

ふるさとに
したくなるまち



浜田で暮らす
移住のカタチ。

INTERVIEW
先輩移住者の暮らし

河原大樹さん、千愛さんご家族
齋藤慎介さん、繭子さんご家族

座談会

若者 × 移住者

海や山の美しい自然、
そこから生まれた文化と歴史。
田舎にしかないものはすべてある。
少しの不便を置いとけば、
あなたの望む暮らしはきっとある。

浜田市に住んでみませんか？

心よりお待ちしております。



浜田市

島根県

乗用車

- ◎松江・出雲市方面より
出雲IC→国道9号 90分
- ◎山口方面より
小郡IC→国道9号 150分
- ◎関西・九州・広島方面より
広島IC→浜田道→浜田IC 90分

鉄道・バス

- ◎松江・出雲市方面より
松江駅→(JR特急)→浜田駅 90分
出雲市駅→(JR特急)→浜田駅 75分
- ◎九州・山口方面より
新山口駅→(JR特急)→浜田駅 140分
- ◎新幹線 東京方面より
東京・品川駅→JR新幹線(広島新幹線口)→高速バス広浜線→浜田駅 360分
- ◎新幹線 大阪方面より
新大阪駅→JR新幹線(広島新幹線口)→高速バス広浜線→浜田駅 210分
- ◎新幹線 九州方面より
博多駅→JR新幹線(広島新幹線口)→高速バス広浜線→JR浜田駅 210分

飛行機

- ◎羽田空港(JAL)→(出雲空港)→(JR特急)→JR浜田駅 185分
- ◎羽田空港(ANA)→(萩・石見空港)→(JR特急)→JR浜田駅 135分
- ◎伊丹空港(ANA)→(萩・石見空港)→(JR特急)→JR浜田駅 105分

バス

- ◎広島駅→高速バス広浜線→JR浜田駅 120分



ひと月の

浜田暮らし

家計簿 チェック!

4 人家族の場合

家族構成	4人家族 夫婦(30代) 子ども2人
子どもの年齢	8歳(小学生)、5歳(保育園)
仕事(世帯主)	サラリーマン
仕事(配偶者)	パート
住宅の形態	アパート(2LDK)
住居の地域	市街地
車	普自1、軽自1

一番気になる支出と収入! 浜田暮らしの家計のデータを大公開。

収入	458,514円
内訳 世帯主収入	344,486円
配偶者の収入	97,362円
子ども手当	16,666円

支出	433,911円
内訳 家賃	34,310円
食費	50,240円
光熱・水道費	22,921円
日用品費(家事用品、被服費等)	34,560円
保健医療費	16,658円
保険・税金	79,082円
交通費(自動車経費含む)	101,887円
教育費	27,395円
教養娯楽費	2,826円
通信費	16,819円
家具・家電購入	7,256円
その他支出(交際費、仕送り等)	39,957円

収支(収入-支出) **+24,603円**

INTERVIEW 01

先輩移住者の暮らし

Uターン

夫／会社員、ミュージシャン 妻／会社員

河原大樹さん、千愛さんご家族

(浜田市旭町出身／2020年に移住)



家族3人、地元でUターン 音楽の仕事も続けて穏やかに暮らす

先行き不安な

コロナ禍で決意したのは

「なんとかなるよ」の妻のひと言

【大樹さん】 東京でミュージシャンとしてドラムを叩いたり、ドラム教室で教えたりしていました。ドラマーとしてシンガーのツアーやレコーディングに参加していたのですが、コロナの影響で仕事が激減。当時は結婚して5年ほどたったところで、子どももまだ小さい。先のことが全く見えない状況でした。

【千愛さん】 「浜田が熊本に戻らない？」と言ったのは私の方でした。私は熊本の出身でしたから、地方に住むこ



とは全く抵抗ありませんでした。それに当時彼は仕事が忙しく、私がほとんどワンオペで育児をしていたこともあり、Uターンをすれば両親のサポートも得られると思ったんです。当時、東京の小平市に住んでいたのですが、東京より地方でのびのび子どもを育てたいという気持ちもありました。「東京じゃなくてもなんとかなるよ！」と彼と話したんです。

音楽は楽しく、暮らしに必要なもの 浜田でもそれを伝えられる

【大樹さん】 島根で仕事を探していた所、「石見音楽文化振興会」が人員募集していることを知りました。「Biz.Coop.はまだ」に所属することによって「石見

音楽文化振興会」で音楽活動が続けることができ、同時に放課後児童クラブで子どもたちの世話をする仕事も見つけられたんです。浜田の実家には両親が共働きで暮らしているの、同居してお互いにサポートしながら暮らしていくことになりました。

東京でドラマーとしてやっていた時には、有名なミュージシャンのバックで叩いたこともありますし、周囲に優秀なミュージシャンが多くて刺激も多かった。でも浜田に帰ったとたん未練のようなものはなくなりました。大きく華やかな仕事ができなくても、例えば個別のドラム教室で音楽の楽しさや、音楽が生活の中に必要だということを伝えることができると思ったからです。ある時、自己表現が苦手なある男の子にドラムを教えていた時、そのお母さんから「息子がドラムと出会って、表情や話すことが明るくなった」と言ってくれたことがあり、音楽の仕事に就ける喜びを再認識しました。コロナ禍にあっても、人にはやはり音楽が必要なんですよ。

浜田だから個性を発揮できる上に 家族の時間を大切にできる

家族と過ごす時間が増え、音楽を続けたり教えたりすることができる今、東京の暮らしを懐かしく思うことがあります。ただ、あの満員電車や都会ならではのあり余る情報、セカセカした人混みの中に戻る気にはもうなれません。浜田にいと近所の方が子どもや私たち家族を見守ってくださっているし、音楽の仕事についても東京ほどライバルが少ないから(笑)。浜田で自分のキャリアを生かした、自分にしかできない仕事ができていると感じています。

浜田はコンビニやお店、アミューズメ



ント施設が少ないのですが、なくてもなんとも感じないし、必要性も感じなくなりました。家族と近所の公園で遊び、すぐ近くの海や山でのんびりできる……。買いたい物があれば車を走らせて買いに行けばいいし、ネットショッピングもある。それでいいんじゃないかと思っています。

コロナ以降、都会の暮らしに疲れたり、疑問を感じたりする人も増えてきていると思います。その点、浜田は人も町も穏やかでスローライフが心地よく、東京ほどお金もかからない。都会で暮らしていた頃より大切なものが見えてきて、これまでの価値観とは違った人生を送れるのではないのでしょうか。

移住前後の変化について(夫)

移居前

住所	東京都小平市
職業	ミュージシャン
家賃	77,000円
通勤時間	30分～1時間(電車)

移住後

住所	浜田市旭町
職業	会社員、 ミュージシャン
家賃	親の持ち家のため無
通勤時間	30分～50分(車)

INTERVIEW 02

先輩移住者の暮らし

Iターン

夫／地域おこし協力隊 妻／会社員

齋藤慎介さん、繭子さんご家族

(東京都から移住／2020年に移住)



浜田で自然が日常の暮らしを、子ども達とともに満喫しています

「浜田にある家をどうにかしたい」 夫の想いに共感

【繭子さん】 夫の両親の実家が浜田にあり、ある時、彼の父親から、「島根のことをどう考えているのか」と言われ、夫から相談されたことが移住を考えるきっかけとなりました。これまで浜田には1度しか訪れたことがなく、話をしたことはなかったのですが、「親が元気なうちに、浜田にある家をどうにかしたい。」と考える彼の姿を見て、軽い気持ちで「じゃあ、引っ越しちゃえば?」って言ったんです。

【慎介さん】 「えっ!?本当にいいの!?’って言いました。

【繭子さん】 子どもの環境を変えることには責任が伴うので、その部分がだめだと感じるなら移住は止めようと考えていました。一方で、浜田で生活している人があるのだから、きっと大丈夫とも思っていました。

【慎介さん】 私は神奈川県生まれですが、幼少から祖父に「ここが家だからね」と聞きながら育ち、私自身が思っている以上にふるさとに対する想いを強く感じるようになり、浜田の家をどうにかできないかと考え始めたんです。

【繭子さん】 移住に関しては、東京とはいえ自然が多い地域で育ったので、田舎暮らしへの抵抗や不安は少なかったです。夫の話を聞くうち、長男として家を継ぐという想いに共感し、移住することを決意しました。

移住したら、子ども達に私が 働く姿をみせたいと思っていました

【繭子さん】 東京で開催される定住フェアに参加し浜田市の情報を収集しました。移住前から農業に興味があり、野菜を作りながらビールを作っている会社があるなんてすごい!と今勤務している会社のことが気になっていました。なんといっ

ても私、ビールが大好きなので(笑)。それで、農作業をするなら、マニュアル車の運転免許を取得しました。

【慎介さん】 田舎暮らしのことをネットで調べると、結構ハードルが高いことが書いてあるんです。車の事や近所づきあいのことなど。また、いくら稼げるのかということが分からなかったです。

【繭子さん】 移住前は子どもが生まれてからは専業主婦をしていました。でも、浜田に移住したら、東京での生活水準を保つために、私も働こうと思っていましたし、その姿を子ども達に見せたいとも思っていました。今は、販売を担当しています。軽トラに乗る時がいつ来ても大丈夫です。

移住後、子ども達が遊ぶ時の 約束の仕方にも変化が

【繭子さん】 東京では私が家事をしていましたが、今は、早朝に出勤するため、夫が子ども達の朝食や学校への送り出しをしてくれています。

【慎介さん】 最初はパニックでした。でもすぐに慣れました。子ども達も自分で身支度しますしね。時々、兄妹で玉子を焼いてくれたりもするんです。

【繭子さん】 東京ではマンション暮らしで、隣近所への迷惑を気にしていましたが、今は物音を気にしなくて良いのでとても快適です。また、子ども達が遊ぶ時の約束の仕方にも変わりました。東京では、子ども達が遊ぶとなると、まず、親同志の約束から始まり、親が把握していました。でも今は、小学校から帰ってきたらすぐに友達と遊びに行ってしまう。休日は、朝から誘いに来てくれることもあります。今は、子ども達の遊びに関しては、細かくは把握していません。

【慎介さん】 子ども達が成長していることもあるかもしれないけれど。

【繭子さん】 東京ではどこかで「怖い」と思う気持ちが働いていたのかもしれない

ん。今は細かく聞かなくても、子どもの方から伝えてくれるので、全く心配していません。友達の親御さんもきっとこんなものだと思ってくれているのでは。気にしな過ぎでしょうか(笑)。

自然が日常の遊び場になる、 本当に贅沢なことだと思います

【慎介さん】 移住前は、近くに大きい公園があり、友達家族とテントを建ててゆっくり過ごしたり、サイクリングやボール遊びなどを楽しんでいましたね。

【繭子さん】 移住後はボール遊びをしなくなったかな。その代わり、自然が日常の遊び場です。浜田はちょっと行ったら海や山で普段のレジャーとして海遊びや山登りができる。それって本当に贅沢なことだと思います。

【慎介さん】 家からちょっと散歩に行くとすぐに海があり、そこで海遊びが始まる。浜田の海の美しさは、本当に素晴らしいです。

【繭子さん】 子ども達は自然遊びをすることが本当に楽しいようです。海や川などに行くとき生き物を見つけて目がとてもキラキラする。そういう姿をみると、浜田に移住して良かったなと思います。

移住前後の変化について(夫)

移住前

住所	東京都
職業	ヘルスケアIT企業
家賃	70,000円
通勤時間	1時間30分(電車)

移住後

住所	浜田市
職業	地域おこし協力隊
家賃	65,000円
通勤時間	10分(車)

座談会 若者×移住者

浜田に移住した若者たちに、
実際に暮らしてみた印象を
語ってもらいました！

仕事

半田さん: 前職は大阪で営業をしていたのですが、もう疲れちゃって。それで人の少ない島根に戻ってきました。田舎でできない都会に勝てる仕事ってなんだろうと考えたときに林業にたどり着きました。平日は作業員として木材会社に勤め、休日はこの古民家カフェ*を開いています。もうあの満員電車に乗って通勤しなくてもいいと思うと最高です！

古石さん: それ、めちゃくちゃわかります。電車が混むのが嫌なので、私も高校生の時は始発に乗って通学していました。

感動しました。フラダンスグループを主宰している私ですが、国府海岸の景色は、もはやフラの聖地ハワイと一緒にです。

山本さん: 僕はその国府で育ちました。たしかに、広島の人たちはわざわざ浜田にサーフィンしたり泳いだりしに来られますもんね。県外に出るまでは、海はこれがスタンダードだと勘違いしていました（笑）

半田 浩一郎 さん

大阪よりUターン／木材
会社勤務／週末に雑貨＆
古民家カフェを経営



半田さん: 自然がいっぱいというのは大変な面もありますよ。例えば草刈り。草木の生命力といたらすごいですからね。人間が草の成長に勝つか負けるかのせめぎ合いです（笑）

布施さん: この間、久しぶりに三宮神社に夜神楽を観に行きました。境内に立ち込める火薬の匂いや囃子のリズムがたまりませんでした。石見神楽は浜田の一押しコンテンツです。

古石さん: 実は私、まだ観たことないんです。普通、伝統芸能といえば後継者不足の問題がありそうなのに、たくさん社中（団体）があって若い人もいて、すごいと思います。

山本 伊織 さん

広島よりUターン／
看護師／2児のパパ



山本さん: 演目のストーリーがわかりやすいのも魅力だと思い

ます。子どもの頃は、神楽が始まる前に場所取りに行って、毛布に包まりながら朝まで神楽を観ていました。

ヒナさん: 浜田のソウルミュージックは、神楽の八調子ビートです（笑）

半田さん: あと、食べ物が美味しいです。特に魚の新鮮さは抜群だし、日本海側は魚種も多い。浜田の魚に食べ慣れていたので、県外の居酒屋で出てきた刺身の盛合わせ（なんか量が少ないし、色も悪い…）にショックを受けたのを覚えています。

子育て

山本さん: 僕は自分たちが育った地元で子育てをしたいと思いUターンをしました。実は妻も浜田出身なので、妻にとっては親が近くにいるというのは心強いと思います。

ヒナさん: 地域の人とのつながりが強いのは、子育てをするうえではいいのかもしれませんが。子どもたちは平気で道行く人にあいさつしますよね。あれは衝撃でした。都会だと危ないですもん。最初は人との距離の近さに抵抗がありましたが、地域に見守られている安心感というのはあります。

hina (ヒナ) さん

広島よりUターン／フ
ラダンス教室主宰／
3児のママ



ヒナさん: そうそう、出会うのは人ではなくクマという危険性もありますよね。学校で子どもたちにクマよけの鈴が配られる



布施 千曉 さん

福岡よりUターン／フ
リーモデル／アロマセ
ラピーサロン経営

布施さん: 私はフリーのモデルをしたり、アロマセラピーサロンを開いたりしています。何もないからこそビジネスチャンスを感じますし、人と繋がりやすいというのも魅力だと思います。

古石さん: それは学生の立場からも共感できます。地域のキーパーソンや社長さんにすぐ会えるし、私たちを大事にしてくださる。個が埋もれないというか、活躍できる場が地域にあるという点は、島根県立大学のいいところだと思います。

生活

ヒナさん: 私は結婚を機に移住しましたが、ビーチの美しさに



なんてびっくりしました。

布施さん: 考えてみたら、都会の子どもたちは、ランドセルにかわいいキーホルダーをぶら下げているんだろうけど、こっちはガチの鈴って面白いですね。

山本さん: アクアス（水族館）や石見海浜公園のような子どもと遊べる大きな施設があるのは子育て世代としてはうれしいポイントです。

ヒナさん 反対に、これは田舎だからなのかもしれないですが、住宅地に公園がないのがちょっと不満かなあ。普段子どもたちが近所で遊べるちょっとした公園があればもっといいと思います。

遊び

布施さん: 個人的には、おしゃれなカフェやランチのお店がもっとあれば嬉しい。素敵な場

所や施設がせっかくあるのに、十分に活かしきれていないのもったいないと感じます。

山本さん: お店や遊ぶところが少ないのは否めないですね（苦笑）僕の場合は、仕事が休みの日は、ドライブがてら、子どもを連れて少し遠出することが多いです。どこへ行くにしても車を出すことになるので、すべてがお出かけ気分になって楽しいですよ。



古石 葵さん

大阪より1ターン／島根県立大学2年／学生団体カケハシ共同代表

古石さん: 車で1時間半なので、買い物は広島ですするという学生も結構います。それに、今どきネットで揃わないものはほとんどないですし、日々の暮ら

しで不自由は感じていないです。

布施さん: となると、余計に自然豊かな田舎で暮らすことのメリットが大きくなると思います。この夏は地域の方や大学生と一緒にデイキャンプイベントを企画しています。

半田さん: 楽しそう。都会じゃ庭先でバーベキューもできないですが、こっちはアウトドアし放題です。海も山もあって、本当にいいところです。



*座談会は、暮らしの雑貨&古民家カフェKIYAで行いました。



移住 Q & A

よく寄せられるご質問にお答えします



暮らし

Q 浜田市で暮らすには、自家用車が必要ですか。

A 浜田市は市域が広く、公共交通事情は地域により若干異なります。
鉄道や路線バスのほかに、市営バスや予約型乗合タクシーもありますが、山間地域は運行便数が減りますので、自家用車があると便利です。

Q 仕事や住まいを探しに浜田市へ行きたいです。 交通費助成など何か支援はありますか。

A 交通費や宿泊費に関する支援があります。
なお、訪問前に、事前申請や登録が必要ですので、お早めにご相談ください。

- ① 交通費補助（（公財）ふるさと島根定住財団）
島根県外にお住まいの方で、会社見学・面接などで来県する際、片道分の交通費助成を受けることができます。
※上限 2 万円、年度内 2 回まで
- ② U・I ターン希望者滞在費補助（浜田市）
移住相談や就職活動のために市内で宿泊する際に、宿泊費の一部を補助します。
対象者：浜田市への U・I ターンを検討している方とその家族
補助金額：1 人あたり 1 泊 2,000 円（1 家族上限 2 万円）
（1 泊につき飲食代を除き、1 人あたり 2,000 円以上の宿泊料金で宿泊した場合に限る。）
- ③ 萩・石見空港運賃助成（萩・石見空港利用拡大促進協議会）
定住相談等や進学・就職活動のために萩・石見空港を利用する際、運賃を助成します。
助成金額：3,000 円 片道 / 人 ※自治体による証明が必要



住居

Q 賃貸できる空き家がありますか。あれば空き家の相場はどのくらいですか。

A 浜田市では、空き家バンク制度を実施していますので、まずはご相談ください。
空き家バンク制度とは、市内にある空き家を売却または賃貸を希望する方に登録していただき、浜田市への定住等を希望される方に紹介するしくみです。
空き家の家賃は、物件の間取りや状況などによって 1 万円～ 10 万円以上（空き家バンク登録賃貸物件の実績）と大きく家賃が異なるため、自分に合った物件を探してみましょう。

Q 家庭菜園を始めたいです。家庭菜園ができる空き家がありますか。

A 田舎暮らしをするからには、家庭菜園をしたい！と思ったら、まずは定住相談員にご相談ください。
空き家バンク物件から庭付きの一軒家を探すことも方法のひとつ。タイミングが合えば、ラッキーです。
アパートでも、プランターで野菜や花を育てて楽しむ人は多く、市内のホームセンターなどで必要なものはすぐに揃いますので、ぜひ挑戦してみてください。家庭菜園の話を近所の人にとすると、親切に教えてくれるので、お付き合いの距離がぐっと近くなるかもしれません。農地を借りて大々的にやってみたいと思っている方は、近所の人などに相談してみることも良いと思います。



医療／健康

Q 休日や夜間でも診てくれる病院はありますか。

A 病床数が 365 床ある島根県西部地区の基幹病院の「浜田医療センター」があります。夜間診療やドクターヘリによる搬送など、24 時間体制で患者の受入れを行っており、地域の救急医療を担っています。
また、日曜日・祝日には、休日応急診療所を開設しています。

Q 子どもの医療費に対する助成はありますか。

A 浜田市では、疾病の早期発見・早期治療を促進し、乳幼児等の健全な育成および安心して子どもを産み育てることが出来る環境づくりを目的として医療費を助成しています。
・小学校就学前：無料
・小中学生：入院 2,000 円、通院 1,000 円、薬局等 無料
※1 か月・1 医療機関あたりの自己負担限度額



子育て／教育

Q 保育園に入れるか心配です。

A 浜田市は、待機児童数が 0 人で、安心して子どもを預けて働くことができます。
また、浜田市の保育料は 3 歳以上児が無料、3 歳未満児が国の 6 割（同時入所の場合第 2 子は 1/2）、第 3 子は無料と、子育て世代の負担軽減を行っています。
さらに、第 3 子は、保育料に加え給食費が無料（上限：月額 7,500 円の範囲内）となります。

Q 見知らぬ土地での子育てが不安です。困ったときは誰に相談したらいいですか。

A 浜田市内 4 か所に「子育て支援センター」を設置しています。
センターでは、子どもの成長に応じた体験や遊び、多様な年齢・世代との交流の場をつくっています。子どもの遊び等を通じて、親たちのコミュニケーションの場にもなっており、利用者も多く、喜ばれています。
また、妊娠期から子育て期の発育や食育、子育ての相談に応じ、助産師や栄養士、保健師などが対応しますので、安心して子育てすることができます。

Q 急用で子どもを預けたい時、助けてもらえますか。

A 「子育てをちょっとだけ助けてほしい」「子育ての手伝いをしたい」という方が会員となり、一時的な子育ての援助を行う「ファミリーサポートセンター」のサービスがあります。
利用する曜日や時間帯によって、料金が異なります。また、ひとり親家庭は減免制度があります。



仕事

Q 浜田市で農業を始めたいのですが、何か支援はありますか。

A 浜田市では、農業研修生制度を実施しています。農業を新たに始めたいと考えている場合、まずは研修をしてみましょう。

浜田市ふるさと農業研修生制度

就農を考えている方を対象に、地元の先進的な実践農業者のもとで農業研修を受けることができます。

研修期間：1 年以内

※条件によって、さらに 2 年間の助成事業もあります。

研修手当：15 万円 / 月

（ふるさと島根定住財団からの 12 万円助成含む）

住宅手当：家賃の 1/2 補助（最大 2 万円）

浜田市の移住支援情報

Uターン希望者 滞在支援補助金

浜田市への定住を検討中の方に市内での宿泊費の一部（1人あたり1泊2,000円）を補助します。定住相談をはじめ就職活動または住居探しなど具体的な情報収集等にご利用いただけます。

【問合せ先】

定住関係人口推進課

TEL 0855-25-9511

空き家バンク制度

浜田市内にある空き家を登録し、市ホームページなどでU・Iターン者等に紹介をしています。また、空き家バンクに登録された物件については、修繕、補修等を行う場合に、最大50万円※の助成があります。※売買契約を締結し、居住する40歳未満またはU・Iターン者に限ります。

【問合せ先】

定住関係人口推進課

TEL 0855-25-9511

子育て支援

・地域子育て支援センター

乳幼児のいる子育て中の親子の交流や育児相談、子育て支援に関する情報提供を行っています。

・子育て世代包括支援センター

保健師等の専門職員が相談を受け、妊娠・出産・育児の継続した支援を行っています。

【問合せ先】

子育て支援センター TEL 0855-22-1253



移住の
トリセツ

移住までのステップ

ROAD TO HAMADA

移住したい・・・
と、考え始めたら。



ステップ 01

移住を考え始めたら
まずは家族に相談しましょう。

ステップ 02

浜田市について
事前に調べてみましょう。



ステップ 03

浜田市の定住相談員や
支援機関に相談しましょう。



ステップ 04

浜田市に
来てみましょう。



ステップ 05

浜田市に移住するかどうか
具体的に検討します。



ステップ 06

仕事や住まいを探して
引っ越しをしましょう。



ステップ 07

引越しのあいさつを
しましょう。



ふるさとに
したくなるまち

◎お問い合わせ先

浜田市 地域政策部
定住関係人口推進課

島根県浜田市殿町1番地

TEL 0855-25-9511

Email : teiju@city.hamada.lg.jp



はまだ暮らし

検索