報を発信し、メリット・デメリットを正確に伝えたり、古民家のバラエティー情報を発信する。

『下仁田「NOW!!」〜今を知る〜』（下仁田町）（移住）

首都圏で出郷者向けのMTGを開催。下仁田出身のタレントに「no」pageでまちの魅力を発信してもらったり、下仁田を思い出してもらえるようなラジオ放送などを行う。

『移住希望者向け広報充実』（甘楽町）（移住）

官民一体で、移住希望者がまちをイメージしやすいHPをつくり、全国に向け、SNS、メディア活用をし、まちのアピールをする。

『移住コンシェルジュの設置』（甘楽町）（移住）

町内の立ち寄りやすい場所に、官民一体チームで移住コンシェルジュ（相談窓口）を設置。わかりやすい相談窓口を作ることを目指す。

『そうだ！農業やってみよう』（富岡市）（農業）

農業に興味を持った時に、誰もが富岡市内の畑で農業体験やシェア畑を通して、気軽に農業に触れられる。また、栽培を記録して発信したり、都市住民との交流も育む。

『居場所と出逢えるマルシェ』（県）（多世代）

居場所のマルシェを開催する。施設を拠点に活動して交流する。保護者コミュニティ交流会の開催や、子どもフライデーや日替わり子ども亭など。

『居場所同士が出逢えるコンシェルジュ』（県）（多世代）

定期的に地域の「各場所」で、社会福祉協議会等の中間支援団体や居場所実施者が、情報交換会の開催を行ったり、ボランティア活動のコンシェルジュを行う。

夢がまたたく未来

# ちるめきの湯

甘楽  
富岡



【効能】 みんなで夢を語りあうことで、未来思考での地域づくりのきっかけになり、地域が一体となります。

【特徴】 さらさらと光る、夢のかげらが入っています。お湯には虹がかかり、全体的にチカチカと輝いています。

【入浴方法】 自分の夢を封入したバスボムを持参します。入る時にはバスボムを投入し、それぞれのバスボムから出てきた夢を楽しみます。

※夢と現実の狭間が合間になり、気づいたら夢の実現に向けて取り組み始めてしまいます。うまく周囲に助けを借りながら、進めてみましょう。まずは夢を語りたい人や、夢を実現したい人におすすめです。

【成分】 このお湯の成分となる「未来の種」の一覧です。タイトルの下の括弧に、提案自治体名と関連テーマを記載しています。

『妄想会議 ―多世代が交流できる場―』（富岡市／観光）  
月に一回ぐらい、妄想が溢れた時、夢を語りたくなった時に、地元の食堂、ふるさと美術館、キャンプ場などに集まる。「発言に責任を持たない場」として、気軽に参加できるようにする。ワークショップ形式、飲み会、ボードゲーム、ペタンクなどでやってみたいことを集めて実現する場に。

『妙義でないと』（富岡市／観光）  
星が綺麗な夜に、妙義山周辺（例 小学校、キャンプ場）で星を見る会をひらく。ドライブ、ゴシターやキャンプ場マルシェなどの、妙義で「ないと」できないことを実現をさせることを目指し、交流する。

『移住して夢が叶うまち富岡』（富岡市／移住）  
夢を実現したい人（市内外問わず）や市民が市内の空き店舗や空きスペースを利用する。例えば、安く住める家があったり、手続きのサポートをしてくれる地域の人がいったり、サポートを中心としたコミュニティづくり。市内で映画館を運営したい人や団体をサポートしたり、区長や地域の役員に向けた移住セミナーも行う。

薫り立つ未来

# かぐわし の湯

甘楽  
富岡



【効能】 地域の魅力を「薫り」から伝えることで、印象や記憶にのこるコミュニケーションを生み出します。

【特徴】 香りだけでたどり着ける、徒歩で行ける秘境にあります。周囲は、真つ暗。入浴後、素敵な香りが身を纏います。

【入浴方法】 嗅覚を研ぎ澄ませるために、目を閉じて入ります。大きく息を吸い込んで、妄想を楽しみましょう。

※あまりにいい匂いすぎて、コーヒーを飲みたくなったり、お酒を飲みたくなったりします。

【対象】 目から入る情報に疲れている人や、地域の魅力を「香り」を入りに口に入りたい人におすすめです。

【成分】 このお湯の成分となる「未来の種」の一覧です。タイトルの下の括弧に、提案自治体名と関連テーマを記載しています。

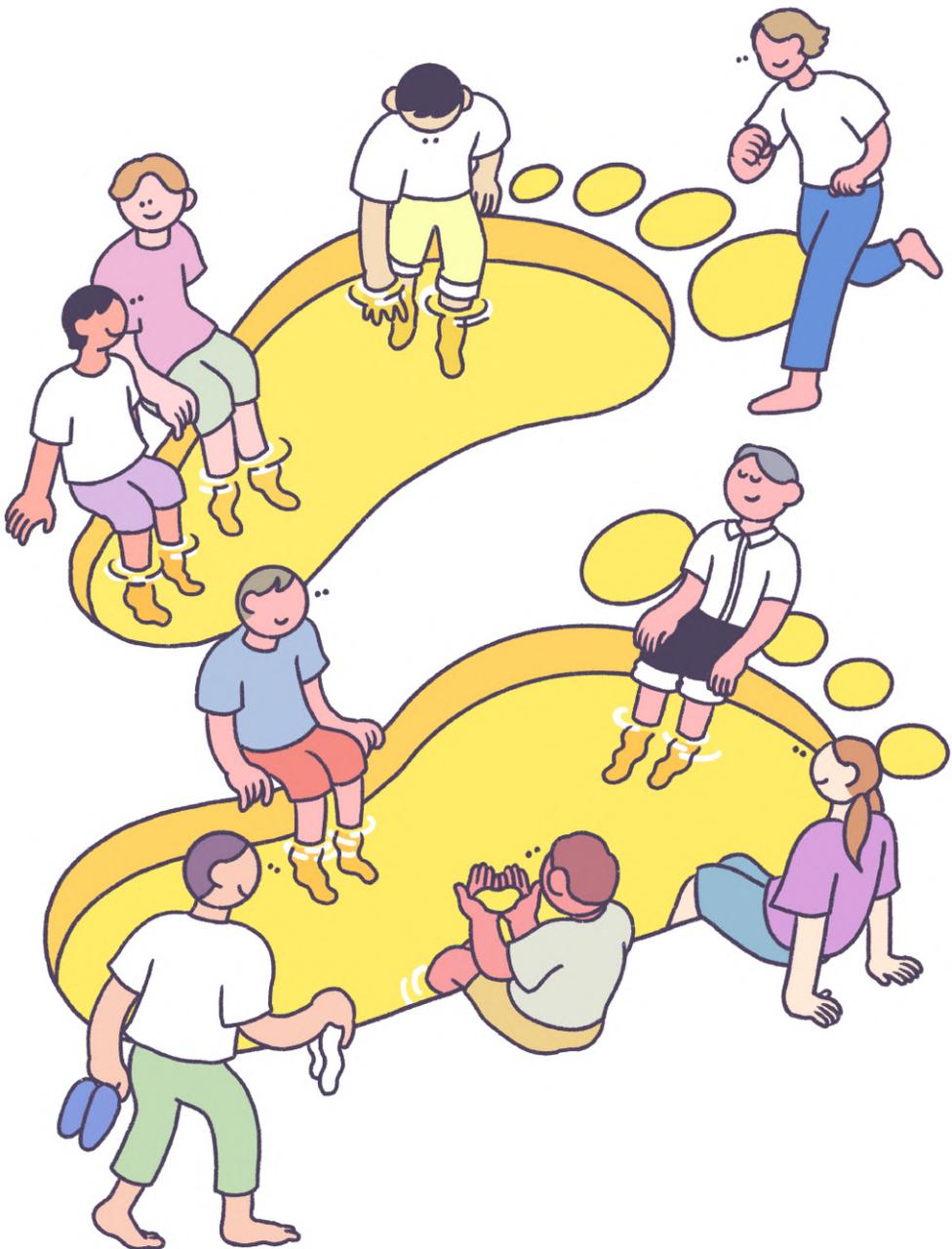
『みんなで作る浅香入ガイドブック』（富岡市／移住）  
浅香入のおばあちゃんたちが元気なうちに、移住コンシェルジュが、浅香入のおばあちゃんや子どもたちに協力してもらいながら、移住者用の浅香入ガイドブックをつくる。地域の行事を知れたり、似顔絵イラストマップ、みんなの回覧板プロジェクトも企画する。

『富岡起業家移住者「焙煎」プロジェクト』（富岡市／移住）  
カフェ経営や飲食経営を新しい土地でチャレンジするには、ある程度、腰をすえてのチャレンジが必要。富岡で、先輩移住者と行政が強力タッグを組み、滞在型ブレ起業を支援する仕組み。2022年3月31日までに企画設計し、発表。2022年4月1日から小さな一歩として実装させる。レンタルカフェスペースやゲストハウスで、先輩移住者と熱意のこもった行政職員が、起業精神をもった移住希望者を対象に行う。

ゆるくはじめる未来

# まずは足湯

甘楽  
富岡



## 【効能】

肩肘を張らずにゆるく色々なことに挑戦できることで、「始動人」を増やすことにつながります。

## 【特徴】

足湯型。じんわり温まります。ある程度の時間が経過するとお湯の温度が下がり、大浴場への移動を促します。

## 【入浴方法】

靴と靴下を脱ぎ、浸かります。いい感じだなと思う頃には、今度は大浴場に入りたくになります。

※気軽に浸かってみたら、どんどん別のお湯に浸りたくなります。うつる頃には、身体はポカポカして動きやすくなっているので、ご安心を。

## 【対象】

特にスモールスタートが苦手な行政や、真面目すぎる人におすすめです。

## 【成分】

このお湯の成分となる「未来の種」の一覧です。タイトルの下の括弧に、提案自治体名と関連テーマを記載しています。

### 『おためし住宅』（甘楽町／移住）

町内各地域で移住コンシェルジュを設置後、おためし甘楽町住宅をつくる。オーダメイドの移住体験ツアーをしたり、炭づくり体験や瓦焼き体験、観光タクシーやレンタル自転車を使って体験、おためし移住を行う。

### 『本気で「ゆるい」に取り組む！』（富岡市／移住）

地域の人が協力しあい、継続的にオンラインで交流を生み出す。SNS+オンラインを活用して、市民が富岡のことをもっと好きになり、PRしたくなるような行政と移住者の交流の場をつくる。

おいしい未来

# もぐもぐもぐの湯

甘楽  
富岡



## 【効能】

地産地消が、食料自給率の向上や地域循環経済につながり、お腹も心も満たされた人で地域に笑顔が溢れます。

## 【特徴】

飲める・食べられる泉質。食べ物が入ったお湯（例えば、ねぎの湯など）で、フルコースが用意されています。

## 【入浴方法】

スプーンとフォークを持ち、「いただきます」をしてから入ります。生産者に会ったら、「おいしい！」を伝えると喜びます。

※次から次へとすすめられるので、お腹いっぱいになりすぎ、動けなくなります。

## 【対象】

日本中のグルメや好奇心旺盛な人、地域の「おいしい」魅力を届けたいと思っている人におすすすめです。

## 【成分】

このお湯の成分となる「未来の種」の一覧です。タイトルの下の括弧に、提案自治体名と関連テーマを記載しています。

### 『妙義ふるさと美術館を活用した移住促進』（富岡市〈移住〉）

妙義ふるさと美術館で富岡市民や、富岡妙義に興味がある人が集まり、富岡写真展、富岡妙義マルシェを開催する。アイデアとして、バックグラウンドおやつカフェ、上信電鉄リアルすごろくの企画も。

### 『富岡クレーププロジェクト』（富岡市〈観光〉）

特産グルメをクレープ、ガレットにしてみる。地元の飲食店、農家さん、クレープを知っている人が、まちぐるみで富岡産食品をクレープでアレンジする。例えば、下仁葱のクレープなど地元の人が好きな味にする。季節の食材や地元産の食材を使い、イベント出店や給食での提供も行う。

### 『そうだ！あの手この手で儲けよう！』（富岡市〈農業〉）

農家が育てた野菜＋加工食品をネットで通販したり、定期で届くサブスクをはじめ。公共の場所での野菜の自販機や、観光地、商店街、自販機、駅などで販売する。

資源を掘り起こす未来

# ザクザクの湯

甘楽  
富岡



## 【効能】

見慣れてしまった地域の魅力を再認識すること  
とで、地域を新しい角度から見るができます。  
ます。

## 【特徴】

浴槽の底がゴツゴツしており、足ツボが刺激  
され、お湯の中を歩きたくなります。黒湯に  
黄金の湯の花が浮くと話題の温泉。

## 【入浴 方法】

湯夫・婦（湯をもむ、屈強な男女・トウフ。  
お湯をザクザクさせます）による絶妙なお湯  
加減をお楽しみください。

※「何も無い」が、NGワード。言うトウフ  
に怒られます。また、事前に泉質が肌に合うか、  
かけ湯でチェックをするのもいいでしょう。

## 【対象】

思考が凝り固まった人や、地域を新鮮な目で  
見ることが出来る外の人におすすです。

## 【成分】

このお湯の成分となる「未来の種」の一覧です。  
タイトルの下の括弧に、提案自治体名と関連テーマを記載しています。

『空き家も空き農地も地域の貴重な財産だそうだ！』（富岡市）（農業）

空き家や農地の情報サイトのPR。空き家バンクにJ/Aも参加してもらい情報を共有し、回覧板に  
空き家、空き農地募集！といった形で情報をのせる。区長、民生委員さんなどに情報を求め、農地マッ  
プを作成したり、農地見学ツアーを行う。

『富岡ローカルクエスト』（富岡市）（観光）

観光者や地元民が地域の魅力を見つけ、ディープな富岡を知る。ミッションを用意したり、ポイ  
ントがついたりなど、イベントやゲーム方式にして、現存する観光ではない、超ローカルなミッショ  
ンをつくる。

『空き家再生サポート』（下仁田町）（移住）

下仁田町にある空き家で、行政や空き家の持ち主が、空き家の再生を行う際、空き家の片付けの  
補助をしたり、協力業者情報の提供をする。生命保険、損害保険など空き家利用登録をする。

『下仁田移住図鑑MAP付』（下仁田町）（移住）

移住についての情報発信をしている場所（飲食店や移住相談会など）で、下仁田町を愛している  
人が、今の住環境を変えたいと思った移住者が必要としている暮らしの情報を地図として作成する。

『空き家調査』（甘楽町）（移住）

定期的に町内全域で役場と区長などが空き家の調査を行う。調査の際には、空き家の写真だけを  
はく、周囲も撮影する。また、回覧板で空き家バンクの登録を呼びかける。

『居場所をつくるためのメニューリスト』（県）（多世代）

居場所づくりをする人や、それを応援したい人、他の団体のために融通できる人、物を登録し、募  
集する。居場所づくりのために地域資源のメニューリストの作成をしたりプラットフォームをつくる。

# 補足資料

それぞれの湯に関する、その他の「みんなの声」をご紹介します。

- A 持続可能で環境に配慮した農林業 〓就農支援・担い手支援〓(富岡市)
- B 多世代が交流できる居場所づくり(県)
- C 移住の促進〓受け入れ体制(移住者コミュニティ等)〓(富岡市)
- D 移住定住の促進(良質な住環境と空き家の活用)(下仁田町)
- E 移住定住の促進(良質な住環境と空き家の活用)(甘楽町)
- F 魅力ある観光地づくり〓世界遺産「富岡製糸場」と妙義山を拠点とした回遊性の向上〓(富岡市)
- G 地域資源としての空き家の利活用(南牧村)

## あなたの力を借りる未来「猫の手湯」

A: コミュニティ林業(農業)〓地域コミュニティによる保全管理(農村協働力)〓「地域の絆」担い手確保/B: 職業体験テーマパーク。子どもが運営に携わる/B: 地元新聞店さんによる発信/C: 〓近所シェアサイクル/C: 移住推進モデル地区づくり/D: ゲストハウス〓旅館と協力。移住希望者が数日滞在できる施設/D: 下仁田に住む人から出郷者へ。今を伝えるお手紙。/D: 空き家かどうか確認できる人〓窓口/E: 手描き地図〓ともMAP/E: 複眼的な視点を持った仕事/

## 分かり合う未来「うなぎの湯」

A: 農事カレンダー作業歴/B: 映画館で居場所講演会開催/B: 合同でキャン・お笑いライブ・映画上映・運動会・お祭り/B: 市報や公民館報に情報載せる/B: 雑誌・フリーペーパー・居場所利用レポート/C: 現住民〓移住者運動会〓「断をおそれない」/C: トミオカFM「ミニシティ FM Jiyu TOMIOKA」/C: 「トミオカ人」分野別プロフィールブック/C: ラジオ。富岡妙義のコミュニティラジオを創る/C: 移住者の出身地に関する本のコーナーを図書館に作る/C: 空き家問題について話し合う/C: ペット目線でまちの人の魅力発信/C: 近所セキリティーサービス(ボタンひとつでかけつけます)/D: 移住者の気持ちのものさし/D: 移住者のその後のケア。移住者コミュニティ/F: 全然知らない人の墓をそうじする/F: 妙義人vs観光客運動会/G: 南牧3Dマップ/

## 夢がまたたく未来「きらめきの湯」

C: 妙義山を題材にしたアニメ作成/C: 富岡落語/C: クリエイター コピーライター アイデアコンペ ヨトミオカ/C: くるくる広場にテントをたくさんはって自由に使える/C: アニメ・漫画家 x ゲストハウス等滞在/D: 古民家再生。空き家での起業応援/F: 天空のイルミネーションを活用する/F: あったらしいな、できたらいいな、募集マッチング/

## 出逢いで踏み出す未来「つながりの湯」

A: 地元の野菜を使いたい飲食店と農家さんのマッチングサイトをつくる/B: コ・oiaing ルーム(自由空間)/B: 活動イベントカレンダー/B: とみおかげんきフェスタ 子どもたちが店長、自分の役割を持ってお祭りを楽しむ〓サービスを受けるのではなく、サービスを提供する/B: 富岡高校となりの軽食屋さん。どんぐり。高校生が寄り道...店長さんが気さくで話すが楽しらしい! /B: 居場所サイト/B: 居場所づくりに関する情報交換会の開催/B: 団体・場所の見学会を開く/B: 母子手帳に情報を載せる/B: 上信電鉄居場所づくりしている人たちの顔とひとことメッセージ/B: 子育て世代用のSNSを利用/C: オンラインノベのワークショップ/C: 居場所づくりのフリーペーパー/D: 蒸船の湯、温泉交流会 移住者+町民/D: プチ移住 下仁田でキャンプ体

験/D: お試し移住 x 就労体験コースの講義/D: 空き家通報窓口を設置/D: ターン 移住希望者 現地視察 タクシー 公共交通機関無料/F: 妙義 YouTube チャンネル/F: 地域活動を必須業務にする/

## 薫り立つ未来「かぐわしの湯」

該当なし

## ゆるくはじめる未来「まずは足湯」

A: 農業 x キャンプ/A: 畑で Dog run/A: 農地でサウナ/A: 勝手に姉妹地域/B: てんとう虫図書館/B: 学校の中に放課後カフェ/C: 版 A4 縦型フォワード宣言/C: Tommy Walker トミオカを歩く人々/C: 市の魅力1000 円ガチャ(自販機)/C: トミオカ流「休〇〇所」シャルントミオカ/C: 昭和レトロな大運動会(豪華賞品付き)/C: 全国の富岡さんと繋がる会議/C: 移住希望者専用ポイントカード コンシェルジュに相談 SNS 投稿で0点/D: 下仁田に縁のある人が集まる会(オンライン参加OK)/D: オンライン移住相談会の開催/F: 「妙義山」という唱歌の現代バージョンを楽しむ/F: 妙義フェス、スタッフ全員で楽しむ/F: 「ベタンク」で交流の場づくり/F: 祖父母と孫が未来を考える/G: 古民家シアター/G: 菜園のレンタル/

## おいしい未来「もぐもぐの湯」

A: 農作業(富岡市)用のカレンダー/A: いろいろなものに加工する(食品・食品以外)/A: 富岡製糸場のお土産売り場で地元野菜など農産物関連商品を売る。/A: インスタント食品、冷凍食品を農家さん有志で開発/A: お祭りにぎわい、繋がりが、コミュニティ/C: 下仁田ネギお料理教室/C: 下仁田ネギ葱収穫体験(交流)/D: 野菜クレヨン/D: 給食で使ってもらう/

## 資源を掘り起こす未来「ザクザクの湯」

A: お土産(特産品開発、ほごり、自慢)/A: 顔と場所を見える化する/C: キャッシュコピーづくり/C: 〓例えば不動産の相続、活用策へのアドバイスなど/C: 古民家用の火災保険/D: 登録の空き家(特に長く登録が残り続けている空き家)の改造〓シェアハウス活用 〓短期貸し活用/F: 資源をつなぐストーリーの作成/F: 富岡で眠っているアイデアや情報を掘り起こすための「富岡魅力再発見会議」のような会を設ける/F: 地元の空き家を宿泊所に運営は地元の学生/F: カメラ上級者コースのアクションカメラ映像/F: 魅力教室 先生は移住者/F: 夏休みの宿題で地域の課題課題、魅力について考えさせる地域の大人も巻き込む/F: 地域の企業に参加を呼びかけてもらう/F: 妙義神社 神主さんの声を発信 良い声だよ/F: 田舎保険 何かの時に(保険)/