

高知県中山間地域交流促進事業

みんなでお手伝い

いこうち!  
ikochi!

—関係人口創出プロジェクト—

マニュアル【地域団体向け】

令和8年4月版

いこうち！事務局

(高知県総合企画部中山間地域対策課)

## ■いこうち！ウェブサイト

### ・いこうち！公式ページ

移住ポータルサイト「高知家で暮らす。」内にて、いこうち！の情報を発信中。

いこうち！



<https://kochi-iju.jp/event/ikochi.html>

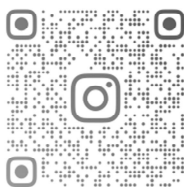
### ・いこうち！公式SNS

公式 SNS にて、いこうち！の情報を発信中。

Facebook



Instagram



IKOCHI\_OFFICIAL

## ■お問い合わせ

### ・高知県総合企画部中山間地域対策課 いこうち！事務局

〒780-8570 高知県高知市丸ノ内1丁目2番20号

TEL:088-823-9602 FAX:088-823-9258

MAIL:080601@ken.pref.kochi.lg.jp

担当者:岡林、中山、嶋崎

以下の産業振興推進地域本部でも、ご相談いただけます。

- 安芸地域 TEL:0887-34-1270 安芸市矢ノ丸 1-4-36 安芸総合庁舎2階
- 物部川地域 TEL:0887-57-0015 香美市土佐山田町加茂 777 香美農林合同庁舎1階
- 高知市地域 TEL:088-872-5885 高知市本町 5 丁目 1-45 高知市役所本庁舎4階
- 嶺北地域 TEL:0887-70-1015 本山町本山 946-6 中央東土木事務所本山事務所1階
- 仁淀川地域 TEL:088-852-7256 土佐市高岡町乙 3229 土佐合同庁舎1階
- 高幡地域 TEL:0889-40-0205 須崎市西古市町 1-24 須崎総合庁舎3階
- 幡多地域 TEL:0880-35-8616 四万十市中村山手通 19 幡多総合庁舎3階

# 高知県中山間地域交流促進事業 「いこうち！」ー関係人口創出プロジェクトー マニュアル【地域団体向け】

## 目次

1	地域団体のみなさまへ	1
2	プログラムの企画から募集まで	3
3	申込者への事前連絡	6
4	プログラム開催当日の運営	10
5	プログラム開催後	12
6	プログラム開催経費に関する助成制度	12
7	その他の重要事項	13
	・参加者向け交通費・宿泊費助成	
	・利用規約	
	・プライバシーポリシー	
	別紙① プログラム申込シート(様式)	
	別紙② プログラム開催までの流れ(フロー図)	
	参考資料① 参加申込フォーム(例)	
	参考資料② 参加者アンケート	
	参考資料③ 緊急対応マニュアル	

## 1 地域団体のみなさまへ

この度は「いこうち！」にご参加いただき、誠にありがとうございます。

### ■取り組みの背景

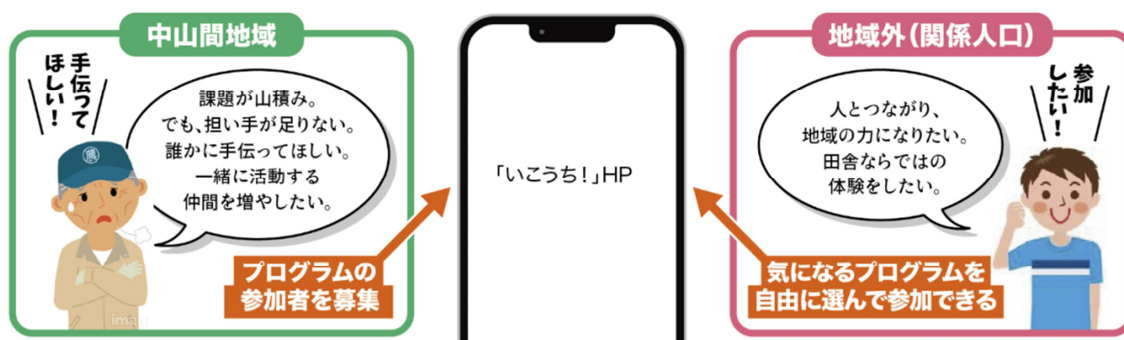
中山間地域では、県全体を上回るスピードで人口減少や高齢化による人手不足が深刻化しており、多くの集落で地域活動の維持や継続が困難になりつつあります。

一方、都市部には、人とのつながりや自然とふれあう機会が少ないため、田舎ならではの体験をしたい、学びたい方が存在することから、本県の中山間地域と田舎に関心のある層がつながるきっかけを作り、地域と継続的な関わりを持つ『関係人口』を創出していきたいと考えています。

### ■目的

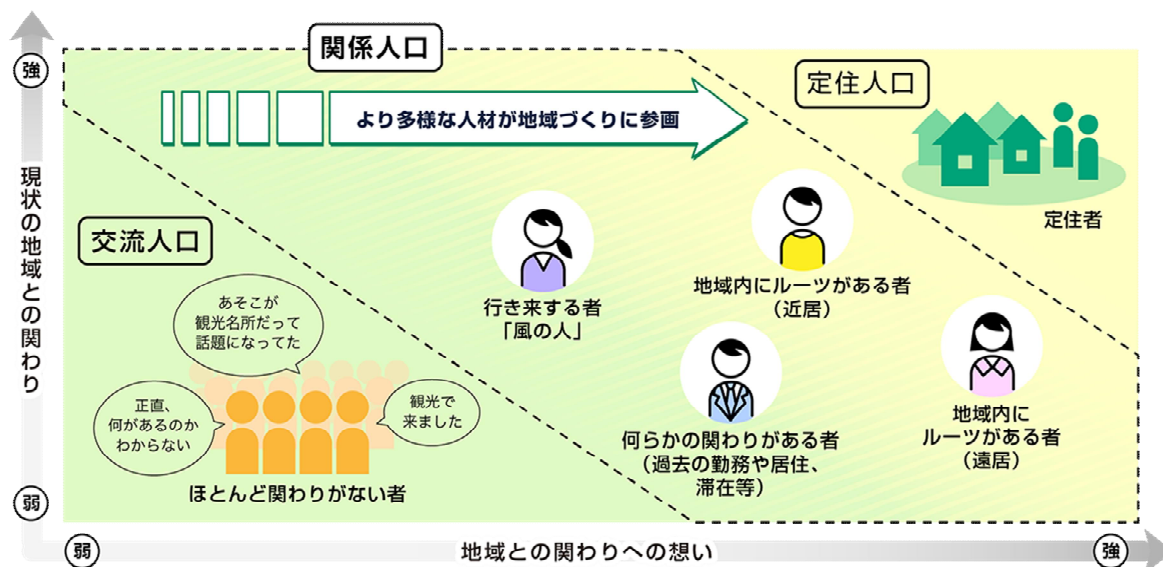
いこうち！は、地域外に居住する田舎に関心のある方々に、中山間地域での集落活動への参加を通じて、地域の方々との交流や、自然、食、歴史、文化といった魅力（高知の田舎「SUPER LOCAL」）を体感いただくことで、関係人口を創出するプロジェクトです。

いこうち！に参加いただいた方々との関係性を継続していただくことで、県内各地域において住民のみなさん中心に地域外の方などの多様な人材が交流し、人口減少下においても、地域が意欲的に活動する「にぎやかな過疎」の創出を目指し、将来的な移住・定住へもつなげていきます。



## ■関係人口とは

関係人口とは、移住した「定住人口」でもなく、観光に来た「交流人口」でもない、地域と多様に関わる人々のこと。  
 (参考:総務省「二地域居住・関係人口ポータルサイト」)



## ■プログラムとは

いこうち！における「プログラム」とは、全国から参加者を募り、地域の活動に協力してもらう取り組みです。プログラムへの参加をきっかけに、参加者に地域の魅力を感じてもらうことで、地域と継続的な関係を持つ関係人口となっていただくことを目指します。

### Program プログラム例

<p><b>透明度バツグン！川遊びイベントのお手伝い</b></p>  <p>毎年恒例「ちっとええぜよ汗見川」イベント。清流の美しさを味わいながら、川の生物観察や水上墨走り大会などのお手伝いをを行います。</p>	<p><b>多世代交流！ハロウィンイベントのお手伝い</b></p>  <p>海辺の町で仮装した子ども達が町中をめぐり、お菓子をもらいながら様々なミッションをするお菓子ゲット大作戦イベントのお手伝いをを行います。</p>
<p><b>香り高い舞茸のほだ木埋込作業のお手伝い</b></p>  <p>天然舞茸が採れる山深い地域で、完熟した原木舞茸のほだ木を畑に埋め込む作業のお手伝いをを行います。地域の方と一緒に汗を流した後は、みんなで美味しいお昼を食べましょう。</p>	<p><b>生産量日本一！ゆず収穫・搾汁のお手伝い</b></p>  <p>繁忙期は、通常のスタッフだけではとても手が回りません。旬のゆずの香りで幸せな気分になりながら、ゆずを収穫したり、果汁を絞るお手伝いをを行います。</p>
<p><b>土佐三大祭り「秋葉まつり」を盛り上げよう！</b></p>  <p>県保護無形民俗文化財に指定されている「秋葉まつり」は、観客と役者が一体となる壮大な伝統行事です。しめ縄張り回しの準備やまつり運営のお手伝いをを行います。</p>	<p><b>高知の西端！離島での神輿かつぎのお手伝い</b></p>  <p>鶴来島の氏神として祀っている春日神社の秋祭りは、豊漁・豊作を祈る伝統行事です。島の手人が足りない神輿の担ぎ手のお手伝いをを行います。</p>

## 2 プログラムの企画から募集まで

いこうち！では、地域団体のみなさまのご協力が欠かせません。

プログラムの企画から順を追って、事業の流れやポイントをご説明します。

### ■まずは、ご相談を

いこうち！への参加のご希望やプログラムの検討に関するご質問は、いこうち！事務局（高知県中山間地域対策課）または産業振興推進地域本部（地域支援企画員）へお気軽にご相談ください。

### ■地域団体内で話し合い、いこうち！への参加の合意を取る

いこうち！参加にあたっての主な要件は以下のとおりですので、まずは地域団体内で話し合いください。ご不明な点は、事務局へお気軽にお問い合わせください。

<p>プログラムの要件</p> <p>※右記の要件を全て満たすこと</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・公益を目的とする取り組みである</li> <li>・地域団体自らが実施する取り組みである</li> <li>・継続的な実施や参加者との継続的な関わりが見込める取り組みである</li> <li>・参加者に対し、具体的な役割が用意できる取り組みである</li> <li>・参加者に対する謝礼等は、原則、無償とする</li> <li>・営利を主たる目的とする取り組みではない</li> <li>・宗教活動、政治活動又は選挙活動を目的とする取り組みではない</li> <li>・反社会的又は公序良俗に反する取り組みではない</li> <li>・本事業の目的に合致する取り組みである</li> </ul>
<p>地域団体が行うこと</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・参加者を単なる作業要員として扱うことなく、事業の目的が地域に関わる仲間づくりであることを理解のうえ、地域と参加者が一緒に活動し、交流してください</li> <li>・募集のために必要な情報や写真などを事務局に提供してください</li> <li>・参加者の申し込みがあったら、本マニュアルを参考のうえ、開催日に向けて申込者に連絡をしてください</li> <li>・開催当日の運営（受付、作業指示、安全確保、交流など）を行ってください（原則として、事務局は当日の現場にいません）</li> <li>・参加者との関係を開催日だけの一過性と捉えず、活動後も継続的な関係を継続するよう努めてください</li> </ul> <p style="text-align: right;">など</p>

【参考】

事務局が行うこと

- ・いこうち！事業の運営
- ・プログラム参加募集記事の作成、公開
- ・プログラム参加申込の受付
- ・広報(いこうち！事業全体の周知)
- ・傷害・賠償責任保険の加入(参加者向け)
- ・交通費、宿泊費の一部助成(県外参加者向け)

など

## ■プログラム開催のお申し込み

以下のとおり、プログラム開催のお申し込みをお願いします。

**申込先:** いこうち！事務局(高知県中山間地域対策課)

MAIL:080601@ken.pref.kochi.lg.jp

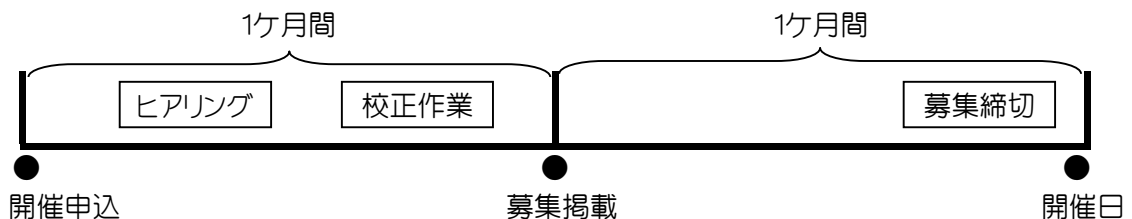
**申込方法:** メールにて、以下の資料をお送りください。

**提出物:** ① プログラム申込シート **別紙①:プログラム申込シート 参照**

② 写真5枚以上 **(※写真の使用許諾を事前に確認済であること)**

**申込の時期:** **目安として、開催日の2ヶ月前まで(募集掲載の1ヶ月前)にお申し込みください。ただし、相談のうえ、随時、受け付けます。**

(スケジュールの目安)



いこうち！公式ページに公開するいこうち！プログラム募集記事の掲載時期は、開催日の約1ヶ月前を目安としていますが、もし個別に掲載時期について希望がある場合は、あらかじめ事務局へご相談ください。

### ★プログラム作りのポイント

- ✓ **地域活動をそのまま「プログラム」にしてください。**みなさんの飾らない普段の活動に加わることが、地域外の方にとっては新鮮で魅力的な体験となり得ます。
- ✓ **新しいことをしなくても大丈夫です。**来てもらうために頑張りすぎて疲弊したり、普段行わないことを無理して実施したり、大切な活動が続かなくなることは避けましょう。
- ✓ 例えば、草刈り、イベント、農作業、祭り、伝統行事など、**地域の普段どおりの活動の中で地域外の方に手伝ってほしいことや、来てもらって賑やかにしたいことは何か**考えてみてください。

## ■募集記事の作成へのご協力

地域団体からのお申し込み内容をもとに、事務局が*いこうち！*公式ページに掲載するプログラム募集記事を作成します。

なお、記事作成にあたってプログラムの内容や地域の想いをお聞きするため、事務局から地域団体へヒアリングを行いますのでご協力ください。(訪問、電話、メール、ウェブ会議など)

また、記事の案ができましたら、校正を依頼させていただきますので、ご対応ください。

なお、募集記事の掲載が完了したら、事務局から地域団体へお知らせします。

## ■問い合わせへの対応

*いこうち！* **プログラム募集ページに掲載した内容について質問があった場合には、速やかにみなさまから質問者へご対応**をお願いします。

また、次のような、*いこうち！*の事業全般に関する質問があった場合には、事務局が対応しますので、質問者の連絡先や質問内容を事務局までご連絡ください。

### 〈例〉事務局が対応する質問

- ・交通費、宿泊費助成(県外参加者向け)について
- ・事務局が加入する傷害保険(参加者向け)の内容について
- ・その他の*いこうち！*の事業全般に関することについて など

## ■地域ならではの手法での参加者募集

事務局は、*いこうち！*事業全体について、主にウェブ媒体や高知県アンテナショップなどでの広報活動を行います。

それに加えて、可能であれば、地域のみなさまからも、各地域で発信できる媒体や、直接お誘いできる方々にお声をかけるなど、地域ならではの手法で各プログラムの広報をぜひ展開してください。

### 〈例〉地域ならではの参加者募集

- ・地域団体のHPやSNSに掲載
- ・地域出身者等の地域外在住の知人への電話や手紙でお声かけ など

### 3 申込者への事前連絡

プログラムへの参加申込がありましたら、事務局から地域団体へ申込情報をお伝えします。その後、以下を参考に地域団体から申込者へ、直接、開催日に向けた連絡をしてください。

**別紙②：プログラム開催までの流れ(フロー図) 参照**

**参考資料①：参加申込フォーム(例) 参照**

#### ■個人情報の取扱い 【重要】

「個人情報」とは、個人に関する情報(住所、氏名、電話番号、E-mail アドレス等)であり、特定の個人を識別できるものをいいます。(直接、個人を識別できるもののほか、他の情報と照合することで識別することができる情報も含まれます。)

**プログラム申込者または参加者の個人情報は、プログラム実施に係る連絡や、今後地域団体が実施するイベント等の情報発信の目的に利用できます。この目的以外においては、利用ができませんのでご注意ください。**

**なお、個人情報の取扱いには細心の注意を払い、第三者に漏れることがないように厳重な管理をお願いします。例えば、メールの一斉送信の際は、申込者同士の個人情報が共有されることのないよう必ず BCC 送信するなど、適切な対応をお願いします。**

#### ■申込者へ参加決定の連絡 【重要】

事務局から申込者の情報を受け取った後、速やかに、地域団体において**「参加を受け入れる」あるいは「参加を断る」ことを決定し、その結果を地域団体から申込者へ連絡してください。**

このときの連絡手段は問いませんが、**メールの場合は確実に相手へ伝わったことを確認してください。**(例えば、メールの返信が来なければ電話をかけるなど)

**その後、速やかに事務局にも受入可否の結果を情報共有してください。**

#### 《参考》

参加申込フォームでは、以下のとおり申込完了のご案内をしています。

お申し込みありがとうございます。

※現在、参加はまだ確定しておりません※

参加確定についてはプログラム主催者より、メールまたはお電話でご連絡いたします。

ご連絡までに3～5日ほどお時間をいただく場合がございます。

もし数日経っても連絡がない場合は、「いこうち！事務局」までお問い合わせください。

## ■申込者への事前連絡

次の内容を、申込者へ伝えてください。参加決定の連絡とあわせてお伝えいただいて構いません。

### (1) プログラムに関する補足説明

募集掲載の内容に関する補足や追加の情報があれば、伝えてください。

#### ＜例＞

- ・当日の持ち物、服装の注意点
- ・申込者の交通手段にあわせたアクセスの案内
- ・集合場所や駐車場の位置
- ・集合場所までのアクセスで注意すること(例えば、道幅が狭い、カーナビの設定など)
- ・近くのコンビニやスーパーなど飲食物が買える場所
- ・トイレや着替えることができる場所があるか
- ・その他、プログラムへの参加にあたりリスクがある場合にはしっかりと説明 など

### (2) 地域団体の担当者の電話番号(携帯電話など) 【重要】

プログラム当日に参加者からの連絡を受けられることができるように、**地域団体の担当者の電話番号(携帯電話など)を、必ず伝えてください。**

(当日、参加者から「欠席」「遅刻」「道に迷った」などの連絡がある可能性があります。)

### (3) 天候不良等による中止や延期の判断を行う日時 【重要】

**プログラムが中止となる可能性がある場合は、中止の判断をいつ行うのか明確に決めておき、参加者に事前に伝えてください。**なお、中止の判断は、参加者の出発地(住所)に配慮し、**早めに決定のうえ連絡できるよう配慮**してください。(県外の方であれば、前日や前々日。近隣の方なら、家を出る前になるよう、集合の2～3時間前など)

#### ＜例＞午前9時集合の場合の中止や延期の判断のタイミング

- |      |        |     |
|------|--------|-----|
| 第1判断 | 開催の前々日 | 17時 |
| 第2判断 | 開催の前日  | 17時 |
| 第3判断 | 開催の当日  | 6時  |

#### (4) そのほか伝えたいこと

事前にお伝えすると喜んでいただけそうな情報があればお伝えしてください。

##### ＜例＞

- ・プログラム内容の魅力や特に楽しんでもらいたいこと
- ・地域の魅力、自慢なところ
- ・近隣のおすすめの観光情報、食事の情報
- ・宿泊のご紹介 など

温かい言葉もあわせてお伝えしてください。

##### ＜例＞

- ・人手が足りなくて困っていたので、参加してくれて助かります
- ・お会いできるのを楽しみにしています
- ・気をつけてお越しください など

#### ■参加者からのキャンセル

参加者からキャンセルの連絡があった場合は、速やかに事務局へ情報共有してください。

#### ■主催者都合による変更・中止の連絡

天候不良も含め、地域団体の都合により、プログラムの内容を変更または中止する場合は、速やかに参加者へ連絡してください。その後、速やかに事務局にも情報を共有してください。

#### ■開催直前の連絡

参加者に対し、プログラム開催の3日前～前日頃に、あらためて開催日時等の最終の連絡をしてください。(参加者が日時を忘れたために当日に欠席することを未然に防ぐため)

#### ■その他の事前準備

次の内容を参考に、開催日に向けて、準備を進めてください。

- ・駐車場やトイレを案内できるよう確認
- ・必要に応じて駐車場に誘導係を配置
- ・参加者に貸し出す道具があれば準備し、安全な状態で使用できるか点検
- ・受付に使用するための参加者名簿を作成

## ■名札の準備

参加者に、名札を付けてもらうための準備をします。養生テープやガムテープにマジックで各自の名前を書いてもらい、胸などに貼ってもらう方法でも構いません。

### ＜例＞

名札に「いこうち！」と書く

いこうち！  ニックネーム
---------------------

### ★名札のポイント

- ✓ 「いこうち！」と書いた名札により、その場にいる誰の目にも、いこうち！の参加者であるとわかるようにします。そうすると、地域のみなさんから、参加者に話しかけやすくなり、いこうち！の参加者同士でも交流をしやすくなります。
- ✓ 参加者のなかには、地域の方や他の参加者と上手く交流ができるか不安に感じている方もいらっしゃいます。名札を用意することで、円滑なコミュニケーションをとりやすくし、少しでも参加者の不安を取り除くことができます。
- ✓ 地域の方も、参加者とよく接する窓口の方などは、名札を着けることを検討してみてください。

## 4 プログラム開催当日の運営

### ■受付

- ・受付担当者を事前に明確に決めておいてください。
- ・**受付名簿で参加者を確認してください。**(後日、事務局より出欠状況を確認します。)
- ・集合時間までに集合場所に来ない参加者がいたら、連絡をとって状況を確認してください。

### ■開始のあいさつ・作業指示

- ・地域団体の紹介、地域の方の自己紹介を簡単に行ってください。
- ・**いこうち！の参加者一人一人から、簡単に自己紹介をしてもらってください。**
- ・当日の活動内容や役割分担、タイムスケジュール、トイレや休憩場所、注意事項など(安全管理の徹底や危険箇所など)の説明をしてください。

### ■活動開始

**いこうち！の参加者のみで作業をさせることは避け、参加者と地域の方が一緒に作業を行うようにしてください。**

### ★活動中のポイント

- ✓ いこうち！の参加者は、お手伝いのために来てくださった方々です。お客様扱いの過度なおもてなしをする必要はなく、遠慮せず明確な役割を指示して、みなさんと一緒に、活動に一生懸命取り組んでもらいましょう。そうすることで、活動後に「役に立てた」「充実した時間だった」と感じていただけるはずです。
- ✓ いこうち！の参加者は地域のみなさんとコミュニケーションを図りたいと思っています。ぜひ、地域の方から積極的に話しかけてください。素直な気持ちで「なんで来てくれたの？」と声を掛けてみてはいかがでしょうか。

### ■写真撮影

- ・今後のいこうち！での参加者募集に活用できるよう、活動の様子を積極的に写真で撮影するようにしてください。
- ・写真に写る人に対して、写真の使用用途を説明し、使用許可をもらいながら撮影してください。あるいは、開始のあいさつで、写真の使用許可をあらかじめもらっておくとスムーズです。
- ・集合写真を撮影し、後日、いこうち！の参加者へ送付すると喜ばれます。

## ■終了のあいさつ・解散

- ・貸し出した道具があれば回収し、数量等を確認してください。
- ・終了のあいさつを行い、解散してください。参加者への感謝やねぎらいの言葉を伝え、活動してみた感想や気づき等も積極的に聞いてみてください。
- ・今後の地域の活動予定や地域のファンクラブ制度などをご紹介し、今後の関係継続に積極的に取り組んでみてください。

## ■万が一、事故が発生した場合

- ・事故発生時は、現場の緊急対応や必要な処置を地域団体が行ってください。

参考資料③：緊急対応マニュアル 参照

- ・事故発生時は、直ちに事務局へ連絡してください。

(平日 8:30~17:15) 中山間地域対策課 088-823-9602

※平日以外に開催するプログラムの場合は、事前に事務局の緊急連絡先をお伝えします。

- ・なお、事務局では、いこうち！の参加者に対する以下の保険に加入しています。

傷害・賠償 責任保険の 補償内容	対象者:いこうち！を通じて申し込みプログラムに参加した者
	〈傷害保険〉 死亡・後遺障害(最大)1,000万円(特定疾病 100万円) 入院日額 5,000円(特定疾病 500円) 通院日額 3,000円(特定疾病 300円) ※往復途上危険担保特約を付帯
	〈施設所有〈管理〉者賠償責任保険〉 対人 1億円 対物 1,000万円(免責金額0円)

## 5 プログラム開催後

### ■参加者への連絡

プログラム終了後に、参加者にお礼のメールを送信してください。メールにプログラム中に撮影した写真や、次回イベントの案内を添えると、関係性を継続する良いきっかけとなります。

### ■事務局からの開催確認

事務局から、当日の開催状況を電話などで問合せさせていただくことがありますので、ご協力ください。

### ■参加者アンケート結果の共有

事務局は、プログラム開催後に、参加者に対してアンケートを実施します。アンケート集計後にはみなさまにも共有しますので、今後のご参考にしてください。

**参考資料②：参加者アンケート 参照**

## 6 プログラム開催経費に関する助成制度

### (高知県集落活動センター推進事業費補助金 関係人口枠)

いこうち！プログラムの実施に要する経費については、「集落活動センター推進事業費補助金」(関係人口枠)を活用することが可能です。

なお、活用するためには、市町村を通じて県に申請を行い、プログラム開催日までに交付決定を受ける必要がありますので、活用を希望される場合は、まずは速やかに市町村へご相談ください。

### ■補助金の概要

補助事業名：令和8年度高知県集落活動センター推進事業費補助金

区分：継続・発展支援事業 関係人口枠

補助額：1センター当たり 上限 10 万円/年(補助率1/2)

補助対象経費：高知県中山間地域交流促進事業(いこうち！プログラム)の実施に必要な経費のうち、賃借料、印刷製本費、通信運搬費、消耗品費等(ソフト事業)

## 7 その他の重要事項

以下のことについて、ご確認ください。

また、これらに関するお問い合わせがあった場合は、事務局が対応しますので、質問者の連絡先やお問い合わせ内容をご連絡ください。

### ■参加者向け交通費・宿泊費助成

高知県外在住の方に限り、いこうち！への参加に関する交通費や宿泊費の助成制度があります。詳細は、以下のリンク先を、ご確認ください。

交通費・宿泊費助成の実施要領や申請書はこちら

<https://www.pref.kochi.lg.jp/doc/2025061900142/>



### ■利用規約・プライバシーポリシー

以下のリンク先に掲載しておりますので、ご確認ください。

利用規約

[https://kochi-iju.jp/file/★いこうち！利用規約\\_令和8年4月6日改定.pdf](https://kochi-iju.jp/file/★いこうち！利用規約_令和8年4月6日改定.pdf)



プライバシーポリシー

[https://kochi-iju.jp/file/ikochi\\_policy\\_R070627.pdf](https://kochi-iju.jp/file/ikochi_policy_R070627.pdf)



そのほか、どのようなことでもお気軽にお問い合わせください。

### **お問い合わせ**

いこうち！事務局（高知県総合企画部中山間地域対策課） 岡林、中山、嶋崎  
TEL:088-823-9602 FAX:088-823-9258 MAIL:080601@ken.pref.kochi.lg.jp