

ていただくという心意気に心打たれるものがありますので、ご活躍を期待しています。

**ストレスオフなまち**

**永井** 鳥取市に移住して1年以内の30人の健康に関するデータがありますのでご紹介します。鳥取大学の加藤教授による研究で、体力年齢が半年で1・8歳若返ったという結果が出ています。

**深澤** 数値、データを見ると、多くのみなさんに鳥取市にお越しただいて、若返って元気になっていただきたいです。

**永井** PR動画の中でも体験された3人のストレスの値が3人とも減っていますし、うち2人は半分ストレスが減っています。

**坂口** 東京では分刻みで動いていたから時計を見ながら仕事をしていましたが、鳥取市に帰ってからは時計をつけたくなりませんでした。時間にとらわれるとストレスになるのに比べ、鳥取市はゆったりと時間の流れが違うような気がします。

**吉永** 農作業している中で時間追われがちになってしまいう時期はありますが、自然の中で作業し

ているときに空を見上げると、青い空の下で働いて幸せというか癒やされるというか、リラククスして仕事できていると思います。

**石谷** もともと健康ですけど、さらに健康になり、子どもも含めて病院に行かなくなりました。あとブランド

物とか物に支配されていた部分がありました。必要なくなつたというか、暮らし方の価値観が変わりました。



**岡田** ヒッチハイクで全国を旅しましたが、割と都市部でないところに行くことが多かったです。自然の中で暮らしたい、あまり人や物が多くない都市部で暮らしたいなと思いつつ、結果的には鳥取市に帰ってきました。地元なのですごくいいと思うところは多くありますが、いろいろなことをするとときにライブが多くな

で、チャレンジしやすく、結果が伝わりやすいのはいいなと思います。

**深澤** 豊かな自然に囲まれてゆったりと時間が流れるのを感じることもできるのが鳥取市の魅力だと思います。その中で、若い人が持ち味や特性をのびのびと活かして一つのことに取り組む、そういうことができるのも鳥取市の魅力の一つだと思います。鳥取市は「糖質OFFより、カロリーOFFより、ストレスOFF」をPRしていきたいと思っています。

**永井** 鳥取市への移住策の1つとしていろいろな体験プランが用意されています。

**深澤** 住まい探し、仕事探し、子育て環境体験、グルメなど8つのコースを自由に選んで体験いただき、2日間移住予定住コンシェルジュがご案内しますので、多く

のみなさんに鳥取市の良さを体験していただきたいと思っています。

**ワーホリ体験者とのふれあい**

**吉永** ふるさと就農舎の卒業生の農地に行きましたが、カエルがいたり虫がいたりするの喜んでいたので、こんなものが珍しいんだ

どん発信し、ワーホリの体験メニューも増やして体験してもらえたらと思っています。

**2017年の意気込み**

**永井** 2017年、新しい年にかける思い、意気込みを聞かせていただけませんか。

**吉永** 今までしてきたことを少しずつ大きくしながら、いろんな人においしいと言ってもらえる作物を一生懸命作りたいですし、農業の体験も受け入れていけたらと思います。

**石谷** 鳥取や日本を元気に、世界をもっと豊かにといった発想から砂丘ヨガを始めたので、自分のもっているビジョンに少しでも近づけるように全力で頑張ります。拠点は砂丘駐車場向かいのレイガーデンに移動します。海外の人が鳥取で多様な文化や食など、いろいろな交流する未来をつくりたいので、海外の人をたくさん受け入れて豊かな鳥取やアジアの発展に貢献できるように頑張ります。

**坂口** 会社を立ち上げて2年目、私の事業も鳥取から東京や海外に打って出ています。鳥取市はまだまだいいことやすばらしいところ

なと思いました。僕が住んでいるところは、自然豊かでイモリやドジョウがいたり、熊や鹿も出てきますが、もっと体験してほしいですね。

**石谷** みなさんの笑顔がすごいキラキラしていました。それを見て私も幸せになりますね。カメラが回ると緊張するけど、カメラが回っているのも忘れるくらい、全部まるごと楽しもうという、全部まるごと楽しむという、すごくいい時間でした。

**坂口** なかなか大きな大木に触れることは日常生活では無いですが、削ってみたり仕上げてみるとか、撮影していることを忘れるくらい楽しんで取り組んでくれたので、うれしかったです。

**岡田** 3人ともほぼ同世代で、カメラが回っていないところでの雑談のほう



ろがたくさんあるので、もっと「すごい！鳥取市」を自分でもう一度見つけながら、鳥取市にもっと根ざして飛躍していける年になしたいと思っています。

**岡田** ワーホリのような取り組みの中で移住者が増えればいいと思いますが、「雇用がない」という話がよく聞きますし、来ても仕事が無くて帰ってしまうといった例の中にはあると思います。雇用を生んでいくことが大事だと思いますので、今以上に経営を頑張って雇用を生めるように取り組んでいけたらと思います。

**深澤** みなさんから改めて鳥取の魅力や可能性、すばらしさを伺ってよかったと思います。今年さらに鳥取市の魅力や資源を活かして、みんなと一緒に飛躍、発展していく年であると思っていますので、私も全力で頑張っていきたいと思っています。

※座談会の内容は要約しています。

座談会の模様は、いなばびよんぴよんネット(12ch)で放送します。  
▼日時 1月1日(日・祝)〜3日(火)  
6:00〜9:00、12:00〜16:00、21:00〜

**岡田** 僕は車を持っていないので、公共交通機関を使って移動しますが、苦にならない程度の暮らしはできています。その話を3人にもしましたが、東京の人は車や免許を持っていないので、持たなくても住めるんだなとびっくりしていました。

**坂口** 鳥取市は1回来て体験してもらおうとすごい満足度が高い、また

