

しまねUIターン情報誌 ビーンズ

Beans

70

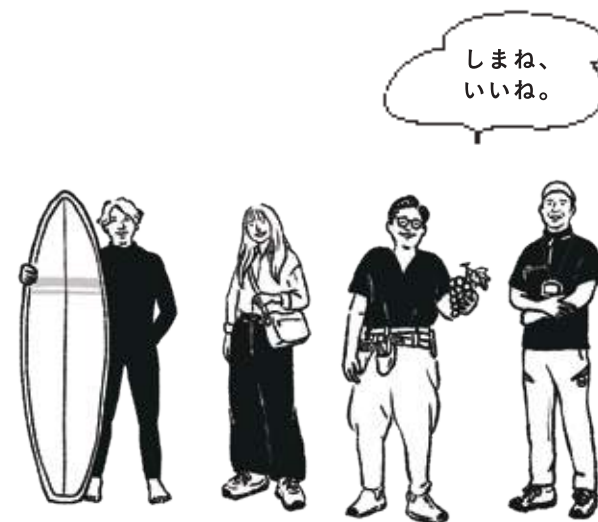
Autumn 2026

自分だけの
物語
をはじめよう。

しまね
移住が



特集 脱、タイパ・コスパ生活。



島根への移住相談窓口はこちら 島根県外の相談窓口

東京

しまね移住相談窓口 (UIターン・学生支援)
〒100-0006東京都千代田区有楽町1-2-14紫ビル5階
tel.0120-60-2357
〔基本相談時間〕10:00～18:00 ※最終受付17:00
〔定休日〕毎週火曜日



東京

ふるさと回帰支援センター 島根県移住相談窓口
〒100-0006東京都千代田有楽町2-10-1東京交通会館8階
tel.090-1683-6613(直通)
〔基本相談時間〕10:00～18:00
〔定休日〕毎週月曜日、祝日



大阪

しまね移住相談窓口 (UIターン・学生支援)
〒530-0047大阪府大阪市北区西天満3-13-18
島根ビル2階「島根県大阪事務所」内
tel.0120-70-2357
〔基本相談日時〕平日9:00～17:00(昼休憩12:00～13:00)
※月1～2回「個別土曜相談」実施



広島

しまね移住相談窓口 (UIターン・学生支援)
〒730-0011広島県広島市中区基町11-10
合人社広島紙屋町ビル1階「島根県広島事務所」内
tel.0800-100-6435
〔基本相談日時〕平日9:00～17:00



Shimane's Information

暮らしや移住の情報をチェック！

ふるさと島根定住財団ではポータルサイトだけでなく、SNS等で移住に役立つ情報を発信しています。「しまね暮らしについて知りたい」「島根の雰囲気をのぞいてみたい」という方は、ぜひこちらをご覧ください。

#しまね
Lovers



地元民が本気で推したい
島根のイイところを発信中。
島根の魅力を知りたい方は
要チェック！

しまね女子
ブログ



島根に移住した女性たちが
“しまね暮らし”を紹介する
「しまね女子ブログ」を公開中！

Instagram
暮らしまね



島根へ移住した方の
日々の暮らしやおすすめスポットなど、
島根のステキを写真や動画でお届け！

公益財団法人 **ふるさと島根定住財団**

松江事務局 UIターン推進課 tel.0852-28-0690 〒690-0003 島根県松江市朝日町478-18 松江テルサ3階

石見事務所 tel.0855-25-1600 〒697-0034 島根県浜田市相生町1391-8 シティパルク浜田2階 いわみぶらっと内

しまね移住支援サテライト東京 tel.03-6281-9800 〒100-0006東京都千代田区有楽町1-2-14紫ビル5階

くらしまねっと 検索

<https://www.kurashimanet.jp/>



4 特集 脱、タイパ・コスパ生活。

隠岐の島町 早川 隆 さん
大田市 有吉 麟太郎 さん
出雲市 大谷 歩紀 さん
浜田市 由井 辰 さん

22 特集
親のひとことが島根へ帰るきっかけでした

24 心で読む求人票
26 移住ステップ 5
30 移住の家計簿
31 関係人口・プレゼント情報

島根県は昨年 1 年間で

3,397人

の移住者を受け入れました！

※出典：島根県発表資料
「令和7年度Uターン・Iターン者の状況について」



誰かと同じ速さで走ること。
同じ物差しで、正しさを競うこと。

そこから少し離れてみると、
自分が本当に大切にしたいものが見えてくる。

どんな時間を過ごしたいか。
誰と、どんな毎日をつくりたいか。
どんな自分でありたいか。

移住とは、ただ住む場所を
変えることではなく、
これからの生き方を、
自分で選び直すこと。

島根というまっさらな原稿用紙に、
あなただけの最初の一行を。

自分だけの 物語 をはじめよう。



特集

脱、タイパ・コスパ生活。

素早く効率よく、正解にたどり着く。
その速さの中で、私たちは、
暮らしの「手ざわり」を
見失ってはいないでしょうか。
先へ先へと急ぐのを、少しだけやめてみる。
静かに夕日が沈むのをただ眺めたり、
ひと手間かけて料理をつくって、
ゆっくり味わったり。
便利さや速さから少し離れると、
心が動く瞬間に出会えるかもしれません。
島根ではじまった、
4つの「脱、タイパ・コスパ生活」。



人とつながる手応え。



Story
01

早川 隆 さん 43歳

隠岐の島町生まれ。高校卒業後、広島県の専門学校へ。
山口県の旅行会社に就職し、国内外を飛び回る。
結婚後、家族を連れて隠岐へUターン。
地域おこし協力隊を経て、「隠あいき株式会社」を設立。

P6

じっくり育てる幸せ。



Story
02

有吉 麟太郎 さん 34歳

幼少期は両親とメキシコで過ごし、
父の就農とともに大田市へ。高校までを過ごす。
県外の大学の農学部で学び、卒業後はJICAに参加。
帰国後、農業関連の会社員を経てUターン。

P10

家族とゆとりある生活。



Story
03

大谷 歩紀 さん 26歳

出雲市で生まれ育ち、県外の大学へ進学。
東京都内の企業に約2年間勤務し、Uターン。
転職先は出雲市のIT企業「株式会社シーエスエー」。
ソリューション部門で顧客対応を担当している。

P14

時間をあじわう。



Story
04

由井 辰 さん 30歳

長野県出身。大学進学を機に浜田市へ移り住む。
卒業後は東京の企業で4年間勤務し、令和5年に
地域おこし協力隊として浜田市へ戻り、同年結婚。
現在は海に関わる仕事に従事している。

P18



約800年の歴史を持つ「隠岐の牛突き」は日本最古の闘牛といわれる。迫力ある取組の後は、地域の先輩たちとの談笑の時間。早川さんにとっては皆、父のように温かく見守ってくれる存在だ。

育ててくれた
島への恩返し。
今の自分ができることを
観光という仕事を通して、
少しずつ返していく。



人とつながる手応え。

早川さんの仕事は、ひとつの肩書きでは収まりきらない。月に10回ほど行われる「観光牛突き」の日は朝からモーモードムへ向かい、実況ガイドを務める。そして20分ほどの取組の後は、地域の人たちとおしゃべりを楽しむのが恒例だ。他愛のない会話に見えても、早川さんにとっては地域の今を知り、島の先輩たちとの関係を育てる大切なひとときだ。会社に戻れば、旅行日程表の作成、

利益や生産性だけじゃない「誰かの笑顔」が原動力

「誰かの笑顔」が原動力

早川さんは高校卒業後、広島県で旅行業を学び、山口県の旅行会社で経験を積んだ。そして、「いつか隠岐に帰り、観光業で旗を揚げたい」という昔からの夢を叶えるため、40歳の節目に家族とともに隠岐へ戻ってきた。約20年ぶりの故郷は、幼い頃に見ていた町とは少しずつ姿を変えていたが、島の人たちは早川さん一家を温かく迎え入れた。「住む場所も、次々と広がる仕事も、家族や知人、地域の人たちとのつながりがあったからこそ」と早川さんは嬉しそうに話す。

日

本海に浮かぶ隠岐諸島の一つ、隠岐の島町。自然がつくり出す雄大な景観や、島に根づく伝統など、この島の持つ魅力を観光業を通して伝えているのが、「隠あい心(おあいこ)株式会社」代表の早川隆さんだ。

Before	After
住 所 山口県	隠岐の島町
職 業 会社員(旅行会社)	隠あい心(株) 代表
家 族 妻、子ども2人	妻、子ども2人
趣 味 登山、スポーツ	登山、スポーツ



移住3年目

早川 隆さん(43)

はやかわ たかし

山口県 → 隠岐の島町

プロフィール

隠岐の島町生まれ。高校卒業後、広島の専門学校で旅行業を学んだ後、山口県の旅行会社に就職し、添乗員として国内外を飛び回る日々を送る。同じ会社で出会った妻と結婚し、家族を連れて隠岐へUターン。地域おこし協力隊を経て、「隠あい心株式会社」を設立した。



Story
01

01



自宅からほど近い玉若酢命神社へ。手をつなぎ、おしゃべりしながら歩く楽しいひととき。



隠岐の自然や歴史、土地に息づく物語をガイドする早川さん。
「外に出たからこそ気づいた魅力を伝えたい」と語る。
休日は玉若酢命神社境内の西側丘陵へ。豊かな自然の中で家族と遊ぶ時間が、日々の活力になっている。

家族や知り合いがいて、
自然と笑顔になれる場所。
故郷だからこそ戻れる
素の表情がある。



**自然と笑顔になれる場所
故郷だからこそその安心感**

隠岐諸島のガイド、ジオパーク関連業務、さらには移住定住の相談窓口や伝統民謡のマネジメントまで、担う役割は数え切れない。「プライベートルな時間は基本ありません」と早川さんは笑うが、その言葉に悲壮感はない。人に喜んでもらうために動き、必要とされればできる限り手を差し伸べる。誰かの笑顔が早川さんのモチベーションなのだ。

かつて島で懸命に働いていた両親の背中を見て育ったように、自分もまた、誰かのために汗を流す姿を子どもたちに見せたいと早川さんは語る。「妻や子どもたちがいてくれるから外で頑張れる。本当に感謝しています」

外に出たからこそ気づけた島の魅力もある。隠岐で生まれ育ちながら、当時は知らなかった島の素晴らしさが、県外での経験や、帰島後の仕事を通して新たに見えてきた。「知るたびに、島を好きになるんです」と早川さんは声を弾ませる。生まれた場所の良さを知らないまま過ごすのはもったいない。だからこそ、観光客だけでなく島の子どもたちや島外で暮らす人々へも、隠岐の面白さを伝えていきたいと話す。隠岐の島町の魅力を尋ねると、早川さんは「安心できる島」と答えた。家族や顔なじみがいて、自然

と笑顔になれる場所、ふるさとだからこそその安心感がそこにはある。

会社名の「隠あいい心」には、隠岐四島をお互いさまの関係で結びたいという思いが込められている。ゆくゆくは担い手を育て、観光だけでなく地域活性化につなげるのが目標だ。

仕事に頼まれごとにと、休む間もない早川さんの一日。しかし、その一つひとつが島との絆を深め、自分の役割を実感する手応えになっている。「お前が帰ってきてくれて助かる」。そう言ってくれる地域の人たち、支えてくれる家族、そして自分を育ててくれた島に、今度は自分が恩返しをしたい。その思いを胸に、早川さんはこれからも島の魅力を伝え続けていく。

私だけの物語①

早川さんの移住ストーリーWEB版

移住の準備から実行までのタイムライン、インタビュー動画(YouTube)はWEBで！



●利用した制度など

引越し費用割引サービス

詳しくは P29 へ



有吉さんの農園は、海に近く森や田畑も広がる豊かな地にあり、夫婦で島根のブランド品種「神紅」に挑戦している。妻の桃子さんの専門は酪農。全くの未経験である果樹栽培の世界に夫とともに飛び込み、イキイキと働いている。「農園でヤギを飼いたかったんですが、ブドウの木の皮を食べてしまうので難しいですね」と笑っていた。

効率優先では
本質から離れてしまう。
「良いものを作りたい」
シンプルな願いの舞台は、
育った場所にあった。



無

駄なことは一つとしてなく、積み重ねが結果になる。それがブドウ農家・有吉麟太郎さんの感じる、農業の深さだ。

実家は太田市にあるブドウ農園。一から開業した父親には「継がなくていい」と言われていたものの、有吉さん自身は農への志が高かったため、農業関連の企業に就職した。

品種改良や農園開発などの業界で働く中、胸にはもどかしさがあったという。企業で優先されるのは、均質的な成果物、売り上げ、無駄の削減、投資家への説得材料。そのようなある種の「効率」は経営に重要だと分かってはいた。でも、それは「一つの実りを良いものにする」という農業の本質からは遠いのではないかと。迷い悩む中、選択肢として挙がったのが自営農家だった。

自分の手で理想の「良いもの」を作るために

長く農業を続けるならと考えたとき、浮かんでは実家でも育てているブドウ。品質の違いで評価が大きく変わり、技術と努力が報われる果物なので、挑戦する甲斐があると思ったそうだ。幼い頃に見た親の苦労も少なからず選択に影響している。「父母は人の何倍も働いていたのに経営がうまくいかない時期が続き、とても悔しかった。大人になった



じっくり育てる幸せ。

ひたむきに
積み重ねる、
農の日々。

Before	After
住 所 香川県	大田市
職 業 会社員(農業関係)	ブドウ農家
家 族 妻	妻、子ども1人
趣 味 登山	登山



移住3年目

有吉 麟太郎さん (34)

ありよし りんたろう

香川県 → 大田市

プロフィール

国際協力機構 (JICA) で活動していた両親と幼少期をメキシコで過ごす。父親の1ターン就農とともに太田市に住み始め、小学校から高校まで育つ。県外の大学の農学部で学び、卒業後は自身もJICAに参加し2年間ネパールへ。帰国後、会社員を経てUターン。



Story
02



無駄なことは一つもなく、
全てが影響し合い
実りにつながる。
それは人間の
歩みに似ている。



Uターン後、第一子の麒一郎くんが誕生。わが子の成長にも向き合う日々を送っている。

ら自分を変えたい、そのために良いものを作るんだという思いが芽生え、原点になっています」
父親に就農の相談をしたところ、返事は「本気でやるなら帰ってきてもいい」。酪農関係の会社で働いていた妻の桃子さんも賛成し、大田市へのUターンを決めた。
農林大学校に行くなど就農準備の方法は他にもあったが、父親のもとで学ぶことに。「親子間での弟子入りや家族経営は、金銭面などが曖昧になりがち。学ぶのも経営するのも、親と子で別々の農家としてある方がいい」と定住財団の担当者やJAの職員らにアドバイスをされ、「Uターンしまね産業体験制度」を利用し農業研修という形を選択した。その後は

夫婦で独立開業。父親の農地の一部を継承して自分たちのハウスを作り、シャインマスカットや神紅を栽培している。

土と木に実直に向き合う 積み重ねの毎日

有吉さんは父親のやり方を参考に、手間ひまかけて堆肥などをすぎ込み、丁寧に土を作っている。作業効率のいい液肥などはあまり使わない。そのためか木が病気や暑さに強くなり、味の良い実ができていく。「農業に無駄なことはない。たとえば葉っぱ一枚を扱うような作業も本質に結びついています」と有吉さん。答え合わせに時間がかかるからこそ、地道に

土や木と向き合い、一つ一つを積み重ねていく。それは昨今の効率や便利さを重視する風潮とは真逆の営みだ。有吉さんはそこに手応えを感じている。「過去を振り返ってみて『あのとき無駄だと感じたことが、実は大事だった』と分かることがありますよね。その点でブドウ作りは人間に似ていると思います」
目標は、品質の高いものを安定的に作り、島根の特産品であるブドウを守り地元へ貢献していくこと。そして、朝起きた時に嫌な気持ちに一切ならず一日を始めること。「今日はいれをするぞ、これをするぞ、という日々が続けていきます」と笑顔を見せてくれた。

P13／経営は両親と別になっているが作業場は共用し、いつでも相談できる環境だ。有吉さん曰く「父は背中では語るタイプ」。木や土の状態を判断するコツや、ハウス内の空気から必要なケアを知る方法など、言語化できないノウハウを実地で教えてくれている。



私だけの物語②

有吉さんの 移住ストーリーWEB版

移住の準備から実行までの
タイムライン、インタビュー
動画(YouTube)はWEBで！



●利用した制度など

Uターンしまね産業体験制度

詳しくは P28 へ



現在の勤務先は、職種に関係なくコミュニケーションできる風通しの良い環境。のびのびと働いている。
P14 / 弟の試合の観戦は、母娘水入らずの楽しみであり、かけがえのない幸せなひととき。

就職して1年半ほど経ったころ、出雲に家族のことが気にかかるように。スポーツ少年の弟たちはそれぞれ中学・高校への入学を控え、進学先でもクラブ活動などに励むと意気込んでいた。「遠くの練習場や試合に行くことが増えて、送迎が大変になるから頑張らないとね」という母の言葉に、胸に芽生えたのは心配と「いつかはUターンを」という思いだった。そんな中、東京で開催された企業説明会に参加。そこで出会ったのが現在の職場である「株式会社シーエスエー」だ。大谷さんは社員の幸福を

慌ただしい東京から 母と弟を思いUターン

家族と一緒に過ごす、お気に入りの風景を見に行く、緑の中を歩き汗をかく……。大谷歩紀さんは、ふるさとでのゆったりとした日々を自分らしく楽しんでいる。
大谷さんは出雲市で育ち、大学進学を経て東京都で就職。入社1年目から本格的な業務を任された。「やりがいを感じていましたが、他の人と比べられることが多く、現実の厳しさを知る日々でした」と振り返る。仕事は徐々にハードになり、満員電車での通勤し終電で帰宅するのが日常に。時間も気持ちの面でもゆとりがなくなり、一人暮らしの住まいは寝るだけの場所になっていった。

家

家族と一緒に過ごす、お気に入りの風景を見に行く、緑の中を歩き汗をかく……。大谷歩紀さんは、ふるさとでのゆったりとした日々を自分らしく楽しんでいる。

Before	
住 所	東京都
職 業	会社員
家 族	单身
趣 味	企画展、フォトスポット巡り

After	
住 所	出雲市
職 業	会社員(株式会社シーエスエー)
家 族	母、弟2人(近隣に祖父母)
趣 味	体を動かすこと、スポーツ観戦



移住2年目

大谷 歩紀さん(26)

おおたに いぶき

東京都 → 出雲市

プロフィール

出雲市出身。大学卒業後に東京で就職。都内の企業に勤める中で家族のこれからを考えるようになり、Uターン。現在は出雲市で家族と暮らしている。パッケージソフトの開発から販売、サポートまでを一貫して行うIT企業「株式会社シーエスエー」で顧客対応を担当。



Story
03

家族とゆとりある生活。

03

私がしたいこと、
これからの人生。
ゆとりの中で
じっくり向き合う。



余裕のなかった
都会の生活から
家族と笑顔で
いられる日々へ。



のどかな風景の中でのウォーキング、母や弟と囲む食卓、誕生日やクリスマスなどのホームパーティー、資格の勉強……大谷さんは日々を自分らしく豊かに過ごしている。

仕事帰りに海を見に行くことも。心潤す風景がすぐそばにあるのも、出雲で暮らす醍醐味。



私だけの物語③

大谷さんの移住ストーリーWEB版

移住の準備から実行までのタイムライン、インタビュー動画(YouTube)はWEBで！



●利用した制度など

UI ターン無料職業紹介

※東京窓口で相談後、県内窓口で対応
詳しくは P28 へ

れ、成長を見守ってもらえる職場なのも大きいです。スキルアップして貢献したい気持ちが自然と芽生えました」
安心して自分のしたいことができているからだろうか、大谷さんは時間の流れがゆるやかだと感じている。「特に休日はとても長く感じます。朝少し体を動かしてから弟を車で送り、家事や勉強をして、夕方になた弟を迎えに行って……」。そう語る顔には、穏やかな笑みが浮かんでいた。家族だけでなく、健やかな心身のあり方や、仕事のやりがいにも向き合い始めた大谷さん。慌たらしい都会で見失っていた大切なものを取り戻しながら、丁寧に人生を歩んでいる。

重視する社風に惹かれて就職を決め、Uターンの道筋を切り開いた。
**幸せもやりがいも感じる
出雲での暮らし**

出雲では家族との時間を大切に過ごしている。一緒に食卓を囲み、家事を分担。仕事は残業が少なく土日もしっかり休めるため、弟たちの送迎だけでなく、近くに住む祖父母のサポートも。遠くで心配するばかりだった家族を支えることは、大谷さんにとって安心や心のゆとりにつながっている。「大学進学から6年間実家を出ていました。離れていた期間の分できることをしてあげたいし、それが嬉しい。『ありがとう』の言葉が直接聞けたりいろいろな話ができるのも、一緒にいるからこそですね」
もともと体を動かすことが好きだった大谷さん、東京では忙しく満足に運動できなかった大谷さん。出雲では自分の健康に向き合う余裕が生まれ、近所の田園でウォーキングをしている。最近ではスポーツジムに入会し、退勤後や休日だけでなく、早朝に一汗かいてから出勤することもある。
のびのびとできる環境で、仕事のやりがいやキャリア形成にも目を向けるようになった。大谷さんは個人的にIT関係の勉強を始め、今年は情報セキュリティ系の資格取得を目指している。「個人の思いが尊重さ



上／ベランダの菜園で育てた野菜を収穫し、丁寧に淹れたコーヒーを二人で味わう。日々の小さな楽しみに手をかけながら、自分たちのペースで心豊かな時間を重ねている。

下／夏は海水浴客を見守るライフセーバーとして活躍する辰さん。海の安全を支えるため、日々浜辺を駆けまわる。



コーヒートの香りと、
沈みゆく夕日。
急がず、比べず、
自分たちの歩幅で
重ねる浜田での一日。



由 井さん夫妻の一日は、淹れたてのコーヒートを味わうことから始まる。ベランダの野菜に水をやったり、その日の予定を確かめ合う。そんな心地よい朝のひとときが、海のまちで暮らす二人の日常だ。

夫の辰さんは長野県出身。大学進学を機に浜田市へ移り住み、サーフィンやライフセービングと出会った。そして地元の水を愛する人たちとの交流を通して、海のある暮らしに魅了されていった。卒業後は都内で就職し、満員電車で揺られ仕事に追われる日々。休日になると片道2時間かけて茅ヶ崎へ通い、人々にぎわう海で仲間とサーフィンを楽しんでいたという。

そんな生活の中で、心の片隅にあったのは浜田で過ごした時間だった。「毎年夏になると浜田へ遊びに来ていました。浜田の人たちは、みんなで仕事をして、みんなで汗を流している。その姿がとても楽しそうに見えたんです」と辰さんは振り返る。

ただ収入を得るために働くのではなく、仕事も人とのつながりも、暮らしの一部として楽しむ。そんな生き方に惹かれ、辰さんは浜田への移住を決意し、令和5年に浜田市へ戻ってきた。当時交際していた葉奈さん（かな）も同年9月に移住し、二人はこの町で結婚。浜田での新しい人生を歩み出した。



時間をあじわう。

I
ターン

移住3年目

由井辰さん(30)
ゆいのぶる

神奈川県 → 浜田市

プロフィール

長野県出身。大学進学を機に浜田市へ移り住み、サーフィンやライフセービングを始める。卒業後は東京の企業に4年間勤務。令和4年の夏に浜田への移住を決意し、翌年、地域おこし協力隊として着任。同年、東京で出会った妻と結婚。現在は海に関わる仕事に従事している。



Story
04

Before	After
住 所 神奈川県	浜田市
職 業 会社員(菓子製造・販売)	浜田ライフセービングクラブ
家 族 単身	妻
趣 味 サーフィン、スノーボード	サーフィン、スノーボード

04

波の音と、ゆったり
流れる時間のなかで
心から満たされる
日常の手ざわりがある。



海と夕日、人の温かさ 心ほじける浜田の暮らし

移住して大きく変わったのは一日の過ごし方だ。東京時代は朝早く家を出て、夜遅くに帰宅する仕事中心の日だった。今では夕方5時半頃には帰宅でき、日の長い夏には、そのままボードを抱えて海へと向かう。

葉奈さんも、辰さんの仲間たちに支えられ、浜田での暮らしに少しずつ馴染んでいった。時間に追われていた都会での生活とは異なり、今では家庭菜園やパン作りなど、手間をかける楽しさを見つけたという。休日には、朝から二人で海に行つてサーフィンを楽しんだり、浜辺で葉奈さんの手作りパンを食べたりとスローライフを満喫



休日は朝から二人で海へと向かう。波に身を委ねてサーフィンを楽しんだ後は、潮風と波音に包まれながら、葉奈さんの手作りパンを頬張る。特別なことはなくても、二人で笑い合うひとときが、何より心を満たしてくれる。
P21下/日本海を一望する「赤鼻展望台」。二人がウェディングフォトを撮影した思い出の場所だ。

する。「水平線の向こうへ沈んでいく夕日を、いつまでも眺めていられる。ここでは、ゆっくり夜が来るように感じます」と葉奈さんは微笑む。

移住前は仕事の愚痴をこぼし合うことも多かった二人。今ではその日の出来事や次の休日について、和やかに語り合う時間へと変化していった。

ゆったりと満ちていく日々を 海のまちで重ねていく

現在、辰さんは夏のライフセービングや天然海塩の製造など、海に関わる仕事に携わっている。「地域の子どもたちにも海の楽しさを伝え、次の世代へつないでいきたい」と思いを語る。大勢の人が足早に行き交う都会で

は、自分まで急かされているような気持ちになり、他人の暮らしと比べてしまふこともあった。だが浜田では、周囲の目を必要以上に気にせず、自分のペースで暮らせるようになったという。近所の人と顔を合わせれば、自然と足を止めて言葉を交わす。都会では素通りしていたような日常のひとコマが、今では人との距離を縮める温かな時間になった。

私だけの物語④

由井さんの移住ストーリーWEB版

移住の準備から実行までのタイムライン、インタビュー動画(YouTube)はWEBで！

●利用した制度など

定住財団主催の移住イベント(東京)参加
「くらしまねっと」でイベント情報をチェック！

親子対談

親のひとこと

が島根へ帰る
きっかけでした

東京で多忙な日々を送っていたみづきさん。
Uターンを決めたきっかけやその思いを、
母・久栄さんと語ります。

自分の気持ちに
正直に行動できたのは
お母さんのおかげです

娘・みづきさん



うかより、まずは自分の心を優先しよう」と思えました。

もしあのとき「もう少し頑張ったら」と言われていたら、仕事は辞めても、島根には帰っていなかったかもしれません。

いつでも会える安心感
島根で見つけた
自分らしい日々

ハードな
都会生活の中で届いた
母の「帰ってくるだわね」

娘・みづきさん 私は高校卒業後、神戸の大学へ進学し、大阪でEC業界の仕事を経て、航空会社で働いたCA（キャビンアテンダント）として働き始めました。夢だった仕事はやりがいもありましたが、月の半分はホテル暮らし。出勤時間も不規則で、次第に心も体も疲れてしまったんです。

母・久栄さん 電話で話すたびに、疲れている様子が伝わってきました。もちろん頑張っているという気持ちもありましたが、まずは一回休憩してほしいなと思ったので、「帰ってくるだわね」と声をかけました。

娘 その言葉を聞いて、すごく安心したのを覚えています。島根を出る時もCAになる時も、「絶対やるぞ」と強気で行ったので、簡単には帰れないような気がしていたんです。でも母がそう言ってくれて、「周りがどう思

娘 帰る前は、周りからどう見られるのか少し気になっていました。でも実際に帰ってみると、思っていた以上に居心地がよくて。高校時代の友人もいるし、会社の人も仲良くなって、一緒に地元のお祭りに出かけたたりしています。

大阪や東京にいた頃は、休日に誰とも会わず、コンビニの店員さんと言葉を交わしただけで一日が終わることもありました。今は「何かあったら助けてもらえる人がいる」と思える。その安心感は大いいですね。

母 以前は不安や悩みを電話で聞くことも多かったのですが、島根に帰ってきてからは弱音を吐くこともなく

すぐに会えるし
顔が見られる。
帰ってきてくれて
ありがとう 母・久栄さん



なりました。表情にも安心感が出て、毎日を前向きに楽しんでいるように見えます。

娘 帰ってきてからは、ドライブを楽しむようになりました。休日になるといろいろな場所へ出かけたり、母を手席に乗せて大阪まで日帰りで行ったり。気軽に実家に帰れることも幸せです。「母とここに行ってみたいな、見てみたいな」と思ったことが、「じゃあ一緒にいこう」とすぐ実現できる。すごく幸せなことだなと思います。

私は夢を叶えるために島根を出ましたが、振り返ってみると、島根で育ったからこそ、自分のやりたいことに思い切って挑戦できた部分も大きかったなと思います。島根だからこそ得られたものが、今の自分につながっているんだと。

自分の決断をずっと肯定し、どんなときも一番の味方でいてくれた母には感謝しかありません。自分のタイミングで納得して島根に帰ってくることで、本当によかったです。

母 近くにいれば、会いたい時にいつでも顔を見ることが出来ます。それだけでなく、親としては安心ですね。島根で自分らしく、のびのびと過ごしている姿を見られることが、何よりうれしいです。



すどう ひさえ
母・周藤 久栄さん (54)

出雲市在住。県外で夢に向かって挑戦する娘を、いつも温かく見守ってきた。現在は島根に戻った娘と、旅行や食事に出かける時間を楽しんでいる。

すどう みづき
娘・周藤 みづきさん (27)

出雲市生まれ。大学進学で県外へ出て、ECサイト運営会社、航空会社のCA（キャビンアテンダント）を経て東京から島根へUターン。現在は地元メディアで広告の仕事に携わる。

島根県の企業では「どんな人が働いているの?」「どんな仕事をしているの?」
『心で読む求人票』は、企業のリアルな表情を映し出す求人情報サイトです。
心を揺さぶる企業のストーリーを、ぜひサイトでご覧ください。
<https://www.kurashimanet.jp/kokoro-kyujinhyo/>



“心揺さぶる”しまね求人情報サイト

ストーリーを知ると企業の表情が見えてくる



Powered by
ふるさと島根定住財団

マルハマ食品株式会社 ———— 製造業 [浜田市]

女性も長く続けやすい、食卓を支える“ものづくり”の舞台



取締役 管理部責任者 濱崎さおりさん

〈 求職者の方へひとこと 〉

ワークライフバランスが充実！
自分らしい生活をマルハマ食品
は応援します！

醬 油工場として創業し、醤油や風味調味料の製造を行う食品メーカー。醤油は大豆を蒸すところから仕込むなど、手間暇かけたものづくりにこだわっています。40年前からはレトルト食品の製造もスタート。大手メーカーからOEM製品の製造を任せられ、カレーやパスタソースなど100種類以上のレトルト食品を作っています。未経験でも丁寧な指導が受けられ、その人のペースに合わせて成長できる環境。マネジメントの経験を生かせるポジションもあり、キャリアを土台に活躍していくこともできます。従業員の男女比はほぼ半々で、子育て世代も多数。時間休制度、時短勤務、有給休暇とは別に設けられた子どものことで使える「養育両立支援休暇制度」などの制度が充実し、仕事と家庭を無理なく両立できます。柔軟な体制を支えるのは「女子チーム」。さまざまな年代の女性社員が集まって毎月ミーティングをし、現場の声を生かしながら、働きやすさをブラッシュアップしています。

WEB で記事を読む



〔 Data. 〕 島根県浜田市周布町イ100
TEL.0855-26-0700

《会社概要》昭和7年に創業し、現在は自社商品のマルハマ醤油・だしの素・酢・めんつゆ・ポン酢などの調味料、OEM製品（相手先ブランドによる製品）のレトルト食品を製造。蓄積された技術で「飲む焼き芋の素」といったユニークな商品も開発している。

#オフィスが禁煙・分煙席

#有休が取得しやすい

#産休・育児取得実績あり

#社長との距離が近い



株式会社 海士/ Entô ———— 宿泊業・飲食サービス業 [海士町]

美しい島でのびのびと暮らし、豊かさの循環を支える



代表 青山敦士さん

〈 求職者の方へひとこと 〉

選考に進まれた方へ、来島見学を通じて、島で働く魅力をお伝えします。

隠

岐諸島の中ノ島・海士町で、宿泊事業を中心に、地域に関わるさまざまなビジネスを展開しています。運営の中心となるのは、泊まれるジオパークの拠点施設「Entô」。「旅をきっかけに、豊かさを巡らせる。」をミッションに掲げ、ただ旅人を迎えるだけではない、多様な取り組みを進めています。レストランで島の食材を使って農家や漁師の方を支えたり、島の塩づくりの事業を承継したり、レストラン・直売所の運営なども行っています。島の暮らしと産業を支え、次世代につなげる大きな役割を担っています。島外での視察研修制度や、複数の部署を経験するOJT制度など、働きながら成長できる制度も充実。社員の8〜9割は1ターン。島外からこの地を選び飛び込んできたメンバーが多く在籍しています。「移住に伴う不安をできるだけ小さくしたい」という想いから、会社が住宅の手配もサポートします。島の暮らしに溶け込みながら、のびのびと過ごせる環境です。

WEB で記事を読む



〔 Data. 〕 島根県隠岐郡海士町大字福井1375-1
TEL.08514-2-2205

《会社概要》観光プロデュースによって、隠岐の暮らしに根ざしながら人や経済の豊かな循環を目指す。宿泊施設「Entô」、菱浦港の売店「島じゃ常識商店」、レストラン「船渡来流亭」を運営するとともに、海中展望船「あまんぼう」の運行や製塩の事業も展開。

#U・Iターン者多数在籍

#地域とつながる



日晃電設株式会社 ———— 建設業 [出雲市]

人を大切にする環境で、未経験から“地域を支える技術者”へ



取締役 横野裕亮さん

〈 求職者の方へひとこと 〉

今後もこの業界は仕事が多数。
国家資格や技術と共に地域貢献する仲間を求めています。

設 計から施工まで、暮らしを支える電気設備工事を一貫して手がけています。拠点は、本社を構える出雲市稲岡町と創業の地・平田。住宅から公共施設まで、多種多様な建物の電気設備工事を行い、地域に根差した会社としてインフラを支えています。モットーは「人を大切にすること」。経験者・有資格者を即戦力として迎えるだけでなく、未経験者を育てることを前提とした採用にも力を入れています。高校新卒者には外部研修を活用し、中途採用者にも経験やスキルに応じた柔軟なサポートを実施。働きながら基礎から学べる体制を整えています。実際に、現場で活躍する女性社員や、飲食業界から転職し30年以上勤務している社員も在籍。一人ひとりの向上心を尊重し、着実に成長できる環境があります。また、福利厚生も充実しており、賞与は年3回支給。男性社員の育児休暇取得実績もあります。現場ごとに人員や工程を調整し、無理なく働ける体制づくりにも取り組んでいます。

WEB で記事を読む



〔 Data. 〕 島根県出雲市稲岡町82-1
TEL.0853-25-3113

《会社概要》昭和53年創業。住宅・店舗・マンション・介護施設・オフィスビル・事務所・工場・学校・病院等、多様な建物の電気工事を行う。設計から施工まで、豊富な実績をベースに電気設備を構築。数々の施工が優良工事として表彰されている。

#子育て応援企業

#子育て応援「こころカンパニー」

#しまね女性の活躍応援企業

#女性が活躍中

#地域とつながる

#有休が取得しやすい

#体を動かす仕事



株式会社 アイティープロデュース ———— 情報通信業 [松江市・出雲市・江津市]

島根で全国レベルの仕事に関わり、システム開発のプロに成長



出雲支社長 小田原徹さん

〈 求職者の方へひとこと 〉

ITの知識や経験にかかわらず、意欲があり成長し続けられる方を求めています。

ア プリケーションやソフトウェア開発を中心に、受託案件等を手がけるIT企業です。本社は東京にあり、大阪・広島・島根と複数の拠点を展開。東京や広島など全国各地で営業が受けた案件を島根で開発する、「ニアショア」と呼ばれるスタイルで仕事を進めています。島根にしながら全国の多種多様な仕事に関われ、成長していけるのが魅力。仕事は全国規模でも、基本的に転勤はありません。「島根で働きたい」と考える社員が多く、その思いを大切にしています。開発にはコードを書く技術よりも、業務の流れを理解し順番に組み立てる力が求められます。そのためIT未経験でも取り組みやすく、経験や希望に応じて研修を用意。無理なく仕事に慣れ、スキルを身に付けていけます。業務によってはリモートワークOK。家族の世話などで出社が難しい場合も臨機応変に対応できます。働く場所も働き方も、自分らしさを大切にキャリアアップできます。

WEB で記事を読む



〔 Data. 〕 島根県出雲市駅南町2-3-1エイコー駅南ビル4階
TEL.0853-25-8105

《会社概要》アプリケーションやRPAの受託開発、ソフトウェア・ハードウェアに関する技術者派遣などを行う。本社は東京で、島根では出雲支社・松江支店・江津サテライトオフィスを展開。ニアショア的方式で全国各地で受けた案件を島根で開発している。

#U・Iターン者多数在籍

#子育て応援企業

#服装自由

#有休が取得しやすい

#社長との距離が近い

#女性が活躍中

#産休・育児取得実績あり



2 相談する



窓口・オンラインで移住相談

ふるさと島根定住財団では県内(松江・浜田)だけでなく、東京・大阪・広島にも移住相談窓口を開設しているほか、オンラインでの個別相談を受け付けています。移住を検討するための情報収集ができれば、気になることを相談してみましょう！

- 毎月第3週の水曜日
オンライン夜間相談を実施
- 東京窓口では土・日・祝も相談可能
- 大阪・広島窓口では定期的に
土曜日に相談を実施



※詳しくはこちら

市町村を知る

島根県には全部で19の市町村があります。移住先が決まっている方、より詳しい地域の情報を知りたい方は、各市町村に直接相談をしてみましょう。

※詳しくはこちら



県外で移住イベントも開催！

令和7年 しまね移住フェアin大阪



定住財団や県外事務所では、移住関連のイベントも多数開催しています。イベントに参加して、いろんな情報をGETしましょう。



令和8年 しまねナイトin東京

「しまね登録」会員3大特典

特典 1

「U・Iターン応援カード」を発行！

「いつか島根にUターンしたい」そんなあなたを応援するカードがあります！カードの有効期間は、カードの交付日から3年間。



LINE版もあります

例えばこんな特典 //

- 宿泊施設の宿泊料金を特別割引！
- 住まいを探すときの仲介手数料を特別割引！
- その他、飲食店などの協賛店でお得なサービスが受けられます！

【対象者】

「しまね登録」に登録し、「基本情報」の必須項目を入力された方のうち、以下①②③いずれかに当てはまる方
①島根県外に在住しているUターン希望者
②18歳以上の学生(島根県内在住の学生含む)
③島根県にUターンして、1年以内の方



※詳しくはこちら

特典 2

見学・面接時の交通費(半額)を助成！

「くらしまねっと」等に求人掲載している企業での会社見学・面接などで来県する際、交通費(半額)の助成を受けることができます。

- ◎上限20,000円、年度内2回まで。
- ◎交通費を支払ったことが分かる書類(領収書等)が必要です。

【対象者】

「しまね登録」に登録し、「基本情報」「WEB履歴書」の必須項目を入力された方

※詳しくはこちら



特典 3

引越し費用割引サービス

移住が決まったら「引越し費用割引サービス」が利用できます。

詳しくは本誌 P29 へ

1 登録する

「しまね登録」へ登録

「しまね登録」とは島根とあなたをつなぐための仕組みです。就職活動や移住に関する情報を受け取れたり、さまざまな支援メニューが活用できるサービスも充実。島根移住の第一歩として、まずは登録しましょう！

便利な機能・サービス

求人・移住情報をお届け

あなたに合った求人やイベント情報を、LINE・郵送・メールマガジンで定期的にお届け。島根の暮らしに役立つ情報誌・資料も、登録住所に郵送でお届けします。登録内容はマイページからいつでも変更OK。

無料職業紹介

職業紹介担当の移住支援スタッフが、あなたの就職活動に伴走。求人の紹介だけでなく、企業訪問のアテンドや面接のサポートまで対応します。

WEBサイトでできること

希望に合う求人が自動で表示され、「気になるリスト」にストックしたり、「つながる(※)」ボタンでアプローチしたりできます。WEB履歴書を公開すれば、企業からスカウトが届くことも！オンライン面接にも対応しています。
※「つながる」機能活用企業限定。

簡単な質問に答えるだけで、あなたの価値観や働き方にマッチする企業が見つかるカルチャーフィット診断ができます！

スキルや経験、島根で実現したいことなど、WEB履歴書だけでは伝えきれないあなたの魅力をアピールページで発信！採用担当者の目に留まれば、思わぬ出会いにつながることも。

企業見学会など、気になるイベントにサイトからワンクリックで申し込み！マイページから確認やキャンセルすることもできます。
※イベントによってはできないものもあります。

「しまね登録」の登録はこちら

<https://www.kurashimanet.jp/job/crm/member/register>



移住 ステップ5



「登録」から「移住」まで5つのステップで移住を全面支援！

「島根への移住を考えているけど何からはじめたらいいの？」という方のために、移住までのステップをわかりやすくご紹介！

しまね移住情報ポータルサイト くらしまねっと

島根県の移住支援情報がまとまっている県内最大級の求人掲載サイトです。仕事、住まい、市町村紹介、移住支援情報、体験情報、イベント情報等、移住の検討に役立つ情報をお届けします。



求人数
8,000件
以上！

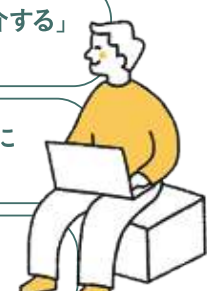
point 1 求人数
8,000件以上！

point 2 WEB履歴書&アピールページで
企業に効率的にアピールできる！

point 3 「あなたに合った企業・求人を紹介する」
マッチング機能が充実！

point 4 「つながる」機能で、気になる企業に
気軽に問い合わせ可能！

point 5 会社見学や面接など、
オンラインでのサービスも充実！



<https://www.kurashimanet.jp/>

くらしまねっと

検索



5 移住する

引越し費用割引サービス

島根県外から島根県へ引越する時に、ふるさと島根定住財団を通して引越し業者へお申し込みいただくと、基本料金から割引されるサービスを受けることができます。※時期によって割引適用外の場合があります。

引越し費用割引サービスを受けるには？

以下の方が対象です。ご確認の上、お申し込みください。

- 「しまね登録」に会員登録し、
- 「基本情報」の必須項目を入力された方

対応してくれる業者 アート引越センター サカイ引越センター

※変更になる場合があります。詳しくは「くらしまねっと」をご確認ください。



詳細・お申し込み

依頼者

ご利用の流れ

1 移住が決まったら定住財団へ電話をする

定住財団に電話し、「引越し費用割引サービス」を利用したい旨を伝える。
※個人でお見積もり依頼後の申し込みは不可となります。

次の情報をまとめておく
と受付がスムーズです。
●間取り
●引越し先住所
●見積もり希望日
●引越し希望日時など
現状わかっている情報のみでOK。

ふるさと島根定住財団

2 しまね登録の確認
依頼者がサービス対象者かどうかを確認します。

3 引越し業者へ引越し見積もりを依頼

定住財団から引越し業者へ見積もりを依頼します。

4 引越し業者

依頼者様へ連絡・見積もり作成

○アート引越センター
基本料金 **30%** 割引
※繁忙期3月15日～4月15日は10%割引

○サカイ引越センター
基本料金 **20%** 割引
※繁忙期3月15日～4月15日は割引適用なし
※相見積もり可

5 引越し業者から連絡を受け、具体的な内容を確認

あとは業者と依頼者様とで直接やり取りしてください。以降、定住財団とのやり取りはありません。報告なども不要です。

6 お得な引越し完了!!



7 移住・就職決定報告

島根県内への移住が決まった方、あるいは島根でのお仕事が決まった方は、くらしまねっとマイページよりご報告ください！希望された方にはしまね移住促進キャラクター「いやしまねちゃん」トートバッグをプレゼント！希望者には移住者交流会をご案内！



移住者交流会の様子

プレゼント

4 体験する

移住前に暮らしを体験

実際に島根に滞在しながら、気候や風土、地域での暮らしを体験してみましょう！短期～中期で滞在するための施設や、体験プログラムなどを活用し、移住後の生活をリアルに感じてください。

お試し暮らし体験施設



「いきなり島根に移住するのは不安…」という方にオススメなのがお試し暮らし体験施設。実際に短期間滞在をしてみ、暮らしぶりや人々との関わりを肌で感じてみましょう。

【体験施設がある市町村】

東部／安来市・雲南市・奥出雲町・飯南町
西部／浜田市・益田市・美郷町・津和野町・吉賀町
隠岐／西ノ島町・隠岐の島町

しまね関係人口マッチング・交流サイト



あなたらしい島根との関わり方を見つけられるポータルサイトです。サポーターとして登録すると、県内の地域団体などが行う地域活動プログラムに参加できます。

詳しくは本誌 P31 へ

しまね田舎ツーリズムポータルサイト



「しまね田舎ツーリズム」は、農山漁村の生活や体験、民家等での宿泊を通じて、島根の自然・風土・歴史・文化などに触れ、地域の方との交流を楽しんでもらう活動です。そこに暮らしている人にしかわからないディープな島根に触れるきっかけとしてもおすすめです。



しまね移住体感オンラインツアー



島根県への移住を検討する方に向けて、島根での暮らしや移住支援情報、先輩移住者の声などをZoom 配信でお届けします。リアルな暮らしぶりをバーチャル体験して、島根を知り、より身近に感じていただけるオンラインツアーです。

Uターンしまね 産業体験

産業体験とは、島根県にUターン・Iターンし、農業・林業・漁業・介護・伝統工芸等の産業を体験する場合に、滞在に要する経費の一部を助成する制度です。農林漁業にて新規就業をお考えの方は、体験先で指導を受けながら知識や技術を身に付けるチャンス！

農業 林業
漁業 介護
伝統工芸 その他

制度の概要

対 象	県外在住のUターン希望者
対象業種	農業・林業・漁業・介護・伝統工芸等
助成期間	3か月以上1年以内 ※伝統工芸は3か月以上2年以内
体験者助成額	12万円/月 ただし以下の場合には6万円/月 ※島根県内に居住する父母または祖父母と同居の場合 ※二親等以内の親族が受入先になり体験する場合 ※伝統工芸の2年目
親子連れ助成額	3万円/月(中学生以下/1世帯につき) ※体験者助成額に上乗せ

※体験中止により体験期間が3か月に満たない場合は、1か月あたり3万円となります。体験が1か月に満たない場合は、助成金の支給はございません。助成金は3か月ごとにお支払いいたします。その他、認定には一定の条件がありますので、ふるさと島根定住財団Uターン推進課までお問い合わせください。

市町村の上乗せ助成等支援メニュー

島根県内の各市町村の中には、独自で上乗せ助成など支援メニューのある自治体があります。詳しくは各市町村までお問い合わせください。

産業体験後に利用可能な主な支援制度

産業体験終了後はそのまま就業できる場合もありますが、別の支援制度を利用して、支援を受けながら実践経験を積むこともできます。条件等によってはご利用できない場合もありますので、事業の詳細につきましては、下記サイトからご確認ください。(制度概要・受入先・産業体験レポート等をご覧ください)

Uターンしまね産業体験サイトはこちら！

しまね産業体験

検索



3 仕事を探す

移住支援スタッフが、あなたの転職をサポート！ Uターン無料職業紹介

県外在住で島根県での就職をお考えの方と、県内の企業との仲介役として、無料職業紹介を行っています。希望にマッチした転職先をご提案したり、会社見学や選考の調整をするなどあなたと企業との間をつなぎます。



Uターン無料職業紹介の流れ

《しまね登録》

まずは「しまね登録」への会員登録をお願いします。「無料職業紹介サービスを利用する」に✓を入れて、「WEB履歴書」を入力するとマッチングがスムーズ！

《個別相談》

移住時期や地域、職種などの希望を詳しくお聞きします。対面相談・電話・メール・オンライン相談など、あなたに合った形で対応可能！不安や疑問点など、気になることはお気軽にご相談ください。

《企業とのマッチング》

ヒアリング内容を基に、あなたに合う求人情報をご紹介します。「くらしまねっと」には掲載されていない非公開求人からのピックアップや希望に応じた求人開拓なども対応しています！

《企業見学・面接》

職場見学や採用担当者と話をする機会、面接日程などの調整を行います。スタッフも同行することができるので、待遇や賃金など聞きにくいこともお任せください！※交通費助成もぜひ活用してください。

Present

アンケートにお答えいただいた方の中から抽選で
しまねの特産品プレゼント

「浜守の塩SHOP」の
浜守の塩だれ・
塩ぽんセット



コク深く万能な「塩だれ」と、爽やかな柑橘とだしの旨みが引き立つ「塩ぽん」をセットでお届けします。ベースとなるのは、浜田市の海を守るライフセーバーが、地元の海水と海藻カジメを使い、平釜でじっくり炊き上げた藻塩。海の大切さを伝えたいという思いから生まれた、こだわりの味わいです。

▶ プレゼントの応募方法

WEBで応募

右のQRコードからプレゼント応募フォームに入り、アンケート回答と必須事項を入力の上、ご応募ください。



▶ 応募締切

令和**8年12月31日**まで

※当選者の発表は商品の発送をもって代えさせていただきます。

商品に関するお問い合わせ

浜守の塩SHOP
TEL 0855-28-7212 9:00～17:00(土日祝除く)

プレゼント応募に関するお問い合わせ

公益財団法人 ふるさと島根定住財団
〒690-0003 島根県松江市朝日町478-18 松江テルサ3階
TEL0852-28-0690 E-mail: ueturn@teiju.or.jp

Let's 関係人口！

“あなたらしい”関わり方で
継続的に島根とつながりを
築きませんか？



移住はできないけれど、島根が好き。島根を応援したい、島根に関わりたい、島根のために何かしたい——そんな思いはありませんか？ その大切な思いと島根をつなぐポータルサイトが「しまっち!」です。「しまっち!」には、島根を盛り上げたい、地域を支えたいという思いをもつ団体が取り組む、さまざまな地域活動が掲載されています。そして、「おもしろそう」「楽しそう」と感じたプログラムやコミュニティを選んで参加することで、誰でも「しまっち!サポーター」として、あなたらしい島根との関わり方を見つけることができます。まずは「しまっち!」をのぞいてみましょう。一緒に島根を盛り上げるお手伝いをしてみませんか？

すぐにUターンはできないけれど、
生まれ故郷の島根が好き。

移住はできないけれど、
島根の地域に関わりたい。

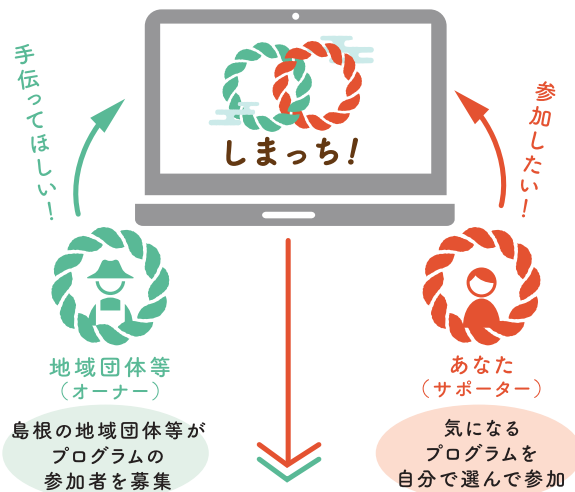
島根が好き、人が好きだから、
今後も応援していきたい。

移住のための情報収集中！
島根の人や地域のことをもっと知りたい。

そんなあなたの想いが、**島根の力**になります。

しまね関係人口マッチング・交流サイト

しまっち!で何ができる？



島根とゆるくつながりたいあなたも、がっつり貢献したいあなたも

あなたらしい距離感で
島根との関係をはじめましょう！

詳しくはこちらから▶



移住でお金はどう変わる？

移住の家計簿

田舎暮らしはしてみたいけど、生活費って一体どのくらいかかるもの？ 田舎ならではの出費があるってホント？
島根に移住されたファミリーと単身者に実際のお金事情についてうかがってみました。

※家計簿は1か月あたりの出費

隠岐の島町	山口県
★家賃……………0円	家賃……………58,000円
食費……………69,000円	食費……………55,000円
光熱費……………34,000円	光熱費……………30,000円
通信費……………25,000円	通信費……………27,000円
★車・交通費……10,500円	車・交通費……20,000円
★趣味・娯楽費……20,000円	趣味・娯楽費 30,000円
自治会費……………1,000円	
合計……………159,500円	合計……………220,000円

★ 格安中古住宅を購入し
家賃が0円に！

島内の中古住宅を購入し、家賃ゼロの暮らしを実現！ リフォームや修繕をしながら、自分好みの住まいに仕上げていく楽しみも♪

★ 島民割引で、
本土への移動も
お得に

島内での移動には車が欠かせないため、ガソリン代は必要。一方、本土へ渡る際は「島民割引」が利用でき、フェリーや高速船、航空便の運賃を抑えられます。

★ 自然が遊び場！
趣味・娯楽費はダウン

周りは豊かな自然がいっぱい！ 釣りや登山、カヤックなど、自然を生かしたアクティビティが充実しているため、遊びにかかるお金が減りました。

保育料が無料！

隠岐の島町は、第一子(3歳以上)と第二子以降の保育料が無料。※2か月に1回の米代のみ。

子どもが将来
やりたいことを
応援できるよう、
お金を貯めたい。



3年前に島根へ移住した
Aさんファミリー

【家族構成(4人家族)】

・夫(40代・自営業)
・妻(40代・パート)
・子ども2人(保育園2人)

【住まい・自動車の条件】

6LDK・2階建ての中古住宅を購入
車2台所有(普通車、軽自動車)

家賃・光熱費の
負担が減り、
積立貯金や旅行、
自己投資に使えるように！



3年前に島根へ移住した
B子さん(単身)

【家族構成】

・20代(会社員)

【住まい・自動車の条件】

実家暮らし
車1台所有(軽自動車)

出雲市	東京都(23区)
★家賃……………35,000円	★家賃……………80,000円
★食費……………7,000円	食費……………20,000円
★光熱費……………0円	光熱費……………12,000円
★通信費……………3,000円	通信費……………3,000円
★車・交通費……15,000円	車・交通費……5,000円
★趣味・娯楽費……3,000円	趣味・娯楽費 20,000円
★健康維持費……3,000円	
合計……………66,000円	合計……………140,000円

★ 家賃・光熱費・食費の
負担が減った！

実家暮らしになり、家賃・光熱費相当を家族に渡すように。平日の弁当をつくる余裕もでき、食費の節約にも。

★ ガソリン代は
ケチらない！

車を購入して、好きなところに自由に行けるように。ドライブが大好き！

★ リーズナブルな
趣味ヘシフト！

ドライブや散歩、自然の中で過ごすことが新たなリフレッシュタイムに。

★ 時間的ゆとり
健康増進

残業が減って自分磨きの時間ができた！ 週3回でスポーツ施設で運動。

