

# “ 秋田県移住ガイドブック ”

# 秋田暮らし

2021-2022

↑ はじめの一步 ↓

全25市町村掲載  
「市町村ガイド」

秋田への移住に  
役立つ情報満載！

自分らしく  
暮らそう。



特集：移住者インタビュー

それぞれのはじめの一步。

秋田への移住を考えはじめたら… / 住まい探しをお手伝い！ / 各種支援のご紹介

あなたの「明日」は、  
きっと、秋田にあります。



過密な都会生活から離れ、仕事と  
家庭とのバランスを取りながら、  
自分らしいライフスタイルを実現  
してみませんか？



移住までの  
ステップ



STEP1 知る

まずは「今の秋田を知る」ことが大切。  
本誌をはじめ、県や関係機関の発行  
するガイドブックや、Webサイト、イ  
ベントなどで最新の情報を集め、具  
体的なイメージを膨らませてみましょう。



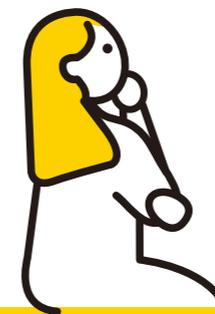
STEP2 相談

具体的な相談ができる窓口や相談会  
に行ってみましょう。仕事や暮らしの  
不安・疑問を解消できるよう関係機  
関が連携してさまざまなニーズにお  
応えします。気軽にお立ち寄りください。

STEP3 体験

移住前に、実際に秋田での暮らしを  
体験すると安心です。特に、雪に慣  
れていない方は冬の秋田を訪れてみ  
ましょう。地域の雰囲気を感じたり、  
頼れる人物に出会えたり、移住への  
不安も解消されるはずです。

FumFum..



表紙について

大仙市にある古民家カフェ、高梨商店。東  
京から秋田へ移住したオーナー夫妻が営  
む、地域住民の憩いの場です。P7からの移  
住者インタビューでご紹介する森田さん  
を始め、森田さんが大仙市で親交を深めた地  
域の皆さんにご協力いただきました。

INDEX

- P4 知っておきたい！秋田ってこんなところ！
- P7 移住者インタビュー それぞれのはじめの一步。
- P14 数字で秋田暮らしの魅力を紹介します！
- P16 秋田への移住を考え始めたら…
- P17 移住相談なら A ターンサポートセンターへ！
- P18 仕事を探すなら！
- P19 A ターンフェアに参加しよう！
- P20 東京圏からの移住者に最大 200 万円の  
移住支援金を支給します！
- P21 リモートワーク移住を全面サポート！
- P22 事業を始めよう！
- P24 地域資源を生かしたローカルベンチャー  
“ドチャベン”を応援！
- P25 地域を元気にする力になる、  
地域おこし協力隊を募集しています！
- P26 就農したい人集まれ！
- P28 林業・漁業もバックアップ！
- P30 住まい探しをお手伝い！
- P31 気になったらお試しよう！ 移住体験住宅のご案内
- P34 安心に包まれた場所。秋田の子育て事情をレポート！
- P36 全国トップレベルの子育て支援
- P38 “学力全国トップクラス”の秘密
- P39 秋田の教育を実際に体感しよう！
- P40 秋田県市町村ガイド
- P47 秋田暮らしを応援する お役立ち情報



Webサイト・SNSも更新中！

移住イベントなどの最新情報は、秋田県移  
住・定住総合ポータルサイト「“秋田暮らし”  
はじめの一步」やSNSでも配信しています！

Webサイト・SNSはこちらから▶

秋田暮らし

検索



# 秋田ってこんなところ!

秋田のイメージって、「雪国」とか「ナマハゲ」とか「きりたんぼ」…。  
ほかに、どんなことを思い浮かべますか?  
移住を検討するなら、最初に知っておきたい情報をまとめてみました。

## DATA まずは基本情報!

面積は全国で6番目に大きく、  
人口密度は東京の約74分の1!

人口 **941,834人**  
(2021年5月1日現在)

面積 **11,638 Km<sup>2</sup>**

## エリアガイド

南北に広がる秋田県は、  
地域によって特色のある豊かな食文化やさまざまな観光名所があります。



県内の位置関係を知りたい!



### 県北

世界遺産の白神山地や十和田湖、八幡平があり、ありのままの自然を楽しむ観光地に恵まれています。養豚など畜産が盛んで、きりたんぼ鍋、秋田犬など、秋田を代表するコンテンツも。

### 県中央

県庁所在地の秋田市があり、交通の便が良く、積雪も少ない地域です。男鹿半島や鳥海山など豊かな自然がある一方で、県のリーディング産業である電子デバイス産業が集積しています。

### 県南

稲作が盛んで、酒蔵が多いエリア。全国的に有名な大曲の花火や、角館、田沢湖などの観光地があります。県内でも有数の豪雪地帯ですが、冬の小正月行事がいっぱい!

## 01 食

食料自給率、全国2位。  
うまいものだらけ!

「食料自給率」が全国2位\*の秋田県。「きりたんぼ鍋」や日本三銘うどんの「稲庭うどん」などのグルメも充実! 食事と合わせて楽しむ日本酒の製造が盛んなのも米どころの秋田ならではの。



きりたんぼ鍋

\*平成30年度「都道府県別食料自給率」(概算値)(農林水産省)

## 04 自然

回りきれないほどある、  
素晴らしい景色。

西側は日本海に面し、北は世界自然遺産に登録された「白神山地」、東は岩手県境に奥羽山脈、南側は山形県境に鳥海山がそびえるという大自然に囲まれている秋田県。自然と一緒に楽しむ温泉も充実しており、野趣あふれる秘湯や、名湯、気軽に立ち寄れる温泉などが県内各地に数多くあります。



由利本荘市・にかほ市 / 春の鳥海山

## 秋田暮らし ここが自慢!

## 02



秋田市 / 松下茶寮

## 都市の魅力

自然と都市のバランスが  
ちょうどいい!

豊かな自然はもちろん、県内各地にショッピングモールやレストラン、古民家カフェなどが点在。近年はリモートワーク対応施設も増えており、豊かな自然とスタイリッシュで文化的な雰囲気が共存しています。

## 03 伝統工芸

木を使った  
秋田ならではの工芸品。

国内はもちろん、海外からの人気も高い「大館曲げわっぱ」。秋田杉の板を曲げて整形する技法はほかでは見られないものです。また、山桜の皮を使った「樺細工」や、湯沢市川連に伝わる「川連漆器」など、木を加工した工芸品が多いのが特徴です。



大館市 / 大館曲げわっぱ

## 05



能代市 / 風の松原風力発電所

## 産業

成長分野への  
参入も進んでいます。

電子デバイス産業が、製造品出荷額の約30%を占めるリーディング産業です。また、風力・地熱などの豊富なエネルギー資源を活かした新エネルギーや、輸送機、医療福祉機器、情報関連など成長分野への参入の動きが活発化しています。

## 06 祭り・文化

国指定重要無形民俗  
文化財の数は全国一!

全国で一番「国指定重要無形民俗文化財」が多いのが秋田県。約130万人の人が訪れる「秋田竿燈まつり」や、ユネスコ無形文化遺産にも登録された「男鹿のナマハゲ」など、多様な祭礼が県内各地で開催されています。人々の願いが込められた行事は、今もその想いととも受け継がれています。



秋田市 / 秋田竿燈まつり

# 雪国の冬の暮らしガイド

## 地域によって異なる積雪量

おそらく多くの人が気になるのが「雪」ですよね。秋田県は典型的な日本海型気候。冬は季節風が強く、降雪量が多くなりますが、エリアによって積雪量は全く異なります。最深積雪の平年値は沿岸部の秋田市で38cm、内陸南部の湯沢市で89cm。積雪の少ない沿岸部も風が強いので、道路が凍ることも。



積雪が多いのは1月上旬から2月半ばくらい。一面真っ白です

### POINT 1

積雪の多い地域では、冬は朝起きる時間を早めて家の前や車の上の雪かきをします。路面状況が通勤時間に影響するので時間にゆとりを持つことが大切！



### POINT 2

冬は暖房で光熱費がかさみます。でも子どもたちは雪で遊べるので大喜び！私は雪かきでダイエット作戦。寒いのに汗だくになるほどの運動量です。



## 秋田の冬の必須アイテムをご紹介します

### 手袋&長くつ



一家に最低1セットはマスト。雪かき時にはもちろん、普段使いにも。

### スコップ



用途に応じてさまざまな種類の雪かき用スコップがあります。

### スノーダンプ



大量の雪を除雪するための必須アイテム。雪質によっては、雪の重さも異なります。

### スタッドレスタイヤ



だいたい11月くらいにはタイヤ交換。安全な車の運転には欠かせません。

## 動画で見よう！「秋田の冬の暮らし」



秋田県内でも積雪量の多い仙北市の先輩移住者団体が、移住者目線で秋田の冬の暮らしを紹介した動画を公開しています。「備えるべき必需品」「除雪作業について」「冬の車の運転」など、具体的なアドバイスを動画でわかりやすく解説しています。ぜひご覧ください。

\ アクセスはこちら /



## 移住者インタビュー

# それぞれのはじめの一步。

移住したいけれど、踏み出す勇気が…という方も多いはず。そこで、先輩移住者の方に「リモートワーク」「Aターン就職」「子育て」という3つの観点から、それぞれが秋田で暮らしてみて感じる“本音”をお聞きしました。

移住後の秋田暮らし  
ちよつとだけ、  
教えてもらいました。



# 01

都会の仕事が秋田で継続  
豊かな自然の中で  
のびのび快適な暮らし

# 01

**森田 良子 (もりた よしこ) さん**  
東京都からアメリカを経て大仙市へ  
[ 移住歴 ] 2年目  
[ 家族構成 ] 夫婦2人

## 「豊かな自然に囲まれて 快適なリモートワーク環境を実現」

### 家族や職場に後押しされて アメリカから秋田へ移住

よく晴れた空の下、大仙市を流れる丸子川沿いで大きな秋田犬を連れて散歩しているのは、千葉県習志野市出身の森田良子さん。森田さんは、東京のIT企業に勤務していましたが、6年ほど前にアメリカ本社へ転籍し、おおよそ4年日本を離れて暮らしていました。「約17年前に両親が大仙市に移住し、住みやすいという話を聞いていました。私自身もずっとアメリカにいるつもりはなく、いつかは日本に帰りたいと考えてはいました。アメリカ滞在中に母が交通事故で入院したことをきっかけに、日本に戻り両親のそばで暮らしたいという思いが強くなりました。

アメリカでは、働き方の一つとし

てリモートワークを積極的に取り入れている企業も多く、森田さんの会社も同様だったといいます。

「職場の上司に相談を持ちかけたところ『日本で家族のそばにいなから働ける方法を一緒に考えよう』と背中を押してくれました。そこから時間をかけて、日本へ移住する計画を立てました」。

アメリカ出身のご主人は、東京で働いた経験もあり日本への移住にさほど抵抗はなかったといいます。「移住前に夫を大仙市に連れてきたことがありました。そのときに見た大曲の花火(全国花火競技大会)を彼がとても気に入ってくれて、移住に対してもすぐに賛成してくれました」こうして森田さんは、家族と職場の理解を得て、仕事を変えることなく大仙市への移住を実現することがで



きたのです。

「自宅で仕事を行うには、リフレッシュして頭や気持ちを切り替える時間がとても重要だと感じています。東京では娯楽を楽しむためには行列に並ばなければいけないし、郊外へ行くためにも満員電車に乗らなければなりません。その点、大仙市は一歩外に出たら広大な自然が広がっています。さらに、私の家は川の近くなので、自分の家の窓からあの大曲

の花火を見ることもできる。とても贅沢ですね。もちろん、雪や買い物など不便を感じる部分もありますが、気持ちに余裕を持った生活ができる実感しています」。

### 秋田への移住で 充実した暮らしを実現

森田さんは移住してから、大仙市役所の移住担当者から移住者が多く参加しているコミュニティを紹介してもらいました。

「起業したい人や、それを応援したい人たちの集まりに参加しています。参加者の半数以上が市外、県外からの移住者で、起業の情報だけでなく、移住後の悩みや相談ごとを共有することができます。これは移住してからわかったことなのですが、地方での生活は地元の方から直接教えてもらわなければわからないことだらけ。仕事で家に引きこもりがちになってしまう分、積極的に人と関わることで充実した生活を送ることができています」と教えてくれました。

そんな森田さんのそばに、ぴった



りと寄り添うのは秋田犬の「むぎ」です。アメリカにいたころから、保護犬や保護猫を飼いたいと思っていた森田さん夫婦。しかし仕事で家を空けている時間も長く、その思いはなかなか実現することができませんでした。移住したことで、家にいる時間が増え、保護犬だったむぎと、貰い手のなかった猫の「コマジロウ」を迎え入れました。

「動物との暮らしは気持ちが癒やされますし、何よりむぎの散歩中に地元の方が話しかけてくれることがうれしいです。特にアメリカ人の夫が秋田犬を散歩している光景が珍しい

のか、地元の方がよく声を掛けてくれます。秋田の方は内向的な方が多いと言われがちですが、仲良くなるととても気さくで温かいと感じます」と森田さん。秋田県大仙市でのびのびと生きる理想の暮らしを手に入れた森田さんの表情は、とても生き生きとしていました。



## 先輩 移住者さんに聞きました!

### 移住後の変化あれこれ!

食費 -Food expenses-	住居費 -Housing expenses-	光熱費 -Utility costs-
DOWN ↓	DOWN ↓	UP ↑
交通費 -Transportation expenses-	収入 -Incomes-	生活費総額 -Cost of living-
UP ↑	STAY →	DOWN ↓

雪かきの仕方や使う道具は  
ご近所さんから教えてもらいました!

愛犬の散歩は  
毎日2時間!





自分らしく生きられる秋田で  
好きなことを仕事に。  
日々、充実しています！

尾形 青海 (おがた はるみ) さん  
宮城県から秋田市へ  
[ 移住歴 ] 3か月  
[ 家族構成 ] ひとり暮らし

# 02

## 「大好きな映像制作の道へ 秋田で第一歩を踏み出しました」

### 首都圏に縛られない選択肢 秋田での就職を決めた理由

秋田市の中心、山王大通り沿いに事務所を構える株式会社つむぎ秋田アニメ Lab。首都圏の大手アニメ制作会社から委託を受け、背景や原画などのさまざまな制作を一手に引き受けています。2020年4月に埼玉から秋田へ本社を移設。スタッフの半数以上が18歳～25歳と、若い社員が多いことから、若手社員の人材育成にも力を入れています。

この春に宮城から秋田へ移住した尾形青海さんも、同社で働く若手アニメーターの一人です。尾形さんは、宮城県東松島市宮戸島の出身。物心がついたころからアニメや映画などの映像作品が好きで、自分もいつか映像制作に関わる仕事がしたいと考

えるようになりました。高校卒業後、宮城県仙台市のアニメーション制作が学べる専門学校に進学。2年間、アニメの編集・構成・制作の基礎を学びました。「就職活動の際、アニメーション制作会社が集中している首都圏での就職も考えましたが、アニメ業界の新人の賃金は決して高くはありません。都会の家賃や物価を考

えると生活にも不安を感じていました」と尾形さん。そんな時、専門学校の先輩が秋田に新しく進出したアニメ制作スタジオに就職したことを思い出し、同社への応募を決めたといいます。「一昔前まではアニメ制作の仕事は都会でしかできないというイメージがありましたが、現在は地方にも制作会社が増えています。私



たちのような制作業務を行うスタッフは、個人での作業が中心。クライアントとの打ち合わせもオンラインで行われるため、首都圏にいなれば仕事ができないということはありません。むしろ、秋田で働くほうが、都会に比べて家賃や食費が抑えられるので、余裕をもって生活ができる点に魅力を感じました。私は人混みが苦手なので、秋田にあれば満員電車で押しつぶされる心配もなくなると思いました」。

### 時間に余裕が持てる生活だから 自己研鑽の時間が取れる

この春、つむぎ秋田アニメ Lab へ入社し、尾形さんは秋田へ移住しま

した。新天地での一人暮らし、まだまだ不安もあるようです。「秋田に来た3月末、地元の宮城と違い、路上に雪の山が残っていることに驚きました。私の地元は雪が降っても積もらないんです。そのため、どんなことに気がつけたらいいのか、実はよくわかっていないので、今から冬の暮らしへの不安は多いですね。でも、職場には秋田出身のスタッフもいるので、冬場の生活の知恵を伝授してもらって、慣れていきたいと思っています」。

尾形さんによると、アニメの作画技術はトレーニングのように日々の練習の積み重ねが大切。だからこそ、プライベートでも積極的に自主練習に取り組んでいます。それも、時間に余裕がある秋田での生活だからこそ可能なこと。

「移住してから、街歩きをするようになりました。風景を撮影して背景画の参考にするためです。この景色はどんな表現で描こうとか、どんな

構図がいいかなとかを考えながら街を歩くと新しい発見もあり、勉強になります。特に秋田駅前には狭いエリアに建物が密集していて面白いと感じました。地方は刺激が少ないという人も多いかもしれませんが、何を吸収するかは結局自分次第。場所に関しては関係ないと実感しています。将来的には背景画だけではなく、映像の編集や加工など全工程を経験してみたいです」。

一流のアニメーターになることを目指し、尾形さんは、秋田で日々さまざまなことを吸収し、仕事に打ち込んでいます。



### 株式会社つむぎ秋田 アニメ Lab

2017年埼玉県で設立、その後2020年4月に本社を秋田に移転した。アニメーター予備校の運営を行うなど、若手の人材育成にも積極的に取り組んでいる

## 先輩 移住者さんに聞きました！

### 移住後の変化あれこれ！

食費 -Food expenses-	趣味の時間 -Hobby-	仕事のやる気 -Motivation-
STAY →	STAY →	👍 UP ↑
通勤時間 -Commuting time-	貯金 -Saving-	生活費総額 -Cost of living-
👍 DOWN ↓	👍 UP ↑	👍 DOWN ↓

働きながら、趣味の時間もしっかりキープ！  
日々自分を高めています！

仕事も生活も充実！





親も子どもも、  
気持ちに余裕を持って  
暮らせる環境です。

# 03

乾 正雅 (いぬい ただまさ) さん 智香 (ちか) さん  
耀太 (ようた) くん 結登 (ゆうと) くん

兵庫県から男鹿市へ

[ 移住歴 ] 半年 [ 家族構成 ] 4人家族

## 「地域全体に見守られて 子どもたちがのびのびと育つ場所」

キーワードは「安心」  
地元秋田で子育てがしたい！

秋田市出身の乾智香さんは2021年の2月末、地元秋田への移住を一家4人で実現しました。夫の正雅さんは和歌山県出身。兵庫県で出会った2人はその後結婚し、2人のお子さんに恵まれました。

「妻からは結婚を決めるころから将来は地元の秋田に戻りたい、と聞いてはいました。しかし、職場のことや、兵庫での長年の交友関係を思うと、正直すぐに秋田へ移住という気持ちにはなれませんでしたね」と正雅さん。結婚後も長らく2人の話し合いは平行線でした。

「秋田に移住することで、気持ちの面で安心して子育てができると思い、移住を強く訴えてきました。長男が

小学校への入学を控え、移住するならこのタイミングだな、と。移住後の仕事や住まいのことを夫にも一緒にイメージしてもらえよう、秋田で開催されていた『Aターンフェア』(P19参照)に参加し、積極的に情報を集めました(智香さん)。「僕は兵庫では社会福祉士として働いていました。もし移住するとしても福祉の仕事は続けたいと考えていたので、仕事があるのか、という不安は大きかったですね(正雅さん)。

「ここで働きたい」と思える  
職場との出会い

一体何が乾家の移住の決め手となったのでしょうか。「移住前に秋田への移住に伴う転職をサポートしてくれる『Aターン登録』(P18参照)を

行い、福祉関連の企業や施設からのさまざまなオファーを受け取りました。マッチングした企業の担当者に直接話を聞くため、『Aターンフェア』を訪れたところ、会社のことだけでなく暮らしのことや移住のことも熱心にアドバイスしてくれたのがうれしかったですね。就職する、しないに関わらず聞きたいことがあったらいつでも連絡してね、と言ってくれたんです。移住するならこの人のいる職場で働きたい。そう感じたことが、正雅さんの心を動かしました。



地域全体に  
見守られている安心感

正雅さんの仕事への不安が解消できたことで、秋田への移住はぐっと現実味を帯びたと智香さんは話します。正雅さんも、最終的には智香さんの熱意に負け、秋田への移住を決めました。約3か月で準備を整え、いざ秋田へ。移住後の生活はどのような変化があったのでしょうか。

「我が家は男の子が2人なのでとにかくにぎやか。兵庫にいたときはアパート暮らしでしたが、周囲に気を使い、いつも叱ってばかりでした。秋田では実家の両親が住んでいた一軒家を借りています。そのおかげで子どもたちもびのび生活できますし、私も気持ちに余裕ができ、子どもを叱る機会も減ったと思います(笑)。「地域で子どもを育てる」とはよく言ったもので、ご近所さんが子どもたちに声をかけてくれたり、ときには叱ってくれたり、家庭や学校では得られない経験をさせてもらっています。安全や防犯といった点でも、安心して子育てができる環境だ



と思います」と、智香さんは笑顔で話します。「子育て以外の変化としては、妻の両親が農家を営んでいて、仕事が休みの日には『畑を手伝わないか』と誘ってくれるんです。まさか秋田に来て農業を手伝うことになるとは思っていませんでした。自然や農業に触れる機会ができ、僕も、子どもたちも大喜びです。秋田に来て、人の温かさや自然と触れ合うことの楽しさ、その両方の魅力を実感しています(正雅さん)。

乾さん家族が住んでいる男鹿市は、ユネスコ無形文化遺産にも登録された「男鹿のナマハゲ」の発祥の地。

冬になると地域の大人の男性がナマハゲに扮して家々を練り歩きます。「もしできるなら僕もナマハゲをやりたいんです」と正雅さん。移住してから半年。これからどんどん秋田で家族の思い出を増やしたいと話す乾家には、明るい笑顔と笑い声が溢れていました。



### 先輩 移住者さんに聞きました！

#### 移住後の変化あれこれ！

食費 -Food expenses-	住居費 -Housing expenses-	光熱費 -Utility costs-
DOWN ↓	DOWN ↓	STAY →
保育料 -Family time-	収入 -Incomes-	生活費総額 -Cost of living-
DOWN ↓	STAY →	STAY →

ご近所さんが、よく畑で採れた野菜をおすそ分けしてくれます。  
新鮮でおいしい野菜が食べられるのでうれしいですね！

冬はスキーを  
やってみたいな！



数字で

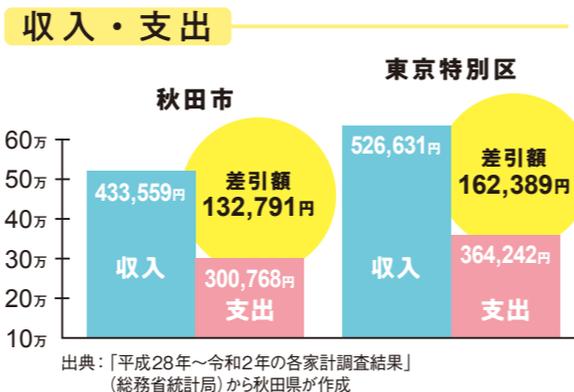
# 秋田暮らしの魅力を紹介します!

移住すると暮らしはどう変わるの? 収入や住まい、教育のことなど、気になる暮らしの違いから、秋田暮らしの魅力をチェックしましょう!

## 収入・支出

収入面では、地域の賃金水準から差が生じています。しかし、消費支出額は物価水準の違いなどから秋田の方が低いため、手取収入\*と消費支出額の差引額は **首都圏とそれほど大きな違いはありません。**

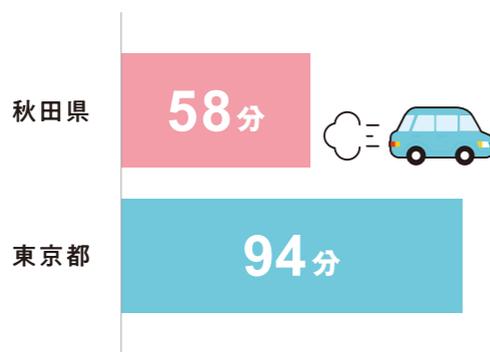
\*実収入(いわゆる税込収入)から税金や社会保険料等の非消費支出を差し引いた金額(可処分所得)



## 通勤時間と生活時間

### 通勤時間

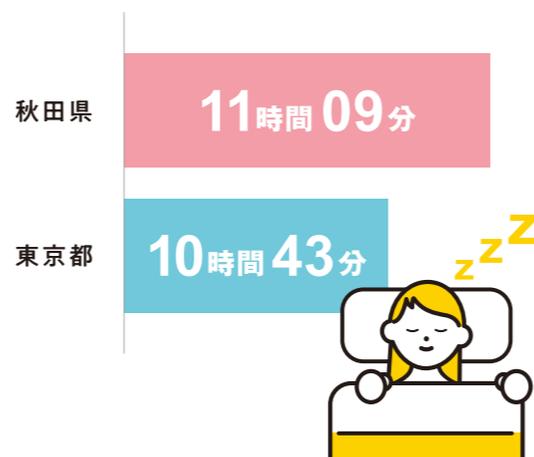
毎日の通勤時間は首都圏に比べて **30分以上短く、満員電車によるストレスもありません。**



出典:「平成28年社会生活基本調査結果」(総務省統計局)から秋田県が作成

### 生活時間

帰宅時間も早まるため、**睡眠、食事などの自宅で過ごす時間(一次時間)が全国で一番長く、特に睡眠時間は男女ともに全国1位です。**



## 子育て環境

子育て環境の良さも秋田の魅力のひとつです。中でも保育園の入りやすさは、東京では**98人に1人**が入園できないのに対して、秋田では**450人に1人**と、大きく差があります。

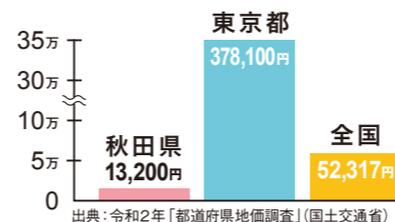


出典:厚生労働省子ども家庭局「保育所等関連状況取りまとめ(2020年4月1日)」から秋田県が算出

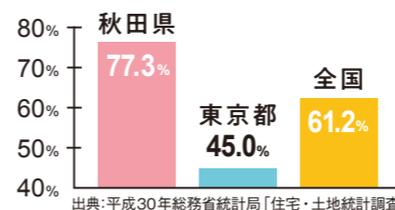
## 住環境

**宅地の平均価格は全国で一番安く、全国平均の3割以下。**宅地価格が低いことから、大きな家でゆったり暮らすことができます。**持ち家住宅率も全国1位!**

### 1㎡当たりの宅地平均価格



### 持ち家住宅率



## 教育水準

**毎年全国でトップクラス**の成績を収めている秋田の児童・生徒の学力。家庭学習の習慣や「探究型授業」など、教育環境に恵まれています。

### 全国学力・学習状況調査



公立小学校6年  
**国語 1位!**  
**算数 2位!**  
(平均正答率)

公立中学校3年  
**国語 1位!**  
**数学 2位!**  
(平均正答率)

出典:平成31年度「全国学力・学習状況調査」(文部科学省)

## 防犯・安全

治安や防犯といった安全面も押さえておきたいポイントです。都会と比べると、犯罪発生も格段に少なく、**安心して暮らせる環境**が整っています。

### 刑法犯認知件数



犯罪の少なさは  
**全国2位!**

出典:令和2年「犯罪統計資料」(警察庁)

# 秋田への移住を 考え始めたら...

まずは登録!



秋田への移住を具体的に考えたい。  
でも何から始めればいいのか? そんなときに役立つ支援制度のご紹介です。

## 移住定住登録

秋田県外から秋田県に移住を希望する方が対象の登録制度です。  
ご登録いただくと、秋田暮らしの実現に向けて継続したサポートを受けることができます。

1. 移住ニーズに合わせた情報を個別にお知らせ
2. 支援メニューや移住相談会などの情報を提供
3. 先輩移住者との交流会などで定住をサポート
4. 移住後の暮らしに関する相談にも対応

登録はこちらから!

秋田県移住・定住総合ポータルサイト  
“秋田暮らし” はじめの一步  
Aターンサポートセンターの  
窓口でも登録可能です。



さらに

## 移住定住登録をして秋田に移住すると、こんな特典が!

### ◆ はじめての秋田暮らし応援事業

引越費用、暖房機器や除雪機械・器具などの購入に要する費用の一部を助成します。

※詳細については、秋田県移住・定住総合ポータルサイト  
「秋田暮らし」 はじめの一步 からご確認ください。



### ◆ 移住お得区プレゼント

秋田のプロスポーツチームの無料招待券などをプレゼント! 「スポーツ立県あきた」を体感しよう。対象となるチームなど、詳しくは最終ページ(P47)へ!

### ◆ ウェルカムパスポート

秋田県内25か所のスポーツ施設や美術館、博物館などでさまざまな特典が受けられる「ウェルカムパスポート」をプレゼント! どんどん活用して秋田ライフをお得に満喫しよう。

# 移住相談なら、 Aターンサポートセンターへ!

暮らしと仕事  
ここで相談!

いざ、移住を検討するようになったとき「どこに相談したら良いの?」と思うはず。  
首都圏でAターンのすべてをサポートしてくれる窓口のご紹介です。

## 幅広い相談に対応します!

- 秋田暮らしの魅力のご紹介  
(自然環境、風土、教育・子育て環境など)
- 仕事(就職・就農・起業など)情報のご案内・相談対応
- 移住相談会など各種イベント情報のご紹介
- 各種移住支援制度のご紹介・あっせんなど



進藤  
相談員



大沼  
相談員

お気軽に  
ご相談ください!

## 相談員に聞いてみました!

Q. 何から相談したら良いかわかりません。

A. 多くの方が、いろいろな思いで相談に訪れます。  
まずは、お話を聞かせてください。その上で、私たちが連携している関係機関とともに、秋田への移住をバックアップします!

Q. どんな相談が多いですか?

A. 仕事に関する相談が多いです。最近は起業やライフスタイルに合った働き方の相談も増えています。就職相談窓口「Aターンプラザ秋田」(P19)と連携し、求人情報の提供や就職相談にも対応。暮らしと仕事の両面からサポートします!

## 相談の流れ

### STEP1 相談予約をしよう。

まずは「Aターンサポートセンター」の窓口、電話(080-9292-5195)か、メール(akita1@furusatokaiki.net)で相談予約を。

### STEP2 窓口へ行こう。

移住までに必要なことなどを一緒に整理し、相談者のニーズに応じた情報提供や、各種窓口を紹介します。  
※窓口へのご来場が難しい方には、TELまたはメールでも対応します。

### STEP3 セミナーやイベントに参加しよう!

首都圏などで開催されている秋田の移住に関するセミナーやイベントの情報もお伝えします。興味があれば、ぜひ参加してみましょう!

オンライン相談も実施しています!

詳しくはこちら▶



## あきたで暮らそう! Aターンサポートセンター

相談日 火曜～日曜(祝日・お盆・年末年始期間・臨時休館除く)  
相談時間 11:15～18:00  
場所 〒100-0006 東京都千代田区有楽町2-10-1 東京交通会館8F NPO法人ふるさと帰郷支援センター内  
アクセス JR有楽町駅(京橋口・中央口(銀座側))下車、東京メトロ有楽町駅(地下直結)  
連絡先 ☎080-9292-5195 Email: akita1@furusatokaiki.net



# 仕事を探すなら!

移住にあたり、一番気になるのは「仕事」。  
県外にいながら秋田での就職先を探す方法が  
わからないという方に、Aターン就職に向けた  
サポートをご紹介します。

## まずはAターン登録をしよう!

### Aターン登録とは…

秋田県内の企業に就職したい  
県外在住者と人材を獲得したい県内企業を結  
ぶ登録制度です。Webサイト「あきた就職ナビ」  
から登録できます。Aターン就職をお考えの皆さん  
はぜひご登録ください!



## "Aターン登録"すると、こんなメリットがあります。

**1 スマホ・PCから手軽に求人情報を  
チェック&応募**  
「あきた就職ナビ」で、職種や勤務地で求人情  
報を検索し、ワンクリックで応募することができ  
ます。またマイページで、希望職種の新着求人  
やこれまでの応募状況を確認できます。

**2 企業からの応募リクエスト**  
企業から、自社求人への応募のオファーが届  
くことがあります。このリクエストに応じて応募  
することで、就職マッチングの可能性が高まり  
ます。

**3 面接交通費の助成あり!**  
県外在住者(社会人に限る)が秋田県内で面  
接を受ける場合、交通費の助成を受けることが  
できます。詳しい要件は「あきた就職ナビ」で  
ご確認ください。

**4 まだまだある! 登録のメリット**  
就職相談会「Aターンフェア」の開催情報や、  
Aターン就職情報誌『あきた日和』の提供の  
ほか、移住に関する情報も登録することで「移  
住定住登録(P16)」が同時にできます。

## 登録はコチラから!

### Aターン就職マッチング支援サイト あきた就職ナビ

#### 公益財団法人 秋田県ふるさと定住機構

場 所 〒010-1413  
秋田市御所野地蔵田3-1-1 秋田テルサ3F  
連絡先 ☎ 018-826-1731  
FAX 018-826-1732



あきた就職ナビ 検索



# Aターンフェアに参加しよう!

秋田へのU・Iターンを希望する方が、企業の担当者か  
ら直接お話を聞ける就職相談会です。東京での開催のほ  
か、正月やお盆の帰省時期には秋田でも開催。昨年から  
は「オンラインAターンフェア」も開催しています。企業ブ  
ースでは職場環境や求人内容の説明が聞けるほか、市町村  
ブースで地域の情報や各種支援制度の相談も受け付け  
ています。お一人でも、家族連れでも参加OK!  
お気軽に会場へお越しください。



Aターンフェアin東京



Aターンフェアin秋田

## 開催スケジュール

東京会場	
東京都立産業貿易センター 浜松町館	2021年10月24日(日) 2022年2月13日(日)
秋田会場	
秋田拠点センター アルヴェ	2021年8月12日(木)
秋田ホテル	2021年12月30日(木)
オンラインAターンフェア	
	2021年6月27日(日) 2021年9月26日(日)

※参加企業などの情報は、Webサイト「あきた就職ナビ」に随時掲載します。  
※新型コロナウイルス感染拡大の状況により、中止となる場合があります。最新の情報は  
Webサイト「あきた就職ナビ」をご確認ください。

## 就職相談窓口「Aターンプラザ秋田」がサポート!

Aターン就職専門の相談窓口です。専門の相談員が希望の職種・  
地域などを丁寧に個別ヒアリングし、県内企業の求人とのマッチングを  
サポートするほか、応募書類や面接のアドバイスも行います。有楽町に  
ある「Aターンサポートセンター」(P17)と連携しているので、暮らしと  
就職の両面から、あなたの移住をバックアップします。対面のほか、電  
話やメール、オンラインでの相談も可能です。



### Aターンプラザ秋田(無料職業紹介所)

相談日 月曜～金曜(祝日・年末年始期間は除く)  
相談時間 9:00～17:45  
場 所 〒102-0093 東京都千代田区平河町2-6-3 都道府県会館7F  
(秋田県東京事務所内)  
アクセス 東京メトロ 永田町駅(地下直結)  
連絡先 ☎0120-122-255 FAX 03-5212-9116  
Email: a-plaza@mail2.pref.akita.jp



## 県内企業の情報ここにもあります!

### 新卒向け秋田県就活情報サイト 「KocchAke!」

登録企業600社以上! 企業を紹介  
する動画や、実際に働いている人の  
インタビューも。既卒者向けの採用  
情報を掲載している企業もあります。

KocchAke!



こっちゃけ 検索

### 県内企業の魅力を発信中! 「WE LOVE AKITA」

秋田県出身者が東京で立ち上げた  
団体「WE LOVE AKITA」が、県  
内企業を取材し、その魅力をWebサ  
イトで発信しています。



WE LOVE AKITA 検索

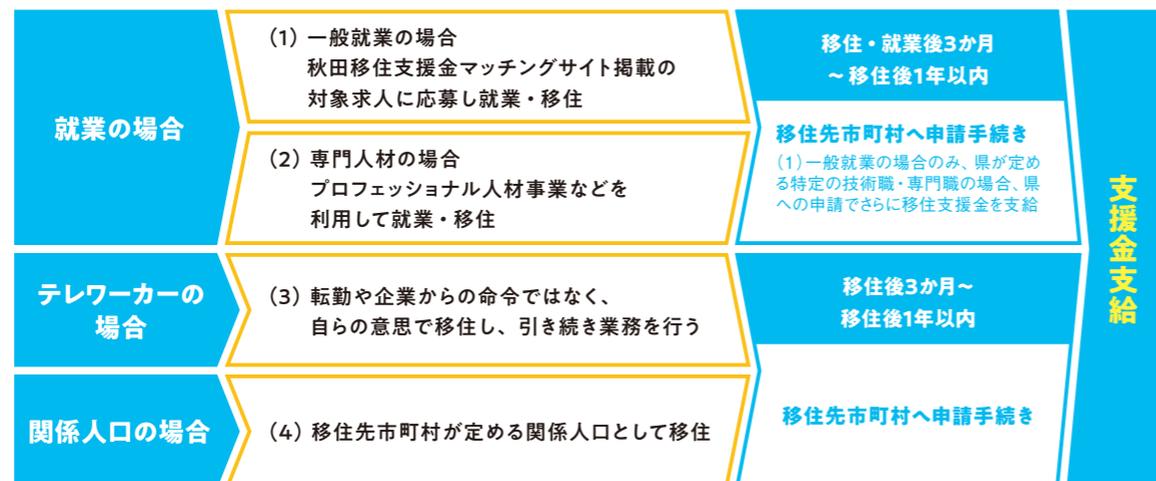
# 東京圏<sup>\*</sup>からの移住者に最大200万円の 移住支援金を支給します!

※埼玉県、千葉県、東京都、神奈川県

移住支援金とは、東京圏からの移住を促進し、県内企業の人材確保を図ることが目的の支援制度です。国、県、市町村が連携し、一定の要件のもと、移住者の方へ支援金を支給します。

① 一般分	② 県単独支援分(加算分)
<p>東京都23区在住者または東京圏から23区内に通勤する方が、以下の要件のいずれかに該当する場合</p> <p>(1) 「秋田移住支援金マッチングサイト」にある移住支援金対象求人に応募し就職</p> <p>(2) 国のプロフェッショナル人材事業または先導的人材マッチング事業により就職</p> <p>(3) 本人の意思により移住し、それまでの業務を引き続きテレワークで実施</p> <p>(4) 市町村が定める関係人口として認められている方が移住</p>	<p>移住支援金対象求人に応募・就職し、特定の技術職、専門職の資格を有する場合、さらに県から上乘せて支援金を支給します。</p> <p>(1) 先進技術の活用を担う技術職 ① 情報産業関連技術職 ② 製造業関連技術職</p> <p>(2) 人材不足が特に深刻な分野の技術職・専門職 ① 建設産業関連技術職 ③ 医療関連専門職 ② 福祉関連専門職 ④ 宿泊業</p>
<p>家族で移住 100万円/世帯</p> <p>単身で移住 60万円/世帯</p>	<p>家族で移住 100万円/世帯</p> <p>単身で移住 60万円/世帯</p>

## 移住支援金受給までの流れ



要件の詳細はこちらから

移住支援金を受給するには、一定の要件を満たす必要があります。要件の詳細は、県・市町村の相談窓口や、下記Webサイトからご確認ください。

秋田県移住・定住総合ポータルサイト「秋田暮らし」はじめての一步 ▶



# リモートワーク移住を全面サポート!

秋田県では、リモートワークを取り入れた移住促進のため、「リモートワークで秋田暮らし支援金」を新設しました。移住支援金や秋田県住宅リフォーム推進事業と一部併用も可能です!

NEW! リモートワークで 秋田暮らし支援金	最長3年間、最大220万円の支給が受けられます!	
	※移住定住登録が必要など対象要件があるため、移住前の事前相談が必要です。	
対象経費	<p>【移住1年目のみ】 通信環境整備費(インターネット回線工事費、パソコンやプリンターなどの周辺機器の購入経費など)、家賃及び賃貸契約諸費</p> <p>【移住1～3年目まで】 通信費(インターネット回線利用料、プロバイダ料)など、本社等との交通費、レンタルオフィス利用料など</p>	
補助率	1/2(家賃及び賃貸契約諸費は1/4)	
限度額	(社員1世帯あたり)1年目100万円、2・3年目60万円	
移住支援金	東京圏からの移住の場合	東京圏以外からの移住の場合
	<p>◆ 家族で移住 100万円</p> <p>◆ 単身で移住 60万円</p> <p><small>※P20①一般分(3)の内容となります</small></p>	<p>◆ 家族で移住 50万円</p> <p>◆ 単身で移住 30万円</p>
秋田県住宅 リフォーム 推進事業	住宅リモートワークの環境整備を含む、移住世帯が居住する住宅のリフォーム費用への助成を行っています。 ▶ P30「住まい探しをお手伝い!」もチェック	

## 「リモートワークで秋田暮らし」ガイドブックも発行!

リモートワーク移住に特化したガイドブックです。県や市町村のリモートワーク移住にかかる支援制度、県内のサテライトオフィスの情報などを掲載しています。移住相談窓口で配布しているほか、「秋田県移住・定住総合ポータルサイト」からダウンロードもできます。



## リモートワークで秋田暮らし支援金相談窓口

秋田県あきた未来創造部 移住・定住促進課 移住促進班

場 所 〒010-8570 秋田市山王4-1-1  
連絡先 ☎ 018-860-1234  
Email: iju@pref.akita.lg.jp

詳細については、秋田県移住・定住総合ポータルサイト「秋田暮らし」はじめての一步をご覧ください。▶



# 事業を始めよう!

秋田で自分なりの事業を始めるとしたら…?

ひとつは「起業」という選択肢。そしてもうひとつが「事業承継」という選択肢。そんなときに頼れる場所や制度をご紹介します。

## 起業したい

まずは相談してみましょう! 秋田でゼロから事業を始めたい! というときに、相談できる窓口です。

### 公益財団法人 あきた企業活性化センター

起業を目指す方に対し、企画・構想の段階から事業化までをサポートします。事業計画へのアドバイスや、補助金の紹介、創業支援室のご案内のほか、起業家交流フェスタも開催しています。

公益財団法人 あきた企業活性化センター  
総合企画部 総合相談課

場 所 〒010-8572 秋田市山王3丁目1-1  
秋田県庁第二庁舎2階

連絡先 ☎ 018-860-5610 <http://www.bic-akita.or.jp/>

### 起業する地域の商工会議所・商工会

商工業の振興発展に努めてきた商工団体としての強みを活かし、夢やアイデアの実現・事業化をプラン作成からトータルサポートしています。起業の夢を応援する創業塾など、商いのプロによるバックアップが充実しています。

商工会議所  
商工会の情報は  
こちらから!



## 起業支援事業費補助金 県内で起業を目指す方に、必要な経費の一部を助成します。

	女性・若者応援枠	地域課題解決枠*
対象者	女性や若者(40歳未満)で県内で起業を目指す方	県内で地域課題を解決する事業計画により起業を目指す方
補助率 補助額	1/2以内 100万円以内  Aターン・移住者の場合 1/2以内 150万円以内	1/2以内 400万円以内
対象経費	設備費・機械器具費・構築物費などの事業拠点費、人材育成費、広告宣伝費、旅費、人件費	
問い合わせ 申請窓口	起業する地域の商工会議所・商工会	

\*一定の要件を満たした移住者が「地域課題解決枠」に申請し、採択・交付決定された場合、最大100万円の移住支援金制度の支給対象になる可能性があります。移住支援金制度に関するお問い合わせは、秋田県移住・定住促進課 ☎ 018-860-1234まで。



## 事業承継

「後継者がいない」「事業承継に不安がある」といった課題を抱える事業者が増えてきています。そこで、これらの事業者と新たに起業したいという方のマッチングを行い、事業承継のサポートを行っています。まずは「秋田県後継者人材バンク」に登録してみませんか? 登録を希望する方は、秋田県事業承継・引継ぎ支援センターまでご相談ください。

### 事業承継のメリット

- 前の経営者の経営資源を承継できる。
- 創業コストを抑えられる。
- Aターンで経営者に!



お問い合わせ 秋田商工会議所 秋田県事業承継・引継ぎ支援センター ☎ 018-883-3551

## 先輩に聞きました!

### 秋田市でガラス工房をオープン

ガラス作家 境田 亜希 (さかいだ あき) さん

### 「秋田でガラスの文化を根付かせたい」 念願だった自分の工房で作品制作の日々

秋田市出身の境田亜希さんは4年前、2度目のAターンをしました。1度目は、働いていた大阪の商社を退社し、モノづくりについて学ぶため秋田公立美術工芸短期大学へ進学。ガラス制作について学び、卒業後は、富山県のガラス工房で働き、ガラス作家としての腕を磨いていましたが、ご主人が秋田で仕事をするようになったことと自身の妊娠を機に、再び秋田に戻ることを決めました。

いつか自分の工房を構えたいと考えていた境田さん。「たまたま見つけた秋田銀線細工のデザイン案の公募に応募したことがきっかけで商工会議所とのつながりができました。工房を持ちたいと相談したところ、手厚く親身に相談に乗っていただき、さまざまな支援制度の紹介をしていただきました」。そして、起業支援事業費補助金(P22参照)を活用して、自身の工房をおとしオープンさせました。現在は、作品作りに励み、県内外で作品を販売しています。今後は、工房でワークショップなどを開催していきたいと考えている境田さん。「たくさんの人に魅力を伝え、秋田でガラスの文化を根付かせたい」と意気込んでいます。



#### profile

さかいだ あき○秋田市出身。4歳の長男の子育てにも奮闘中。自然が豊かな秋田で子育てをしたいと思っていたため、いつかは秋田に戻ろうと思っていたそう



作品は秋田空港や秋田市新屋ガラス工房、食器のさかいだ(秋田市)で販売中

# 地域資源を生かしたローカルベンチャー "ドチャベン"を応援!

地域にインパクトと活力を与える人材の誘致を  
目指して始まったドチャベン (=土着ベンチャー)  
独自のプログラムで秋田での起業・移住をサポートします!



## ドチャベンのねらい

No.1

秋田の地域資源と課題に  
基づいた、ローカルベンチャーの創出

No.2

秋田での可能性やのびしろを感じている、チャレンジャーの呼び込み

No.3

ドチャベンから地域住民が  
刺激を受け、チャレンジ精神が伝播する波及効果

## 起業家応援プログラムの流れ

### セミナー

先輩起業家などによる  
講義やトークセッション  
の実施。

### フィールドワーク

現地で起業家や地域  
資源と触れ合い、アイ  
ディアを醸成。

### ビジネスプラン コンテスト

起業プランの発表。  
優秀者には賞金贈呈!

### プランの実現へ

起業移住の実現に向  
け、引き続きサポート!

詳しくは、秋田県移住・定住促進課(☎018-860-1234)までお問い合わせください!

## コンテスト受賞者の声

### 旅のわツアー

代表 齋藤あゆみ (さいとう あゆみ) さん

### ネットとリアルを繋ぐオンラインツアーで 地域の魅力を発信!

「人が繋がり新しい価値を生む旅」をテーマとしたオンラインツアーのプランで、ドチャベン 2020 銀賞を受賞した齋藤あゆみさん。齋藤さんは、過去にも「旅」をテーマにビジネスプランコンテストで発表を行って来ました。「これまで『人と人を繋ぐ旅行サービス』を主軸にプラン作りを行って来ました。自分のプランの魅力をどのように伝えるかが大きな課題でした。プログラムに参加して、ほかの参加者との交流やセミナーを経て、コンテストでのプラン発表という形にして伝えることで自分のやりたいことがより明確になったと感じます」。齋藤さんは、現在湯沢市を拠点に、地域の魅力を発信するオンラインツアーを主催。コロナ禍でも、自宅に居ながら楽しめるツアーとして県内外から注目を集めています。

秋田の自然や、  
人の魅力を伝えます!



### profile

さいとう あゆみ〇秋田県にかほ市出身。北海道やオーストラリアなど国内外での活動を経て2019年に湯沢市の地域おこし協力隊に着任。着任中に「旅のわツアー」を立ち上げる

# 地域を元気にする力になる、 地域おこし協力隊を募集しています!

都市部からの移住者の活躍の場として年々注目度が上昇!  
あなたのスキルや経験を生かして、地域を盛り上げてみませんか?



## 地域おこし協力隊とは?

地方自治体が都市部からの移住者を「地域おこし協力隊員」として任命し、地域で必要とされるさまざまな活動を行ってもらい、地域を活性化させる取組です。任期は最大で3年間、待遇は自治体によって異なります。

### 情報収集・応募

市町村によってミッションはさまざま  
募集情報を確認しましょう!

県内市町村の募集状況や、  
現役隊員の活動内容は下記  
Webサイトからご確認いただけます。

秋田県移住・定住総合  
ポータルサイト  
「秋田暮らし」はじめての一步▶



### 活動期間

採用後活動地域に移住し  
ミッション達成に向け活動開始!

- 観光資源の発掘やPR
- 移住・定住促進活動
- 地域コミュニティ活動  
etc

先輩協力隊 (OB・OG) で構成される  
「秋田県地域おこし協力隊ネットワーク」  
もサポートします!

### 任期終了後

任期後も各地域に定住し  
活躍している先輩がたくさんいます!

協力隊の経験を生かした起業

地元企業へ就職

地域おこし活動を継続

## 先輩に聞きました!

### 仙北市地域おこし協力隊

東風平 蒔人 (こちひら まきと) さん

### 自身のスキルを活かして、 地域に密着した観光体験を提供

2019年に仙北市の地域おこし協力隊に着任した東風平蒔人さんは、沖縄県出身。秋田県内の大学に進学し、在学中に地域の空き家で学生仲間とシェアハウスを始めたことで、地域社会との関わりに魅力を感じたと言います。「大学卒業後は教育関係の仕事に携わりたいと考えていました。そんなときに出会ったのが田舎体験を活用した仙北市での教育旅行やインバウンド旅行の推進に取り組む協力隊の募集でした」。着任後は地域の方々の協力のもと、新たなアクティビティや旅行プログラムを企画しているとのこと。「協力隊の仕事は、地域との連携が必要不可欠。地域コミュニティに飛び込むのを楽しめる人、起業や就職などその地域で生活したい人には活用してもらいたい制度です」。

現在はコロナ後を見据えた  
アクティビティ作りに取り組んでいます!



### profile

こちひら まきと〇沖縄県出身。秋田市にある国際教養大学入学を機に秋田で生活を始める。その後、仙北市の地域おこし協力隊に着任。旅行プログラムの企画運営に携わる