

秋田県移住ガイドブック

“

”

秋田暮らし

2022-2023

▲ 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！

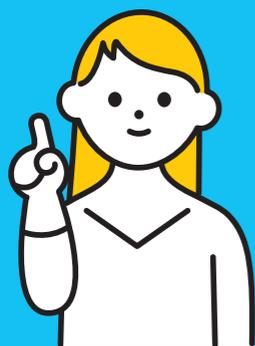
秋田で始める、
自分らしい暮らし。

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始めたら…/ 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。



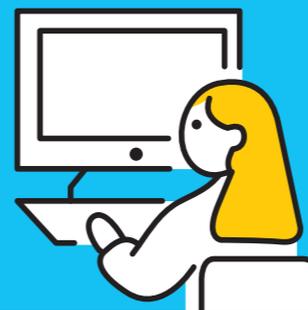
過密な都会生活から離れ、仕事と家庭とのバランスを取りながら、自分らしいライフスタイルを実現してみませんか？



STEP3 体験

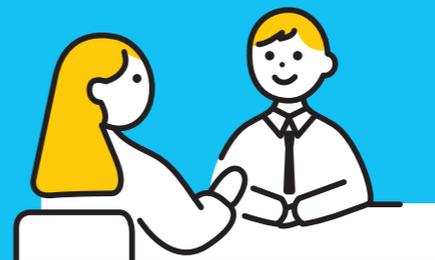
移住前に、実際に秋田での暮らしを体験すると安心です。特に、雪に慣れていない方は冬の秋田を訪れてみましょう。地域の雰囲気を感じたり、頼れる人物に出会えたり、移住への不安も解消されるはずです。

移住までの ステップ



STEP1 知る

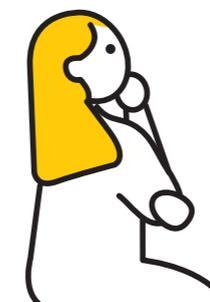
まずは「今の秋田を知る」ことが大切。本誌をはじめ、県や関係機関の発行するガイドブックや、Webサイト、イベントなどで最新の情報を集め、具体的なイメージを膨らませてみましょう。



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。

FumFum..



表紙について

北秋田市、森吉地区の田園風景。初夏、青々とした田んぼのあぜ道を、移住者の高鳥さん親子がお散歩しています。「広大な自然の中で、のびのびと子育てをしています」とインタビューに答えてくれた高鳥さん。詳しい内容はP7をチェック！

INDEX

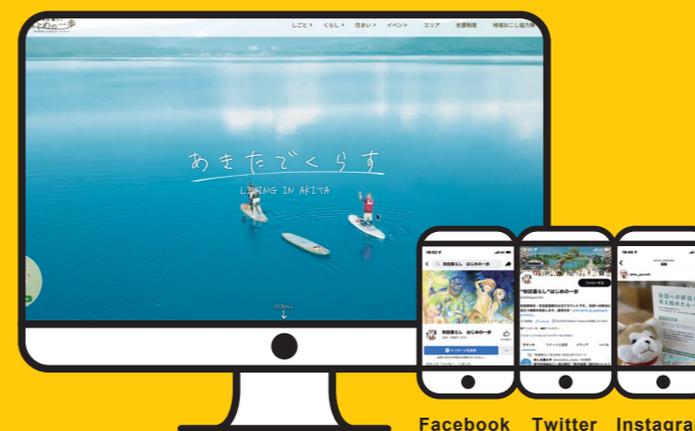
相談
制度

- 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 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 移住支援金を支給します！
- P19 リモートワーク移住を全面サポート！
- P20 仕事を探すなら！
- P21 Aターンフェアに参加しよう！
- P22 ドチャベンを応援！
- P23 地域おこし協力隊を募集しています！
- P24 事業を始めよう！

仕事
暮らし

- P26 就農したい人集まれ！
- P28 林業・漁業もバックアップ！
- P30 ワークーションを実践する団体を応援！
- P31 住まい探しをお手伝い！
- P32 秋田の子育て事情をレポート！
- P34 全国トップレベルの子育て支援
- P36 学力全国トップクラスの秘密
- P37 秋田の教育を実際に体感しよう！
- P38 秋田県市町村ガイド
- P45 移住体験住宅のご案内
- P47 秋田暮らしを応援する お役立ち情報

このガイドブックでは、2022年4月時点の事業を紹介しています。最新の事業内容は、各お問い合わせ先にご確認ください。



Facebook Twitter Instagram

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79分の1!

人口 **934,828人**
(2022年5月1日現在)

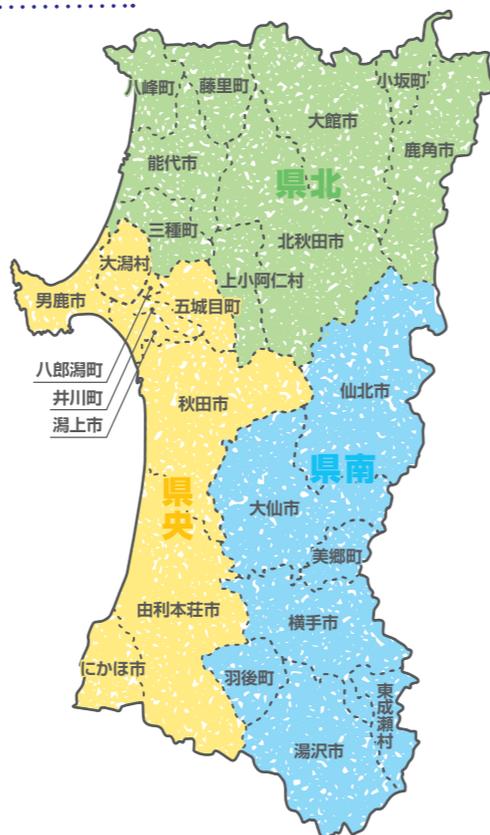
面積 **11,638 Km²**

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!

知っておきたい!

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

*令和元年度「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 / コワーキングスペース シナジー

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。

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。

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

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、多様な祭り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。

動画にアクセス /



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「子育て」「Aターン就職」「リモートワーク」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

北秋田市森吉にある、開放型のプライベートガーデン「森吉 森のテラス」のなかで、高鳥さん親子と、親戚のミノルくんと一緒に遊んでいる様子。



きっかけは教育留学
「ネットで学びたい」と思わせる
秋田の教育環境がすごい！

高鳥 可那 (たかとり かな) さん
木音里 (ことり) さん

神奈川県から北秋田市へ

[移住歴] 2年目 [家族構成] 3人家族

「子どもの自主性が育つ 探究型学習に感動しました」

秋田の教育に感動し 移住を決意

マタギの里として知られる秋田県の阿仁地域。内陸部の大自然に囲まれたこの場所で、家族とともに秋田暮らしをスタートさせた北秋田市出身の高鳥可那さん。大学進学を機に上京し、卒業後は東京で就職しました。その後、神奈川県で結婚し、長女・木音里(ことり)ちゃんを授かります。「私自身、秋田で育ち、東京での結婚、出産を経験して、いつかは田舎で子育てをしたいと思っていました。移住先を検討するなかで、偶然秋田県の教育留学制度(P37)を知りました。当時小学校1年生だった娘の木音里は移住が決まれば必然的に転校になるため、精神的な負担を軽減する意味でも、まずは北秋田市で開催され

た教育留学に参加してみるようになりました」。教育留学とは、秋田県内の小学校で県外の生徒を受け入れ、実際の授業や豊かな自然を体験できるプログラムです。木音里ちゃんの留学先となった阿仁合(あにあい)小学校は、全校生徒数が30人ほどの小さな学校。2つの学年が同じクラスで授業を受ける複式学級で、木音里ちゃんは、1・2年生合わせて9人のクラスで地元の子どもたちと一緒に授業を受けました。「普通科目のほか、探究型学習の授業を参観させていただきました。“阿仁合の魅力”というテーマでグループごとに話し合い、発表するという内容でしたが、一人ひとりが自分の意見を持って発言することに驚きました。都会の学校は人数が多い分、発言をする子が限られてしまったり、授業の内容に

ついて来れない子が出てしまったり、ついて来れない子が出てしまったりします。阿仁合小学校は少人数だからこそ、1人ひとりに発表の機会があり、主体性を持って授業に参加していることが素晴らしいと感じました。たった2日間ですが木音里もあつという間にクラスに馴染み、最終日には別れを惜しんで泣いてくれる友達もできました。本人も楽しかったようで、自分から『阿仁合の学校に通いたい』と話してくれました。私たちもその気持ちを尊重したいと思い、秋田への移住を決意しました」。



01

住まい探しを乗り越えて、 憧れの古民家暮らしを実現

教育留学から2年後の2021年、さまざまな準備を経て、秋田への移住が実現した高鳥さん一家。旦那さんは、東京の仕事を続けながら2拠点生活をしています。可那さんは、移住の準備を振り返って最も大変だったのは住まい探しだったと話します。「私たちが移住先に決めた阿仁合集落には賃貸物件がありませんでした。ここに限らず、里山地域は賃貸物件が無いことが多いです。不動産屋さんもないので自力で家を探さなければいけません。賃貸物件がある地域から車で通うことも考えましたが、雪が降れば学校への送迎や、職場への通勤も困難です。悩んでいたとき、知人を通じて空き家となっ



ていた古民家を紹介してもらいました」。賃貸物件がないため、高鳥さんは築70年の古民家のリフォームを決めます。昔ながらのレトロな木造住宅で、周りは豊かな緑に囲まれています。「空き家の持ち主は秋田を離れて暮らしており、この家を誰かに使ってほしいと引き取り手を探していたそうです。改修にも費用がかかるため悩みましたが、これも縁だと決めました。私たちの家が、空き家や古民家の活用をしたいと思っている人の参考になればいいと思います」。都会での暮らしと比べて「静かに！」と子どもを叱ること

も減り、のびのび暮らすことができているという可那さん。「都会の友人たちが、ふらっと遊びに来て、リフレッシュしてもらえるような家になりたいです」と、朗らかに話してくれました。木音里ちゃんもすっかり秋田の暮らしに慣れ、豊かな自然に囲まれて日々成長しています。



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 ↓	UP ↑	STAY →
交通費 -Transportation expenses-	収入 -Incomes-	生活費総額 -Cost of living-
DOWN ↓	STAY →	STAY →

四季の移り変わりが美しく、自然に癒やされています。
今年は登山やスキーなど自然遊びを満喫したいです！



自然の中で
のびのび勉強中！

02



家族との思い出を胸に、
地元・秋田での暮らしを
スタートさせました。

佐沢 明美 (さざわ あけみ) さん
東京都から潟上市へ
[移住歴] 1年
[家族構成] ひとり暮らし (猫2匹)

「自分を育ててくれた場所で、 今度は私が地域に恩返しをしたい」

父の急逝で家族と自身の 暮らしを見つめ直す

潟上市の海沿いにある藤原記念病院。地元の総合病院として地域に長く親しまれているこの病院に勤務する、潟上市出身の佐沢明美さん。20代の頃、秋田で准看護師となった佐沢さんは、過去にもこの藤原記念病院に勤めていました。「29歳のときに、正看護師の資格を取りたいと一念発起し、働きながら資格の勉強ができる環境を求めて上京しました。東京で無事に正看護師の資格を取得。その後も長らく東京の病院で働き、たくさんの経験を積むことができました。しかし、私が正看護師の資格を取得したのと同時期に母が亡くなり、以来地元暮らしが父の面倒を見てくれていたが、弟の負担

は大きかったと思います。父が高齢になり、私も実家に戻って家族のサポートをしようと考えていた矢先に、その父が亡くなってしまったんです」と、涙ながらに話す佐沢さん。両親を亡くした佐沢さんを励まし、秋田に帰ろうと思わせてくれたのは父の飼っていた2匹の猫の存在でした。「突然飼い主を失い、訳も分からない

ままの2匹を見て、父の暮らした実家のそばで絶対にこの子達と一緒に暮らそう！と心に決めたことで、秋田に帰る決心ができました。私を看護師として成長させてくれた東京の職場も、移住を応援してくれ、今でもとても感謝しています。こうして亡き父が遺した2匹の猫が待つ秋田へ、移住の準備が始まりました。



について直接病院に問い合わせた際に快く面接に応じていただけたのが印象に残っています。その頃はコロナ禍の真っ只中で、医療機関はとてもナーバスな時期でしたが対策を講じて面接をしてもらい、無事に採用となりました。自分を育ててくれた場所で恩返しができると思い、とてもうれしかったです。その後、2匹の猫と一緒に暮らす家も見つかり、およそ4か月間の準備期間を経て、佐沢さんのAターンが実現しました。

23年ぶりの秋田での暮らし、 これからの展望

潟上市に実家がある佐沢さんですが、実家で暮らすという選択肢はなかったのでしょうか。「父が長年暮らした実家は老朽化が進み、あちこち修繕しないと住むことが難しくなっていました。今後秋田で暮らすうえで、実家を建て替えるというのがひとつの目標です。現在は、実家の近くに一軒家を借りて暮らしていますが、引っ越し費用や、暖房機器の購入費など、『はじめての秋田暮らし応援事業』(P16)

東京での経験を活かし、 地元で恩返しをしたい

「私にとっての移住の課題は、仕事と住まい探しの2つでした。仕事は潟上市にある実家の近くで看護師を続けること、住まいは猫と暮らせること。佐沢さんは自分なりの条件を決め、まずは東京にあるAターンサポートセンター(P17)を訪れました。秋田への移住のプロが親身になって話を聞いてくれることが気持ちの面でとても心強かったと話します。「条件に合う仕事が見つからず、不安に思うこともありましたが、いくつか候補を検討し、過去にもお世話になった藤原記念病院でもう一度働きたいという思いが強くなりました。当時仕事を探していたときには求人情報は出ていませんでしたが、採用



を活用して助成を受けることができ、移住自体のコストが抑えられました。東京に比べると冬の暖房費など光熱費はかかりますが、収入が移住前とそれほど変わらなかったことはうれしい誤算でしたね。また、東京には無かった地域との繋がりがあり、ひとり暮らしでも安心です。以前、同僚が山菜のてんぷらをおすそ分けしてくれたときは、本当にこんなことあるんだ！と感動しました。移住から1年が経ち、秋田の暮らしにも慣れ始めた佐沢さん。今後は趣味のダイビングなどで、秋田の豊かな自然を満喫しながら、2匹の猫たちとの時間も大切にしたいと笑顔を見せてくれました。



藤原記念病院

昭和53年の開設以来、40年以上にわたり地域に医療を提供しており、職員の働きやすい環境づくりに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-	住居費 -Housing expenses-	光熱費 -Utility costs-
DOWN ↓	UP ↑	UP ↑
通勤時間 -Commuting time-	収入 -Incomes-	気持ちのゆとり -Clear-
STAY →	STAY →	UP ↑

時間の流れが穏やかで、
日々気持ちに余裕を持って暮らすことができます！

ニャンコたちと過ごす時間が
何よりの癒やし！





出会いは国際教養大学
遠距離恋愛を経て
秋田で入籍しました

03

星 優 (ほしまさる) さん 由真 (ゆま) さん

愛知県から秋田市へ

[移住歴] 3か月 [家族構成] 2人家族

「2人の理想のライフスタイルは秋田にありました」

一度は秋田を離れた2人が秋田で入籍を決めた理由

星 由真さんは、秋田県の大仙市出身。2013年に秋田市にある国際教養大学へ進学し、在学中に愛知県東海市出身の星 優さんと出会い、交際をスタートさせました。卒業後、由真さんは東京の企業で会社員として、優さんは愛知県の高校で教員として働き始めます。一度は秋田を離れ遠距離愛での交際となった2人が、再び秋田へ移住を決めた理由をお聞きしました。

2020年、コロナ禍の影響でリモートワークが可能な会社に転職した由真さん。会社に出社する必要がなくなり、優さんの暮らす愛知県で半同棲生活を始めます。お互いに結婚を意識したころ、由真さんの心境に変

化がありました。「コロナ禍で両親と2年ほど会っていませんでした。自分がこれからどう生きたいかを考えたときに、秋田に帰りたいと思ったんです」(由真さん)。由真さんの素直な気持ちを聞いた優さんも快く移住に賛成してくれました。「僕自身も人混みが苦手、地方の生活に憧れを持っていました。秋田は食べ物もおいしくて自然も豊か。雪道の運転も経験していますし、不安はあまり無かったです。今思えば、学生生活は秋田の暮らしに慣れるにはちょうどいい期間だったのかもしれない」(優さん)。

移住後は公務員として働きたいと考えていた優さん。まずは1年後の公務員試験に向けての勉強から準備を始めました。優さんに勉強に専念してもらうために、移住の準備は由

真さんが主体となって進めました。「秋田への移住相談窓口になっているAターンサポートセンターを利用しました。引っ越し費用を補助してくれる『はじめての秋田暮らし応援事業』やリモートワークに必要な環境整備費を補助してくれる『リモートワークで秋田暮らし支援金』(P19)などの助成が受けられることを教えてもらい、漠然としていた移住へのイメージが具体的にになりました」。2人の秋田暮らしは着実に実現に向かっていきました。



働きやすくて リフレッシュできる環境

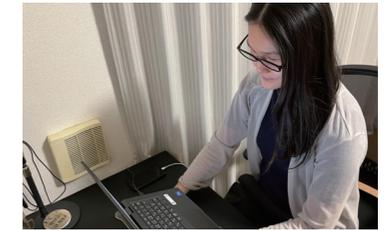
1年後、優さんは無事公務員試験に合格。秋田市役所の職員として働くことが決まりました。そして2022年春に入籍。ついに秋田市への移住が実現しました。移住後、由真さんは月に1度の東京への出張があるものの、基本的にリモートで仕事をしています。そのなかで、県内のリモートワーク環境が充実していることに驚いたそう。「東京のリモートワーク施設は、利用料が高いので、頻繁に利用するのが難しかったんです。利用者が多いので気を遣って作業に集中できないこともありました。秋田のリモートワーク施設は、数は多くないものの、予約が取りやすく内装もおしゃれ！集中して作業ができます。『リモートワークで秋田暮らし支援金』を活用し、助成を受けることもできるのも嬉しいです。正直、移住するまで地方はリモートワーク環境の整備が進んでいないイメージがあったので、秋田の施設が充実していることに驚きました」(由真さん)。



「秋田に来てから、休日が充実しています」と話す優さん。「休みの日は、おいしい飲食店を発掘するために2人で外食に出かけます。食材にこだわっているお店が多く、山菜・海産物など秋田で採れた新鮮な食材が食べられます。厳格そうな店主に話しかけてみると『待ってました!』とばかりに料理のこだわりを語ってくれることも(笑)。そういうコミュニケーションも楽しいです」と笑顔で話してくれました。

2022年の夏、コロナ禍で中止になっていたお祭りも、再開の兆しが見えてきています。「秋田は、『秋田

竿燈まつり』や『男鹿のナマハゲ』など土着的で日本らしい伝統行事が残っていることが大きな魅力だと思います。そんな文化を自分たちも体験して、とことん秋田を楽しみたいと思います」(優さん)。始まったばかりの2人の秋田暮らし、これからどんどん充実しそうです!



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-
STAY →	👍 DOWN ↓	UP ↑
交通費 -Transportation expenses-	収入 -Incomes-	生活費総額 -Cost of living-
👍 DOWN ↓	👍 STAY →	👍 DOWN ↓

秋田暮らしはこれから貯金したい若い世代にもおすすめです!

貯金も増えて
生活の質が上がりました



数字で

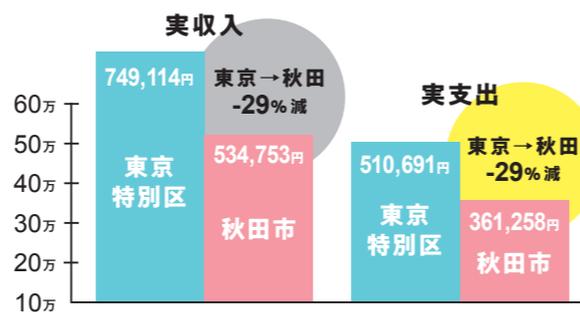
秋田暮らしの魅力を紹介します!

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、支出面も物価水準の違いなどから秋田の方が低いため、収入と支出のバランスは**首都圏と大きな違いはありません。**

収入・支出



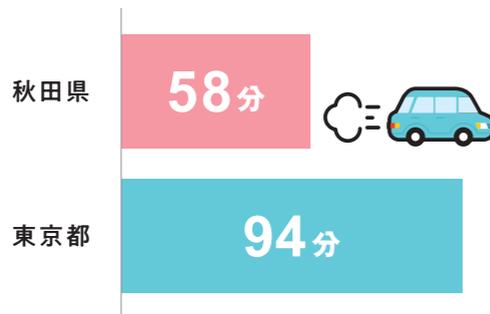
出典:「令和3年の各家計調査結果」(総務省統計局)から秋田県が作成

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。**

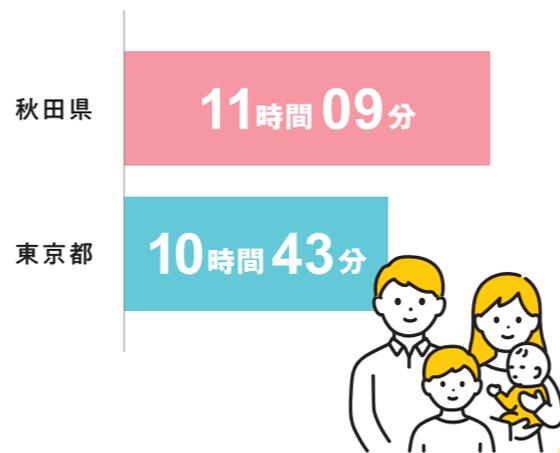
通勤時間の短さは**全国2位!**



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

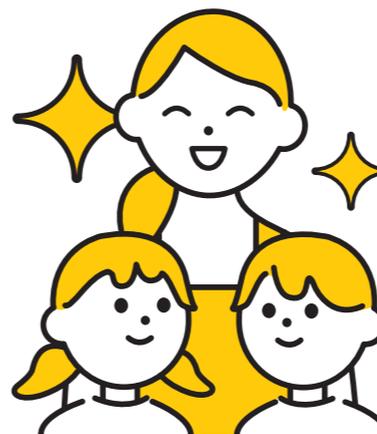
生活時間

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魅力のひとつです。**保育園の入りやすさ**は、東京と比べて**6倍!** 全国平均と比較しても**4倍**です。



出典:「保育所等関連状況取りまとめ(2021年4月1日)」(厚生労働省子ども家庭局)から秋田県が算出

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!

(平均正答率)

公立中学校3年
国語 2位!

(平均正答率)

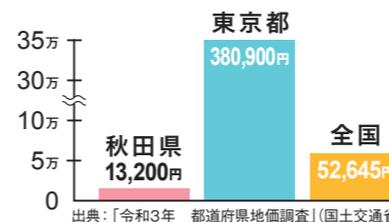
総合で
全国 2位!

出典:「令和3年度 全国学力・学習状況調査」(文部科学省)

住環境

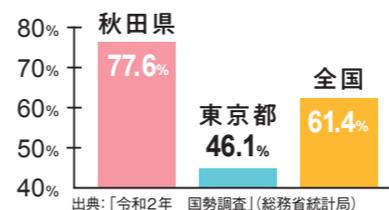
宅地の平均価格は**全国で一番安く**、**全国平均の3割以下**。宅地価格が低いことから、マイホームを所有している人が多いです。**持ち家住宅率も全国1位!**

1㎡当たりの宅地平均価格



出典:「令和3年 都道府県地価調査」(国土交通省)

持ち家住宅率



出典:「令和2年 国勢調査」(総務省統計局)

安全・安心

防災対策・対応をしっかりと行っている**「災害に強い県」**です。犯罪発生も格段に少なく、安心安全に暮らせる環境が整っています。

安全・安心なまち
全国1位!



出典:「令和3年 ESGテラスタ安全安心なまちランキング」(サステイナブル・ラボ(株))

秋田への移住を 考え始めたら...

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。

まずは登録！



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、暖房機器やスタッドレスタイヤ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 28 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



お気軽に
ご相談ください！

大沼
相談員

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」(P21)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」の窓口に、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法人ふるさと回帰支援センター内
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



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!

※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

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

- 「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業
- 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業
- 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
- 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
- 「起業支援事業費補助金（地域課題解決枠 P24）」の交付決定を受けた方

家族で移住
100万円/世帯
18歳未満の子ども1人あたり
30万円（市町村による）

単身で移住
60万円/世帯

② 県単独支援分（加算分）

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、さらに県から上乗せで支援金を支給します。

(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

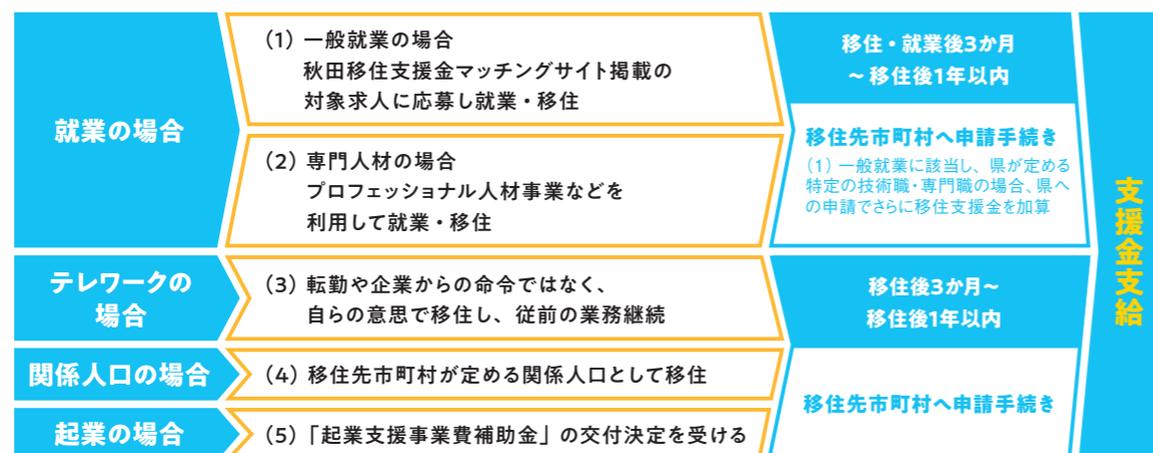
(2) 人材不足が特に深刻な分野の技術職・専門職

- ① 建設産業関連技術職 ④ 宿泊業
② 福祉関連専門職 ⑤ 運輸業
③ 医療関連専門職

家族で移住
100万円/世帯

単身で移住
60万円/世帯

移住支援金受給までの流れ



支援金支給

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、転入を予定している市町村の移住相談窓口や、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」を実施しています。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!

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! <small>※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。</small>	
	対象経費	【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 【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
	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
	◆ 家族で移住 100万円 18歳未満の子ども1人あたり+30万円 ※市町村による ◆ 単身で移住 60万円 ※P18①一般分(3)の内容となります	◆ 家族で移住 50万円 18歳未満の子ども1人あたり+15万円 ◆ 単身で移住 30万円
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。 ▶ P31「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のサポート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、下記QRコード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。▶



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が届く!**
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!

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	2022年10月30日(日) 2023年2月12日(日)
秋田会場	
秋田拠点センター アルヴェ	2022年8月12日(金)
ANAクラウンプラザホテル秋田	2022年12月30日(金)
オンラインAターンフェア 2022年9月25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。



Aターンフェア in 東京



Aターンフェア in 秋田

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! (こっちゃけ!)」

企業情報700社以上! 企業を紹介
する動画や、先輩社員のインタビュ
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

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

焼き鳥ソリレス
オーナー 中島康博 (なかじま やすひろ) さん

ふるさと秋田で、地場食材のおいしさを
確かな味とともに発信したい!

秋田を離れたことで、
比内地鶏の魅力が再認識しました!



profile

なかじま やすひろ○秋田県秋田市出身。2022年夏に、秋田市内に飲食店をオープン予定。自身のYoutubeチャンネル「なまはげファミリー」でも秋田の魅力発信を行っている

秋田市出身の中島康博さんは、高校卒業後上京し、長らく東京で飲食業に携っていました。「東京で比内地鶏を提供する飲食店に勤めていた際、本場であるはずの秋田で比内地鶏が食べられる店が少ないと感じ、これはチャンスと思いました。コロナ禍を機に地元秋田に戻って比内地鶏の魅力を伝える飲食店を開きたいと考え、その第一歩としてドチャベンへの参加を決めました。プログラムに参加して、講師陣のサポートが充実していると感じました。これまで地元との繋がりがあまりなかった私ですが、講師の皆さんを通じて、秋田での人との繋がりが大きく広がり、より具体的なビジネスプランを組み立てることができました。秋田で起業に挑戦したい方にはぜひ積極的に活用してもらいたいですね。」

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活かして、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」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!

協力隊の経験を活かした起業

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!

上小阿仁村地域おこし協力隊
折笠 昭宏 (おりかさ あきひろ) さん

ここでしかできない、
里山集落の課題解決に取り組みたい!

「コロナ禍でオンラインでのやりとりが増え、関東に住む必要性を感じなくなりました。そこで以前から興味があった地域おこしに挑戦してみようと思いついて応募を決めたんです」と、話すのは2021年に上小阿仁村の地域おこし協力隊に着任した折笠昭宏さん。「里山に住んで地域の課題解決に取り組みたい、といった自分なりの条件で絞り込んだ結果、上小阿仁村の募集がぴったりだったんです。着任後は『関係人口の創出』というミッションで、前職のスキルを活かした村のお年寄り向けのスマホ教室の開催や、観光事業の再建などに携わっています。休日にはキャンプやスキーなど、念願の自然に囲まれた暮らしも満喫中と笑顔で話してくれました。」

農業など、地元の色々な
産業に携わっています!



profile

おりかさ あきひろ○茨城県出身。幼少期から自然に親しみ、学生時代には環境問題について学ぶ。IT関連の造詣も深く、高齢者向けの技術サポート事業などを行っている

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、起業家の交流イベントも開催しています。

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 <https://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、高い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*	大学連携枠
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	県内外の大学、短期大学在学学生または卒業生(30歳未満)で県内で起業を目指す方
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	1/2以内 150万円以内
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。(P18参照)

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 <https://akitacci.or.jp/hikitsugi/>

先輩に聞きました!

三種町で「TANEHUB」をオープン

株式会社タネハブ 代表社員 小川 智恵(おがわ ともえ)さん

空き家を活用したコリビングスペースで人と人がつながる空間を創出

三種町にあるシェアハウスやコワーキングスペースなどの機能を備えたコリビングスペース「TANEHUB」。代表の小川智恵さんは、もともとダイビングの島として欧米人に人気のタイの離島で海外のノマドワーカーなどの長期滞在者向けの施設を運営していました。「ノマドワーカーやバックパッカーは華やかな観光地より、現地の暮らしに密着した滞在を求めます。世界した父の故郷・三種町の空き家には、海外の長期滞在者が求める『ローカルな魅力』があると確信しました。三種町は過疎化が進み、空き家問題などの課題が山積みです。この現状を逆手に取り、空き家を活用した新しいコミュニティスペースを作りたいと、三種町での起業を決めました。都会に比べて秋田は資金的、人的なサポートが手厚く、起業に挑戦しやすい環境です。私も、自治体や商工会などたくさんの方に相談し、起業支援事業費補助金(P24)などの助成を受けることができました。小川さんは、TANEHUBを色々なことに挑戦する人たちの受け皿として機能させたいと今後の展望をお話してくれました。



profile

おがわ ともえ〇神奈川県出身。国外での活動経験を活かし、現在は三種町を拠点に、デザイン制作の仕事を行うかわら、TANEHUBの運営を行っている



今後はTANEHUBを地域のワークショップスペースとしても活用したいと小川さんは話す