

## 自然溢れる、ちょうどいい街。

南部鉄器や盛岡三大麺(盛岡冷麺・盛岡じゃじゃ麺・わんこそば)で有名な盛岡市ですが、日本酒や地ビール、野菜、福田パン、三陸の新鮮な魚介類など、美味しい食材にも恵まれています。

岩手のシンボルである岩手山が見守る、緑溢れる盛岡市。

市内中心部には、美しい川が流れ、街の至る所で湧き水を飲むことができます。

夏は街なかで蛍を観ることができ、冬は白鳥が頭上を飛んでいく姿を見ない日はありません。都会では感じることができない自然環境が整っています。

都市の快適さと豊かな自然がある盛岡で、新しい生き方を始めませんか？



面積 886.5km<sup>2</sup>

アクセス 東北新幹線 (はやぶさ・はやて・やまびこ)

東京 ↔ 盛岡…最速 2 時間 10 分

仙台 ↔ 盛岡…最速 39 分

人口 29万7600人

(平成27年国勢調査)

飛行機

いわて花巻空港 ↔ 盛岡駅 高速バスで約43分

## 盛岡市への移住・定住のサポートデスク

### 東京で相談する

#### いわて暮らしサポートセンター

有楽町の東京交通会館 8F ふるさと回帰支援センター内にあります。岩手への移住・定住に関するご相談を専任の移住コンシェルジュが承ります。

■お問い合わせ  
TEL : 080-8871-1741 Email : iwate@furusatokaiki.net



#### 岩手県Uターンセンター

岩手県のUターン就職を希望する方の相談に対応し、無料職業紹介を行っています。Uターンシステムを導入し、岩手に就職したい方と岩手県内の企業さまとのマッチング支援をしております。

■お問い合わせ  
TEL : 03-3524-8284 Email : u-tokyo@pref.iwate.jp



#### 全国移住ナビ 移住・交流情報ガーデン

全国の自治体ごとに移住に関する情報を探ることができます。

■お問い合わせ  
Email : iju-garden@outlook.jp



全国  
移住ナビ

移住・交流  
情報ガーデン

### 盛岡で相談する

#### いわてUターンサポートデスク (ジョブカフェいわて内)

岩手県にUターンして働きたい方や、そのご家族等の相談にキャリアカウンセラーがお応えしています。また、県内外のイベントや県内企業の情報提供も行っております。

■お問い合わせ  
TEL : 019-621-1171 Email : support@jobcafe-i.jp



岩手の仕事  
就職情報サイト

#### 定住・交流サポートセンター

岩手県政策地域部地域振興室内の「定住・交流サポートセンター」では、岩手への移住を考える方を対象に、岩手県内の暮らしに関する相談や各種情報提供を行っております。

■お問い合わせ  
TEL : 019-629-5194  
Email : AB0007@pref.iwate.jp



いわて  
イーハート一部  
に入ろう！

盛岡市に移住した地域おこし協力隊が活動状況を発信しています！

協力隊へのご質問・ご意見等は、Facebookページのメッセージよりお願いします。

ページはこちら▶



盛岡に帰ろう。



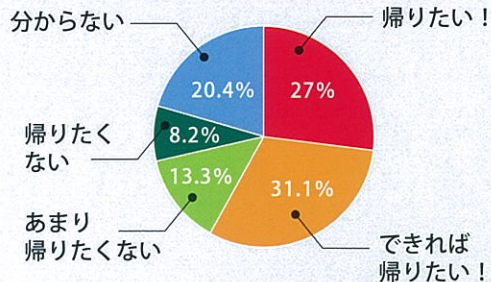
MORIOKA

Uターンガイドブック

# 盛岡市を離れ、首都圏や仙台で暮らす人たちは、Uターンについてどんな想いをしているの？

このアンケートは、平成26年度に本市から首都圏及び宮城県へ転出した18歳以上40歳未満の方、約2000人を対象に行った結果です。

60%の人が盛岡に、「帰りたい」と思っている！



※盛岡市に実家がある人を対象にしたものです

## 帰りたい理由は？

- 周辺に自然が多く魅力的
- すべてゆっくりしていて落ち着ける
- 環境がとてもいい、人が優しい
- 子育てに対するケアが厚い
- 冬の生活は厳しいが、食べ物がおいしい
- 心が休まる町
- 中津川・岩手山などの風景が好き
- 転勤で住んで、人柄や県民性が好きになった
- 買い物など、暮らしの便利さが魅力的

## 帰りたいタイミングはいつ？

- ★ 時期に限らずタイミングが合ったら帰りたい… 39.7%
- ★ 転職先が見つかったら帰りたい… 17.0%
- ★ 定年退職や老後を考えて時に帰りたい… 10.3%

【その他回答】親の世話・介護をする時、子どもの誕生や成長を考えた時、学校を卒業した時、結婚する時、子どもが独立する時、親が亡くなった時等

## MY LIFE MORIOKA

～Uターンした先輩の体験談をご紹介します～



わたし、盛岡にUターンしました！

**井上裕子さん (35)**  
2017年3月に盛岡市へ移住

### Uターンしようと思ったきっかけは？

東京で生まれ育った長男の夫と結婚を決めた時点で、もう二度と盛岡で暮らすことはないかと思っていました。何度か一緒に盛岡に遊びに来ているうちに、夫が盛岡をとて好きになってくれ、私も「あ、盛岡って素敵な街なんだな」と気付かされました。Uターンのきっかけは、夫の「盛岡に移住しない？」という言葉でした。私から「盛岡に帰りたい、一緒に来て！」と言ったことは一度もありません。私が生まれた街が好きになってくれたことが本当に嬉しくて、そして私も盛岡の良さに気付かされて、東京出身の夫のおかげで、また盛岡に戻ってくるのが嬉しかったです。

### 家族の説得はスムーズでしたか？

移住を切り出したのが夫なので、私たち夫婦は即決でした。問題は、夫の両親でしたが(夫は長男なので、「家賃が安くならぬなら良いね」「道路が広くて安心して歩けるね」と、すんなり一緒に移住を決めてくれました。夫の妹にも、「どうする？一緒にくる？」と聞いたら、「自然や山が空きだから」と、やはりすんなりと移住を決めました。「帰りたいから一緒に来て！」と言うより、盛岡の良さを伝えて、盛岡を好きになってもらうことが一番うまくいっていると思います。私の夫が盛岡を好きになったきっかけは、じゃじゃ種でした。

### Uターンを決めてからの行動は？

まず、秋葉原でやっていたUターンフェアに行き、仕事探しの情報を集めました。しかし、大企業ばかりだったので、インターネットで仕事を探しました。それでも中々良い仕事を見つけれず、とりあえず家を探そうとしました。そしてまたまた良い賃貸物件が見つかったので、不動産屋さんにご連絡をしました。不動産屋さんには、移住で仕事を決まていないので入居時は無職になるかもしれないこと、盛岡まで何度も往復する時間もお金もつ

たいたないので内見不要の旨を伝えました。素直に話したら、賃貸契約をOKしてくれて、仕事よりも先に住む家が決まりました。

### 仕事はどうやって探しましたか？

夫はハローワークに行き、私は友人に紹介してもらいました。盛岡の仕事探しは、ハローワークがメインなんだと実感しました。

### 盛岡へ移住して良かったこと、困っていることは？

良かったことは、夫と私の両方の家族が近くにいる安心感ということです。日常生活でイライラすることがなくなり、食べ物は何を食べても美味しいし、四季を感じられる生活があります。そして、人が優しい!! 困っていることは、東京の生活が長かった家族全員が、盛岡の冬の寒さと水抜き(水道管の凍結防止)に耐えられるのか、ほんの少しだけ心配です。

### 東京と比べて、金銭的な生活レベルの変化はありましたか？

夫婦で手取り給料は15万円程低くなりましたが、東京にいる時よりも金銭的にゆとりがあります。家賃、野菜、外食が安いですし、ほとんど駐車場代がかかりません。渋滞が少ないのでガソリンの燃費も良いです。休日に遊びに出掛けるにも、それほどお金がかからないです。なんなら散歩だけでも楽しいです。求人情報を見て東京との給与差を計算した時は、少しか心配になりましたが、「盛岡の人はこれで生活しているんだから大丈夫じゃないか」と思って来てみた、やっぱり大丈夫でした。むしろ東京よりもお金にゆとりが生まれました。

### 暮らしでみての感想

高校まで過ごしていた盛岡ですが、盛岡のことを何にも知らなかったことに気付きました。一度離れたからこそ気付く盛岡の楽しさ、東京出身の夫から教えられる盛岡の良さがたくさんあります。鮭の遡上も、冬空を舞う白鳥も、岩手山の美しさや食べ物も美味しいことも、そして、盛岡の人の温かさも。高校までは当たり前だと思っていました。当たり前じゃなかったんですね。

Uターン1年目の今は、とにかく盛岡を知りたいことを目標に楽しんでいます。「下見の年」と決めて、あちこちに出掛けています。2年目からは、自分好みの盛岡ポイントを見つけて、どんどん人のつながりを広げたいと思います。古着好き、音楽好き、食べることが大好き、散歩好き、喫茶店好き、雪好き…な私にとって、盛岡は最高な所です。盛岡で生まれ育ってよかった。盛岡に帰ってこれたのが本当によかった。毎日がとにかく楽しくて忙しいです!



# TOKYO VS MORIOKA

東京と盛岡の生活を徹底比較!!

## 世帯主の年収比較

年齢	盛岡市	東京都平均
30-34歳	3,997,000円	5,699,000円
35-39歳	4,474,000円	7,241,000円
40-44歳	5,328,000円	8,693,000円

## ライフイベント時の1ヶ月予想収支(夫婦合算)

	40歳時(住宅購入時)	60歳時点での貯金残高
盛岡市	手取り収入… 397,972円 支出… 359,863円 収支差額… 38,109円	12,191,235円
東京都	手取り収入… 508,620円 支出… 473,136円 収支差額… 35,484円	7,272,181円

※「岩手県 移住・定住ガイドブック いわてイハート一部に入ろう！」より(一部修正)

## 家賃相場(中野区比較)

間取り	盛岡市	中野区
1K	4.74万円	7.77万円
1DK	5.28万円	9.71万円
1LDK	6.44万円	13.08万円
2K	5.41万円	9.51万円
2LDK	7.38万円	15.99万円
3LDK	10.33万円	16.57万円

家賃が安めで人気の中野区と比較しています。※LIFULL HOME'S 賃貸相場調べ(2017年7月時点)

## 通勤・通学時間(平均)

満員電車のない快適通勤生活。都会と比べて治安が良い岩手県。

岩手県	東京都	刑法犯認知件数	全国46位
58分	90分	交通事故発生件数	全国46位
		公害苦情件数	全国41位

※総務省統計局「平成23年度社会生活基本調査」※総務省統計局「統計でみる都道府県のすがた2016」

## 盛岡暮らしに必要な3つのコト

### MY WORK 仕事のコト

**仕事はどこで探せばいいの？**

盛岡市の仕事は、「ハローワーク」で探してみてください。東京では大手求人サイトなどを使用して就職活動をすることが一般的ですが、地方では企業様が求人サイトへ求人を掲載することの方が少ない傾向にあります。ハローワークインターネットサービスを利用すれば、全国どこからでも求人を探ることができます。

**就職情報サイトはないの？**

ジョブカフェいわてのサイトがあります。岩手県にUターンして働きたい方のために、求人募集情報や県内外のイベント、県内企業の情報提供を発信しています。右のQRコードから今すぐアクセス!!

シゴトバラシ/WIATEサイト▶

### MY HOME 家のコト

**家探して注意すべきことは？**

盛岡市は、夏は風があって過ごしやすいく、冬の寒さは厳しいものがあります。物件を探す際は、寒冷地特有の「水抜き」を自分でやらなければいけないか確認した方が良いでしょう。最近では水抜きをしなくても大丈夫な物件も増えてきましたが、古い建物も多いので確認しておく安心。また、二重サッシの物件であれば、より部屋の温度を保つことができ、冬を快適に過ごすことができます。

冬の光熱費は、首都圏よりも高くなる可能性があります。ガスの種類や、暖房機器の有無などもチェックしておいた方が良いでしょう。盛岡の夏は短いので、その分首都圏よりも夏の光熱費は節約できる傾向にあります。盛岡市の物件探しは、冬を想定して選ぶことをおすすめします。

### MY LIFE 生活のコト

**車は必要不可欠？**

盛岡市内はバス循環が良く、交通機関が整っています。車はなくても生活していけますが、あれば便利。半数以上の世帯が車を所有しています。

**水や食べ物はどう？**

盛岡市は湧水にも恵まれており、自宅の蛇口からも美味しい水が出ます。物価は首都圏と比べて大きく違うわけではありませんが、新鮮な野菜や魚介類を手に入れることができます。

**交流の場はありますか？**

岩手への移住生活を応援している団体があります。岩手へのUターンを考えている人たちが同士の交流や情報交換、岩手滞在をサポートしています。

岩手移住計画サイト▶