

「生まれも育ちも島根の人」「東京から島根へ移住した人」それぞれに聞く

# 『美肌県しまね』に訪れる/暮らす 魅力

——生粋の島根県人がもてなす老舗旅館の本音と、島根に移住した女性の仕事と幸せの関係——

日本海と中国山地に囲まれた土地に66万人(令和2年4月県推計/47都道府県中46位)が住む、島根県。

『神々のふるさと』と呼ばれ、出雲、石見、隠岐の3つの地域からなるこの島根県で、

いまUターン(一度出た島根へ戻る人) Iターン・Jターン(都市部から島根へ移住する人)が増えています。

10~40代の県外出身者や島根県出身者が、なぜいま島根県をめざすのか、島根へ戻ってくるのか。

本レターでは、U・Iターンした人たちの仕事・暮らし・想いといったリアルな声を聞き、“しまね時間”の現在・未来をお伝えします。

「島根県へ移住する——そのリアル物語」第4回の舞台は、“美肌の湯”として伝わる玉造温泉(たまつくりおんせん)。

今回は、地元で根ざして生きる温泉宿支配人や女将、Uターンで島根の魅力を再発見した料理人、そして、旅行がきっかけで東京から島根へ移住を決め、松江でパラレルワーカーとして活躍する30代女性にフォーカスし、それぞれが感じる“しまね時間”“島根県人らしさ”を深堀り。なぜ、いま島根が自分らしくいられる場所なのか——それぞれが想う島根暮らしの“いまと未来”を聞きました。



撮影場所:「龍宮の湯」



川崎祐嗣さん、高永佳明 支配人、桜井直美さん

## 玉造温泉 湯之助の宿『長楽園』 (島根県松江市玉湯町玉造)

明治元年創業、日本最大の混浴大露天風呂「龍宮の湯」や、昭和天皇・皇后両陛下がご臨泊した宿として知られる老舗旅館「長楽園」。脈々と受け継がれる伝統と格式を守りながらも、美肌温泉だけでなく、食事やエステをはじめ常に新たな体験やコンテンツを提供している。支配人 高永さんと接客課 桜井さんは、島根で生まれ育ち、長らく長楽園を支えるベテラン。そして、長楽園の新たな食の癒し“美食膳”を手掛ける調理部 川崎さんは、玉湯町で生まれ育ち、京都の料亭で修行を積んだ後、ここ玉造温泉へUターンしている。

玉造温泉 湯之助の宿『長楽園』 公式HP: <https://www.choraku.co.jp/>

### ——玉造温泉からすぐの地で育った3人、「美肌県」である島根の魅力は？

**川崎さん**：京都で修行していた頃と違って、島根に帰ってきたいまは自分らしくいられるというか…。帰ってきてよかったなと思います。

**高永さん**：地元で教育を受けて、心身が育って、ここで暮らすことで自然に得られる感性だけで、オンもオフも素の自分でいられるんですよ。当旅館では、接客やビジネスシーンでも基本のマニュアル以上に、お客様の状況を察して自然に気遣うことを心掛けています。特に飾ることもなく、上からでも下からでもなく対等に、訪れてくれた方々と接してるだけなんです。そうした我々の普段と何も変わらない接し方で、お客様に「優しさ」や「温かさ」を感じてもらえるんじゃないかと。気取ったことはひとつもしていません。あくまで純粋なおもてなしの心です。

**桜井さん**：普段通りにお客さんと接してお料理やお部屋の説明をするだけですけど、その間やお話を聞く姿などがゆったりとしているらしく、この点が“他県と違って島根だけ”といわれることもあります。私自身も、京都や大阪から島根へ帰ってくると、やはりほっとしますね。

**高永さん**：島根の風土や教育が、初めてこの宿を訪れる人や、移住してくる人に対してそのまま伝わっている、そう感じますね。

**川崎さん**：松葉ガニやあんこう、いちじくなど、日本海・宍道湖・中国山地から集まる島根県のいい食材をふんだんに使った美食膳をお客さんに届けながら、島根の魅力を伝えたいですね。美肌だけじゃなくて、島根の人・食・自然の美も体感できる時間を届けたい。

**高永さん**：都会で疲れたら、長楽園でちょっと癒やしてもいいし、島根に移住して一緒に仕事しながら、自分らしくいるのもいいですし。ちょっと立ち止まったときに島根を思い出してほしいですね。そんなとき、長楽園は「癒やしの核」であり続けたいとも思いますね。

### ◆島根県が「美肌県」といわれる理由

島根県は、日照時間が短いため紫外線の影響を受けにくく、水蒸気密度が高いため肌のうるおいを保ちやすいという「恵まれた気象条件」のほか、「食や温泉の豊富さ」も美肌をつくる要因となっている。たとえば玉造温泉は、肌に潤いを与えるメタケイ酸が多く含まれることから、「高級化粧品に全身を浸すようなもので、浸かれば浸かるほど美肌になる」といわれ、美肌効能が全国の温泉でも最高クラス。また、日本酒の発祥地といわれる島根の地酒に含まれるアミノ酸は肌をもちりさせる(保湿効果)、漁獲高トップレベルの「しじみ」が肝臓のはたらきを強化・改善し成長ホルモン分泌を促して代謝をアップさせる…などなど。実際に、株式会社POLAが実施する「美肌県グランプリ」(2012年～)において島根県は、全国最多5回の1位獲得を誇る。

◆取材に関するお問い合わせ先——島根県 政策企画局 広聴広報課 広報戦略スタッフ 福岡  
TEL : 0852-22-5757 / Mail : fukuma-takeshi@pref.shimane.lg.jp

東京の商社に勤めていたキャリア女性が島根へ移住！どんな暮らし？仕事は？

## 自分と地域の未来を仲間と一緒につくれる場所、島根

### 商社時代の肩書き捨て、自分の名前で“パラレルワーク”する女性が移住アドバイス

島根・玉造温泉のすぐ近くで生まれ育った高永佳明さん、桜井直美さん、川崎祐嗣さんとは対照的に、埼玉生まれ・東京でキャリアを積み、島根へ移住した30代女性の“しまね時間のいま・未来”とは？

人口減少に打ち勝ち、笑顔で暮らせる島根をつくる  
**島根創生**  
SHIMANE SOUSEI

個人事業主 & 松江市役所 広報室 シティプロモーション推進担当 **桐山尚子さん**



埼玉県越谷市で生まれ育ち、大学卒業後は東京都内の輸入商社に勤務。日々の業務に忙殺されていたある日、旅行で訪れた島根で、ゆったりと流れる時間や人のあたたかさに癒され、玉造温泉の宿で出てきた絶品朝ごはん(仁多米のごんと宍道湖産シジミの味噌汁)を食べたときに「自分の暮らしも大切にしたい働き方をしたい」と思ったという。その後東京で開催されていた「しまねUターン1ターンフェア」や「松江市地域おこし協力隊募集イベント」で出逢った島根の人たちに惹かれ、「一緒に地域の未来をつくってみたい！」と移住を決意。2017年から島根で暮らし始め、2021年4月で5年目を迎える。

——島根に移住して4年目。島根が「いいな」と思うところは？1年目で感じたことは？

**桐山さん**：1年目は日本海の透明な青さや日々変わる宍道湖畔の美しさ、新鮮で美味しい食の豊かさに驚きました。数年前の豪雨で山陽からの物流が止まったときも、生鮮品含め山陰内で自給できるんだという安心感を得たこともあります。そして何とんでも島根の人の関わりを魅力的に感じています。東京では人/物/事が溢れるほどあっても繋がりは希薄…でしたが、島根は心の距離が近いというか。おだやかな人が多いですし、顔が見える関係性もあたたかく心地いいんです。島根に来て最初の仕事は、松江市地域おこし協力隊。人の想いに触れるたびに心が動かされ、次第に「人や地域の可能性を広げる」仕事をしたいと思うようになりました。

——島根ではどんな仕事で生計を立ててるの？これから島根へ移住を考えてる人にアドバイスは？

**桐山さん**：協力隊の任期中は、オーガニック茶の販売戦略やキャリア教育、築100年の古民家をリノベーションし「チャレンジの場」として蘇らせる「SUETUGU」プロジェクトなど幅広く活動していました。熱い想いを持つ人同士が出逢うことで化学反応が起こり、それが地域の魅力に繋がっていく瞬間をたくさん目にしましたね。現在は個人事業主として、ひと月単位で報酬が決まっている松江市のシティプロモーション「Matsue10,000人プロジェクト」を担当するほか、SDGsの講師や島根創生「しまね移住PRムービー」の制作に関わるなど、パラレルワーク(複業)をしています。これから島根へ移住を考えてる人は、UIターンフェアなどで島根の人と本音で話をし、信頼関係を築くことをおすすめします。私の場合、正直やりたいことも自分自身も見えていなかったのですが、安心・信頼出来る人と本音で話すうちに自身のことがわかってきて、協力隊としての移住も決意できました。いまこ島根で肩書きではなく、等身大の「桐山尚子」として居られることがとても幸せです。これからも“しまね時間”を楽しみながら、仲間と一緒に自分と地域の未来を作っていこうと思います。



「長楽園」のお三方と昭和天皇宿泊棟



島根移住を考える人たちの相談にのる桐山さん



玉造温泉の町並み

### 〈島根の移住者が出演・制作する YouTube動画公開中！〉

シリーズタイトル：しまね移住PRムービー (全4本)

URL：[https://www.youtube.com/playlist?list=PLVv8521p-5omX3d\\_-UTy4bq9idB1WiFn](https://www.youtube.com/playlist?list=PLVv8521p-5omX3d_-UTy4bq9idB1WiFn)

「しまね移住PRムービー」は「島根で暮らす」を体感する計4本の映像シリーズ。本映像は、島根県でフリーランスとして活動するUIターン者で構成する「Craftsman's Base Shimane」が制作。ライターやデザイナー、編集者、映像クリエイター、ディレクターといった地元精鋭陣たちと、島根県政策企画局広報課が協働して実施するプロジェクトのひとつです。

ご参考

島根県への移住・定住の総合相談窓口——ふるさと島根定住財団 <https://www.teiju.or.jp/>  
しまねUIターン総合サイト——くらしまねっと <https://www.kurashimanet.jp/>