

東北新幹線なら  
東京⇄郡山 80分  
仙台⇄郡山 40分



## 福島県 県中地域

福島県は、東から浜通り、中通り、会津地方と3つ地域に分け、更に中通りを北から3つの地域に分けた、真ん中の地域が県中になります。

県中地域定住・二地域居住推進連絡協議会

事務局／福島県県中地方振興局 企画商工部  
〒963-8540 福島県郡山市麓山1-1-1  
TEL 024-935-1323



ふくしま移住計画 ウェブサイト  
<https://fukushima-ijyu.com/>



提供：郡山市  
photo：郡山駅前周辺

ほ  
ど  
よ  
い  
イ  
ナ  
カ  
が  
、  
住  
み  
や  
す  
い  
。

福島と真ん中移住ガイド

ふくしま 移住計画

vol.  
7



撮影：有住武洋 photo：菊の里ときわ(田村市常葉町)

# 移住までのステップ



## step1: 移住の目的を考えよう

何を求めて移住するのかによって選ぶ地域は大きく変わります。農業をしてみたい、環境の良い場所に住みたい、子どもの教育を考えて…など。どんな地域でどんな生活を送りたいのか、よく考えてみるのが大切です。

## step2: 家族・パートナーに相談しよう

移住の目的やメリット・デメリットなどを家族やパートナーとよく相談しましょう。また、相談することによって移住後の生活スタイルを具体的にイメージすることができます。



## step3: 情報を集めて目的に合う地域を選ぼう

移住の目的が決まったら、交通の便や気候、地域性、仕事や子どもの教育など、様々な条件を考慮して、いくつかの地域を重点的に調べましょう。Webサイトはもちろん、移住セミナーなどに参加してみるのもおすすめです。

## step4: 現地まで実際に行ってみよう

気になる地域は実際に目で見るのが一番。体験ツアーや移住体験住宅を利用できることもあります。現地の雰囲気や生活環境を体験し、自分の想像とかけ離れていないか、確認しましょう。



## step5: 移住先で仕事を探そう

生活していくうえで、まずは仕事が必要です。移住相談窓口やハローワークに問い合わせるのもよいでしょう。また、農業を始めたいなら、各地域の就農相談窓口などに相談しましょう。

## step6: 住む場所を探そう

住みたい地域で目的に合った住居を探しましょう。中古住宅は補修が必要な場合もあるので、必ず現地確認を。



## step7: さあ、いよいよ移住!

ご近所にあいさつしたり、地域の行事に参加したりして、地域との交流を深めていきましょう。

移住に興味があるけど、どこに相談したらいいかわからない…

私におまかせください!

私は、県中地域の小野町の在住で、長年、移住希望者と地域の人々の橋渡し役を担う「福島ふるさと暮らし案内人」として活動してきました。移住には不安がつきもの。そんなときに親身に相談に乗ってくれるところがあると嬉しいし、心強いですよね。移住後の友達づくり・仲間づくりのサポートにも力を入れていますので、ぜひお気軽にご相談ください。

福島県県中地方振興局：TEL 024-935-1323



福島県移住  
コーディネーター  
(県中地域担当)  
よもぎた まもる  
蓬田 守です。

蓬田さんのFacebook



# 移住者の声、あつめました!

① 平岡さん 田村市 p4

② 伊東さん 郡山市 p5

③ 幸田さん 須賀川市 p6

④ 吉田さん 古殿町 p7

⑤ 田中さん 玉川村 p8

⑥ 橋本さん 田村市 p9

猪苗代湖、三春町、天栄村、須賀川市、鏡石町、玉川村、平田村、石川町、浅川町、古殿町、郡山市、田村市、小野町

移住者インタビューGO!▶

# びと ふくしま人、かく語りき。

## 移住者インタビュー

農業で子どもたちの成長とともに過ごし、家族みんなで健康な暮らしを。

平岡 真実さん・恵美香さん(田村市)

平岡さんは2018年に東京都から田村市滝根町へ移住し、新規就農しました。現在は夏イチゴ専門農園「ふらっとファーム」を経営し、安心・安全で美味しい夏イチゴを作っています。

**Q.移住してこられたきっかけを教えてください。**

真実さん:以前は都内で会社員をしていました。子どもが生まれて育児休業を取りましたが、その後のキャリアは、家族を支えていくには働く時間を長くしないといけない状況になりました。子どもが成長していくのをそばで見て、家族と一緒に過ごしながらできる仕事は何かと考えて、農業をやっていきたくと思いました。

**Q.移住前の仕事と、現在どんな仕事をされているか教えてください。**

真実さん:NTTファシリティーズという会社に23年ほど勤めて、太陽光関係などの仕事をしていました。研究職に就いたり、国の事業を受けたり、新規ビジネスをどんどんやっていったりしていました。転勤もありましたが、東京には15年ほど住んでいました。現在は、夏イチゴの栽培や販売、加工したジャムの販売、サツマイモ(紅はるか)の栽培をメインでやっています。



第37  
ふくしま人

**Q.田村市(滝根町)で農業をしようと思った決め手は何ですか。**

真実さん:私たち家族はクリスチャンで、いわき市にある教会に1時間以内で通えるところを探していました。距離的な条件を満たしていたのと、ホームスクーリングという教育方針に市役所も教育委員会も協力的だったので、田村市に決めました。

恵美香さん:普段は家庭で勉強していますが、学校から声をかけていただき、修学旅行などの学校行事に参加することもできます。ほかにも学校から農場見学の依頼があったりして、学校とも良好な関係を保っています。

**Q.移住する際に不安だったことはありますか。**

真実さん:今もそうですが、経済的な自立ができるのかということが不安でした。最初の5年間は新規就農者ということで補助金があったのですが、今後は認定農家の取得に向けて収益を上げていけるようにしたいですね。

**Q.地方の子育て、暮らしの環境はいかがですか。**

真実さん:のびのび子育てできるのは良いところですね。恵美香さん:うちの子はホームスクールなので、家から歩いてプールや図書館に行き、誰もいない時間に独り占めしていることもありますね。近くに病院がないのが不便ですね。

**Q.これから地方で暮らしたい人、移住を考えている人にアドバイスは。**

恵美香さん:米作りをすると近所の方と一緒に作業したり、教えてもらったりして繋がりを作ることができるので、慣れない作業で苦労もありますがやった方がいいと思います。真実さん:地方ではのびのびと過ごせる一方で、自然との付き合い方をある程度イメージしておいたほうがいいと思います。土地が荒れないように草刈りは必要ですし、雪が降ると生活の勝手が変わります。地方暮らし独特のものがあるので、柔軟な考え方を持って、困難があっても楽しむぐらいでいた方がいいと思います。

優先事項を明確にし、楽しみながら自分や家族にあった環境や理想を叶えるためにチャレンジ。

伊東 あおいさん(郡山市)

福島県郡山市出身の伊東さんは、2020年に東京都からUターンしました。現在はオンライン子育て支援センター「親子の学び場マゼンタ」を運営し、全国の子育て世帯を支援するなど様々な活動を行っています。

**Q.郡山市湖南町に戻って来られたきっかけを教えてください。**

子育てを最優先にしながら、子どもにとっても親にとっても良い環境で暮らしたい。ちょっと不便さを感じてもいいから、どこまで楽しめるか、チャレンジを試みたくて移住しました。



**Q.移住前の仕事と、現在どんな仕事をされているか教えてください。**

結婚・出産を機にオンラインで子育てサポートの仕事を開始しました。現在は、オンライン子育て支援センター「親子の学び場マゼンタ」の運営をしており、子育て相談だけではなく、様々な専門家による講座や英語教室などを全国向けに開催しています。また、自分のスキルを使って起業したい方の支援も行っています。

**Q.移住する際に不安だったことや、Uターンして良かったと思うことはありますか。**

病院や雪道の運転など不安はありましたが、そこに住んでいる人に聞いたり、考え方を変えたり、経験値を増やせば、不安が解消していくと思いました。一番良かったことは、子どもや自分の感覚の豊かさを伸ばすことができたことです。発表会などでいつも固まっていた繊細な息子が、堂々と発表して、自信をつけて成長している姿に感謝しています。私自身も、都会の多す

第38  
ふくしま人



ぎる情報を受け取らなくなり、朝から晩まで深い呼吸ができています。心身ともにリラックスでき、背中や肩の痛みが減り、睡眠の質もぐっと上がったことで、パフォーマンスが上がったと感じます。

**Q.地方の子育て、暮らしの環境はいかがですか。**

子どもたちが、走り回ったり、歌ったり、踊ったり、ジャンプしたり、たくさんはしゃいで大笑いしている姿を見守ることができて良かったと思います。小児科やコンビニなどが近くにないことは不便さを感じますが、近くにないだけで、車が運転できればなんとかなるので、メリットの方が大きいと感じます。

**Q.今後の目標を教えてください。これからどんなことをしたいと考えていますか。**

オンラインで可能性を広げるお手伝いをしながら、もっと様々な人に出会い、体験して、親子共に成長できたら嬉しいです。子どもたちと、アウトドア体験を増やしていくのも楽しみ!

**Q.これから地方で暮らしたい人、移住を考えている人にアドバイスは。**

環境を変えることに不安や心配も沢山あるでしょうし、予想外な出来事もあるかもしれません。日常生活の中で、自分にとって「何を優先させたいか」を明確にしていくと、その負担を苦しいものではなく素敵なものに変えることができます。面白がりながら自分や家族にあった環境や理想を叶えるためのチャレンジを試してみてもいいかもしれませんね!



## 今の環境関連の仕事をしながら、地域に貢献し、地域とのつながりを持ち続けたい。

幸田 英顕さん(須賀川市)

福島県須賀川市出身の幸田さんは、2019年に愛知県からUターンしました。現在は、ZEB認証を東北で初めて取得した新協地水株式会社(郡山市)で、工務部資源開発課長として活躍されています。

**Q.Fターン就職(=福島県へのUターン就職)されたきっかけを教えてください。**

父が亡くなって実家で母が1人になったことが、須賀川へ戻れたらと思うきっかけになりました。東京で開催の「福島くらし&しごとフェア」を知ったので、参加して情報収集を行いました。イベント以外でも、東京の移住相談窓口の就職相談員さんから求人情報を紹介していただいたり、転職時のアピールポイントなどいろいろと指導していただきました。

**Q.移住前の仕事と、現在どんな仕事をされているか教えてください。**

5年前までは愛知県名古屋に住んでいて、環境関連の分析業務といった仕事をしていました。現在はこれまでの5年間に、土壌汚染対策法関係の土壌環境調査、社屋に利用している地中熱関連の試験業務、ZEBや電気自動車関連施設の導入や導入後のデータ管理も行っています。



**Q.移住する際に不安だったことや、Uターンして良かったと思うことはありますか。**

18歳まで須賀川に住んでいて、その後も年に1・2回は帰省していたので、それほど不安はありませんでした。愛知県出身の妻は初めて住む土地なので不安を感じていたようです。一番は金銭的な不安が大きくて、次に保育園に入れるか、学校はどうかなどの子育て環境についての不安がありましたが、少しでも解消できるよう家族でよく話し合っていました。



第39  
ふくしま人

振り返ってみると、今までやってきたことに関連する仕事ができ、母の近くに住めているので、福島に来たらやろうと思ったことを達成し維持できていることが良かったと思います。

**Q.地方の子育て、暮らしの環境はいかがですか。**

野菜・米・果物が美味しいですね。一番下の子が小学1年生になって体力的にも家族で移動しやすくなったので、今後は子どもを連れてBBQやハイキングにいきたいと思っています。そんなことができる環境があって良いですね。

**Q.今後の目標を教えてください。**

仕事の面では、今の環境関連の業務を続けていきたいと思っています。プライベートでは、地域に貢献できることをして、引き続き地域とのつながりが持てるようにしていきたいと思っています。

**Q.これからFターン就職を検討している方へのアドバイスは。**

1つ目は私のように首都圏以外からでもサポートを受けて移住することはできるということ。2つ目は選択肢の一つとして地域密着の企業を探すこと。せっかく目的をもってUターンしますし、県内で活躍できる企業も多くあるのではないかと思います。3つ目は県内の地域を限定せず広く探すことです。会社の制度があればある程度遠くでも通勤は可能ですし、都会と違って車通勤もできます。生活には車が必要ですがその分行動範囲が広いので、いろんな地域で住む場所・働く場所を探すことができます。



## サードプレイスで、草木染めと地域交流。パワフルな古殿の魅力を楽しく伝えたい。

吉田 チエミさん(古殿町)

第40  
ふくしま人

福島県いわき市出身の吉田さんは、2021年に古殿町地域おこし協力隊に着任し、古殿町の地域体験ができるプログラム「フルドノタイム」の運営等の活動を行っています。

**Q.地域おこし協力隊になったきっかけや、古殿町を選んだ理由を教えてください。**

コロナの影響もあって両親がいる地元の近くに帰りたいと思っていました。古殿町にいる友人をきっかけに「フルドノタイム」の公式サイトを見つけたんですが、町の人たちがすごく良い顔をしていて、面白いことをしている町だなと思って。パワーを持っていて、面白いことをしている町の人たちと一緒に私も古殿町で何かしたいと思ったときに、たまたま協力隊の募集があって応募しました。

**Q.移住前の仕事と、現在協力隊でどんなお仕事をしているか教えてください。**

大学卒業後は東京の靴屋に就職して、足のカウンセリングをして靴や中敷きの提案・販売などをしている仕事をしていました。協力隊では主にフルドノタイムの運営をしています。地域の方とじっくりお話ししてプログラムをつくり、当日のサポートなど、皆さんがスムーズに体験できるようにお手伝いしています。いつでも古殿に来てもらえるような場所として2022年に多世代交流スペース「つなやさんち」を作りました。もともと商店だったところを改装して、今は地域の方が定期的に集まって交流したり、イベントをしたりする場所になっています。あとは草木染めですね。一軒家を改装してつくった活動拠点「SOMETTOKORO」を、おうちでも、職場・学校でもない場所(サードプレイス)として開放しながら、染色作業を行っています。玉ねぎの皮やにんにく、シャインマスカットの赤ちゃんなど、地域の方から材料をもらうことも多いのですが、染めた作品を見た人と話すことで、古殿や福島にこういうものを丁寧に作っている農家さんがいることを知って欲しいのと、地域のことを話さきっかけとして染物をしています。



**Q.移住する際に不安だったことはありますか。**

車の運転が不安でした。ペーパードライバーだったから初めは怖かったですけど、山とか田んぼとか行かないやいけないので、慣れていきましたね。

**Q.古殿町での暮らしのいいところを教えてください。**

四季を感じられるところですね。田んぼに水が入れば蛙が大声で鳴きだすとか、新緑もすごくきれいで、旬の食べ物も周りにたくさんあります。あと車で1時間あればいわき方面にも、郡山方面にも行けるので、いろんな街に行けて自分の世界が広がりました。

**Q.これからどんなことをしたいか、今後の目標を教えてください。**

福島にもっと興味をもってもらいたいので、そのきっかけを作れる人になりたいと思います。古殿町や福島県には面白い人がいて面白いものがあることをもっと知ってもらいたいので、それを楽しく伝えられるような人になれたら良いなと考えています。

**Q.これから地方で暮らしたい、移住を考えている人にアドバイスをお願いします。**

移住はよく調べて不安を取り除いてからと言われますが、行きたいと思ったらずらに行ってみても良いと思います。大変なことがたくさんあっても、移住してからその場で考えて順応しながらやっていくほうが面白いんじゃないかなと思います。

## 大好きな福島空港のある玉川村で、 移住相談や地域の魅力を発信。

田中 瑞穂さん(玉川村)

熊本県出身の田中さんは、2023年に玉川村地域おこし協力隊に着任し、移住コーディネーターとして移住相談や現地案内、玉川村の情報発信などを行っています。

### Q.移住前の仕事や玉川村を選んだ理由など、これまでの経緯を教えてください。

子どものころはヤングケアラーで、体の弱い両親を見ながらアルバイトで家計を支えていました。法律事務所で長く働き、その後は東京都青梅市の市議会議員になって、困難に直面する子どもの支援をしていたのですが、議員になると子どもに直接かかわる時間が少なくなりました。次に茨城県桜川市の地域おこし協力隊として、里山保全や有害鳥獣対策の活動をしました。3年の任期の間はコロナの影響で思うように活動できなかったのもっと協力隊というものを極めたいと思い、新たな場所を探しました。

玉川村を選んだ理由は福島空港があるからです。好きな作品のロケ地なので、聖地巡礼で何度も来ていました。協力隊の面接では村長や教育長が面接官となっていたことで、玉川村では協力隊が重要な存在と考えているのだと思い、ここでやってみようと思いました。



### Q.現在、協力隊ではどんな仕事をしているのですか。

移住コーディネーターをしています。着任してから実際に移住につながった人は4人います。情報発信に力を入れて、なるべく多くの人の目に留まるようにしています。体験ツアーなどで村に来てもらった人とつながりを作り、お試し住宅を利用する人に村の案内をするなど、玉川村のことを知ってもらえるよう取り組んでいます。

第41  
ふくしま人



### Q.移住する際に不安だったことはありますか。

村長が直々に面接してくれる村ということで安心して、あまり不安はなかったです。唯一不安だったのは雪です。九州の出身ですから。玉川村はほとんど降らない、東京と変わらないよなんて聞いていましたが、来てから何回か降りましたね。

### Q.玉川村での暮らしのいいところを教えてください。

皆さん親切で、どこに行っても「村のために頑張ってくれてありがとう」とか「応援してるよ」とか、感謝や励ましの言葉をいただけるので、頑張ろうと意欲が湧いてきます。

### Q.今後の目標を教えてください。

いろいろなところに住んで来ましたが、玉川村に定住してどう生きていくかを模索しています。村の中で求められた仕事に就くとか、関係人口に関わる仕事にも興味はありますが、今の移住コーディネーターの仕事を活かしていきたいと思っています。

### Q.これから地方で暮らしたい、移住を考えている人にアドバイスをお願いします。

私は、世界の中心で愛を叫ぶのファンで、撮影場所となった福島空港を通じて玉川村を知りました。みなさんも好きなことから移住したい地域を探してみたいかがでしょうか。

また、私自身も移住を決める前に玉川村を訪問して阿武隈川の雄大さや地域の人の親切さを肌で感じる事ができましたので、皆さんも移住前に現地を訪問することを強くおすすめします！



## Uターン後も仕事は変えず、 ふるさとでゆとりある生活を。

橋本 吉央さん・文さん(田村市)

田村市出身の吉央さんと三春町出身の文さんは、2023年に千葉県流山市から田村市へ移住しました。テレワークセンター「テラス石森」の一室をオフィスとして、文さんはイラストレーター、吉央さんは都内の職場とテレワークの両立で、移住前と同じ仕事を続けています。

### Q.田村市に戻ってこれたきっかけを教えてください。

吉央さん：都市部で子育てする大変さから、いつか福島に帰ると話していましたが、2022年に祖母と父が亡くなったのをきっかけに、相談してUターンすることを決めました。

### Q.移住前の仕事と、現在どんな仕事をされているか教えてください。

吉央さん：以前はシステムエンジニアをしていましたが、結婚して子どもが生まれたことをきっかけに、子育て支援をするNPOに転職して保育園の運営や子育て支援の事業などを行っています。コロナ禍でリモートワークが拡大され、月の半分は出社、半分は在宅勤務になったことを利用して、Uターンしてからも同じ仕事をしています。

文さん：都内でシステムエンジニアをしていましたが、夫が転職したのをきっかけにやりたいことを見直して、子どもにとって大事な場所になっていく、住んでいる地域で仕事をしたいと思い、イラストやマンガ、ライティングの仕事を始めました。移住後も地域のことを発信していきたいと思って、イベントに足を運んで地域の方とお話ししたりするうちに、少しずつ田村市に関するお仕事が入ってくるようになりました。

### Q.Uターンして良かったなと思うことは。

吉央さん：大人の家族が増えたので、子どもの頼れる先が増えました。私たちが日中仕事をしていても、子どもが学校から帰ってくるころには私の母が家で見守ってくれています。

文さん：夫の実家にとっても大人全員で子どもを育てないといけない共通のミッションができて、私たち夫婦を含めて子どもを囲む大人たちがなと感じています。



第42  
ふくしま人



### Q.田村市での暮らしのいいところ、困っているところを教えてください。

吉央さん：子どもが公園に行かなくても家の庭で遊べたり、ゆとりを持って過ごせています。外食とか遊びに行く場所の選択肢は減るかもしれませんが、車で郡山市まで30分くらいで行けるので、それほど気になりません。

文さん：今妊娠中なのですが、産科のある病院が近くないのは不便に感じます。一番近い病院まで車で30分なので、普段から何か困ったときの対応を考えておかないといけないですね。

### Q.これから地方で暮らしたい人、移住を考えている人にアドバイスを。

吉央さん：移住して改めて地元に興味を持った部分があるので、都市部のような物質的な豊かさだけでなく、そういう自分が興味を持てる場所を見つけられると良いと思います。

文さん：一度お試し移住をしてみて、移住前と同じルーチンで生活がしやすいとか、車で1時間みたいな距離を実際に自分がどう感じるかとか、そういうのは実際に住むとわかるので、雰囲気確かめてから移住を検討してみても良いと思います。

# 活用しよう! 制度と施設

## すむ

移住地で、自分の城となる住まい。せっかく移住するなら、こだわりのお気に入り物件を見つけるのびのびと生活したいですね。事前の情報集めが何より重要な移住候補地での物件探し。ポイントを絞って効率的に探しましょう。



## 引越し補助

- 対応市町村
- 郡山市 須賀川市 田村市 鏡石町 天栄村
  - 石川町 玉川村 平田村 浅川町 古殿町
  - 三春町 小野町

新婚世帯や子育て世帯、県外からのUターンの方を対象に引越をサポート!最大60万円を補助します!

※市町村によって対象・補助内容・要件が異なりますので、引越先の自治体にお問合せください。



## くらす

移住地での新しい暮らしでは、何かと不安を感じるものです。地域特有の習慣はもちろん、友達ができるか不安だったり、誰に相談したらいいかわからない事があると思いますが、各市町村には様々なコミュニティが用意されておりますので、ご安心ください。



### 郡山市 はやまーゼ教室

新しく郡山市へ転入された女性を対象に、「郡山を知ってもらうこと」「仲間づくり」を目的とした教室を開催しています。

郡山市立中央公民館 TEL 024-934-1212



### 須賀川市 子育てサークル連絡協議会

須賀川の地域のみみんなが、くるとつながって子育てができるように活動しています。

須賀川市こども課 TEL 0248-88-8124



## はたらく

移住する際に住居と同じく重要なのが、自分のライフスタイルに合ったお仕事を見つけることです。移住地でチャレンジする人をサポートする制度がたくさんあるので、ぜひご利用ください。

HPをチェック



## コワーキングスペース

コワーキングスペースとは、創業を目指す人や起業したばかりの人、そしてベテランの経営者などが気軽に集い、勉強会や情報交換会、イベントなどを開催する場所です。このほかにも、県中地域には様々なコワーキングスペースがあります。



(令和6年12月1日現在)

	名称	問い合わせ先	TEL・Mail	料金等
郡山市	co-ba koriyama	一般社団法人 グロウイングクラウド	info.coba.koriyama@gmail.com	月額会員8,800円～ 1Day利用 1,100円
郡山市	コワーキングスペース コオリヤマ	NPO法人 アイカラー福島	024-953-8057	月額会員12,000円
郡山市	福島コトひらく	NPO法人コースター	024-983-1157	月額会員10,000円～ 1Day利用 1,000円
郡山市	エフコム ドリーム・ラボ 上伊豆島	(株)エフコム	024-955-6041	バーテーションデスク10,000円/月(税込) テーブル無料(2025年3月31日まで) 2025年4月以降は要問い合わせ
須賀川市	COCO-LABO SUKAGAWA	ニューワーク情報 サービス(有)	0248-72-1616	月額会員7,000円～ 1DAY利用1,000円
田村市	テラス石森	一般社団法人Switch	0247-61-7575	月額利用5,500円 1Day利用1,000円
玉川村	コワーキングスペース たまかわ	すがまプラザ交流センター	0247-57-2104	月額利用3,000円 1Day利用300円



co-ba koriyama



コワーキングスペースたまかわ

### 福島県 ふくしまぐらし。× テレワーク支援補助金

福島県への移住や二地域居住などを希望する県外在住の方が、福島県内のコワーキングスペースなどでテレワークを行うとともに、地域交流を通して生活環境を体験する場合に、かかった費用の一部を補助します。

福島県 ふくしまぐらし推進課 TEL 024-521-7119



# 各市町村の補助制度一覧



(令和6年12月1日現在)

市町村名	問い合わせ先	電話番号	しごと支援				住まい支援				子育て支援			体験	
			コワーキングスペース	創業支援	空き店舗利用補助	奨学金補助	空き家バンク	引越し補助	住宅取得補助	空き家改修補助	出産祝い金	医療費助成	保育料支援	お試し住宅	就農支援
郡山市	政策開発課	024-924-2021	○	○	○		○	○	○			○	○		○
須賀川市	企画政策課	0248-88-9131	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
田村市	企画調整課	0247-61-7615	○	○	○		○	○	○	○	○	○	○	○	○
鏡石町	企画財政課	0248-62-2117		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
天栄村	企画政策課	0248-82-2333		○		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
石川町	企画商工課	0247-26-9111	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
玉川村	企画政策課	0247-57-4628	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
平田村	企画商工課	0247-55-3115				○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
浅川町	企画商工課	0247-36-2815				○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
古殿町	産業振興課	0247-53-4620				○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
三春町	企画政策課	0247-62-1122			○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
小野町	企画政策課	0247-72-6939		○			○	○	○	○	○	○	○	○	○

※詳しい内容、条件等は各市町村へお問い合わせください。 ※医療費助成は、県内全域で実施(18歳以下医療費無料)  
 ※コワーキングスペースについては各施設にお問い合わせください。  
 ※引越し補助・住宅取得補助は市町村によって対象・補助内容・要件が異なりますので、移住先の市町村へお問合せください。



テラス石森(田村市)



tette わいわいパーク(須賀川市)



ベップキッズ(郡山市)



子ども食堂「キッズスタジオ PORTA」(郡山市)

## 現地案内について

### お試し住宅

プチ移住してみたい!



福島県

#### 来てふくしま 体験住宅提供事業

福島県への移住を検討している18歳以上59歳以下の方を対象に、お試し住宅として県営住宅の空き住戸を一定期間提供します。

料金/月額10,000円(家財等設置あり)または月額5,000円(家財等設置なし)

※駐車場・共益費等は別途負担

滞在期間/3ヶ月(最長1年まで延長可)

募集期間/令和6年4月15日~令和7年3月31日

※先着順で、予算枠に達した時点で募集は終了です。

主な要件/申請前に、所定の移住計画書を作成のうえ、関係機関に相談すること。

SNSで移住や福島の魅力について情報発信を行うこと。

団地の自治会活動へ参加すること。

問い合わせ先/福島県県中建設事務所 建築住宅課 TEL 024-935-1462



手軽に試せてうれしい!



田村市

#### お試しチャレンジハウス

料金/1日300円

滞在期間/2日~1ヶ月

問い合わせ先/たむら移住相談室

TEL 050-5526-4583



天栄村

#### お試し暮らし体験「天栄暮らし」

料金/1人1泊1,000円※幼児無料

滞在期間/1泊2日~6泊7日

問い合わせ先/(一社)天栄村ふるさと夢学校

TEL 0248-94-2232

玉川村

#### たまかわらし体験住宅

料金/1組あたり1泊1,000円

滞在期間/2泊3日~30泊31日

問い合わせ先/たまかわらし体験住宅事務局

メール staytamakawa@gmail.com

公式LINE @258sauih

## 交通費補助

まずは、ふくしまに行ってみよう!

福島県

対象者/県外在住の方で福島県への移住を希望する方  
補助額/定額(現住所により異なります)

※東京都の場合は最大8,000円



物件とか仕事とか地域のこととか、いろいろ知りたいけどどこに行けばいいかわからない

## オーガナイズ型 現地案内

料金/無料(現地までの交通費、食事代、宿泊費は自己負担)

日程/ご希望の日程・内容を聞き取って設定いたします

お問い合わせ/福島県 県中地方振興局 024-935-1323

## ふくしま ど真ん中 ワーク&ステイ



詳しくはサイトをご覧ください。 <https://f-challengelife.info/>



短期就業や地域の方と交流しながら県中地域での暮らしを体験!

ご希望に沿ったプログラムを事務局が提案します。滞在中も地域ディレクター(地域のお世話役)がサポートするので安心です。まずはお気軽にご相談ください。

問い合わせ先/

ふくしまど真ん中ワーク&ステイ事務局

TEL 024-955-6675

## ご相談はこちら

都内での  
ご相談は

有楽町にある「ふくしまぐらし相談センター」にて相談員が常駐しておりますので、移住に向けた地域情報の収集や、お仕事・お住まいに関する悩みを相談したい方、まずはお気軽にご相談ください!

ふくしまぐらし相談センター

(千代田区有楽町2-10-1 東京交通会館8階  
NPO法人ふるさと回帰支援センター内)  
TEL 03-6551-2989

E-mail: fukushima@furusatokaiki.net

現地の  
ご案内は

県中地方振興局でも、様々なテーマでのセミナーの開催や、実際に現地案内をしております。お気軽にお問い合わせください!

福島県県中地方振興局

企画商工部 地域づくり・商工労政課  
TEL 024-935-1323

E-mail: kenchu.kikakushoukou@pref.fukushima.lg.jp

<https://fukushima-ijyu.com>