



ふくがましまし
ふくしまし。

Life in
Fukushima City



ふくしまの桃源郷「花見山」に
花々が咲き誇る春
宝石箱と称される
ふくしまのくだものが届く夏
木々の葉も色づき
お囃子がきこえる秋
雪化粧のなか、
いで湯の里でいやされる冬

春夏秋冬
ふくしまには、
色とりどりの暮らしがあります。

Summer

夏は果物

さくらんぼやモモなどの
旬の果物が楽しめます。

Spring

春は花

桜・ハナモモ・レンギョウ
などが咲き競う
花見山へ出かけましょう。



ふくしまで **ジブン** 色の新生活を



信夫山から望む福島市街地と吾妻連峰

ふくしまし 移住ガイドブック

CONTENTS

福島市ってどんな街？	04
ここがおすすめ福島市！	06
ふくしまライフ 年間カレンダー	
データで見る福島市	08
移住者インタビュー	
子育て編 黒澤 悟史さん・有里恵さん	10
起業編 永井 康統さん	12
就職編 近藤 仁美さん	13
さまざまな支援制度	14

Winter

冬はぬくもり

湯気の立ちこめる
雪見風呂で癒しの時間を
ごゆっくり。

Autumn

秋はにぎわい

秋祭りの季節。
市内各所からお囃子が
きこえてきます。



福島市ってどんな街？



福島の桃源郷 ここにあり！ 花見山

4月には数々の花が咲き誇り、まるで桃源郷のような花見山。全国から観光客が訪れる市内随一のお花見スポットです。



県都・福島市の玄関口！ 福島駅

日帰りで東京と行き来できる県都・福島市。その玄関口として多くの人が利用するのが福島駅です。東口では、生誕100周年を記念して造られた故・古関裕而氏のモニュメントが出迎えます。



東北唯一のJRA競馬場！ JRA福島競馬場





▶ MOVIE
空からの
福島市ガイド



ふらりと行けるのが魅力！

3つの温泉郷

飯坂温泉・土湯温泉・高湯温泉は、福島市中心部から気軽にふらりと行ける温泉地。泉質の異なる3つの温泉郷で、湯めぐりをお楽しみください。



満天の星が輝く天空の楽園！ 浄土平

標高1600mに位置する浄土平。ここから仰ぐ星空はとても美しいことから、全国天文ファンの聖地とも呼ばれています。

フルーツ王国ふくしまが誇る！
フルーツライン

市内西部を貫くフルーツライン沿いには、たくさんの観光果樹園や果物の直営店が軒を連ねています。旬の果物が身近にあり、果物狩りも体験できます。



伝統が息づく憩いの場！

しのぶやま
信夫山

市内中心部にぽっこり浮かぶ信夫山は、福島市民の憩いの場。例年2月には、伝統行事である「信夫三山 暁まいり」が行われます。



紅葉の絶景スポット！
磐梯吾妻スカイライン



ここがおすすめ福島市!

居酒屋がたくさん!



おいしい地酒や郷土料理が楽しめる居酒屋がたくさんあります。お気に入りのお店をぜひ見つけてみてください。



おいしい食べ物!



果物が新鮮!

福島といえば、おいしい果物! フルーツ王国と称されるほど生産がさかんな桃・梨・りんごなど、季節の果物をぜひ味わって!

荒川は国土交通省の河川水質調査で「水質が最も良好な河川」と評価され、10年連続で水質日本一に選ばれています。清流を間近で体験できる「地蔵原堰堤」は特におすすめ!

日本一の水質を誇る荒川



豊かな自然!

吾妻山の雪うさぎ



雄大な吾妻連峰から感じる自然

四季の移ろいを感じられる吾妻山は、市内各所から眺めることができ、市民の心のやすらぎにもなっています。



9月

8月



7月



6月



5月



4月

ふくしまライフ年間カレンダー

●芋煮会 学校や職場の仲間集まり、「芋煮」という鍋料理をつくって食べます。

●福島わらじまつり 日本一の大わらじを奉納するほか、わらじ踊りなどが行われます。



●ふくしま花火大会 信夫ヶ丘緑地で約1万発の花火が打ち上げられます。

●エアコンや扇風機を準備 夏は盆地ならではの暑さ。冷房器具をそろそろ準備しましょう。

●小学校鼓笛パレード 中心市街地に児童たちの元気なアンサンブルが響きわたります。



●お花見シーズン到来 花見山をはじめとした数多くの花の名所が見ごろを迎えます。
●雪うさぎ 吾妻小富士の残雪によって、山肌にうさぎさんが浮かび上がります。

豊かな自然の中での ツーリングは最高!



市内西部に位置する磐梯吾妻スカイライン周辺は、大自然が届ける美しい景観が自慢です。



仲間と、家族と、遊ぶ!



芋煮会や BBQを楽しもう!



自然が身近だからこそ、バーベキューや芋煮会を気軽に楽しめます。秋には水林自然林や広瀬公園などで多くの人でにぎわいます。

街を歩いてみよう!あなたの お気に入りのお店が見つかるかも!

さまざまな都市機能が集まる中心市街地は、県都としての広域的な役割を果たしています。福島駅前通りは、笑顔と賑わいを生むシンボルストリート。駅周辺には、個性豊かでこだわりのあるお店も…。



日々の暮らしを楽しむ!

「いいでん」と 「あぶきゅう」



JRのほか、「いいでん」の愛称でおなじみの飯坂電車や、「あぶきゅう」の名で親しまれている阿武隈急行が走っています。



市民の通勤・通学の足として、欠かすことのできない役割を担っています。



3月



2月



1月



12月



11月



10月

●そろそろ夏用タイヤに交換
冬用から夏用にタイヤを交換する時期です(年によって前後します)。



●信夫三山
暁まいり
日本一の
大わらじを
約1000人
で担ぎ上げ、
羽黒神社へ
奉納します。

●うそかえ祭り 災いを嘘に変えてくれる木彫りの「うそ鳥」を高畑天満宮で授かることができます。

●路面の凍結に注意! 福島市は、積雪より路面凍結が多いです。12月~2月は路面の凍結に注意しましょう。

●そろそろ冬用タイヤに交換
小雪が舞い始める季節。タイヤを冬用に交換しましょう。

●こたつやコートを準備 朝や夜は暖房が恋しくなる時期。暖房器具をそろそろ準備しましょう。



●飯坂けんか
祭り 山車同士がぶつかり合う勇壮な祭りでです。

データで見る福島市



気 候



夏

- 福島市の夏は盆地特有の暑さで、38℃を超えることも。
- 昼夜の寒暖差によって、味が濃縮された美味しい果物ができるといわれています。



冬

- 積雪や路面の凍結に注意が必要です。
- 雪の量は県内の会津地方（西）よりは少なく、太平洋側の地域（東）よりは多いです。気温が低い場合、一度降るとなかなか溶けず、雪が残ることも。



●真夏の水遊び（十六沼公園）



●夏の日差しで色づく果実（桃狩り）



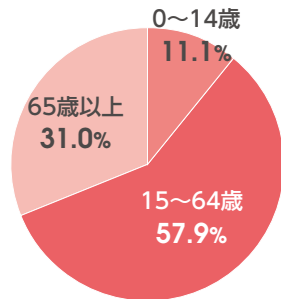
●雪見風呂（野地温泉）



人 口

28万5,448人
12万5,465世帯

2020年7月1日時点



災 害

福島市に台風が上陸する際は、勢力が弱まっていることが多く、上陸件数も日本国内の他の地方と比較すると少ない傾向があります。

また、福島市は内陸にあるため、地震による津波の被害はありません。



面 積

＼東京23区より大きい！／

福島市

767.72 km²

東京23区
の合計

627.57 km²



保育・教育機関

●保育所、認定こども園

総数 **82施設**

内訳)

- 市立保育所 …… 11
- 私立保育所 …… 34
- 認定こども園 …… 15
- 地域型保育 …… 22

●幼稚園

- 市立 …… **10園**
- 私立 …… **12園**
- 国立 …… **1園**



●小学校

- 市立 …… **48校**
- 私立 …… **1校**
- 国立 …… **1校**

●中学校

- 市立 …… **20校**
- 私立 …… **2校**
- 国立 …… **1校**



医 療

福島県内で最先端の医療技術を誇る福島県立医科大学附属病院をはじめ、地区ごとに医療機関が充実しています。

- 病院 **21** 箇所
- 一般診療所 **257** 箇所
- 歯科診療所 **138** 箇所

〔2019年4月1日現在、令和元年度中核市都市要覧より〕

●人口10万人当たりの医師の数

407.6人

11位 / 中核市60市中

〔令和元年度中核市都市要覧より〕



夜間の
急病も安心

市内中心部の「上町テラス」内にて毎日診察。

- 内科・外科 18:30～翌朝7:00
- 小児科 18:30～22:00

〔2020年4月1日現在〕

比べてみました

通勤時間中央値

福島市 (福島県)
22.2分

特別区部 (東京都)
42.3分

横浜市 (神奈川県)
52.3分

1か月あたりの家賃平均

福島市 (福島県)
44,179円

特別区部 (東京都)
88,473円

横浜市 (神奈川県)
72,524円

1住宅あたり延べ面積

福島市 (福島県)
98.62㎡

特別区部 (東京都)
62.45㎡

横浜市 (神奈川県)
75.83㎡

[平成30年住宅・土地統計調査より]

ふくしまの水

福島市の水道水は、モンドセレクション最高金賞と国際味覚審査機構 優秀味覚賞をW受賞！世界が認めた水とともに生活しています。



1世帯あたりの支出金額

[総務省 家計調査 2017年～2019年の平均より]

●納豆への支出金額

1位

福島市

年間 **6,601円**

スーパーマーケット
には多くの納豆が
並びます。



●桃への支出金額

1位

福島市

年間 **6,858円**

2位のおよそ倍の
金額。福島市民は
桃を愛している!?



交通事情

中心市街地は平坦なので自転車での移動も便利です。路線バス・高速バスも便利です。…とは言っても、福島市は車社会のため、車での移動が一般的です。

●福島駅乗車人員

1日平均 16,219人

[2019年度 JR東日本 Webサイトより]

一番利用者が多い新宿駅は
1日平均775,386人

●高速道路のインターチェンジ

4つ

●駅の数

JR **7 駅**

福島交通飯坂線... **12 駅**

阿武隈急行 **5 駅**



商業施設

●スーパーマーケット

- ・ヨークベニマル.....12店舗
- ・いちい.....11店舗
- ・イトーヨーカドー、イオン ほか

[2020年8月現在 各社Webサイトより]

●コンビニ

- ・セブンイレブン.....67軒
- ・ファミリーマート.....32軒
- ・ローソン.....19軒

[2020年8月現在 各社Webサイトより]

ホームセンターや
ドラッグストアも充実!



子育て

自然も首都圏も身近な存在！
いつでも帰って来られる
ふるさとを子どもたちに

福島市出身の悟史さんと、伊達市出身の有里恵さんは、2013年に埼玉県で結婚。悟史さんは美容師として、有里恵さんは幼稚園教諭として働きながら、2人の子玉に恵まりました。

転機が訪れたのは、2人目の子が誕生した翌年の2019年のこと。悟史さんはそろそろ独立して自分のサロンを開くことにしたのですが、夫婦揃って福島県出身だったため、お互いの実家の近くで暮らした方が子育ての面からも安心だろうと考え、Uターンを決意しました。「2021年度に長女が小



左から
黒澤 有里恵さん・悟史さん
2人とも福島県出身。埼玉
県から2020年にUター
ン。家族4人暮らし。

学校へ入学することも踏まえ、その前年に福島へ引っ越して、1年間地域に慣れ親しむ時間を作った方がいいだろうとも考えたんです。

こうして2019年末に埼玉県の美容室を退職した悟史さんは、翌年1月から単身で福島市の実家に戻り、開業準備、店舗探し、家族4人の住居探しを同時に進めました。有里恵さんは2人の子どもたちと埼玉での生活を続け、2020年3月下旬に退職し福島市へ。新しい環境で家族4人の生活が始まりました。

現在は、ファミリー層が多く住む住宅地の賃貸アパートで暮らしています。悟史さんのサロンは2020年5月にオープンし、リピーターも徐々に増えてきたところ。しばらくは定休日なしで営業すると決めたため、土曜・日曜は有里恵さんが子どもたちを連れて様々な場所へ出かけています。「カフェやパン屋さんが好きでよく行きます。首都圏ではどこに行っても有料駐車場を利用するのが当たり前でしたが、福島は無料の場合が多いので気兼ねなく出かけられて嬉しいです」。市の教育文



休日は外でのびのび！ 無料で利用できる公共の遊び場や自然と触れ合える環境が充実



助かる! 子育て支援

＼手厚い!／

子どもの医療費の助成

高校3年生まで医療費と入院費が無料。助成を受けるためには、あらかじめ登録の手続きが必要です。

図 福島市役所 地域福祉課 TEL 024-525-3747

＼上手に活用しましょう!／

福島市ファミリーサポートセンター

保育所や放課後児童クラブ、習い事などへの送迎はもちろん、冠婚葬祭などの外出やリフレッシュ時の預かりもOKです!

図 福島市ファミリーサポートセンター TEL 024-526-0612

＼仕事が忙しくても安心!／

こども緊急サポートふくしま

病気などで保育施設等に預けることができないお子さんを預かります。急な発熱時の預かりや受診代行も対応!

図 こども緊急サポートふくしま TEL 024-597-6966



サロンは定休日なしで営業。月1回ほどの家族揃っての外出は貴重な団らんタイム

イチオシ! 子育て支援

●特色ある幼児教育・保育の推進!

外国語や身体機能向上、芸術・文化・伝統継承など、各施設が実施する個性豊かで特色ある幼児教育・保育の新たな取り組みを支援しています。

図 福島市役所 幼稚園・保育課 TEL 024-525-3750

●認可保育施設の多子世帯の保育料を軽減します!

一定の所得要件を充たし、18歳未満のお子さんが2名以上いる場合、0～2歳児の保育料は、2人目半額、3人目無料となります。

図 福島市役所 幼稚園・保育課 TEL 024-525-3750

●放課後児童クラブの多子世帯利用負担を軽減します!

第2子以降の放課後児童クラブ利用料を減額します。

図 福島市役所 こども政策課 TEL 024-525-3767

●福島らしい思い出に残る給食を提供します!

市内食材を活用して、地産地消を推進し、給食費の負担を軽減!

図 福島市役所 教育施設管理課 TEL 024-525-3706

〈子どもたちの遊び場が充実!〉



SFCももりんパーク

こむこむ

化複合施設『いむこむ』や、さんどパークなど、無料で利用できる子ども向け公共施設の存在にも助かっているそう。有里恵さんは、保育所に子どもたちを預け、平日は認定こども園で働いています。「病院や保育所、スーパーマーケットなど重要な施設は生活圏に揃っているの、不便だと感じることはありません。野菜の直売所が多いので、旬のおいしい野菜が安く手に入る点も気に入っています。」

移住して良かった点を、次のように話してくれました。「良い子育て環境だと思っています。自然のそばで四季を感じながら暮らすことで感受性が養われ、必要があれば実家にも行けます。一番良かったと思うのは、子どもたちが成長した時、進学・就職で首都圏に行くこともできるし、地元に戻って来られるという選択肢と安心感も与えてあげられること」。十数年先を見据えた愛情がひしひしと伝わってきます。



起業

おいしさと6次化で勝負！
震災で苦境に立った農業を
未来ある生業へと再生



NPO法人0073代表
永井 康統さん

神奈川県出身。2018年
から地域おこし協力隊
として移住。

「信天山の烏ヶ崎からの眺めは最高！温泉がいっぱいあるのもいいよね。でも一番はやっぱり米かな」と福島の魅力を語る永井康統さん。福島市東部にある山に囲まれた米どころ、大波地区で、営農支援と地域振興に取り組んでいます。

かつて東京電力の社員だった永井さんは、東日本大震災の翌年、大波地区の除染担当者として、家族を神奈川県に残して単身赴任。原発事故の影響で苦境に立つ農家の姿を目の当たりにし、「自分に何かできることはないだろうか」と休日を利用して、首都圏に大波米を売り込む活動を開始。大波米の本格販売のため、悩んだ末、東京電力を退職して、NPO法人0073（おこな



自宅で精米作業。注文を受けてから精米した新鮮な米を発送します

み」を立ち上げ、米のPRに専念するようになりました。2018年には、地域おこし協力隊として現住所を大波地区に変更し移住。「大波米は、冷めた時に美味しさが際立ってわかるお米で、弁当屋さんに褒められたお米です。最初は友人を中心に販売していたけれど、おいしいという口コミで販路が広がり、2019年度は約8トンのこしひかりが売れました」。

現在は「稼げる農業」の素地づくりと、就農を希望する若い世代の移住者を増やすことを目標に、サツマイモの栽培支援や6次化商品の開発もスタート。2020年4月には18歳の若者が1人、大波に移住し、農業に取り組んでいます。「米やサツマイモの栽培にプラスして、切り餅や干し芋、冷凍焼き芋など高付加価値の6次化商品で通年販売できる仕組みを確立したい。大波地区を若い世代が農業に夢を持って集まる元気な地域にしていきたい」。大波の人々と永井さんの熱い挑戦は続きます。



地域振興の一環として、月一回の子ども食堂を実施。8月は流しうめんを開催



就職

私の行くべき場所はここ！
食材への愛と農への敬意を
大切に紡ぐ新天地



食堂ヒトト勤務
近藤 仁美さん

東京都出身。都内レストランでの勤務を経て、福島市へ2020年に移住。

「食や農への考え方にすごく共感できて、ここでなら自分のやりたい仕事ができると思うたんです」と語るのは、東京都で生まれ育った近藤仁美さん。2020年4月に福島市へ移住し、中心市街地に店を構える食堂ヒトトで調理スタッフとして働いています。

近藤さんの祖父は自分の手で畑を耕す生活が夢で、実家には農業についての本がたくさんあったそう。「母もアウトラドアや自然が好きで、そんな環境で育ったからか、私もいつかは東京を離れて、自分で育てた野菜で料理をするような生活がしてみたいと考え始めました。自然が豊かで、東京から1時間ちよつと

でアクセスできて、冬はあまり雪深くない場所が理想だったため、実は福島市は理想の候補地の一つでした。」

東京ではオーガニックレストランで調理師として勤務しており、オーナー同士が知り合いだった縁で食堂ヒトトと出会います。素敵な店だと聞いて、食事をしに何度か福島を訪問。スタッフと話すと、フイリングもびつたりでした。「私が行くべき場所はここだ！」と実感。ヒトトの料理は様々な理論に基づいて調理しており、食材と日々真摯に向き合っています。その姿勢が格好いい！だからこそ力が湧いてくるような魅力ある料理がつくれるんですね。」

街のそばに山が連なり、空が広い。地元で育つ野菜や果物がおいしい。そんな福島市の豊かな風土も好きだと話す近藤さんの笑顔は、この街の中でひと際輝いて見えます。

食堂ヒトトで使う食材はほとんどが福島産。採れたての新鮮な食材を調理できる贅沢さを日々感じています



食堂スタッフのみんなと、山並みと夕陽がきれいなスポットにお出かけ。



さまざまな支援制度

Step 1

移住を具体的に考えてみよう！



仕事

就業して生活したい！

● UIJ ターン移住支援金

東京圏から福島市に移住し、福島県のマッチングサイト「Fターン」掲載企業の求人により就業した方に支援金を交付します。

● UIJ ターン保育士等就労支援補助金

保育士なら！

福島県外から転入し、市内の認可保育施設等で保育士、幼稚園又は保育教諭として就労する方に必要経費を補助します。



福島市で起業したい！

● UIJ ターン移住支援金

東京圏から福島市に移住し、福島県の起業支援事業により、起業支援金の交付決定を受けて起業した方に支援金を交付します。



● チャレンジショップ

小売・サービス業での起業を目指す方に、最長1年6か月まで貸しスペースを提供します。

農業で生活したい！

● 農業次世代人材投資事業

新たに農業経営を目指す方へ、最長5年間、資金を交付します。

● 青年等就農資金

新たに農業経営を始める45歳未満の方に、無利子で資金を融資し、農業経営を支援します。

● 週末ファーマー体験講座

将来の農業経営を目指す方に、生産から販売までの実地体験及び講座を開催します。



住まい

空き家を買いたい・借りたい！

● 空き家バンク

空き家の売買等の情報を掲載。農地の取得条件が緩和され、農地付き空き家を取得しやすくなりました。

賃貸住宅に住みたい！

● 移住希望者向け市営住宅

市営住宅の中で移住者向けの部屋を整備。単身者から家族まで幅広い層が利用できるよう住戸を提供します。

Uターンで祖父母と暮らしたい！

● 多世帯同居・近居支援事業

福島市内で3世帯以上の同居・近居(2km以内)するため住宅等取得した方に対し、福島県多世代同居・近居推進事業に上乗せ補助を実施します。

Step 2

現地に行ってみよう！

● 福島市移住希望者宿泊費補助

福島県で実施する「ふくしま移住希望者交通費補助」を利用し本市を訪れ、市内宿泊施設へ宿泊した方へ、宿泊費の半額(上限5千円)を補助します！

Step 3

移住が決まったら！

● 新生活応援移住準備支援金

福島市へ移住するため引っ越しをした方に、引っ越し代の半額(上限15万円)を補助します。

● 福島市湯めぐりパスポート

特定の条件を満たした移住者の方へ、市内4カ所の温泉施設の3年間無料パスポートをプレゼント！



福島市では、一人ひとりのライフスタイルに沿った総合的な支援を行っています。

最新情報は
こちら！

福島市移住応援サイト

ふくがまし 福島市 検索



福島市で理想の暮らしを見つけよう！



8名の移住応援サポーターが活動中!!

移住のことならなんでもお気軽にご相談ください！

相談内容の例

- 福島市でどんな暮らしができるか知りたい
- 市・県・国・他団体などのさまざまな支援制度について知りたい
 - ▶起業・就業支援事業
 - ▶新規就農支援制度
 - ▶金融機関などの金融支援事業
 - ▶子育て支援制度…など
- 実際に移住した人に話を聞いてみたい
- 農業に興味があるので農家の人と話をしてみたい
- 保育所や子育ての情報について知りたい
- 住まい情報（空き家、市営住宅など）を教えてください
- その他、移住に関すること



移住専用の直通ダイヤル！

移住ワンストップ相談窓口

定住交流課職員と移住応援サポーターが、一緒にあなたの理想の暮らしを見つけるお手伝いをします！移住を検討されている方のニーズに合わせた市内の案内、生活環境の見学、空き家バンクのご紹介や民間不動産業者との内覧などもご案内します。

移住サポーターは福島市内でさまざまな仕事や生活をしています。サポーターと話すことで、あなたの理想の暮らしのヒントが見つかるかもしれません。

メールや電話でのお問い合わせにも対応しています。

移住ワンストップ相談窓口

場所 福島市役所 本庁1階 定住交流課
直通ダイヤル TEL 024-572-5451



詳しくはこちら！

自宅にしながら！

オンライン相談窓口

移住を決めるために何度も福島市を訪問するのは大変…。そんな方にはオンライン相談がおすすめ！仕事や住まい、生活環境など、あなたのニーズに合わせて、専門の方を交えたオンライン相談も実施しています。その後に首都圏等で開催されるフェアなどでお会いできることを楽しみにしています！

相談時間 平日 9:00～17:00（最終開始時間 16:30）

使用ツール Zoomを中心に、GoogleMeetなど可能な限りご希望のツールに対応いたします。

申込み方法 希望日の2日前（土日祝を除く）までに申込フォームよりご予約ください。



詳しくはこちら！

2020年11月1日発行