

[illegible]

photo:あづましずく(郡山市三穂田町)

## 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と一番。体験ツアーや移住体験住宅を利用できるところもあります。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…

ふくしま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

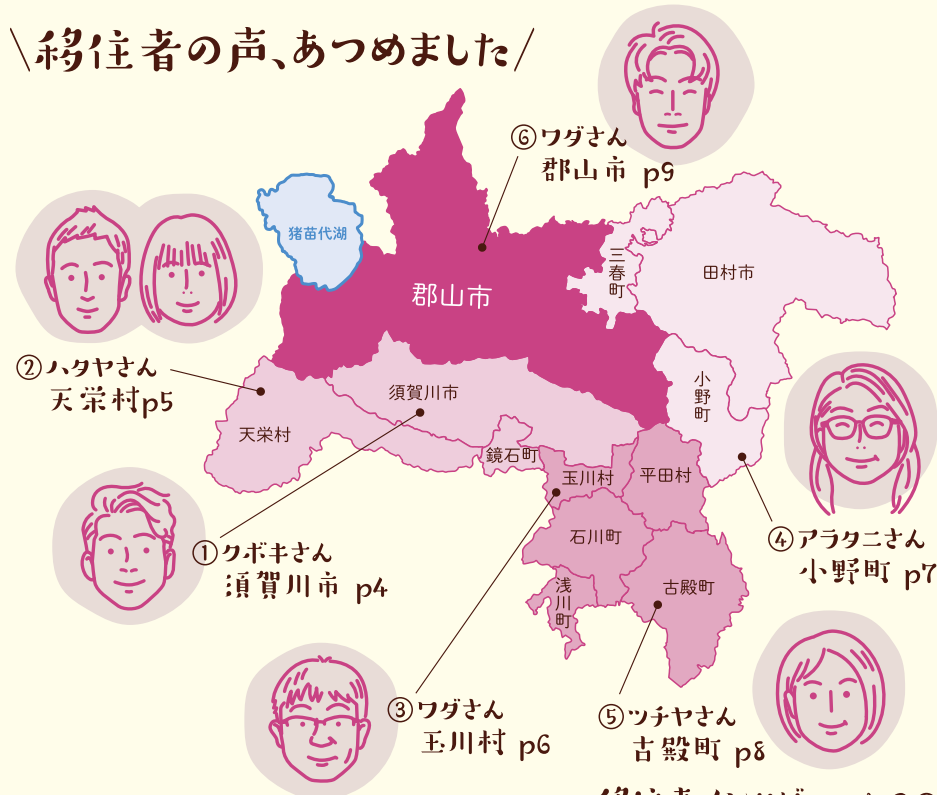


福島県移住  
コーディネーター  
(県中地域担当)  
よもぎた まもる  
蓬田 守です。

蓬田さんのFacebook



## 移住者の声、あつめました



移住者インタビューGO!▶

vol.6

びと

# ／ふくしま人、かく語りき。／

## 移住者インタビュー

### 市民に愛される店舗づくりと 畳の魅力を全国、 そして世界へ発信。

久保木 史朗さん(須賀川市)

第31  
ふくしま人



福島県須賀川市出身の久保木さんは、2020年から須賀川市と東京の二拠点生活を始め、ご実家の家業である有限会社久保木畳店の経営に携わり、畳の魅力を全国、そして世界へ発信しています。



#### Q.これまでの経緯について教えてください。

大学進学を機に上京し、卒業後は東京の建設会社でIT関係の業務をしていました。家業を引き継ぐことは考えていなかったのですが、4年ほど前に、家業や畳業界全体の厳しい状況を社長である父から聞いて、自分がなんとかしたいという思いを持ちました。そして前の会社を退職して2020年1月から家業の経営にかかわるようになりました。

#### Q.二拠点生活をされているということですが？

東京から田舎に戻ってきた、という感覚は無く。最近はこのTATAMI VILLAGEのオープンに向けて須賀川で仕事をしていたが、その前はずっと東京からリモートで仕事をしていました。一般的に、畳屋や製造業ではリモートはやってない人が多いですけど、やり方次第でできますね。

#### Q.こちらのTATAMI VILLAGEはどのような施設ですか？

畳の体験型複合施設です。具体的には、工場見学やものを作る体験が出来て、畳の空間のカフェがあり、畳の

ショールームやショップでもある施設です。ものを作る体験は、小さい畳のコースターと、畳の縁でつくるポーチ、畳の藁草で作るしめ縄の3種類あります。60分のプログラムで、その中で畳の文化や歴史の説明をして、そのあと一緒に作ります。

#### Q.様々な取組をされていますが、進めるうえで誰かに相談することもありますか？

自社の社員はもちろんですが、SNSにアップするとういう風にしたほうがいいよとかアドバイスがもらえるので、その中から取り入れることもあります。畳カフェの小上がりはランダムな形の畳になっていますが、今の形と、きれいな均等に割った形の畳とどちらにするか議題にあがってInstagramで聞いて今の形になりました。あとはとにかく事例に学ぶことを大事にしています。例えばこの施設の構想も、畳とか伝統工芸産業のところや、カフェ、工場見学など視察に行き、いろいろ学んで取り入れています。ただ真似するんじゃなくて、畳にうまく活かせるというのを大事にしています。自分のところの畳の良さを発揮できるようなものを、と思っています。

#### Q.最後に、今後やりたいことや目標を教えてください。

まずはここを市民に愛される施設にしていきたいです。長く続けていけるように、課題もいっぱいあるので、それをより良くしていきたいと思っています。これは別に畳を感じられる宿泊施設、畳ホテルを県内に建てたいと思っています。あとは今、世界21か国に畳を輸出していますが、輸出にもっと力を入れていきたいです。



### 安心・安全にこだわった、 自然栽培のグルテンフリーお米で 作ったパンを広めたい。

幡谷 原太さん・礼慧さん夫妻(天栄村)

第32  
ふくしま人



福島県天栄村出身の原太さんと、宮城県白石市出身の礼慧さんは、2022年に静岡県から天栄村へ移住しました。自然栽培で育てたお米を使ったパンを作り、販売する「グルテンフリーお米のパン工房 穂鹿」を運営しています。

#### Q.パンはどのように販売されていますか？

原太さん：通販と、天栄村の道の駅や須賀川市のはたけんぼ(直売所)に卸すものと、あとはマルシェとかで売るものがあります。売上比率的には、通販が多めです。通販の注文は首都圏が多いですけど、天栄村のふるさと納税の返礼品もやらせていただいて、沖縄から北海道までいろんなところから注文をいただいています。



#### Q.Uターン前の仕事について教えてください。

原太さん：私は福島で大学院を卒業して、静岡で就職しました。5年ほど医療機器メーカーに勤めていて、医療機器を作るための機械の開発を担当していました。妻は福島と静岡で、栄養士として幼稚園や保育園で働いていました。

#### Q.天栄村にUターンした理由・きっかけを教えてください。

原太さん：いろいろ考えたときに、今後どんな状況になっても「食」っていうのは絶対に切っても切り離せないし、安心・安全が重要なことだと思って。父が自然栽培のお米を作っていて、それを使ったパンやお菓子とかがいいのかなと。一年くらい試行錯誤して形になってきたので、お店にしよう場所を探していたら、たまたま今の家や田畑が手に入りそうだというのが分かったので、じゃあ天栄村に戻って始めようとなりました。

#### Q.Uターンしてよかったと思うことはありますか？

原太さん：都会とは違ってのびのび生活できるのはすごくいいなって思いますね。二人とも走るのが趣味なんですけど、走っても信号もなくてどこまでも行けるし、自由にどこまでも足を延ばせます。

#### Q.今後の目標、やりたいことはありますか？

原太さん：このグルテンフリーのお米のパンと、こだわって作った自然栽培のお米を使っているというところを、もっといろんな方に知っていただきたいです。ネットの売り上げ比率をもっと上げて、事業をもう少しと拡大していきたいですね。あとはこの環境を活かして、山を歩いたり走ったりするイベントとかに結びつけていきたいなと思っています。礼慧さん：保育園とかだと米粉はあくまで小麦の代替品なんですよ。栄養や食感とかお米ならではの良さもあるので、お米のパンを小麦とは別ジャンルで発展していきたいなと思います。難しいところはありますが、グルテンフリーにこだわって挑戦して、小麦アレルギーの子も、みんなと一緒に食べられるパンを作っていきたいです。

#### Q.これから地方で暮らしたい人、起業したい人へアドバイスをお願いします。

原太さん：今の時代はインターネットがあるので、むしろ地方に暮らした方がメリットは多いのかなと思っています。いろいろな補助がありますし、自由気ままに生きていけるし、家賃とかいろいろ安い。なので、地方に住みながらビジネスをやるのもアリかなと私は思います。



## クラフトビールを醸造・販売で 村の新しい産業として根付くように 村内外に魅力を発信。

和田 正樹さん(玉川村)

和田さんは首都圏から移住し、2022年7月に玉川村地域おこし協力隊に着任しました。玉川村でビールの醸造・販売やホップの栽培を行い、取り組みを村の内外に発信しています。

**Q.協力隊になるきっかけや、玉川村を選んだ理由を教えてください。**

きっかけは、郡山市地域おこし協力隊の菅井さんと着任前から交流があり、協力隊の魅力を教えていただいたことです。玉川村を選んだ理由は、自分のやりたいことと協力隊のミッションがマッチしていたことが一番の決め手でした。

**Q.移住前の仕事など、これまでの経緯を教えてください。**

移住前はメーカーで技術者として働いていました。それ以前は医療機器のメンテナンスやパソコン・スマートフォンの修理の仕事をしていました。

**Q.現在、協力隊ではどんな仕事をしているのですか？**

新産業チャレンジ隊員として活動しています。内容は、クラフトビールを醸造・販売し、村の新しい産業として認知され、根付かせるよう活動しています。普段は大手メーカーのビールしか飲まない人も多いですが、そういった方々にも自分たちが作るビールを知ってもらえるよう取り組んでいます。

**Q.移住する際に不安だったことはありますか？**

不安はありませんでした。学生時代は福島で過ごしていましたし、実家も県内にあって、福島の風土や人柄も知っていたので。また、役場の方から「一度村を見せたいので来てほしい」と言われて村内を案内していただいたり、



第33  
ふししまん



着任が決まったときには、役場に関係があるところを一日かけて案内してくださったりして。村に入り込むきっかけを役場が作ってくれたのが良いなと思いました。

**Q.玉川村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。**

良いところは福島空港があるところです。妻の実家が熊本県にあるので、空港がすぐ近くにあるのはありがたいです。また、空港利活用事業ということで、村内に在住者が飛行機を使うと補助してくれるんです。

村の中にスーパー、ドラッグストアなどがそろっているので、生活するのに特に困りません。強いと言えば、夜間車を運転していると、野生動物が道路に飛び出してくることもですね(笑)

**Q.今後の目標、やりたいことはありますか？**

醸造しているクラフトビールの種類を増やして村の中でビール祭りをしたいですね。

**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。**

気になることがあれば、解消できるまで問い合わせをするのが良いと思います。役場だけではなく、そこで活動している人にも話を聞くのも一つの手かなと。その地域で活躍している協力隊や、移住コーディネーターなども良いですね。首都圏では定期的に移住希望者向けのイベントも開催しているので、そういったものに行ってみると良いかと思います。



## 子どもが大きくなって 手を離れたのをきっかけに、 小野町で新規就農。

荒谷 瑞穂さん(小野町)

福島県小野町出身の荒谷さんは、Uターンして2021年に新規就農しました。現在は「おとなのピーマン」をメインに、野菜栽培や稲作を行っています。

**Q.小野町に戻ってきたきっかけを教えてください。**

大学進学を機に上京してずっと東京に住んでいましたが、夫の転勤で札幌、仙台と移りました。帰省するたびに耕作放棄地が増えているのがすごく気になっていて。子どもが大きくなって手を離れたのをきっかけに、小野町で農業を始めようと思い戻ってきました。

**Q.今はどんなものを栽培されていますか？**

メインはピーマンで、あとはスナップエンドウや白いつもろこし、お米などです。実家の畑の一部や、友人の家で使われなくなった畑や田んぼをお借りして作っているので、当初の目的である耕作放棄地の解消に少しは関わっているかなと思います。

ピーマンは特にこだわっていて、畑で取ってかじって味見したりしています。苦味はほとんどないので、ピーマンが苦手なお子さんがうちのピーマンがきっかけで食べられるようになったとお手紙をいただいたこともあります。肥料にこだわったりしているので、それが味に出ているのは嬉しいですね。



**Q.「おとなのピーマン」とは？**

お子さんが食べられたら「大人だね」ってほめてあげる、そういう意味で「おとなのピーマン」という名前になりました。食卓で親子の会話が生まれるピーマンにしたいと思って。

第34  
ふししまん



**Q.Uターンして良かったことを教えてください。**

地元の方との関係性が希薄になっていましたが、Uターンして同級生とたまに会ったり、近所の方とお話するようになったり。ほかに近隣の市町村の方や、県内各地の方とご縁が広まっていて、すごく恵まれた人間関係の中で生活できていると思います。

**Q.小野町の暮らしの良いところや困っていることはありますか？**

車のアクセスが良くて、高速のインターがあるので東京もあっという間に行けます。あとは程よい田舎で、買い物とか日常生活には困りません。困っているところは、電車は結構遅くまであるのに、夜に電車で帰ってくると駅前のタクシーの営業が終わってしまっているところです。

**Q.今後の目標について教えてください。**

第一段階の目標は、農業で経済的に自立することです。そのあとは、次の世代に農業をつないでいくためにも、農業で稼げるスタイルを作っていきたいと思っています。これからピーマンのハウス栽培をしていく予定です。規模を大きくすると人手が必要になるので、雇用をしていくことで少し地域に貢献ができるかなと思います。

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

気になる場所があったら足を運んで、その土地やそこに住む人の空気感を確かめて、自分とフィーリングが合うところに住むのがいいのかなと思います。例えばその土地のお店で地元の人と会話してみるとか。この人面白いなとか、この人と関わりたいなとか、そういうのが見つかる場所がいいんじゃないかなと思います。

## 海外での勤務経験を経て、 居心地の良い自分らしい 暮らしを実現。

土屋 なつみさん(古殿町)

福島県猪苗代町出身の土屋さんは、海外での勤務経験を経て、2021年4月に古殿町の地域おこし協力隊に着任しました。主に小学校で英語・ICT教育支援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。**

海外で仕事をしていたんですが、新型コロナウイルス感染症の影響で継続が難しくなりました。帰国後、自分の経験が活かせる職種を探していて、もともと青年海外協力隊として働くのが夢だったので、日本で同じようなことができるのらと思い応募しました。古殿町を選んだのは、県内の協力隊を調べて自分がやりたいことと一番合っていたからです。

**Q.移住前の仕事など、これまでの経緯を教えてください。**

大学卒業後は日本語教師の資格を取り、国際交流基金の日本語パートナーズというプログラムで、マレーシアの中高一貫校で日本語教師アシスタントとして働いていました。プログラムが終わったあとは、クアラルンプールの語学学校に就職して日本語教師をしていました。

**Q.現在、協力隊ではどんな仕事をしていますか？**

主に小学校に勤務して2つの仕事をしています。1つ目は、ICT 支援員として iPad や Google サービスの使い方を先生方に指導したり、ICT 機器を使った授業のサポートを支援したりしています。2つ目は AET (Assistant English Teacher) として外国語の授業のサポートをしています。他には、町の子ども園で月に1回英会話のレッスンをしたり、町の公民館で小学生向けに英会話教室を開講したりしています。

第35  
ふくしま人



**Q.古殿町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。**

良いところは、夜は静かで、子どもたちが穏やかなところです。町にはこども園、小学校、中学校が1校ずつなので、コンパクトですごく働きやすいです。困っているというか、惜しいなと思うところは、子どもたちが異文化と接する機会が少ないところです。経験の無い場面にいくわすれと極端に自文化中心主義のような反応をすることがあるので、私がたくさん体験の場を増やして、心や頭を柔らかくさせていきたいなと思っています。

**Q.今後の目標、やりたいことはありますか？**

ICT 支援をしてきたことで、先生方がタブレットなどの使い方を覚えるだけではなく、授業のツールの一つとして活用できるようになりました。先生や子どもに ICT がもっと定着するようにしていきたいです。また、コロナ禍を経てオンライン上の活動が一般的になりました。世界中どこにいても自分らしく働いていける環境づくりや、古殿町の子どもたちに世界の広さを実感してもらえる活動をし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。**

「郷に入っては郷に従え」という価値観もありますが、ある程度は自分が暮らしたいように暮らしていきたいと思います。周りとの自分のルールのバランスですね。一度2、3日滞在して、いいと思ったら一週間、一か月というように、肩の力を抜いて自分の居心地がいい場所を探すのが良いと思います。人生は一度きりですので、悩んだらぜひトライしてみてください。



## 自分らしくいられる場所を拠点に 全国、世界に音楽活動を展開。

和田 辰也さん(郡山市)

神奈川県出身の和田さんは、2020年9月に郡山市へ移住しました。ヒューマンビートボックス世界大会優勝の経験を活かし、郡山を拠点に音楽活動を展開しています。

**Q.郡山に移住されたきっかけを教えてください。**

コロナ禍で僕がやっているエンターテインメント関係のお仕事でゼロになってしまっ。仕事中心の生活から、自分の人生を優先するような生き方をしてみようと思いました。震災前から毎月のように郡山に通って、子どもたちに音楽を教えていたので、第2の故郷ぐらい親しみのあった郡山に拠点を移してみようと思決めました。

**Q.移住前にはどんなお仕事をされていたか？**

僕が24歳の時に「一般社団法人日本ヒューマンビートボックス協会」という法人を立ち上げて、全国大会を運営したりとか、企業やテレビ局にビートボックスを紹介したり、全国的にレッスンを開催したり、ビートボックスを中心にお仕事をさせていただいていました。20歳で出会ってからこれまでビートボックス一筋です。

**Q.ヒューマンビートボックスの魅力は何ですか？**

例えば誰かに自分のことを知ってもらうときに、ギターをやられている方だとギターが無いと披露できないじゃないですか。でも体一つで見せられるのはすごく強いなと思っています。あとは、世界共通なので、言語がわからなくても、世界中の人とコミュニケーションをとれるのは、魅力の一つだなと思いますね。

**Q.今日は経営されているカフェでお話を伺っています。こちらはどんなお店ですか？**

あまり馴染みがないかもしれないんですけど、シーシャカフェという形態のお店になっています。一般的なカフェと同じくコーヒーを飲んで帰る方も多いんですが、メインにシーシャという水たばこを取り扱っています。口に含んだものをふかして、香りを楽しむアロマみたいな感じなんですけど、うちでは140種類ぐらいの香りが楽しめます。郡山に移住したときに、僕らみたいな特殊な事をやっている人たちが集まる機会って少なかったんですね。そう

第36  
ふくしま人



いう方がコミュニケーションをとる場所を作りたいなっていう思いがあって始めました。

**Q.郡山での暮らしのいいところを教えてください。**

都内へのアクセスもいいですし、キャンプ場とか猪苗代湖や温泉施設が近いですね。何もないって地元の方がおっしゃるんですけど、すごくたくさんアクティビティがあって、飽きないというか、楽しく充実した時間が過ごせると思います。

**Q.今後の目標・やりたいことはありますか？**

福島から日本全国や海外に、福島を魅力を伝えられるような活動をしていきたいです。福島出身の方が福島いいですよって言うのと、僕ら県外人が言うのでは意味合いが変わるので、外部から来た僕らが魅力をうまく伝えられたらいいなと思います。

**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。**

僕が地方に移住すると決めたのは、自分らしくいられるような時間をどう作っていくかを考えた結果でした。仕事とか様々なしがらみの中で迷っている方もいらっしゃると思うんですが、自分らしくいられる場所を探して、思い切って飛び込んでほしいなと思いますね。

## 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て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。



### 引っ越し補助

対応市町村  
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

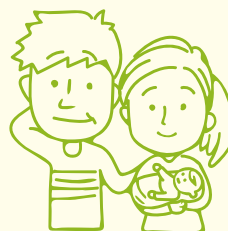
新婚世帯や子育て世帯、県外からのUターンする方を対象に引越をサポート!最大60万円を補助します!

※自治体によって要件等が異なりますので、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いますので、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

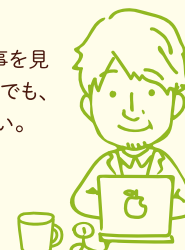
須賀川の地域のみんなが、くるとつながって子育てができるように活動しています。

須賀川市こども課 TEL 0248-88-8114



## はたらく

移住する際に住居を見つけることも大切ですが、自分のライフスタイルに合ったお仕事を見つけるのも大切です。これまでの経験を活かしたお仕事でも、初めて挑戦するお仕事でも、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。



(令和5年12月1日現在)

### 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。

| 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<br>グロウイングクラウド | info.coba.koriyama@gmail.com | 月額会員8,800円～<br>1Day利用 1,100円                                        |
| 郡山市 コワーキングスペース<br>コオリヤマ    | NPO法人<br>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～<br>1Day利用 1,000円                                       |
| 郡山市 エフコム<br>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)<br>テーブル無料(2024年3月31日まで)<br>2024年4月以降は要問い合わせ |
| 郡山市 オフィス余白                 | オフィス余白               | 090-5847-4279                | 5,500円～(月額)<br>1,500円(日額)                                           |
| 須賀川市 COCO-LABO<br>SUKAGAWA | ニューワーク情報<br>サービス(有)  | 0248-72-1616                 | 月額会員7,000円～<br>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<br>1Day利用1,000円                                          |
| 玉川村 コワーキングスペース<br>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<br>1Day利用300円                                            |



co-ba koriyama



コワーキングスペースたまかわ

#### 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5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<br>スペース | 創業支援 | 空き店舗<br>利用補助 | 奨学金<br>補助 | 空き家<br>バンク | 引越し<br>補助 | 住宅<br>取得補助 | 空き家<br>改修補助 | 出産<br>祝い金 | 医療費<br>助成 | 保育料<br>支援 | お試し<br>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 |                |      | ○            | ○         | ○          | ○         | ○          | ○           | ○         | ○         | ○         | △<br>整備中  | ○    |
| 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)



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「ハラクッチーナ」(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!

#### 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／

田村市企画調整課 TEL 0247-61-7615



#### 須賀川市 お試し居住

料金／無料

滞在期間／1泊2日～13泊14日

問い合わせ先／(株)テダソチマ

TEL 0248-94-5600

#### 天栄村 お試し暮らし体験「天栄暮らし」

料金／1人1泊500円※幼児無料

滞在期間／1泊2日～7泊8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 たまかわ観光短期滞在 トライアルステイ

料金／1組あたり1泊1,000円

滞在期間／2泊3日～29泊30日

問い合わせ先／玉川村企画政策課

メール staytamakawa@gmail.com

公式LINE @258sauhi

### 交通費補助

まずは、ふくしまに  
行ってみたい!

#### 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



## ＼ふくしまど真ん中ワーク&ステイ／

就職活動のための  
社会経験をしたい

地域の人と  
関わりたい

仕事と暮らしの  
両方を体験したい

移住を検討しているあなたに

「ふくしまでの新しい暮らし方・働き方」を提案します!



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／

ふくしまワーク&ステイ推進事業  
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「ふくしま暮らし相談センター」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!

### ふくしま暮らし相談センター

(千代田区有楽町2-10-1 東京交通会館8階  
NPO法人ふるさと帰郷支援センター内)

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>

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

## オーダーメイド型 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