



新しい挑戦

U・I・J ターン事例集



転職や起業を機に、地方への移住を考える人が増えている。
そんな中、東日本大震災の被災地には、復興の力になりたい人や
被災した故郷を盛り上げたいと思う人、
被災者との出会いで移り住んだ人など
決して自己の想いだけではなく、
何かしらの「志」を持って移住してくる人が多い。
そんな岩手・宮城・福島 of 被災地に、
「U・I・Jターン転職」を果たした
6人の姿を紹介する。

Contents

U・I・Jターン転職のススメ	2
interview	4
地方で暮らそう ^{みやぎ} 胆 昌汰 さん みやぎ川崎SPRING	
故郷久慈市にコーヒーが楽しめる おしゃれなカフェをオープン ...	6
嵯峨 恒宏 さん NANAMARUNI COFFEE 代表	
花で人を感動させるため栽培に情熱を捧げる	10
兼澤 悟 さん FLOWER DRESS 代表	
被災地に移住し就農 未経験からのチャレンジ	14
内藤 靖人 さん 株式会社畑楽 代表	
まちで貴重な法律の専門家 夫婦で被災者を支える	18
稲垣 宣孝 さん 女川司法書士相談センター 司法書士	
ウェブの力で課題解決 地元企業をサポートする	22
濱津 匡壮 さん 株式会社ドリームディレクション 代表取締役	
自転車競技の国際大会誘致に成功	26
飯田 真一 さん 株式会社 Feel alliance 代表取締役	
中高年求職者の就職・転職に関するアンケート	30



地方で暮らそう

地方で暮らす魅力とは何か。

移住を成功させる秘訣とは――。

宮城県川崎町へ京都市から移住し、

地域おこし協力隊として移住の相談に携わる

脇昌汰さんにお話をうかがいました。

みかつき しょうた
脇 昌汰 さん
みやぎ川崎 SPRING

人気の移住先川崎町で 空き家の確保を担当

現在の仕事について教えてください。

主な仕事は、川崎町への移住定住のサポートです。特に、空き家・賃貸アパートの紹介や、空き家物件情報をホームページ上で提供する「空き家バンク」の、登録物件確保を中心に活動しています。若い世代でも移住しやすいように、賃貸物件の登録を増やそうと、自分の足で賃貸可能な空き家を探して、所有者と直接交渉しています。

空き家バンクには、現在200人近い登録者がいて、移住への関心の高さを実感しています。

移住の相談は、川崎町の地域づくり拠点「みやぎ川崎 SPRING」で対応しています。施設には、起業を目指す20代の若者から、田舎暮らしを希望する高齢者まで、さまざまな年齢層や目的の方が訪れます。

移住先として川崎町が選ばれるのはなぜでしょうか。

自然が豊かな中山間地でありながら、東北最大の都市である仙台市内にも車で約1時間。通勤圏内にあるところが人気です。実際に仙台市内で仕事をしている人がたくさんいて、子育ては自然に囲まれた環境でいたいという若い世代の移住者もいます。

また、川崎町は古くからの宿場町で、人の交流

が盛んだったことから、移住者の受け入れにも理解があることも理由の一つでしょう。

町には、30〜80代の幅広い層の人たちが移住しています。趣味が高じてワイナリーを運営する人や、水車を設計し水力発電に挑戦する人、元自衛官でオートキャンプ場を運営する人など、活動も個性的です。

移住成功の鍵を握るのは 地域に馴染むこと

地方に住む魅力について聞かせてください。

何と言っても、豊かな自然の中で四季の移ろいを満喫しながら生活ができることです。都会のように人が多く、窮屈な暮らしとは無縁ですし、生活費が安いところも魅力ですね。

また、その気になれば、何でも気兼ねなくできます。庭でバーベキューパーティーをしても、都会のように隣近所から苦情が来ることはありません。最近私は、鳥小屋を作り、地域の農家から手に入れた鳥骨鶏の飼育を始めました。都会ではまずできないことです。

移住を成功させるためには、何が必要だと思いますか。

最も大切なことは、地域とのつながり、人間関係を構築することです。地域のコミュニティに馴染めないと、移住は難しいかもしれません。

地域コミュニティに溶け込むためには、「なぜその土地に移住したいのか」をはっきり持つておくべきですね。それが、地域にとってプラスになるものであると、さらに良いと思います。協力者や人脈を増やしやすいと思いますよ。

住居や生活の準備にかかる費用や、当面の生活費など、お金の準備も必要です。最初は何かとお金が必要ですから、いきなり家を購入するのではなく、賃貸物件から始めることをお勧めします。

地域おこし協力隊で 完全移住の準備を進める

移住の近道として、地域おこし協力隊は有効だと思えますか。

もちろんです。地域おこし協力隊は、給料や家賃補助が出るので、3年間の任期中は、生活費の心配はありません。また、活動を通して地域の人とのつながり、関係の構築ができるのもメリットです。

朝や夕方、休みの日など、隊員として働く時間以外は、任期を終えた後に、独立するための準備にも充てられますからね。

川崎町の地域おこし協力隊のメンバーは私を含めて7人。里山の再生に力を入れる人、ダンスで健康増進に取り組む人、農家の支援をしながら就農の準備をしている人など、自分の特技や地域の魅力を生かした活動をしています。



私は、食とエネルギーを自給した持続可能な暮らしを体験できる宿泊施設の運営に向け、準備を進めています。

最後に、移住を検討されている方へのメッセージをお願いします。

移住に向けた準備をするときも、移住してからも、地域のために時間を使うことを惜しまないでください。それによって、地域の人から思いがけないサポートを受けるかもしれません。

また、よそから来た人は、良くも悪くも注目されます。噂がすぐに広がることを活用して上手に仲間を増やしてほしいですね。地方は高齢者が多いので、若者はとてもかわいがられます。

移住を検討している人は、まず地域の窓口にご相談しましょう。川崎町への移住相談は、私たちにお任せください。お問い合わせをお待ちしています！

脇 昌汰

京都府京都市出身。5年間公務員として働いたのち、ニュージーランドに留学。現地で出会った友人と共に宮城県川崎町に移住。地域おこし協力隊として移住定住サポートを主な業務として行い、空き家バンクのサポート、イベントの企画運営などに携わる。また、食料とエネルギーの自給100%の持続可能なライフスタイルの実現を目指す活動団体「百 (MoMo)」のメンバーとしても活動中。
<https://momo100sho.com/>

問い合わせ

みやぎ川崎 SPRING
宮城県柴田郡川崎町大字川内字北川原山 238-7
TEL. 0224-51-8789
<http://www.kawasaki-spring.com/>





スタッフ
の 声



西村 渚さん

接客や店づくりにセンスが光る
地元愛が熱いクールな店長

久慈でカフェを開いてしまうほど
芯の強い方。「地元の久慈を良くしたい」という熱さと、事前の準備は抜
かりない冷静さを兼ね備えています。
そんな店長を慕って多くのお客様
がいらっしゃるので、接客や会話を
通して楽しい時間を過ごしています。
いつか私も、自分でお店を持てた
らいいなと考えているので、店長をお
手本に、ここでたくさんのことを学
びたいと思っています。

新しい
挑戦

NANAMARUNI COFFEE

嵯峨 恒宏さん
代表

岩手県久慈市出身 32歳



故郷久慈市にコーヒーが楽しめる
おしゃれなカフェをオープン

NANAMARUNI COFFEE(ナナマル
ルニコーヒー)は、三陸鉄道久慈
駅から5分ほど歩いた地元では珍
しい自家焙煎のコーヒーを楽しめ
るお店だ。

「本格的なコーヒーに馴染みの薄
い久慈の人たちでも、美味しいと
思ってもらえるように、こだわり
すぎない味を追求しています」

こう話すのは、オーナーの嵯峨
恒宏さん。アフリカ・エチオピア
産の豆をベースにしたオリジナル
のブレンドコーヒーは、飲みやす
さと後味の良さが人気だ。

その他、苦味・酸味・香味がそ
れぞれ引き立つように焙煎した3
種類のコーヒーと、月替わりの「マ
ンスリーコーヒー」を提供。一人
で気軽に立ち寄り、つい長居して
しまうような店づくりを目指して
いる。

イベントの企画にも精力的
コーヒーで地元を盛り上げたい

嵯峨さんは、久慈市内の高校を卒
業後、仙台市内の専門学校で服飾に
ついて学び、卒業後、そのまま仙台
のアパレル店に就職した。9年ほど
販売の仕事に携わったが、コーヒー
で地元を盛り上げたいと思い立ち、
2018年に帰郷し、カフェを開
業した。

地元の役に立ちたいと考える
嵯峨さんは、店を写真スタジオと
して提供したり、演奏会やダンス
パーティーを企画したりしている。
2019年1月には久慈市初とな
るコーヒーフェスティバルを主催。
フェスティバルでは、盛岡や八戸、
仙台からもコーヒーショップが出店
したほか、生演奏やヒップホップダ
ンスのステージなども企画。来場者
は1000人を超えたという。

「コーヒーには地元を盛り上げる
力がある」と確信した嵯峨さん。「こ
の店の経営がさらに軌道に乗れば、
同じように自分で店を持ちたいと
思っている若者に、ここでも実現で
きるという夢や希望を与えることが
できるはずだ」と力強く語った。

気ままに過ごせる空間を提供
常連客の心をつかむ

「自分で店を持つ魅力は、自分好
みの空間を自由に作ることができる
こと。その場所のファンになっ
てくれるお客様ができるとうれし
いですね」という嵯峨さん。「好き
なことが仕事にもなる理想の職業
だと思っています」

久慈市内にも一人で長く過ごせ
る場所をつくりたいという思いか
ら、店では都会のカフェ同様にエ
ッや電源コンセントが自由に使用
できるようにした。また、仕事帰りの会
社員も立ち寄れるように閉店時間
は午後8時と遅めに設定している。
こうした心遣いが功を奏し、開業
1年目から常連客が増えたという。
「私と会話を楽しむために来られ
るお客様もいてうれしいです。初
めてのご来店でテーブル席を利用
されたお客様が、2回目にカウ
ンターに座られた時は、心の中でガッ
ツポーズを決めていました」(嵯峨
さん)

嵯峨さんのある日の動き

8:00	出勤
10:00	店内の清掃やコーヒーの用意など開店準備をする
11:00	心を込めた接客でおもてなしをする
14:00	焙煎 合間にコーヒー豆の焙煎や補充を行う
16:00	昼食 店の混み具合で昼食をとるタイミングは異なる
20:00	試作 月替わりのドリンクの試作をする
22:00	閉店 閉店後は1日の売り上げの確認や書類の作成、翌日の仕込みなどを行う
	退勤



U・I・Jターン希望者へのメッセージ



自分でもやりたいことを持っているみなさんも、ぜひ地方や故郷で夢をかなえてほしいと願っています。

企業情報

NANAMARUNI COFFEE

所在地 岩手県久慈市二十八日町 2-21
TEL 0194-66-7655
URL <https://nanamaruni.thebase.in/>
代表者 嵯峨 恒宏
開業 2018年
従業員数 2人 (2021年1月現在)
事業内容 カフェ経営



ライブを兼ねてその場所を訪れ、店づくりはもちろん、企画の参考にしたり、関係者と交流したりするなどして刺激を受けているという。「コーヒーを通してたくさんの方が語り合える場を作りたい。そして、地元の発展をコーヒーの力で先導したい。そんな気持ちがより強くなりました。カフェ文化が根付き、至る所でコーヒーが香るまちにしたいですね」久慈へ帰り夢を叶えるきっかけをくれたあの702号室のように、このカフェでも「誰かの夢を後押しするきっかけの場になつてくれたらうれしいです」と嵯峨さんは語った。

注目とサポートを集めやすい「地方でチャレンジ」をおススメします

地方はのんびりしていて、物事をじっくり考えるのにちょうど良い時間の流れだと思っています。

またライブが少ないので、やりたいことをアピルするチャンスがたくさんあります。久慈でカフェをオープンさせた時には、いろいろなメディアに取り上げていただきました。今は地方創生の時代です。田舎でも外からの移住者や地元に戻ってきた仲間も多いでしょうし、行政のサポートもあります。何より、地域の人の心強い後押しで自信を付けることができます。

アパレル業界で接客を磨く カフェ開業の思いを募らせる



「これまでの人生、好きなことを貫いてきました」と嵯峨さん。中学生の時にファッションに興味を持ち、雑誌を食い入るように読みながら、アパレルの道を思い描いた。専門学校卒業後、仙台市内のアパレル店に就職し、対話を通してお客様が求める一着を探る接客の魅力にのめり込んだ。仙台では、同じ久慈市出身の2人とルームシェアをして暮らしていた。部屋で自然と話題になるのが、故郷久慈の未来についてだったという。「地元から離れた仙台で暮らしていたからこそ、久慈について深く考えるようになりまし。そして、いつかは地元に戻って盛り上げたいと語り合いました」(嵯峨さん)

やがて高校生の頃から好きだったコーヒーの勉強を始めた。「いつか自分でカフェを開きたい」との思いが強くなり、9年近く働いたアパレル店を退職。仙台のカフェで働きながらコーヒーコーディネーターの資格を取得し、開業の地を探っていた。

ルームメイトと語った未来 故郷を盛り上げるため久慈で開業

これまで、帰省するたびに「やはり久慈には若者が居間過す場所が少ない」と感じたという嵯峨さん。「久慈にカフェがあれば、若者が集まってくるんじゃないか。コーヒーで地元を盛り上げることができるのでは」と考え、開業の地を久慈に決めた。



当時の久慈には、まだカフェが定着しておらず、そもそも主なターゲットとなる若者が少なかった。嵯峨さんは多くの人に「久慈でカフェを開いても流行らないよ」と反対されたという。

それでも、「かつてルームメイトと語り合った夢を叶えるため」と2018年にルームシェアした部屋の番号(702)から付けたナナマルニコーヒーを開業した。

周囲の予想に反して、「居間の居場所ができ」「こんなカフェが欲しかった」と若者が集まった。予想外だったのは、集まったお客様の年齢層が幅広かったこと。「年配の方が一人で過ごされたり、高校生が友人と立ち寄ったりと、子どもからお年寄りまで店を訪れました」(嵯峨さん)

接客を通して実感する 地元の人の優しさ

「地方というか久慈の人は温かい。初めてのお客様でも壁を感じず、あつという間に心を通わせることができます。仙台と久慈の接客業の経験から、嵯峨さんはこのように話す。確かに仙台と比較すれば遊ぶ場所は少ないが、近隣のまちに目を向けると、新しいカフェや面白い企画やイベントをしている場所もたくさんあることに気付いた。

そのため嵯峨さんは、店の休業日には、ド



鮮やかな色と太輪が魅力のトルコキキョウ



秋の彼岸向けの花束の出荷作業に汗を流す

スタッフ
の声



佐々木 清和 さん

熱い思いとリーダーシップでスタッフを引っ張る

悟さんは、「大槌を元気にしたい」という熱い思いを持った地元の先輩。どんな作業でも先頭に立ち、スタッフをリードする姿に、いつもすごいなと感じています。悟さんが大槌に戻ってきた1年後に、自分も農業をしたいと思い、この仕事に就きました。これからも、一緒に仕事をしながら、たくさんのごとを学び、地元の力になれるように頑張りたいと思っています。

FLOWER DRESS

かねさわ さとし
兼澤 悟 さん

代表
岩手県大槌町出身 32歳



花で人を感動させるため
栽培に情熱を捧げる

トルコキキョウは、アメリカ大陸原産のリンドウ科の植物である。「トルコ」の由来については、花やつぼみがトルコのターバンに似ているという説や、原種の青い花がトルコ石を連想させるという説などがあるそうだ。

FLOWER DRESS（フラワードレス）は、大槌町金沢地区で大規模なトルコキキョウの栽培を手掛けている。「トルコキキョウは、可愛くて綺麗な見た目が魅力。人を感動させる花を、自分の手で咲かせられることにやりがいを感じますね」と話すのは代表の兼澤悟さん。

植物の栽培は、毎日の観察が不可欠。順調に育っていても、病害虫で突然全滅することもある。そのため、生育状況や葉の状態、気候・天候などから、水やりの量やタイミング、病害虫対策の方法などを瞬時に見極める判断力が求められる。

「これまでの経験をもとに、最適なタイミングで最適な作業を行う必要があるんです」（兼澤さん）

リスクより成果
直接小売りへのこだわり

兼澤さんが作ったトルコキキョウは、市場を通さず、大槌町や周辺地域のスーパーなどに直接卸されている。さらに一部はスーパーの集荷場を通して、県内で広く販売されている。

「人気の高い品種をつくり、市場を通さず直接小売りに出すことで、利益が上がりやすくなります。でも言い方を換えれば、消費者のニーズがある品種を作らなければ、利益は得られないということです」（兼澤さん）基本的に出荷物を全て買い取ってくれる市場出荷より、直接小売りに出すほうがリスクは高い。それでも兼澤さんが直接販売にこだわるのは、より花づくりにやりがいを感じたいから。そしてそれが「自分の性に合っている」から。

トルコキキョウの栽培を始めてから7年目、咲かせたい品種も揃いつつある。「今後も良い花を送り出していきたい。そして、花づくりを通して、地域に必要とされる仕事をしたい」と兼澤さんは語った。

多彩な品種の中から
咲かせたい花を選ぶ

昭和10年代に日本に渡来したとされるトルコキキョウは、品種改良が進み、現在は花の色や形、開花時期や適した生育環境などが異なる数百種類が世に送り出されている。そのため兼澤さんは、毎年カタログの中から作りたい品種を20種ほど選び、大槌町での栽培に適した品種を探っている。

難しいのは「作りたい品種」の中から、「大槌町で作れる品種」を選ぶこと。きれいな花を咲かせる作りやすい品種であっても、岩手県のような寒冷地では栽培に適さないことがある。また、カタログに寒冷地で栽培可能と記載されていても、県内でも比較的冬が温暖な大槌町では、上手に育たず、ビニールハウスでは、年1回しかない無事に開花するというチャンスに賭けるチャレンジが繰り返されている。「正直作ってみないと結果は分かりません。もし、選んだ品種が育たなかったら無駄になってしまいます」（兼澤さん）

兼澤さんのある日の動き

6:00	花の収穫・植物の世話 その日に出荷する花を従業員と一緒に収穫する。合間に水やりや生育のチェックを行う
9:00	出荷準備 茎のカットや品質のチェック、包装などを行う
12:00	昼食
13:00	作業再開 病害虫対策や肥料やりなどを行う
15:00	出荷 車に花を積み込みスーパーなどに納品する
19:00	終業 納品先から戻り、帰宅する



野球漬けだった少年時代
大学生でアパレルに関心を持つ

大槌町でシイタケ栽培を営む農家に生まれ、少年時代は、プロ野球選手を夢見て野球に打ちこんだ兼澤さん。中学校卒業後、盛岡市内の強豪校へ、高校卒業後は野球を続けるため、石川県内の大学に進学したという。

それまで野球漬けだった兼澤さんは、大学在学中に金沢市内のアパレル店でアルバイトを始めたことがきっかけで、アパレルと接客業に関心を持つようになっていった。「この服をどうすれば売れるか考えて、接客や売り場づくりをすることが面白くなってきたんです」。こうして、大学卒業後もアルバイト先の店舗を経営する企業に就職し、北海道札幌市で働いた。

就職して1年が過ぎようとしていた2011年3月、東日本大震災が発生。故郷である大槌町は、津波によって中心部が壊滅的な被害を受けた。実家で母親が行方不明になってしまった兼澤さんは、残された父親とシイタケ栽培をするためにアパレルの仕事を辞めて帰郷した。

自分の農業スタイルを求めて
花の栽培にチャレンジ

それまで農業経験が全くなかった兼澤さんは、初めに家業のシイタケ栽培を学ぶために岐阜県で1年間修行した。その後、父親はもちろん、他のシイタケ栽培農家にも教えを請いながら、栽培技術を習得した。



すのは、充実していたアパレルの仕事。同じ農業をするにしても、アパレルを経験した自分にしかできない農業があるのではないだろうか。そう考えて着目したのが、トルコキキョウの栽培だったという。

花は服と同じように、飾ることで人を和ませる力がある。特にトルコキキョウは、冠婚葬祭で幅広く人気があり、ニーズも多く、近隣には栽培が盛んな遠野市があるので、技術も学びやすい。「農業でも人を輝かせることができる」と考えた兼澤さんは、大規模なトルコキキョウの生産を始めた。

「毎朝クローゼットを開けて選ぶ服のように、リビングなどを飾る花も選んでほしい」、「花で日常をドレスアップしてほしい」という思いを込めて、屋号を「FLOWER DRESS」と命名した。

農業を志す若者を受け入れ
地元を盛り上げる力になりたい

花や野菜の状況を毎日見守る農業という仕事は、仕事のオンとオフの切り替えが難しいという。

「だからこそ、家族という時間を大事にしたいと思っています」と兼澤さん。保育士として働きながら、幼い子どもの面倒も見ている妻のためにも、可能な限り、子どもと過ごす時間を作って妻の負担を減らしたいと考えて

いる兼澤さん、今は子どもと過ごす時間が貴重なオフの時間となっている。

実家が農家だったからこそ、すぐに農業を始めることができ、地元には心強い農業仲間もいる。生まれ育った故郷だからこそ、農業をしやすい環境が整っている幸せを日々感じながら、農作業を行っている。「地域にとって、農業が残っているということはとっても大切なことだと思っています。ですから私は、農業で故郷を盛り上げ、これから大槌町に残って農業を志す若者の受け皿となるような場所を作っていきたいですね」と兼澤さんは熱く語った。



U・I・Jターン希望者へのメッセージ



進路を見極めるため
経験を積み
自分の目を鍛えましょう

移住やUターンを考える時は、「どこで」ではなく、「何を」するのか目標を定めることが大切ではないでしょうか。そして、最終的な判断をするために一番信頼できるのは、「自分の目」だと思っています。

進路を見極める目を養うためには、一度地元を出てさまざまな土地でたくさんさんの経験をすることが大切です。見識を広めながら、本当にやりたいことをじっくり考え、行く先を決めてみてください。

生産者情報

FLOWER DRESS

所在地 / 岩手県上閉伊郡大槌町金沢 28-4
TEL / 080-6532-3104
http://flowerdress.cc/
代表 / 兼澤 悟
開業 / 2013年
従業員数 / 4人 (2021年1月現在)
事業内容 / トルコキキョウの栽培・販売 等





軽トラックに積み込まれたマコモダケ



一般社団法人
ふらっとほく
代表 阿部 結悟 さん

地域住民
の声

住民からの信頼も厚い
地域コミュニティの潤滑油

「「ここで農業を始める」と、埼玉県から身一つで移住して来たときには衝撃が走りました。山元町に来てからも、持ち前の行動力とバイタリテイを生かして地元の人と積極的に関わっています。

今では、地元の人からも「目置かれる存在。クッション役として間に入り、スムーズに物事を進める欠かせない存在です。」
震災後、山元町では移住者が増えています。内藤さんには、移住者の良き相談相手としても期待しています。

新しい
挑戦

株式会社畑楽

ないとう やすひと

内藤 靖人 さん

代表

埼玉県新座市出身

34歳



被災地に移住し就農
未経験からのチャレンジ

宮城県東南端の太平洋沿岸に位置する山元町に、震災後埼玉県から1ターイン移住し、農業を営んでいる内藤靖人さん。ニンニクのほか、マコモダケ、バターナッツカボチャ、万願寺トウガラシなど、珍しい作物を栽培している。

「これまで農業経験ゼロ。そこからのスタートですから、ベテランの先輩農家と同じものを作っても到底かないません。そこで、山元町ではあまり栽培されていない作物でチャレンジすることにしました」（内藤さん）。一般には馴染みのない作物だけに、出荷先のスーパーの担当者や直売所で購入したお客様に、調理法を教えながら販売している。

マコモダケは、イネ科の作物で天ぷらが絶品。バターナッツカボチャはポタージュがおススメといったように、それぞれに美味しい食べ方がある。作物を作って販売したら終わりではなく、買った人に美味しく食べてもらうために必要な情報を伝えるところまでが、農業に関わる人の

農業体験やインターンシップで
山元町を元気にしたい

内藤さんは、津波で被災した土地6ヘクタールを昨年新たに手に入れた。荒れた土地の土づくりから始め、ピーマンやジャガイモ、米ナスなど新しい作物に挑戦している。来年は、サツマイモを主力に作付けを始めようと準備を進めている。

また、農業を活用して山元町に人を呼び込む活動にも力を注ぐ。2018年にたぐさんの人に畑で楽しく働き、農業や山元町のことを知ってほしいとの思いを込め「株式会社畑楽」を設立し、大学生向けのインターンシップの受け入れを始めた。インターンシップでは、2018年に大学生向けの農業体験を企画。2020年には、SNSを通じた情報発信に携わってもらった。

今後は、一般向けの農業体験の企画など本格的な活動に向けた準備を進めるといふ。「山元町に人が集まれば、地域の人が元気になって、まちも元気になるはず。そのために私ができることを一杯やっていきます」と内藤さんは情熱を燃やしている。

責任だと内藤さんは考えている。
失敗にめげずノウハウを学ぶ
地域貢献のための奮闘する

内藤さんが山元町に移住して農業を始めた理由は、地域貢献のため。「農業は津波で被災した土地を再利用できますし、現在、後継者不足や耕作放棄地問題で悩んでいる地域課題解決の力にもなります」（内藤さん）。農作物は、その地域の土、水、空気、気候、人の力が育てた成果物であることから、農業は最も地域に根差した仕事だと考えた。

しかし実際にやってみると、天候や病害虫、雑草などの障害との闘い、さらに、水やりや肥料まきなど、毎日やらなければいけないことが多く、農業未経験者一人の力だけではとてもこなされるものではないことがわかった。そのため雑草を刈り取ることができず、近所に迷惑をかけたしまったことすらあったという。こうした失敗を糧に試行錯誤を重ねながら、内藤さんは徐々に農業の知識を身に付けていった。

内藤さんのある日の動き

6:00 ●農作業

畑に向かい、水やりや肥料まきなどの作業を行う

8:00 ●朝食

一時帰宅して朝食を食べる

9:30 ●収穫

その日に出荷する作物を収穫する

11:00 ●出荷作業

収穫した作物を袋詰めして、地元のスーパーに出荷する

12:00 ●昼食

13:00 ●農作業

途中、先輩農家や地元仲間が顔をだし、野菜や地元の話で盛り上がる

18:00 ●終業



毎年開催される「山元はじまるしよ」に参加

山元は、現在震災後に移住してくる人も徐々に増え、新しいコミュニティとネットワークが生まれているという。「毎年、地元の人々が中心となって、マルシェを開催しているのですが、マルシェは町内外の人と交流できる貴重な機会となっています。私にとって今や山元町は地元。これからの仲間と一緒に地元の盛り上げていきたいですね」(内藤さん)



山元町は、現在震災後に移住してくる人も徐々に増え、新しいコミュニティとネットワークが生まれているという。「毎年、地元の人々が中心となって、マルシェを開催しているのですが、マルシェは町内外の人と交流できる貴重な機会となっています。私にとって今や山元町は地元。これからの仲間と一緒に地元の盛り上げていきたいですね」(内藤さん)

U・I・Jターン希望者へのメッセージ



地方に住む魅力とは
必要とされている
自分を実感できること！

今、被災地や地方では、「人の力」を求めています。そして、人手が足りないからこそ、自分の役割や存在意義を自覚できるはず。首都圏で生活していた時は、会社を辞めてもすぐに代わりが見つかり、あまり仕事にやりがいを感じられませんでした。一方、山元町に移住してからは、私を必要としている人たちが仕事に出会って、充実した毎日を送っています。

移住を検討しているみなさんには、是非地方で力を発揮してほしいと思っています。

企業情報

株式会社 畑楽

所在地／宮城県亘理郡山元町山寺北泥沼 88-88
TEL／080-3338-8311
<https://www.facebook.com/farm.hataraku/>

代表者／内藤 靖人
創業／2018年
事業内容／農業、農業体験及び
インターンシップの企画・実施 等



震災後に母の故郷宮城県へ 山元町の復旧に汗を流す

埼玉県で生まれ育ち、東京都内の大学を卒業後、首都圏にある自動車販売店やドーム球場などで働いた内藤さん。2011年3月に東日本大震災が発生すると、仕事を辞めボランティアとして宮城県に向かった。

「宮城県には母の実家があり、私にとっては所縁のある地なんです。ですから、自分に何が出来るかはわからなくても、どんなことでも良いので、ただただ力になりたいという思いでしたね」

そんな思いで最初は母の実家がある町に隣接する亘理町で、がれきの撤去やヘドロかきを2週間手伝った内藤さん。その後、人手が足りないという情報を聞き、山元町の復旧作

業に携わった。



山元町は復旧が一段落し、2013年3月、復旧作業を主導していたボランティアセンターを閉鎖した。復興に向かって歩み出した山元町だったが、鉄道インフラが津波で被害を受けた影響から若者を中心に町外へ移転した人も多く、その流出はまだ続いている状況であり、山元町の人口は4000人も減少したという。

急激な人口減少を憂い 移住と就農を決意

山元町の危機的な状況に、誰かが声をあげなくてはと感じた内藤さん。2013年の夏に移住して農業を始めた。

ボランティアとして復旧作業を行っていたこともあり、地元の人たちとの交流もあった内藤さんは快く受け入れられ、住まいや農地の紹介も受けたという。

移転後は、近隣の蔵王町で7カ月間農業について学び、2014年の春から山元町で「ないうファーム」を立ち上げた。

55アールの農地で最初に作付けをしたのがニンニク。「土壌に合いそうな作物でしたし、町の人に元氣になってほしいという願いがあって、ニンニクを選んだんです」(内藤さん)。その後、先輩農家から勧められたマコモダケを、山元町の新たな名産品にしようと栽培に力を注いでいる。

自然豊かで都会も近い 地元の若者との交流で充実

山元町での生活は、かつて首都圏で働いていた時の、人と時間が慌ただしく流れる中で感じるストレスが全くないという。

山元町は仙台市から約40キロで、車を1時間ほど走らせれば到着する。また、仙台空港も近く、交通に便利な場所。普段は自然の中で農業を営みながらのんびりとした生活を送り、休みの日には都会へ気軽に足を運び刺激を受けるといった変化を楽しめる場所でもある。それだけに「オンとオフを充実できるところも、山元町に住む魅力ですね」と内藤さん



上司の声



司法書士女川事務所
代表 若松 智子 さん

人情味あふれる対応が強い
仕事に育児に全力投球

書類を届けに行くだけのほうが、訪問先で3時間経っても事務所に戻らなかったこともありました。理由を聞けば、「話に夢中になり、その後昼食をこちそうになった」とか。相談者の目線で丁寧に対応し、時には厳しい意見もはっきり伝える。そんな、真摯に向き合う姿が多く、みなさまからの信頼を獲得しているのだと思います。子煩悩な人で、育児にも熱心。仕事でも家庭でも助けてもらっています。



女川司法書士相談センター

いながきのふたか
稲垣 宣孝 さん
司法書士
神奈川県鎌倉市出身 48歳

まちで貴重な法律の専門家
夫婦で被災者を支える

司法書士は、人々の財産や権利を守るため、さまざまな課題やトラブルを解決する法律の専門家である。稲垣宣孝さんが勤務する女川司法書士相談センター（日本司法書士会連合会災害復興支援事務所）は、女川町内唯一の司法書士事務所。妻の智子さんが代表を務める個人事務所も兼ねており、夫婦一緒に働いている。

センターには土地や建物の所有者を明確にするために行う登記の相談や、財産相続に関する法律相談など、毎年何百件もの相談が飛び込む。

「震災で大きな被害を受けた女川町では、登記や遺産相続の手続き、震災遺児の後見人など、司法書士の支援が必要な問題が山積みです」と稲垣さん。

事務所を訪れる相談者に対して、法的なアドバイスをしたり、裁判所に提出する書類を代理で作成したりする。時には、高齢者の自宅を訪問して業務を行うこともあり、多忙な毎日を送っている。

相談者に寄り添い
心の悩みも引き出す

相談者の中には、生活費や人間関係などで不安やトラブルを抱えている人も多く、最近是这样な生活相談の件数が増えているという。そのため、相談者との対話を通して、登記や相続以外にも、何かしらの悩みを抱えていないかを注意深く探っているそうだ。

また、そうした悩みが深刻だと感じたときには、弁護士や行政などの関係機関に取り次ぐこともある。「本来司法書士の仕事ではない相談でも、真摯に対応することが、被災地で働く私の役割だと思っています」と稲垣さんは語る。

震災前は、出身地である神奈川県内で司法書士として働いていた。「忙しかったことも理由にありますが、以前は相続や登記の業務を淡々とこなしていたような気がします」と話す稲垣さん。しかし被災地である女川では、相談者の心に寄り添った仕事を心がけていて、以前と比べるとより仕事のやりがいを感じているそうだ。

移住先でゴールイン
家族も増え充実した日々

神奈川県で東日本大震災の様子を目の当たりにし、被災地で自分ができることはないかと考え、2014年に女川町に移住してきた稲垣さん。移住後は法律の専門家として、まちの復興に深く関わってきた。移住した当初、町では防災集団移転に向けた土地の買い取りで頭を悩ませていた。

地方では土地の権利関係が複雑で、相続人が全国で数十人に上る例もある。土地の買い取りは、全ての関係者から同意を得る必要があるため、その手続きには登記の専門家である司法書士の力が必要だった。

稲垣さんは、町の職員と協力して課題解決に奔走。その後も、司法書士として困っている住民と向き合った。

2017年には、同じ移住者で司法書士の智子さんと結婚し、現在は2人の子供と生活している稲垣さん。「子どもたちにとって、女川町は故郷です。これから子どもたちの成長と女川町の復興を支えていきたいと思っています」

稲垣さんのある日の動き

9:00	出勤
10:00	案件整理 前日に対応した相談の内容を整理して書類にまとめる
12:00	昼食
13:00	相談対応 予約を受けた相談者の悩みに対応する
15:00	訪問対応 在宅の相談者の自宅を訪問し、相談を受けたり、近況について話を聞いたりする
16:30	デスクワーク 事務所に戻り、登記手続きの書類作成などを行う
17:15	終業 子どもを迎えるため保育園経由で帰宅する



人を救う仕事を志し
司法書士の道を目指す

鎌倉市内の高校を卒業後は、レストランやテレホンオペレーターなど、さまざまな仕事を経験した稲垣さん。こうした職業経験の中から得られたものは、将来安定した職に就くには、資格が必要ということだった。

数多ある資格を調べる中で、どうせ資格を取るのであれば、世の中で役立ち、人を救うことができる資格をと考え、目に止まったのが司法書士だった。しかしその壁は決して低いものではなく、猛勉強の末、晴れて国家試験に合格することができた。資格取得後、2010年に友人と共同で事務所を立ち上げた。東日本大震災が発生したのは、稲垣さんが開業した1年後。当時テレビで流れた津波の

に女川に住んでみると、雪は想像以上に少なく驚いたそう。

また、海に面した女川は、釣りが趣味の稲垣さんにとって魅力的な場所だった。移住する前は釣り三昧だと期待していたが、実際は仕事が忙しく、釣りに出かけたのは3回だけだ。しかし、女川のスーパーには新鮮な魚介が豊富に並んでおり、刺身は首都圏で売られている物とは比べものにならないほど新鮮で美味しく、初めて食べた時は衝撃を受けるほどだった。

休日は、子どもたちと散歩して自然を満喫したり、家族で町内のイベントに参加したりしている。最近では、自分の時間も大切にしようと思うようになり、パイプ煙草を始めた。多忙な毎日ではあるが、家族や一人で過ごす時間でもフレッシュできているという。

震災から間もなく10年を迎える。まもなく復興が進みインフラも整いつつある。「新たなスタートを切った第2の故郷を、法律の専門家として支えていきたいですね」と稲垣さんは語った。



パイプ煙草は息抜きの必需品

U・I・Jターン希望者へのメッセージ



地方に住む秘訣は
密な人間関係を
楽しむことです

都会と比べて、地方は人間関係の距離が近いと感じています。「仕事が終われば関係も終わり」というビジネスライクな付き合い方は、地方ではなかなかできません。人間味あふれる土地であるせいか、同じ対応でも人によって反応や結果が全く違うことがあります。こうした人との関わりを楽しめる人であれば、地方への移住に適しているのではないのでしょうか。

被災地では、復興のためにたくさんの方が力を合わせて頑張っている。その力になれる人が一人でも多く加わって下さると心強いですね。

事務所情報

日本司法書士会連合会災害復興支援事務所
女川司法書士相談センター

所在地／宮城県牡鹿郡女川町蟹神浜字堀切山107-17
TEL／0225-50-3001
代表者／若松 智子
開業年／2014年
従業員数／1人（2020年12月現在）
事業内容／登記相談、法律相談および日常生活全般の支援等



映像に「衝撃が走った」という。それから「東北で信じられないことが起こった。被災地で何か自分にできることはないのか」と考えるようになったという。

そのような中、被災自治体の業務支援を行う復興支援専門員として司法書士を募集していることを知り、迷わず応募。2014年に女川町に派遣されることとなった。

司法書士として力になりたい
女川に移住し復興に奔走



その後は復興支援専門員として町の復興推進課に配属され、被災した土地の買い取りに関係する手続きなどに携わった。

「もともと深く考え込まない性格なんですよね」と話す稲垣さんは、事務所を友人に託し、縁もゆかりの無い女川町への移住を決めたことについて、行っただけでなんとかなると思っていたという。「女川へ移住したことが縁で、その後結婚もし、子どもも授かることができたので、実際には何とかなったということですね」と笑顔で語った。

女川では人と人とのつながりも温かく、まちで知らない人にすれ違ったとしても気軽に挨拶をする。そんな習慣が身に付いたという。「鎌倉に帰省した時、つい知らない人にあいさつをしてしまっただけ、不思議な顔をされたこともありましたね」（稲垣さん）

これからも家族と共に
女川の将来を見届けたい

東北は冬になると寒さが厳しく雪深いというイメージを持っていた稲垣さんだが、実際





NEWS

お知らせ

2020.03.12 重要報告
ジュニアエコノミーカレッジいわき2019年集報会について



2019.09.08 重要報告

ジュニアエコノミーカレッジいわき「アクティブセミナー」を実施しました！！



2019.08.07 重要報告

いわき七夕まつり「緑」（青年部運営）



お知らせ >

いわき商工会議所青年部
青年部事務局



関係者の声



いわき商工会議所
企画グループ 主任
木村 諭史 さん

確かな提案力と先を見通す力を持ったクレバーな経営者

強い芯を持ち、物事をさまざまな角度から見られる商工会議所青年部の会長を歴代最年少で務められた経営者です。年齢も近いことから相談に乗ってもらうことも多く、そのたびに気配りや場面に応じた言葉の使い回しなど、たくさんさんの刺激を受けています。

地元出身者では気づけない違った角度からの提案ができたため、地元からの信頼も厚く、私にとって身近な目標です。

新しい挑戦

株式会社ドリームディレクション

はまつ まさもり
濱津 匡壮 さん

代表取締役

福島県郡山市出身

37歳



ウェブの力で課題解決
地元企業をサポートする

株式会社ドリームディレクションは、ウェブサイトの企画制作から保守運用まで、幅広いサービスを通して企業の課題解決に取り組む会社である。

「地元企業の強みを生かしたスピード感と、きめ細かい対応で、取引先からの信頼をいただいています」と話すのは、社長を務める濱津匡壮さん。これまで同社では、いわき市内の建設会社やホテル、商工会議所青年部などさまざまな企業や事業所のウェブサイトを手掛けてきた。

また、スマートフォンやSNSの普及に伴い、アプリの代理販売にも力を入れていて、企業や店舗が情報やサービスを提供するスマホアプリを販売し、実績を積み上げていくという。

主なクライアントは、いわき市を中心とした福島県内の中小企業。「県内の企業に寄り添いながら、課題や悩みを一緒に乗り越え、共に成長していきたい」と日々努力しています。

損害保険会社での経験を
営業に生かす

郡山市出身で、以前は東京に本社を置く大手損害保険会社に就職した濱津さん。県内のいわき市や神奈川県横浜市の支社で企業営業に携わった。震災後、故郷の福島県内にあり、かつて勤務地だったいわき市で復興の力になりたいと考え、2014年3月に退職し、同年9月に起業した。

お客様との対話を通して現状を把握し、「企業や商品を周知したい」「商品やサービスを売りたい」「人材を採用したい」といった課題やニーズを探る。そして、お客様が抱えているリスクを分析し、課題解決に最も適した商品提案する。こうした仕事の流れは、保険とウェブコンテンツで共通している。そう、「これまで損害保険会社で働いた経験が、今の仕事でも生かされます」と濱津さんは話す。

また、保険と同様、ウェブコンテンツにおいても豊富な商品知識からお客様に対してきめ細かく対応するコンサルティングセルスの手法が有効であるという。

お客様も社員も
幸せになる企業を目指す

2020年9月には、設立から7周年目を迎えたが、設立した年に開設した地域情報サイト「CoolINKいわき」は、現在年間50万人がアクセスするサイトに成長。いわき市と周辺地域のグルメやショッピング、イベントなどの情報発信を通じて地域に貢献している。

まずは今のビジネスを軌道に乗せて、その後は県外への事業展開や、新サービスの開発につなげていきたいと濱津さん。「復興に向けて強い志を持った仲間と共に、仕事ができることにやりがいを感じています。間もなく震災から10年、いわき市の発展に貢献できるように、これからも努力を続けたい」と語った。

一人でスタートした同社も、現在は業務を委託しているパートナーを含め9人のスタッフを抱えるまでに成長した。会社を大きく成長させながら、経営を支える社員の幸せも考えることが、今の濱津さんのやりがいだ。

濱津さんのある日の動き

19:00	16:00	15:00	13:30	12:30	11:00	10:00
退社	デスクワーク	オンライン会議	打ち合せ	昼食	打ち合せ	出張
	午後には打ち合せをした内容を書類にまとめる	業務を受託している企業の担当者とのオンラインで打ち合せ	取引先を訪問し制作するコンテンツについて話し合う	スタッフからウェブ制作物の進み具合について報告を受ける	返信や電話で連絡する	メールをチェックの後、

福島県で暮らす魅力

高校卒業までは、郡山市内の実家で暮らし、将来は地元を出ると決めていた濱津さん。「目指す場所はやっぱり首都東京。それがダメでも政令指定都市は外せないと思っていました」という。



商工会青年部の役員も経験し、たびたび全国に足を運んでいて思ったのが、福島県は意外と交通の便が良いということ。常磐道と磐越道が交わる交通の要所で、空港からもそう遠くない。「東京はもちろん、その気になれば全国どこでも行けることに気がきました」

さらに、一丁の進歩によりオンラインでできることが増え、地方で起業しても都会と同じレベルの仕事が可能だと感じている。

付き合が多い社長業は、お酒を飲む機会が増え、体調管理にも気を遣う。「気を抜くとすぐに太ってしまう」ため、忙しい中でも時間を作ってジムで汗を流す。6月には結婚し、仕事もプライベートも充実している。

「自分にも守るべき家族ができました。これ
からも、社員と家族が幸せに暮らせる会社を
経営します」と濱津さんは抱負を語った。

次のステップに進んでも遅くはない
と思います。

「その土地が好きだから」という理由だけで移住を決め、仕事を探す方もいらっしゃるでしょう。

ただ、漠然とそこに住みたいと思うのではなく、何をしたいのかという明確なビジョンを持っていない。移住後に苦労するかもしれない。その土地のどんなところが好きで、そこでどんなことをしたいのかについて、深く考えてから行動することをお勧めします。

移住はチャレンジです。現在取り組んでいる仕事をやり遂げてから、次のステップに進んでも遅くはないと思います。

大都市に住み、大企業で働き、大きな仕事に携わる。その希望を実現するためには、より高い学歴が必要だと考え、決して妥協することなく、浪人生活を経て、東京にある名門私立大学への入学を果たした。

商学部で経済やビジネスについて学び、華やかな金融の世界での活躍を夢見た。当時はリーマンショック直前で、「高給取り」や「一攫千金の勝ち組」というイメージを持っていたという。

その思いを実現するかのように、大学を卒業した後は、大手損害保険会社に入社。やりがいのある仕事に充実感を抱きながらも忙しい毎日を送っていたそうだ。

初任地のいわき支社の次は横浜支社へ異動し、念願の都会生活を満喫した。横浜での暮らしは、どこに行っても賑やかで面白い。そんな雰囲気が好きだったという。

賑やかで明るい雰囲気の中で、不満の無い日々を送っていたものの、30歳代に入ると、このままずっと組織の一構成員として働き続けて、果たして自分は幸せなのだろうか？と考えるようになったという。

そして「何かにチャレンジするのなら今しかない」と起業を決意した濱津さん。起業の地は、

当時震災から3年が経過し復興に向けたまちづくりが進むいわき市。かつての勤務地で、仕事を通じて培ってきた人脈もある。業種はそれまで培ってきた知識のある損害保険ではなく、全く畑違いのウェブサイトの制作。ウェブサイトの制作は、いわき市ではまだまだニーズがあり、スマートフォンやSNSの普及から将来性を感じたからだそうだ。当時ウェブデザイナーの経験は、ほとんどなかったという瀧津さん。それでも、独学で知識や技術を身に付けながら、人脈を頼りに営業活動を始めた。

幸運なことに、仕事の依頼はコンスタントに舞い込んだ。一つひとつの仕事を必死になつて取り組み、結果を出す。次の仕事につながった。その繰り返しを重ね、一人で立ち上げた会社の規模は少しずつ拡大させていくことができた。

都会での生活に慣れて、福島県を飛び出したものの、縁あって戻ってきた故郷。これまで多くの人に助けられてきたのは、自分が同じ福島県人であったからかもしれないと感じ

株式会社ドリームディレクション

所在地 / 福島県いわき市小名浜花畑町 11-3-2F
TEL / 0246-88-8436
<https://dreamdirections.co.jp/>

代 表 / 濱津 匡社
設 立 / 2014 年
従 業 員 数 / 2 人 (2020 年 12 月現在)
事 業 内 容 / ウェブ制作、グラフィックデザイン制作、自社
メディア運営 等





しんちパンプトラック
インストラクター
高橋 開 さん



気さくで頼れる
橋渡しのスペシャリスト

コースの建設中に、仙台からアポなしで訪れた時が、初めての出会いでした。飯田さんは、初対面だった私を気さくに受け入れ、中まで丁寧

その後、この施設の管理スタッフとして関わることができ、不思議なご縁を感じています。

私にとって、今の仕事は大きなターニングポイントとなりました。本当に人と人をつなぐスペシャリストだと尊敬しています。

株式会社 Feel alliance

飯田真一 さん

代表取締役
東京都台東区出身
43歳



2020年7月、福島県新地町に「しんちばんぷろトラック」がオープンした。パンプトラックとは、起伏の激しい自転車用コースのコースと。コースは、国内でも珍しい全面アスファルト舗装が特徴である。津波で被災した海沿いに整備されたこの施設。専用の自転車でアクロバティックな技やタイムを競い合うBMX (Bicycle Motocross) の国際大会が来年間開催される予定だ。

「BMXは、東京オリンピックの新しい種目選ばれました。これをチャンスに、地域の新たな観光の目玉として期待を寄せています」。そう話すのは、大会誘致の仕掛け人の飯田真一さんだ。

子どもからシニアまで楽しむことができるように、年齢やレベルに応じた3つのコースを設置。地域に自転車競技の文化を根付かせたいという狙いがあるという。「だからこそ、BMX国際大会の誘致は、ぜひとも成し遂げたかったです」と飯田さんは声に力を込める。

飯田さんは福岡県福岡市で株式会社 Leedance を設立。経営コンサルタントとして働き、2015 年にいわき市に移住した後も仕事を継続している。

これまで、ヨーロッパに和食文化を普及させるプロジェクトや、東京オリンピックの誘致活動などに参加。豊富な世界実績を買われて、大会誘致に携わってきたという。

「きっかけは、たまたま私がパンブトラックのジオラマを見ていたときでした」と飯田さん。復興庁が主催した震災復興イベントの会場で新地町の職員と出合い、国際大会誘致の方法が分からず困っていると聞いた。「それなら、私がお手伝いしましょう」と申し出た飯田さんは、大会誘致のために奔走し、見事に成し遂げた。

「困っている場所に、私がパズルのピースのようにピタリとはまるとうれしいですね」と、出会いから新しいプロジェクトを生み出す仕事にやりがいを感じている。

これまで温泉旅館の経営再建や飲食店のプロデュースなど、国内のプロジェクトでも手腕を発揮してきた飯田さん。いわき市内でも、地元の漁師町を盛り上げるため、周辺の古民家を再生した民泊や、釣りのイベントを企画。首都圏からもたくさんの人を呼び込んだという。

都内から特急で片道2時間というアクセスに注目したという飯田さんは、平日は都内で働き、週末はいわきで過ごす、2拠点生活に焦点を当てた地域再生に力を注いでいる。

人懐っこさと、面倒見の良さで、たちまち周りの人をまとめる飯田さん。いわき市へ移住してから5年だが、すでに地域に求められ必要素とされる存在になっている。

「これからライフワークとして、みなさんの役に立ちたいですね」と笑顔をみせる飯田さん。いわきの人たちと一緒に事業を作りあげるようになってから、あらためて人と一緒に何かを形にするこゝとが大好きだと認識している。

飯田さんのある日の動き

8:00
●
出社

子どもを保育園に送った
後に会社へ。メールを
チェックする

11:00
打合せ

新地町役場で、BMXの国際大会について担当者と打合せ

12:00
●
昼食

14:3
デスクワーク

事務所に戻り書類作成などを行う

17:00
一時帰宅

子どもを迎えに保育園に
立ち寄ってから自宅へ

18:00
夕食

家事や家族と一緒に時間を過ごす

20:00
デスクワーク

自宅で企画書の作成や海外とオンラインで打合せなどを行う

23:00
終業



地元の漁港で行った釣りイベント



家族と一緒に記念撮影

イレが水洗ではなかったりと、都会では当たり前前だったが、地方では必ずしもそうだとはいえません」

「一大決心をして移住をしてみても、こんなはずではなかった」と、途中で断念してしまうのは、来る人にとっても、受け入れる側にとっても残念で悲しいこと。だからこそ移住希望者には、都会で感じなかった地方特有の不便さ、ポジティブに捉えてほしいと思っている。

自身のこれまでを振り返ってみると、忙しさに追われていた都会生活をリセットすることができ、いわきで余裕をもって新しい一歩を踏み出すことができた。

「移住とは、人生をプラスに変えるターニングポイント。希望する多くの人に移住して良かったと感じてほしいと思っています」と飯田さんは喜びをかみしめた。

U・I・J ターン希望者へのメッセージ



最初することは
地域のコミュニティに
溶け込むことです

移住してしばらくは、生活の糧を得ることよりも、地域に馴染むことが優先です。積極的に近所付き合いや地域行事へ参加し、孤立してしまわないように心掛けましょう。

そのため、最低でも半年間は無収入でも食べて行けるくらいの貯蓄があったほうが良いと思います。私も移住当初は年収が4分の1に減りましたが、現在は持ち直しています。

欲を言えば、私のように移住先でも転職しない方法が見つかるとうれしいに安心ですね。いわきへの移住に興味のある方は、ぜひ私にご相談ください！

企業情報

株式会社 Feel alliance

所在地／福島県いわき市小浜浜吉浜道 21 A-103
TEL／0246-85-0985
代表／飯田 真一
設立／2011 年
事業内容／総合経営コンサルティング、新規事業プロデュース業 等

しんちパンプトラック

所在地／福島県相馬郡新地町谷小屋町裏 9
TEL／0244-32-1520



福島県で暮らす魅力

生まれも育ちも就職先も東京
結婚を機にいわきへ

飯田さんは浅草生まれの下町育ち。首都圏の大学を卒業後、大手IT商社に就職し、金融業界専門の企業営業を担当した。大手銀行との業務提携や地方都市へのコールセンター誘致業務などに携わったという。

人生で初めての移住は、当時勤務していた会社の新しい営業所の立ち上げのために赴いた福岡市。営業所長を経験した後、これまでのスキルを生かして独立を考えていた。「東日本大震災が発生したのは、独立準備を進めていた矢先でしたね」（飯田さん）

震災直後から飯田さんは、福岡から宮城県に支援物資を送る活動や、福島県からの避難者を受け入れる活動など、被災地支援



パンプトラックの建設を手伝う

のボランティア活動に汗を流した。そんな中、支援活動を通じて知り合った女性と結婚。2015年に妻が住むいわき市へ移住することになる。

「仕事で全国各地を訪れましたが、いわきは住み心地が良いまちですね」と飯田さん。夏はそれほど冷房を使う必要がなく、冬はほとんど雪が積もらない。「お店や施設があり過ぎず、無さ過ぎず。まちなぎさが私にとってほどよく魅力です」

移住で手に入れた
ゆとりある生活リズム

今してみれば、仕事詰めの毎日に追われた東京生活を振り返ると、思い出すのは苦しかったことばかり。当時は、閉塞感と息苦しさを感じ、非現実を味わおうと趣味で始めたスカイダイビングが、唯一の休息時間だった。

移住の先輩として 相談者にアドバイスする

現在、WAKUふるさと誘致センターの移住サポーターを務めている飯田さん。首都圏から移住相談に訪れた人たちに對するアドバイスも多く、その際には都会と地方での生活のギャップに慣れることが大切だと話をしていくという。

「最寄りのコンビニが数キロ先だったり、ト

「物にあふれ、移動も楽。生活の利便性は高かったとは思いますが、それがかえって心休まる場所と時間を奪っていたのではないかと思っています」と飯田さんは当時を振り返る。

また、会社の都合で都内にある社宅を転々としていたため、福岡に移住する前から、落ち着いた生活を送ることができなかったという。

いわき市に移住してからは、生活のリズムがこれまでと大きく変わった。まず、大きいのは、まとまった睡眠時間が取れるようになったこと。「以前は、海外での仕事も多かったことで、時差の影響でなかなか寝付けず、深夜に仕事をするということが普通になりましたね」と飯田さん。

また、付き合いが多く、ほぼ毎日会食をしていたものの、現在は、仕事を終えた夜には、奥さんや子どもたちと一緒に時間を謳歌しているという。

被災地で新しい挑戦を始めましょう

間もなく震災から10年。被災地では着実に復興が進み、新しいまちの再生が本格的に始まっています。

これまで、被災地には地域の外から多くの人が集まり、復興を支えてきました。そして、これからもたくさんの人の力を必要としています。

今までのキャリアや経験を活かしたい。

生まれ育った故郷で地域貢献をしたい。

被災地には、本冊子に登場した6人のような熱い情熱と未来への希望にあふれた、移住の先輩がたくさんいます。

さあ、みなさんも「新しい挑戦」への第一歩を踏み出してください。

中高年求職者の就職・転職に関するアンケート

令和2年8月に40歳～69歳で、現在求職中の人に対して就職・転職に関するアンケートを行いました。中高年求職者の被災3県における考え方を見てみましょう。

※全国196名回答（うち被災3県回答者131名回答）

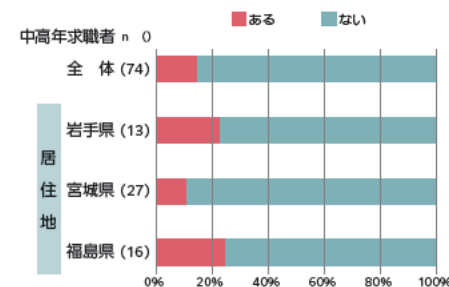


図1: Uターン、Iターン、Jターンの経験有無

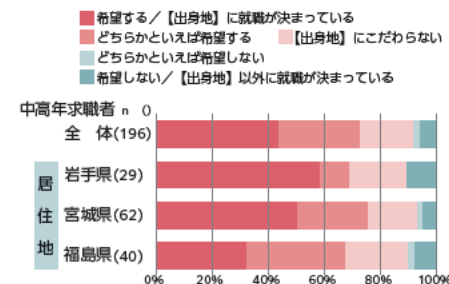


図2: 出身地への就・転職希望理由

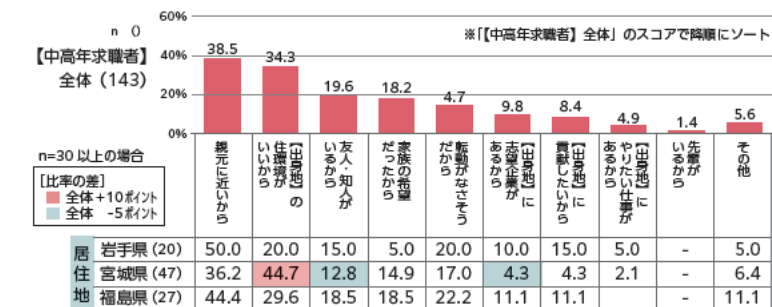


図3: 出身地に就職・転職を希望する理由 ※【出身地】での就職・転職を希望する者ベース

U・I・Jターン経験の有無
中高年求職者でのU・I・Jターン経験者は全体で14・9%ですが、岩手県、福島県では20%を超える人が経験しているようです。（図1）

出身地への就・転職希望の有無
出身地への就職希望者は「希望する」という人が、中高年求職者全体でも7割を超えており、被災3県の中でも宮城県はその割合が高くなっています。（図2）

出身地への就・転職希望理由
希望する「どちらかといえば希望する」という人が、中高年求職者全体でも7割を超えており、被災3県の中でも宮城県はその割合が高くなっています。（図2）

が最も多く、次いで「出身地の住環境がよいから」となっています。（図3）

新しい挑戦

U・I・Jターン事例集

問い合わせ先

復興庁雇用促進班

TEL. 03-6328-0274