

山形での多様なライフ&ワークスタイル

やまがた KURASHI くらしーズ seeds



Life. /
Work. /
Design. /



山形で、ライフデザインの“種”を
見つけよう

このプロジェクトでは、やまがた暮らしの魅力をアピールしたいと集まった
高校生～20代までの若者が、「やまがた KURASHi seeds」のメンバーとして、
県内で多彩な分野で活躍する若者を取材し、
山形で多様なライフ＆ワークスタイルを同世代に届けます。
山形で、ライフデザインの“種”を、あなたの視点で探してみませんか？

Guide 本書のヒント

今気になる！ページから読んでみよう。探してみよう。

全部読まなくても大丈夫。

目に留まった人、気になるキーワードからページを開いてみよう。

思いがけない出会いが、山形でのあなた自身の未来のヒントになるかもしれません。

ヒント①

立ち止まったページがスタート地点。

なんとなく気になる——その感覚を大切に。そこがあなたの最初のヒントです。
自分ゴト化＝「自分だったらどうする？」と想像しながら読んでみてください！

ヒント②

あなたの選択肢を広げるための材料。

紹介されている生き方や選択が、そのまま正解というわけではありません。
似ているところ、違うところも全部あなたの考える材料になります。
あなたのこれからを考えるきっかけとしてください。

Contents

●01 はじめに

●03 メンバーについて

●05  **FILE 01**
管理栄養士
野木 桃子 さん(野山の食堂 代表)

●06  **FILE 02**
映像ディレクター
菊地 翼 さん(株式会社機微 代表)

●07  **FILE 03**
陶芸アーティスト
水木 華 さん(株式会社石木花)

●08  **FILE 04**
家具職人
石橋 葵 さん(株式会社天童木工)

●09  **FILE 05**
行政書士
大類 由美 さん(大類行政書士事務所)

●10  **FILE 06**
陶芸家
川和田 宗太郎 さん(カム口窯)

●11  **FILE 07**
ミニトマト農家
佐藤 美鈴 さん(自営業)

●12  **FILE 08**
米農家
齋藤 聖人 さん(株式会社HIRR 取締役)

●13  **FILE 09**
デザイナー
齋藤 美綺 さん(株式会社nitorito 取締役)

●14  **FILE 10**
コンテンツプランナー
阿部 彩人 さん(合同会社COCOSATO 代表)

●15  **FILE 11**
エステティシャン & ヨガインストラクター
野口 里香 さん(ヨガ&エステ sukha)

●16  **FILE 12**
美容師 & 映像クリエイター
岡部 竜平 さん(koko hair design Lab & TAPPEI OKABE)

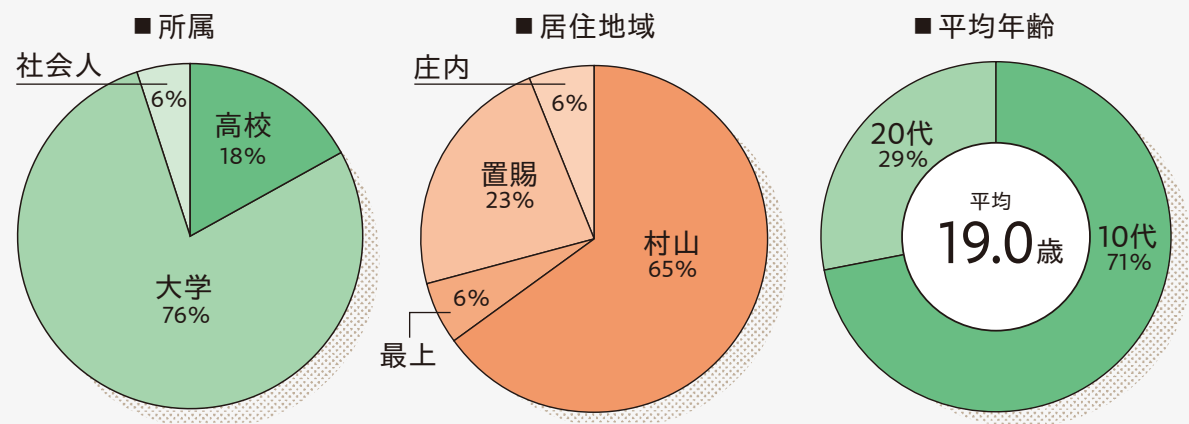
●17 編集後記

やまがたKURASHi seeds
WEBサイトはこちら
(全取材記事の詳細もこちらから)

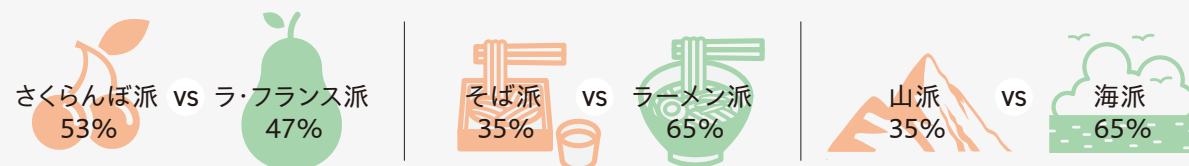


メンバーってどんな人たち？

山形で「暮らす」「働く」ことに興味がある！山形の魅力を知って発信したい！
熱い気持ちを持って集まった17名のメンバーを紹介します。



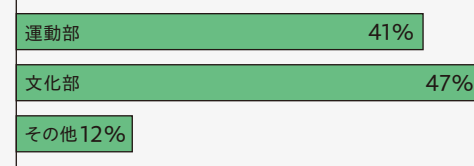
■ 山形のどんなところが好き？



春夏秋冬全部美しい！ おもてなし精神 おしゃれカフェ 地元のお祭り ラーメン巡り 温泉がたくさんある
ご近所さんのお裾分け きてけろくん レトロな建物がいっぱい 空が広い 西藏王の夜景 山形県民の人柄

■ どんな高校生だった？

〈部 活〉



美術部 建築倶楽部 硬式テニス部 雑刀部
バドミントン部 吹奏楽部 茶道部 水泳部
新聞部 放送部 生徒会 卓球部 テニス部
バレーボール部 インターアクト部 ハンドボール部

〈夢中になっていたこと〉

部活一筋！ 恋バナに熱中してたな～ 生徒会活動
友達と花火で青春 勉強も恋も友情も全部全力
ものづくりに没頭 建築模型や製図にハマってた
英語と地理に夢中 進路に悩んで、現実逃避！
やりたいこと探し ボランティア活動

みんなの本音、聞いてみました。

取材前のメンバーに
山形で暮らし働くことについての印象を聞いてみました！

こどもの頃の大半を山形で暮らしたから、将来も山形で子育てしたい。

教員志望のため、山形の少子化がちょっと心配な一方、人が温かいイメージなのでワクワクもある。

山形での暮らしは飽きてしまうかも。

暮らしと仕事のバランスが良いイメージ。身近な社会人もなんだか充実していそう。

在宅ワークなど、出社しないスタイルの人が結構多そう。

自分が育った地域で起業したい。

自然豊かな場所で生活できそうだけど、自然と関わる仕事ってあるかな？

自分の好きなことをしながら、地域の人たちと関わって、ゆったりと暮らせるのかな？

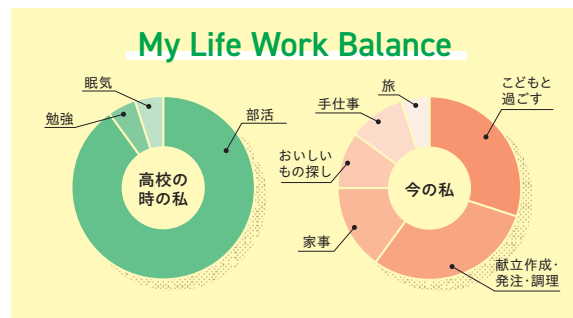
食や文化に魅力があり、楽しいことができそう。

そんな思いをもったメンバーが、
山形で自分らしく暮らし働く若者12名を取材してきました！
あなたもライフデザインの“種”を見つけてみませんか？



山形の暮らしとおいしいを 肌で感じたい

大学卒業後、福島で管理栄養士として働き、高齢者施設で「昔の味が食べたい」という声に出会った野木さん。郷土料理に魅力を感じ、大江町の地域おこし協力隊として食を通じた活動を始めました。農家さんやお年寄りから教わる知恵やおいしい食べ方を大切にしながら、施設やイベントの場で料理を提供しています。現在は事業を立ち上げ、子育てと両立できる範囲で仕事を受けているそう。今後も今の暮らしを大切にしながら活動が続けていきたいといいます。



山間地域で暮らす 二児の母

「学生時代は、さまざまな経験を通して、多角的な視点を身につけるよう努め、面白そうなことには積極的に取り組みました。都会や海外は旅行で訪れる場所として魅力を感じる一方、住むなら地方がいいと考えるように。これからも山形の魅力を、こどもたちに伝えたいです。」



山形の食を伝えたい 管理栄養士 / 野山の食堂 代表

「大江町産のお米や筍の甘酒煮、山形セルリーのきんぴら、ワラビ漬けなど、地元食材を使った料理が好評です。ゆくゆくは“おばあちゃんの林間学校”のような、山形の食文化や高齢者の知恵を後世に伝えるための心安らく居場所を作れたらと考えています。」

Members' Voices



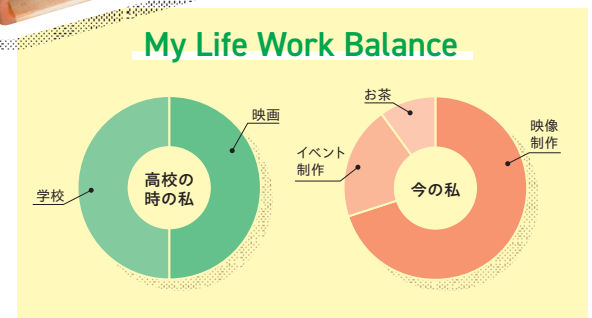
野木さんのお話を伺い、子育てをしながら多様な人々と関わり、山形での暮らしを楽しんでいる姿に憧れました。面白いと思う分野を学び、周りの方から知識を吸収しながら挑戦を続ける姿勢に、生活が豊かになっていく力を感じ、私自身もワクワクしました。若く、何にでも挑戦できる今だからこそ、幅広く取り組んでいきたいです。

もっと詳しい
記事はこちら



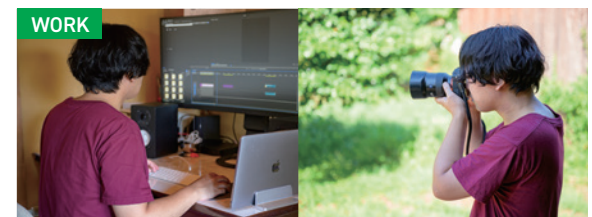
映像、音楽、お茶 山形で生まれる新たなつながり

高校時代、勉強が苦手だったという菊地さん。けれど映画鑑賞は好きで夢中になったのだそう。慣れ親しんだ街を舞台にした映画に出会い、日常をこんなに美しく表現できるのかと感動し、映像を志すように。進学先は山形国際ドキュメンタリー映画祭というカルチャーがある山形県へ。地元の福島県へ戻ることなく、居心地のよい環境を自ら作り出し、好きなことや得意なことをとことん突き詰めてきました。現在は「機微荘」という拠点にて活動しています。



自分が好きなものでつながりたい、茶文化コミュニティ 茶酔(おちゃよい)

「熱茶を何煎も味わいながら、カフェインやミネラル、温熱効果で心身をゆるめるといわれている茶酔。主催していた音楽イベントが、コロナ禍で中止になったことをきっかけに始めたコミュニティです。お茶を通して人と人がつながるイベントを開催しています。」



目に見えない空気感や温度、匂いを伝える映像制作 映像ディレクター / 株式会社機微 代表

「目に見えるものを映し出すはずの映像表現の中で、視覚以外の空気感や温度、匂いなどの“機微”まで伝えたいという想いが込められた社名。多くの人と関わりながら作りあげる点に、映像制作の魅力を感じています。」

Members' Voices



「山形は狭いからこそ面白い」という言葉が印象的でした。アイデアを持つきざまな人と会う中で、作品やイベントという成果や、新たなつながりが生まれる。時に窮屈さを感じるような人との距離感もむしろ山形の魅力のひとつだと捉えることができました。菊地さんの今後の活動に、これからも注目したいです。

もっと詳しい
記事はこちら



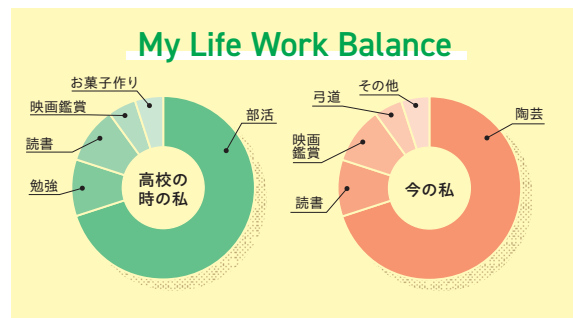
土に触れ、自然をかたどる人
盆栽をもっと身近に
手のひらに納まる器で
感じる大自然



PROFILE
水木 華さん
陶芸アーティスト
【株式会社 石木花】村山市

自分らしさを叶える 山形での暮らし

幼い頃から夢だったパティシエの世界に憧れ、仙台の学校でお菓子作りを学んだ水木さん。関東にある有名パティスリーでの就職も考えましたが、都会より山形の自然の中で暮らすことを選びます。山形の菓子店で製造を学んだ後、学生時代の先輩から誘われ盆栽に触れたことで興味を持ち、思い切って転職。盆栽の陶器を作ることはパティシエと似ていると感じ、飛び込んだ世界。そんな水木さんの作品は今、日本だけでなく世界中から愛されています。



「自然と向き合う」ではなく 「私も自然の一部」という生き方

「弓道は学生時代から、今も続けています。その集中力と、お菓子作りで培った造形センスも今の自分を形作っています。映画や読書と同じように、山形の自然もインスピレーションの原点。無理せず自然と共に生きるこの環境が私に合っていると感じます。」



多くのの人に盆栽を気軽に楽しんでほしい 陶芸アーティスト / 株式会社石木花

「盆栽は敷居が高いと思われがちですが、この手のひらサイズの盆栽なら誰でも手に取りやすいので、自然を感じるきっかけになってもらえたらと思います。自然は一つひとつ形が違う、不完全さの中にある美しさがある—その魅力をもっと広めていきたいです。」

Members' Voices



これまで自分の歩んできたことに自信が持てず、不安に感じていました。今回、水木さんのお話を聞いて、「今は将来につながっていないように思えても、必ず伏線が回収する瞬間が来る」という言葉に励まされました。関係ないと思っていた努力も、どこかで必ず役に立つ。人生は本当に先が見えないものだ、改めて実感しました。

もっと詳しい
記事はこちら



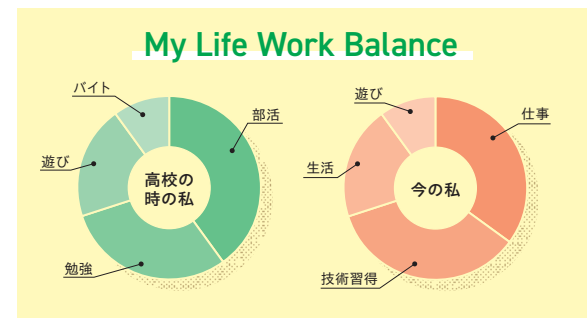
木工芸家
好きが原動力
技を極め、天職へ



PROFILE
石橋 葵さん
家具職人
【株式会社天童木工】天童市

心が動いた 夢の行き先は、山形だった

木工そのものが趣味という石橋さん。木工職人を志すきっかけは、中学2年生のときに自宅の食器棚が壊れ、自ら修理した経験でした。作業の楽しさに加え、家族に喜んでもらえたことが大きな原動力に。その後、インテリア科のある高校へ進学し、木工芸部に入部。顧問の勧めで技能五輪に出場した際、当時の天童木工製造部長から評価を受けたことを機に、同社に強い魅力を感じ、就職を決意。「学生生活での一つひとつの経験が、現在の自分を形づくる転機となった」と語ってくれました。



自然と人柄に癒され リフレッシュできる自分時間

「山形は冬のアクティビティが面白いですね。沖縄は雪が積もらないので、また、方言を含めて、山形の人の優しさや温かさを日々感じています。庄内や置賜などまだ知らない山形の景色がたくさんあるので、今後、見に行きたいです。」



技能五輪全国大会4連覇を達成 家具職人 / 株式会社天童木工

「年齢制限がある若者向けの技能五輪がひと段落し、次に目指すのは熟練技能者が集う技能グランプリです。もっときれいな製品を作ることができるよう技術をさらに磨きながら、使う方の想いに寄り添う家具づくりを続けていくことが目標です。」

Members' Voices



石橋さんのものづくりへの愛と、職人としての真摯な姿勢に強く心を打たれました。妥協せず自分を磨き続ける姿は、大きな刺激になりました。また、沖縄出身ならではの視点で語られる山形の魅力に触れ、当たり前だと思っていた故郷の良さを改めて見つめ直すことができました。

もっと詳しい
記事はこちら



暮らしの手続きナビゲーター

ホッとできる場所、山形で

暮らしと仕事は自分で設計する



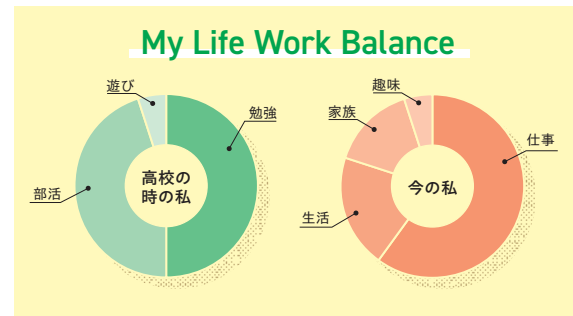
PROFILE

大類 由美 さん
行政書士
【大類行政書士事務所】東根市

村山地域

理想の暮らしから逆算した キャリアの探し方

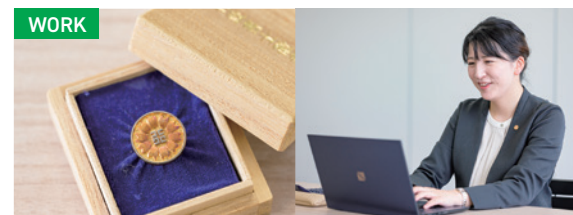
ドラマで見た検察事務官に憧れ、法学部へ進学した大類さん。就職は地元でしたいものの、山形で理想の仕事があるのか分からず悩んだ時期もあったといいます。そんなとき、父親から行政書士という職業を教えてもらい、在学中に資格を取得。勉強に追われる中でも「食事・入浴・睡眠だけは削らない」と決め、時間配分を工夫した経験は、Uターンし、開業した今も活かしています。「山形で働くために、自分で道を切り拓いてよかった」と大類さんは語ってくれました。



仕事を充実させるため

休日はゆったり過ごす私時間

「山形は自然がたくさんあるので、ホッとできるんです。休みの日は川沿いを歩きながら、水面に映る木々や鳥の声に癒やされます。自然を満喫するほかにも、カフェでくつろいだり、大好きなアニメの映画を見に行ったり—そんな小さな気分転換の時間を大切にしています。」



身近な困りごとに寄り添う

行政書士 / 大類行政書士事務所

「行政書士は、お客さまが自分で準備するのが難しい書類を代わりに作成する仕事。書類が無事に仕上がり報告する際、お客さまの笑顔が見られると、とても嬉しくなります。感謝の言葉はもちろんですが、その方の役に立てた実感こそが、私にとっての何よりのやりがいです。」

Members' Voices



行政書士と聞くと堅いイメージでしたが、大類さんは笑顔が素敵でとても優しい方でした。お話を伺って、まだ知らない仕事や暮らし方があるかもしれないと感じました。迷ったときは、地元のことを考えると新しい選択肢が見つかりそうです。そんなときは、私も家族や友人、先輩など、誰かに相談してみようと思いました。

もっと詳しい記事はこちら



自然の景色を写す器をつくる陶芸家

「楽しだもん勝ち」

陶芸から広がる

ローカルイノベーション



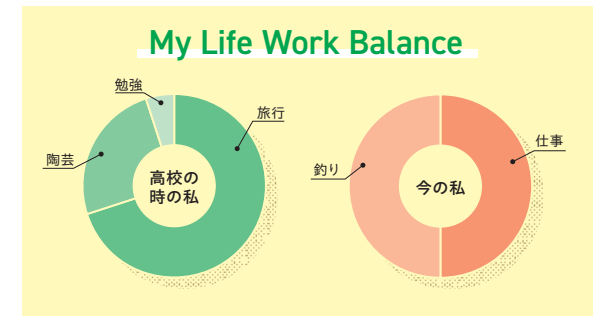
PROFILE

川和田 宗太郎 さん
陶芸家
【カム口窯】最上町

最上地域

「好き」を追いかけた選択が 理想の暮らしのきっかけに

中高生時代、当初はバスケット部に所属し、東北大会にも出場するほど打ち込んでいた川和田さん。しかし、プロへの道の厳しさを感じ、持ち前の手先の器用さを生かして美術部へと転部します。そこで出会ったのが「器を一からつくる」陶芸。夢になったことをきっかけに、美術大学への進学を決意し山形へとやってきました。卒業後は陶芸を続けられる環境を求め、最上町の地域おこし協力隊に。カム口窯を立ち上げ、地域とともに歩む陶芸家として、現在も挑戦を重ねています。



地域おこし協力隊から定住

釣りのある暮らし

「納期に追われることもありますが、時間を自由に使えるのも自営業の魅力。川で釣った魚や採れたての山菜を、自分の作った器に盛って朝食にする—そんな日々を楽しんでいます。自然の中で過ごす時間は暮らしの豊かさとなり、山形での生活を一層特別なものにしていきます。」



素朴で温かい風合いの「粉引き」技法

陶芸家 / カム口窯

「お客様から直接『ありがとう』と感謝の言葉をもらえる瞬間は、何度味わっても特別です。最上町の自然と人の温かさを映すような、風合いのある作品。将来的には、最上町の陶芸工房として広く認知されることが目標です。」

Members' Voices



「最初から陶芸や地域が好きだったわけじゃない」という川和田さんの言葉が印象的でした。続けていくうちに、だんだん「好き」になっていくという経験は、僕たち学生にとっても、励みになると思います。最初から強い情熱がなくても、自分の感覚を信じて一歩踏み出せば、好きなことに出会えるんだと感じました。

もっと詳しい記事はこちら



地域資源を活かす、循環型農業の担い手
作っているのはミニトマトだけじゃない
この土地で、未来も育てたい

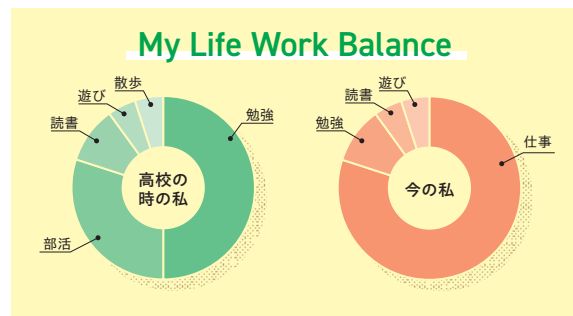
読書や日記でリフレッシュ
欠かせない仕事道具
甘みと酸味のバランス抜群！自慢のミニトマト
自家製トマトの無水カレー
手づくりの器

PROFILE
佐藤 美鈴 さん
ミニトマト農家
【自営業】戸沢村

最上地域

自分を育ててくれた土地で 挑戦し、農業をアップデート

実家が米や野菜の農家という佐藤さん。小さな頃から、春は種まき、秋は収穫などを手伝っていたそうです。農作業に励む家族の姿を見て、自分も農業に携わりたと思うようになり、県立農林大学校に進学。農林大学校では、地元の野菜農家の間ではあまり使われていない豚糞堆肥に着目し、ミニトマトへの応用研究に取り組み、論文が高く評価されたのが自信につながったといいます。卒業後は地元で就農し、未利用資源を活用した農業の普及を目指して歩み始めました。



自然のリズムに沿って暮らす

畑を離れて、心を耕す自分時間

「戸沢村の中でも、やはり自分が生まれ育った地域に愛着があります。田んぼや畑が広がり、川遊びや山を散歩した、思い出深い緑豊かな里山です。自分の時間は読書や夕日を撮影したり、ゆったり過ごします。これからもずっと住み続けたいし、この目で変化を見続けたいです。」



学んだ野菜経営学を実践

ミニトマト農家 / 自営業

「牛糞堆肥が広く使われている一方で、豚糞堆肥はまだ分からない点も多く、今後も生産者の会合などで情報を共有しながら、利用に向けた取組みを進めていくことが目標です。地域循環型農業の実現を目指し、生まれ育った地域の未来に貢献したいと考えています。」

Members' Voices



佐藤さんが、小さい頃から農家になるという夢を持ち続け、それを実現するために行動している姿がとても印象的でした。私はまだ「やりたいこと」を探している途中ですが、今できることに精いっぱい取り組むことで、将来の夢や職業につながっていくのではないかと思います。

もっと詳しい
記事はこちら



スタイリッシュでクールなスーツ農家
せっかくやるなら、かっこよく
次世代農業に、新しい価値観を

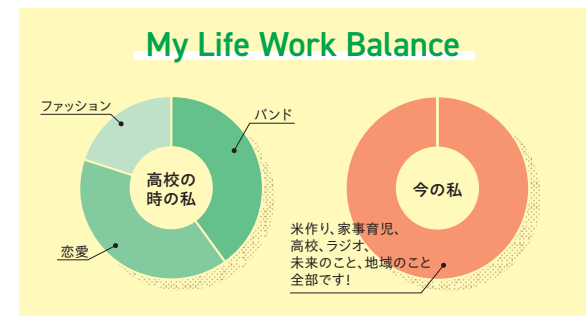
夢からもらった、かっこいい帽子
趣味で乗っている自転車
お気に入りのスーツたち
作業用の長靴とスコップ
手づくりの器

PROFILE
齋藤 聖人 さん
米農家
【株式会社HIRR 取締役】川西町

置賜地域

地方で生きることは我慢じゃない 都会にない豊かさや自由がある

川西町で約400年続く米農家に生まれた齋藤さん。継ぐつもりはなく、学生時代は建築を学び、山形を離れて建築業界に進みました。しかし平成23年の震災を機に人生を見つめ直し、子育てや自分の居場所を考えてUターンし、就農しました。「どうせやるなら、かっこよく」。農業のイメージを刷新したいと、スーツ姿で農作業をスタート。その姿はメディアでも注目され、地元や農業を盛り上げる存在となっています。育った地元への恩返しは、今も続いています。



何もなかったからこそ何でもできる

農業から延長線上の暮らし

「近くにおしゃれなカフェがあったらいいね—そんなことを夫婦で話していたところ、地域おこし協力隊から声をかけてもらい、1年間、週末カフェを開きました。現在は高校の非常勤講師やラジオパーソナリティとしても活動中です。仕事と暮らしの境目がない、自由なライフスタイルを楽しんでいます。」

Members' Voices



齋藤さんは農業とは別に、カフェを経営されたりラジオ番組で発信したりと、幅広いジャンルで活躍するユニークな方でした。「僕はこんなことがしてみたい」と積極的に発言していくことで、周囲の方々も応援したい気持ちになるんですね。私もチャレンジするときは声に出したら、実現できるかもしれないと勇気をもらいました。

もっと詳しい
記事はこちら



農業を楽しむ姿を、次の世代へ

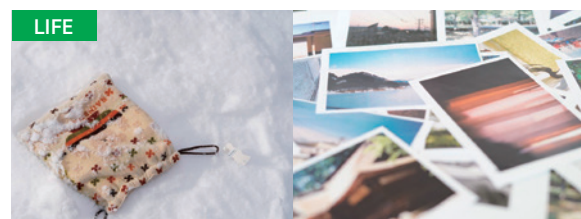
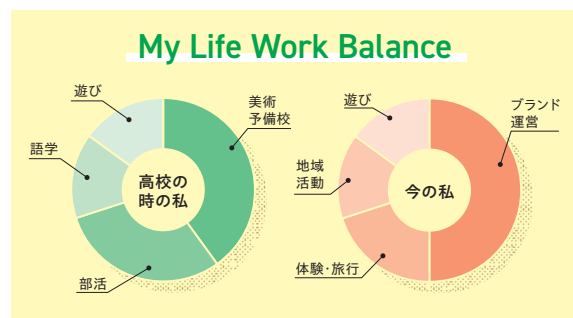
スーツ農家 / 株式会社HIRR 取締役

「都会暮らしを経て、ふるさとの美しさを再認識。農家の後継ぎとしてだけでなく、この土地を守りたいという思いが強まりました。“スーツ農家”というスタイルには、当初は反発もありましたが、続けるうち農家としての信頼を得られるように。そこで感じたのは、周囲とのコミュニケーションの大切さでした。」



私の「できる」と「やりたい」が重なる街

美術大学テキスタイルデザイン学科で織物や染色の技術を学んだ斎藤さん。大学のプロジェクトで織物の生産現場を訪れたことをきっかけに生地作りに魅了され、米沢の老舗企業に就職しました。その後、仲間とともにテキスタイルブランド「nitorito」を立ち上げ、地域の技術を活かしたもののづくりに取り組んでいます。現在は、自分が「できること」と「やりたいこと」の両方を実現できる環境で、世界へ向けて発信を続けています。



四季のエネルギーが感じられる米沢で 出会いと風景に育まれる暮らし

「米沢は自然の美しさと人の温かさにあふれる街だと思います。人々との出会いから新たなアイデアを得ることも。雪景色や夕焼け、山々などの美しい風景や旬の野菜や果物に日常的に触れることも楽しみです。こうした出会いや発見が日々の表現の源になっています。」



流行ではなくずっと愛されるニット製品を デザイナー / 株式会社nitorito 取締役

「お客さまのご要望に沿った生地制作に携わる中、ここでしか生まれないアイデアやデザインをカタチにしたいと思うようになり、nitoritoをスタート。地域の技術を活かしたもののづくりに取り組み、商品開発からデザイン、営業、広報、販売まで積極的に活動しています。」

Members' Voices



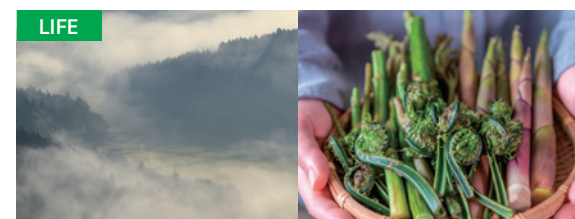
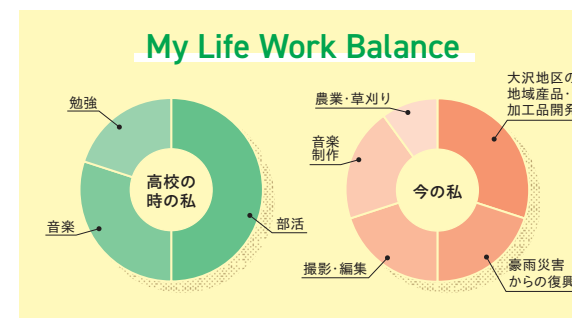
斎藤さんが米沢での暮らしを心から楽しんでいることが強く伝わってきました。インタビュー中は常にポジティブな言葉を口にされていたのも印象的です。日常のすべてがデザインに結びつき、日々の取り組みの中で技術を磨き進化させることに喜びを見出す姿からは、仕事への情熱と日々の生活を大切にしたい気持ちが感じられました。

もっと詳しい
記事はこちら



何もない場所なんてない どこにだって魅力は必ずある

幼少時代から都会に憧れ、大学・就職は東京と決めていた阿部さん。卒業後はアーティストのファンクラブ運営など音楽関連の仕事に就きます。発信業務をこなす中で、東京では地元の知名度が低いことに驚いたそうです。当たり前だと思っていた田園風景や人、方言、食の豊かさなど地元の魅力を、離れてみて再確認。「学生時代には気付かなかった地域の良さを発信したい」とUターン。現在は、都会で培ったスキルを地域に還元し、多くの人に届けています。



人との関わり・食・自然 体験がアイデアになる暮らし

「学生時代は気付きませんでした。里山の風景は日ごとに変わります。都会では仕事とプライベートがはっきり分かれていましたが、今は自然に触れることも多く、同じ時間が流れているように感じます。休日にこどもと遊ぶことが仕事のヒントになるのも面白いですね。」



里山での地域振興、特産品づくり、音楽・動画制作 コンテンツプランナー / 合同会社COCOSATO代表

「地域の皆さんと商品を作ったり、動画・楽曲を制作したり、自分にできることに何でも挑戦して発信しています。豪雨災害の際には、県内外から多くの支援をいただくことができました。これからも多くの人を巻き込み、ここに住む人たちの笑顔が続く活動をしていきたいです。」

Members' Voices



最も印象に残ったのは、阿部さんに八幡地域大沢地区を案内していただいたことです。地域の方々の表情が生き生きとしていて、阿部さんの活動がこうして形になると実感しました。山形の魅力を知るきっかけは至るところにあります。皆さんも一度、地元と向き合ってみてほしいと思いました。

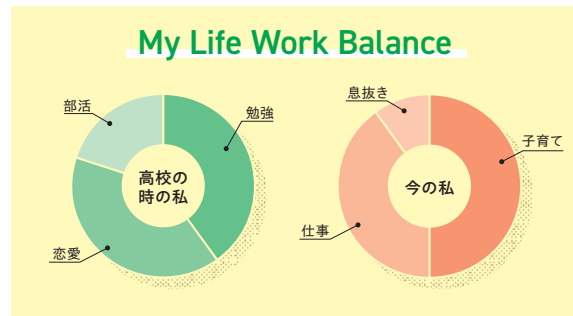
もっと詳しい
記事はこちら





介護福祉士から美容セラピストへ 誰かの力になりたい、その思いは変わらない

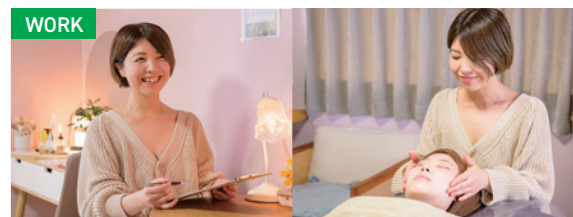
高校で介護福祉士の資格を取得し、地元・酒田で福祉の仕事に就いた野口さん。働きながら学びケアマネジャーの資格を取り、当時は福祉一筋と思っていたそうです。20代の頃、生きづらさを感じていた時期に美容サロンで悩みを話すうち、自己肯定感が高まり「私も女性を輝かせたい」と思うようになり、転職。美容セラピストとして活動し、ヨガインストラクターの資格も取得して起業。誰かを応援する仕事が自分に合っていると語ります。



人の温かさを感じる環境で

“ママ”としても“私”としても輝く時間

「こどもとの時間をもっと大切にしたいと思い、起業を決意しました。酒田市は起業支援が手厚くて、面倒見がいい人も多いので、地域に支えてもらっている実感があります。休みの日はこどもと公園に行ったり、自然に触れ合ったりする時間が増えて、ますます地元が好きになりました。」



壁があるから頑張れる

エステティシャン & ヨガインストラクター /
ヨガ&エステ *sukha*

「美と健康の両方で、女性に寄り添う存在でありたいと考えているため、エステティシャンとヨガインストラクターの仕事はどちらも大切にしています。忙しいからこそ工夫が生まれるので、そんなときでもワクワクを楽しみながら、前向きに仕事をしています。」

Members' Voices



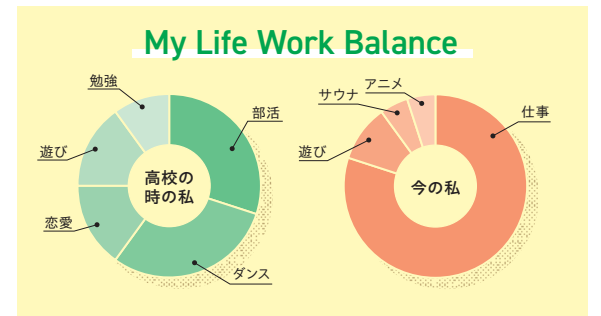
自分の好きな「美と健康」を仕事にした決断力と、困難を前向きに受け止めて楽しみに変える柔軟さが印象的でした。美容や健康を通じて女性の“自分らしさ”を支えながら、子育てと仕事を両立する野口さんの姿は、私たちが将来の「自分らしい働き方」や「家庭と仕事のバランス」について考えるきっかけになると感じます。

もっと詳しい
記事はこちら



好きなことで生きていく 自分の“楽しい”を信じて夢中になる

学生時代は陸上部とダンスに夢中だった岡部さん。母親の影響もあり、夢は美容師だったといいます。高校を卒業後、東京の美容室に就職。働きながら通信制の美容学校で学び、スタイリストデビューを果たしました。また、もともとダンスを撮影していたことから映像にも興味を持っていたのだそう。ITインフラが発展した今、どこにいてもスキルアップできると感じ、東京での経験を活かして地元へUターン。現在は美容師と映像クリエイター、二つの顔で活躍しています。



海も山も、自然を近くに感じられる環境

好きに囲まれ、充実した私生活

「庄内の海や山、旬の食べ物など、自然を近くに感じる環境が自分に合っていると思います。都会に出たことで、地元の良さを再発見できたり、成長できた部分もあります。サウナや登山などが息抜き。自分を見つめる心の余裕ができたと思います。」



美容師や映像制作を通して、誰かを幸せにしたい

美容師 & 映像クリエイター /
koko hair design Lab & TAPPEI OKABE

「美容師としては、骨格や髪質に合わせたスタイリングと、お客さまがオーダーした背景を想像しながら仕上げるように。映像は、画角のセンスや“映え”を意識し、見る人がどう感じるかに注力しています。どちらの仕事も、ストーリーを感じられるようにこだわっています。」

Members' Voices



オンライン環境の普及により、どこでも映像等を通じて技術を学べる便利な世の中に、岡部さんの経験を伺い、場所に縛られず挑戦できる今だからこそ、自分に合った環境を選ぶことが大切だと、改めて思いました。好きな分野を突き詰め、それを仕事にしたり副業にしたりできる今、自分らしい学び方や働き方を見つけることが、これからの時代を豊かに生きる鍵になると感じました。

もっと詳しい
記事はこちら



編集後記 — 取材をしてみて思ったこと —

山形のライフ&ワークスタイルを届ける活動をしてきた「メンバーの声」を紹介します。

「将来についてまだ何も考えていない」と思っている人も、焦らなくて大丈夫。

このページが、新しい一歩を考えるきっかけになったら嬉しいです。

…取材ページ



あいね

「好き」を大切に
ワクワクする
未来をつくりたい

自分の「好き」を大切にしている皆さんのお話を聞けて、自分も好きなことを自分らしくできる人になりたいと感じました。皆さんも地域の人や身近な大人との関わりを大切にしながら、自分らしく過ごせる環境を見つけられたらと思います。その中で未来がワクワクするようなものになっていたら嬉しいです。

p.13、p.14



あき

山形と自分の
将来を描く
ロードマップに

若者の地元離れが多くなっていると言われていますが、「山形で生活すること」に新しい可能性を感じました。また、女性の「子育てとキャリア」の両立について、ロードマップを知ることができました。山形は想像以上に広いと感じたので、まだまだ知らないいろいろな面白い仕事や生活を発見していきたいです。

p.12、p.15



安孫子 舞那

いろいろな人との
交流で、視野が
ぐっと広がった

取材を通じて働きながら結婚や子育てをする将来像を、具体的に描けるようになりました。初めてものづくり系の仕事に触れ、視野が広がったとも感じています。取材仲間との交流を通じて、自分の将来を柔軟に考えられるようにもなりました。自分らしい山形で暮らし方、働き方を見つけられたらと思います！

p.5、p.8



ねね

社会に出て
働くことが
楽しみに！

これまで抱いていた自分のライフスタイルへの考え方が一変しました。また、働くことについて前向きに考えられるようになり、これから社会に出ていく自分の将来が楽しみにもなりました！今回の記事を通して、山形の魅力がたくさんの人に伝わるとともに、私ももっと楽しい山形を作っていきたいと思いました。

p.5、p.9

「山形らしい」
だからこそ
カッコイイ！



ヒナタ

首都圏だけではなく、山形にも魅力的でカッコイイ仕事がたくさんあることに気がきました。また、そんな山形で働くことは私自身、とても楽しそうだと感じました。高校生の皆さん、山形は魅力的な仕事にあふれています。進路に迷ったらぜひこの記事を読み込んでみてください！

p.10、p.15

挑戦への一歩は
私たちにも
開かれている！



ひより

自分らしい生き方を選びながら働いている姿に触れ、将来の選択肢が想像以上に多いことがわかりました。「挑戦することは特別な人だけのものではない」と実感、自分も一歩踏み出していきなと思いました。この記事が「こんな生き方もあるんだ」と前向きに考えるきっかけになったら嬉しいです。

p.10、p.15



上野 陽佳

自分なりの
新しい挑戦で
山形をもっと素敵に

クリエイティブな仕事をされている菊地翼さんと石橋葵さん。仕事との向き合い方・考え方はそれぞれですが、自分らしさを大切にしながら進み続けている姿に、強い憧れを抱きました。私も魅力あふれる山形をこれからも発信し続けたいです。そしてそんな山形で新しいことにチャレンジしていきたいです。

p.6、p.8



押野 さくら

山形で働くことが
こんなに魅力的だと
改めて実感

UターンやIターンされた方のお話を聞いて、私も山形で働くことの魅力を再認識することができました。新しい仲間や未知の世界に出会い、自分の視野と考え方が大きく広がったと感じています。自分たちの記事が、皆さんにとってまだ知らない仕事や生き方に目を向けるきっかけになりますように。

p.9、p.13



氣仙 祐子

今だけの経験は
未来の自分への
プレゼント

初めて村山市を訪れて、風景と素敵な暮らしがとても好きになりました。取材した方がさまざまな道を歩んでいることも知り、今見えている未来以外にも道は広がっているのだと、少し安心できました。高校生の皆さん、今未来をすべて決めなくて大丈夫。自分が進む道を考える経験をたくさんしてください。

p.7、p.9



守屋 沙南

将来に迷う
時間さえ
楽しいこと

取材前より将来を考えることが楽しくなるとともに、自分なりの暮らし方・働き方をこれから見つけていきたいと感じました。さまざまな発見を通して気付いたことは「いろいろな人やものに会えるから、将来に迷う時間さえ楽しい」ということ。これからもっと多くの人と話して、視野を広げていきたいです。

p.10、p.16

捉え方ひとつで
ネガティブは
ポジティブに変わる



よこ

ネガティブに感じていた山形の部分を、菊地翼さんは魅力として語っていて、新しい山形の良さに気付きました。岡部竜平さんの「2番手の中の1番を目指している」というお話も新鮮で、第一線で活躍する方の考え方に触れられた良い機会でした。これからも山形の情報を発信し続けたいと思います。

p.6、p.16

夢を叶えた人々の
言葉が
背中を押す刺激に



横倉 陽太郎

米沢の暮らしがデザインに昇華されていく斎藤美綺さんの仕事がとても素敵だなと感じました。また、農家という幼い頃からの夢を叶えた佐藤美鈴さんの「変化をずっとこの目で見ていたい」という言葉がとても印象に残っています。将来に迷っている皆さん、この冊子には刺激になる言葉がたくさんありますよ。

p.11、p.13



柴田 悠登

人とのつながりが
気付かせてくれた
山形の魅力

野木桃子さん取材し、ご自身のこれまでの経験を活かしながら、山形で暮らすを心から楽しんでいる様子を感じ取ることができました。自分自身も山形の食文化の豊かさと素晴らしいさを知り、山形の新しい魅力に気付くことができました。この記事を通じて山形のことをもっと知ってもらえたらと思います。

p.5、p.8



書生 そーまっち

山形だからこそ
クリエイティブが
ワクワクを生み出す

菊地翼さんへの取材では、山形だからこそできるクリエイティブがあると知り、驚きとワクワクを感じました。意欲的に活動されている方々のお話はとても興味深く大変参考になりました。山形で面白いことに挑む人たちがいる。それは僕たちもあなたたちも、同じようにできるということが伝われば幸いです。

p.6、p.11



田代 香穂里

山形で働くことの
カッコよさを感じ
夢が膨らみました

「好きなことを仕事にすると嫌いになる」という世間の風潮を覆し、情熱を持って働き続ける姿がとても印象的で、カッコよく感じました。山形でできることは無限大。リモートワークやインターネットが普及した今、自分がしたいことをできる時代です。自分にあった環境で、生きたいように生きることが大事ですね。

p.7、p.16



凜子

山形には
自慢したくなる
人がいっぱい！

山形で生活していくことの良さを肌で感じ、地元に誇りを持つことができました。いろいろなことに挑戦したり、目標を持つことで充実した生活を送ることができることを知りました。記事を通して、今まで知らなかった山形の良さや魅力を感じて、地元目に向けてもらうきっかけになると嬉しいです。

p.12、p.14

ディープで
尖った山形に
出会える一冊です



わちけいか

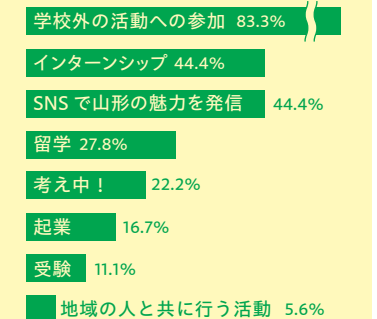
水木華さんのお話から、今までやってきた分野と今の仕事が違うても必ず将来につながっていくことを勇気をもらいました。地域の魅力の奥深さを知る体験も非常に面白かったです。この冊子には山形で尖っている人たちに会える大チャンスが詰まっています。ディープで濃い山形とぜひ出会ってください。

p.7、p.14

活動を終えて…

“チャレンジ”分布

Q. これからやってみたいことは？
(複数回答)



山形での多様なライフ&ワークスタイル

やまがた KURASHI くらしーズ seeds

Life Work Design やまがたで暮らし、働く12のスタイル

発行日:2026年1月 発行

発行者名:山形県しあわせ子育て応援部多様性・女性若者活躍課

住所:〒990-8570 山形市松波2-8-1

TEL:023-630-2727

URL:<https://yamagata-anone.jp>

アンケートに
ご協力ください

