

新潟県への移住のご相談は

にいがた暮らし・しごと支援センター

新潟の「暮らし」と「しごと」
全般に関する情報を提供します!

個人個人のニーズに合わせて
移住をサポートします!

希望に沿った新潟県内の
求人案件を紹介します!



お問い合わせ
〒150-0001 東京都渋谷区神宮前4-11-7
表参道・新潟館ネスバス2階
●10:30~18:30(火曜日・祝日・年末年始を除く)
●TEL / 03-5771-7713
●メール / niigatakurashigo@pasona.co.jp



お問い合わせ
〒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
●10:00~18:00(火曜日・祝日・お盆・年末年始を除く)
●TEL / 090-1657-7263(相談員直通)
●メール / niigata@furusatokaiki.net

まずは簡単登録!
あなたに合ったサポートをいたします。

簡単登録は
コチラ



WEBでも情報をお届けしています

にいがた暮らし

Uターンや移住に役立つ情報はこれら! イベント・ツアー情報、移住支援策、先輩移住者インタビューや空き家検索などを掲載しています。



にいがた暮らし
<https://niigatakurashi.com/>



新潟県へのUターンを
応援「にいがた暮らし」
<https://www.facebook.com/niigatakurashi/>



@niigatakurashi
<https://twitter.com/niigatakurashi>



新潟企業情報ナビ

新潟の企業を幅広く知りたい方はこちら! 県内企業約1,400社の情報を掲載しています。



新潟企業情報ナビ
<https://www.niigata-kigyo-navi.jp>



@niigatakurashi
<https://www.instagram.com/niigatakurashi/>



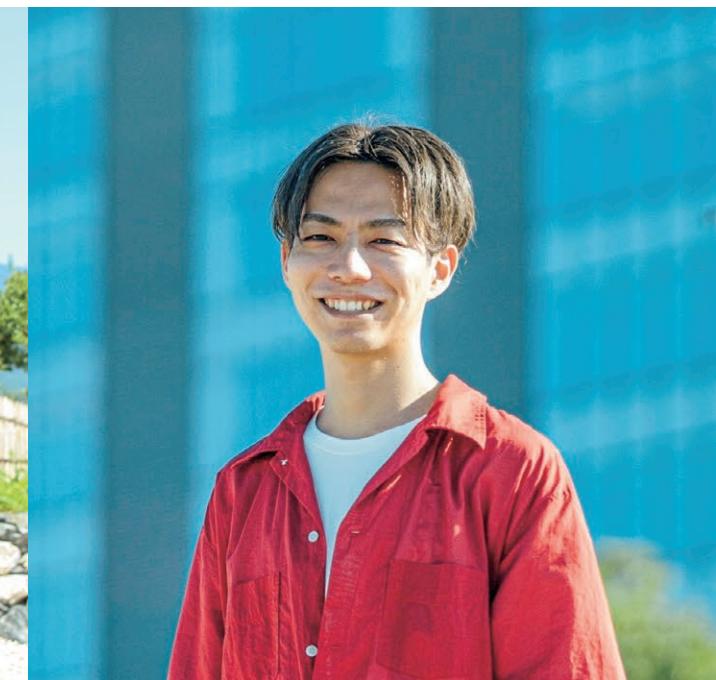
新潟Uターン情報
「YOU TURN」
@828nwcbf



niigatabito

NIIGATA U・I-TURN FREE MAGAZINE

2022.-vol02



ニイガタビトのニイガタスタイル





ニイガタビトのニイガタスタイル

高く険しい越後山脈と広大な越後平野。その先に果てなく広がる日本海。大陸から流れ込む季節風が、南北に立ちはだかる山脈にぶつかって降る雪の量は世界有数と言われています。この雪が春になると雪解け水となり、信濃川と阿賀野川といった大河となって肥沃な大地を育み、新潟は日本一の米どころ、酒どころとなりました。また、雪解け水は山からの栄養分を海へと運び、豊かな漁場をつくります。こうした多様な大自然の恵みが独自の食文化を築いてきました。

新潟の多様な自然は、山登りやスキー、スノーボード、サーフィン、ダイビングといった楽しみ方の多様さにもつながっています。新潟の自然公園は全国で二番目に広く、子どもも自然の中でのびのびと遊ぶことができます。どの主要都市からも、少し車を走らせれば、のどかな田園風景、もう少し移動す

ると山の麓や海岸へとたどり着きます。都市部で暮らす、田舎で暮らすなど求めるライフスタイルに合わせて場所を選ぶことができる県です。

そんな豊かな自然、四季を持つ新潟に移り住み、生き生きと暮らす人々がいます。「子育てと仕事を両立しながら地域の楽しみ方を見つける」「自然の中で仕事に勤しむ」「地域の人と未来を考える」。新潟での暮らし方は人それぞれ。でもみなさんに共通しているのは、その屈託のない笑顔です。新潟という土地が、新潟に住む人が笑顔を支えてくれています。

移住者のみなさんがどういった生活を過ごしているのか、どんな場所に出かけているのか、ニイガタビトの暮らしをお届けします。



ニイガタビト
01

豊かな自然と 食材に囲まれた 料理人ライフ

niigata-bit01
data
Rafie(ラフィー)食と茶 店長
岩田 知里さん

出雲崎町在住

弥彦村の麓(ふもと)にある衣服と日用品と喫茶の店Rafie(ラフィー)の喫茶部門「食と茶」で、地域の食材を活かした創作料理や甘味を提供する料理人。実家のサポートを受けながら2児の子育てと夢を両立している。



年表

- 1984年 長岡市にて生まれる
- 2002年 東京都の調理専門学校へ入学
- 2003年 飲食店勤務や自身のカフェ運営
- 2015年 子育てと仕事の両立を目指してUターン
- 2019年 衣服と日用品と喫茶の店ラフィーでの勤務開始



都会での子育てに限界を感じ Uターンを決意

料理の道を志して上京し、東京都の調理専門学校へ進学後、六本木のフレンチレストランや、シェアカフェ出店など料理人としての腕を磨いた岩田さん。料理人として都会生活を謳歌していましたが、次第に都会の華やかな世界よりも、地域の食文化の豊かさを活かした料理を作る方が幸せだと考えるようになります。「いつか新潟で自分の店を…」そんな気持ちを抱きつつも東京で結婚・出産。いざ子育てがはじまると、頼れる人が近くにいない不安や、待機児童問題などから、実家のサポートが得られる新潟に戻りたいと思うようになりました。「出産や入園、入学といった節目の度に、夫と何度も話し合いました。けれど、仕事の都合



や、夫は知らない土地へ移住することに抵抗もあり、なかなか実現しませんでした」。それでも第二子が生まれると、いよいよ限界を感じるように。あまり移住に前向きでない夫に新潟の良さを知ってもらおうと家族旅行へ。「縁豊かでのんびりとした雰囲気を体感し、夫も新潟での暮らしに前向きになってくれました」。

子育て世帯へのサポートが 手厚い出雲崎町へ移住

移住にあたっては、表参道にある新潟県のアンテナショップ「ネスパス」内の「にいがた暮らし・しごと支援センター」に相談。「実家から程よい距離で、街なかよりも自然が多い場所で暮らしたい」を条件としたところ、提案されたうちのひとつが出雲崎町でした。のんびりとした生活環境、町営の新築アパートがあること、引っ越し費用の補助や子育て世代へのサポートが手厚いことに惹かれたそうです。出雲崎町役場に何度も足を運び、子どもの習い事事情や町の様子などを教えてもらったり、仕事の紹介をもらったりと、新生活の準備をしていきました。



地域の食材を、 豊かな自然環境とともに味わう店

現在、実家のサポートを受けながら、「今が一番やりたいことができている」という岩田さん。自分が思い描いてきた理想のお店という弥彦村にある「ラフィー」に喫茶部門担当として2019年に入社。季節の食材や自然の恵みを主役にしたオリジナルメニューを提供し、反応がもらえることにやりがいを感じています。また、スタッフのみんなでお店や料理のことを話し合ったり、一緒にタケノコ掘りや畑に出掛けたり、新潟の豊かな食文化と一緒に楽しんでいます。「産直市場に行くことも楽しみのひとつ。地場で採れた新鮮な野菜や果物は見ているだけで元気が出ます。初めて見る野菜や手間のかかった食材、思いがけない面白いものに出会えることも楽しいです」。作物が育つ現場や、季節の移ろいに触れながら料理ができる毎日に、料理人として充実感を感じています。

出雲崎町 わが町自慢!

izumozaki town

新鮮な出雲崎の地魚

水揚げされた地魚はタセリでその日のうちに市場に出回ります。

米どころ新潟屈指の出雲崎産米

稻作に最適な土壤と沢から湧き出る清水が最高の米を育てます。

市町村の詳しい情報はこちら

ホームページアドレス
<https://www.town.izumozaki.niigata.jp/>

ニイガタビト
02

大好きな地元に 「デザイン」で 貢献したい

niigata-bit02
data
UI/UXデザイナー
小柳 岳さん
新潟市在住



東京のIT企業でUI/UXデザインの経験を積み、2021年9月に新潟にUターンし、フリーのデザイナーとして活動中。また、東京と新潟をつなぐ、20-30代のコミュニティ「Flags Niigata」のメンバーとして都市と地方の新しい繋がりづくりに奔走している。

年表

- 1994年 三条市で生まれ、田上町で育つ
- 2007年 燕中等教育学校へ進学
- 2013年 東京都内の大学へ進学
- 2015年 インターンを開始
- 2018年 株式会社エウレカに入社
- 2021年 新潟にUターンし、フリーランスに

東京で見つけた トップ企業でのやりがい

大学進学を機に上京した小柳さん。しかし、キャンパスライフに慣れず、周りの友達がやりたいことに向かって突き進む様子を見て焦りを感じていました。そこで、休学して学生団体や企業のインターンに複数参加。インターン先のひとつだったマッチングアプリ最大手の「Pairs」(ペアーズ)を運営する株式会社エウレカから内定をもらい大学を中退して入社。同社は米国企業のグループ会社であり、世界水準のサービス開発環境の中でめきめきとチカラをつけていきました。厳しい環境の中でも支えとなったのが、実際にアプリを利用していたユーザーの声。「ユーザーさんから『Pairsの



おかげで結婚し、子どもを授かりました。Pairsがなかったら、この子は今ここにいません。』という声をいただいたときは、非常にやりがいを実感しました。

次第に大きくなった新潟への想い

先進的な環境でキャリアを積み上げる一方で、「できことが増えた気はするけれど、自分は何者でもない。これからどんなことをしていきたいのか?」を考えようになったという小柳さん。「同じ頃、家族の病気やコロナ禍での生活の影響から、家族は何があっても諒ろにできないと思う自分に気づきました」。その一方、新潟で自分の好きな仕事を続けられるのか、葛藤する日々が続きました。そんなとき、小柳さん自身も立ち上がり閑わっていた東京と新潟をつなぐコミュニティ「Flags Niigata」の代表を務める後藤寛勝さんに相談を持ちかけました。話をするうちに「何か新潟のためにしたい。自分の武器であるデザインの手法やアプローチをコミュニティ、まちづくりにも活かせる。活かさなきゃ」という使命感が強くなっていました。



新潟に帰ってきた人の 後押しをする存在に

Uターンとともにフリーのデザイナーとなった小柳さん。今は、東京の企業との仕事が中心ですが、県内企業の開拓にも意欲を持っています。「自分のように、新潟に帰りたいけれど、二の足を踏んでいる人たちは多いと思います。だからこそ、新潟で生活している自分が、自らの手で動きやすい環境をつくることで、帰ってきて来るきっかけをつくりたい。Flags Niigataでも新潟に貢献できることを議論しながら、いくつかのプロジェクトを同時並行で進めています」。

そんな小柳さんはUターンしてから改めて東京と新潟では人との距離が異なると実感しています。「近所を歩くと挨拶される回数が格段に増えました。些細なことだけれど、挨拶をするだけで温かい気持ちになります」。また、新潟市はおしゃれなカフェも多く、少し離れば自然もあり、関東圏に行くのも新幹線で2時間程度。改めて暮らしやすさを感じています。

新潟市 わが町自慢!

夫婦それぞれが働きやすい
共働き率の高さ政令市1位

大きな家が持てる!?
持ち家率、住宅の延床面積政令市1位

市町村の詳しい情報はこちら

ホームページアドレス
<https://iju.niigata.jp/>

ニイガタビト
03

同世代 コミュニティが Uターンの支えに！

niigata-bit 03
data
THE THERE IS NOEND マネージャー
猪浦 千陽さん



年表

- 1993年 柏崎市にて生まれる
- 2011年 柏崎市内の企業に就職
- 2014年 大阪のアパレル会社へ転職
- 2019年 新潟県内の若手コミュニティに参加&Uターン
THE THERE IS NOENDから説明を受け、働くことを決める
- 2020年 開業準備&お店オープン

寂しくなる地元の姿を見て Uターンを決意

高校卒業後、柏崎市で事務職をしていた猪浦さん。このままずっと生まれ育った地に居続けるのか？一度外に出るのは今しかないのでは？と思い立ち21歳の時に大阪のアパレル会社へ転職。EC担当としてサイト全体のデザインから商品画像の撮影、加工、顧客対応まで、ECサイトに関する事なら何でも手掛け、忙しさを楽しむほど仕事にのめり込んでいました。「仕事に夢中になり気づけば5年。ただ、柏崎に帰省するたびに好きなお店がどんどん閉店していく姿を見て寂しさを感じるようになりました」。そんなときに親が入院したこともあり、「元気な親も故郷もずっと在るわけではない」と実感し、地元に戻ることを決意しました。



新潟の若手コミュニティが 帰郷を後押し

仕事を見つけてからUターンを考えていた猪浦さんは、大阪の経験を活かせるECサイト運営の仕事を探しましたが、Web上には柏崎の求人情報が少なかったこともあり、なかなか見つけられませんでした。同じころ、新潟県内の93年生まれの人たちの若手コミュニティ「G.A.」に参加。「新潟に住む同世代の人たちが、地元に対して熱い想いを抱いて活動していることに心を打たれ、地元に帰る勇気に繋がりました」。

地元の人とのつながりが生まれた猪浦さんはUターン後に仕事を探すことに。ハローワークや民間の求人サイトの他、市民活動団体やNPO団体の活動拠点になっている「かしわざき市民活動センター まちから」に相談し、市内の企業見学や、柏崎で活動する人を紹介してもらしながら仕事を探しをしたそうです。



仕事も、遊びも つながりの中で楽しむ

希望するEC関係の仕事は見つからなかったものの、「G.A.」を立ち上げた中村さんから「お店を出すから、手伝ってくれないか」と誘われ地産地消の店「THERE IS NOEND」で働き始めました。「当時、デザインの仕事も少し手掛けていたので、複業の了承をもらいました」。2021年6月にはお弁当や他のお店の商品を販売する売店が市役所にオープン。猪浦さんは2店舗を行き来しながら働く毎日です。

また、コミュニティやお店で出会った人から少しずつ柏崎の楽しみ方を教えてもらっていること。中山間地域に住む友人に誘われて稲刈りをしたり、市内のイベントに積極的に参加したりと、さまざま遊び方があることを知りました。きっとどれも大阪では見つけられなかっただけでなく、今では柏崎だからこそできる暮らしを満喫しています。最近は地域のお店が入った複合施設「ハコニワ」や老舗菓子店のカフェ「ToRaYa」など、新しいお店も多くなっている柏崎。猪浦さんは仕事も遊びも、つながりの中で楽しんでいます。



柏崎市 わが町
自慢!

市町村の 詳しい情報はこちら

ぎおん柏崎まつり 海の大花火大会

日本一海に近いと
言われている青海川駅

ホームページアドレス
https://www.city.kashiwazaki.lg.jp/kurashi_tetsuzuki/sumai_seikatsu/U_tturn/index.html

カフェ開業の夢から 「加茂の名前を 広めたい」という

恩返しの夢へ
M.Yoko

—data

cafe sugar

横尾 真美さん、友さん
加茂市在住

加茂市にあるcafe sugarの店主。自分たちのお店をつくりたいと全国で空き家を探していたところ現物件と出会い、2019年10月にcafe sugarをオープンした。休日は加茂山や加茂川を散策したり、市内の飲食店に行ったりと新潟での暮らしを満喫している。

年表

真美さん
1989年 神奈川県座間市にて生まれる
2012年 栄養士として東京都内の食品会社で勤務
2014年 カフェで勤務
2019年 加茂市へ移住し、cafe sugarをオープン

友さん
1989年 東京都江東区にて生まれる
2010年 東京都内の美容室で勤務
2014年 データベースの管理会社へ
2019年 加茂市へ移住し、cafe sugarをオープン



真美さんのカフェ開業の 夢を叶えるため

横尾夫婦がカフェ開業を目指したのは結婚2年目の頃。真美さんは、一度は就職したものの、夢を諦めきれず社会人向けのバリスタ専門学校に入学。友さんも転職を考え始めたタイミングで、真美さんのカフェ開業という夢を一緒に叶えようと思うようになりました。

まず話し合ったのは、どんな場所でカフェを開きたいか。「お客様がリラックスできる空間をつくりたいと考えていましたが、東京は物件が狭くて家賃も高い。ゆったりとしたスペースを確保するために地方でカフェを開きたいと考えていました」(真美さん)。条件は、駅から近いこと、自然から近いこと、地域の人



とも関係性の深い商店街のなかにお店を出せるること、お店と住居と一緒にできることの4点。そのすべてにピタリとハマったのが加茂市の物件でした。「立地も物件も理想通りで、その場で契約しました。加茂に降り立った時に感じた澄んだ空気と、川のきれいさも印象的で、加茂市自体にも魅力を感じました」(友さん)と即決したそうです。

加茂市の人たちに支えられ 夢のカフェをオープン!

加茂市に移住してからは、怒涛の開店準備と、初めての土地でお客さんが来てくれるか不安が募る日々が始まりました。そんなときに心の支えとなってくれたのが、地域の人たちでした。「区長さんが商店街の組合員や飲食店を営む人、常連のお客さまなどを紹介してくれたんです。加茂市に縁もゆかりもない人が突然やってきてお店をオープンするのに、こんなに親切にしてくれて感謝してもしきれません」。

2019年10月に無事にお店がオープン。その後も地域の人の温かさに助けられているおふたりはいい

ます。「お店に来た人がお店を紹介してくれたり、車がなくて困っていたら安く譲ってくれる人を探してくれたり。出会う人みんなが温かく接してくれて本当にありがとうございます」。

地域の人の温かさに触れ、 恩返しの夢を描く

「加茂市に移住してから外に出る機会が増えた」という真美さんは、休みの日には加茂川や加茂山を散策したり、三条市下田にある温泉施設「いい湯らい」を訪れたりと、新潟暮らしを満喫しています。また、加茂市内のお店にもよく顔を出して近況を話しているそう。おすすめを伺うと、「お店から徒歩2分ほどの小料理屋『うお清』と加茂の野菜を使った料理やキッシュを提供する『Paradise*cafe』は私たちも大好きな場所なんです」と笑顔で教えてくれました。

そんな2人の夢は、温かく迎えてくれた加茂市に恩返しをすること。「首都圏で開催されるイベントに加茂の代表として出店したいと思っています。それだけ魅力ある店になって恩返しができたら嬉しいですね」と新たな夢を教えてくれました。





kamo city

加 茂 市

わが町
自慢!



加茂の桐たんす

全国シェアの7割を占め、国の伝統工芸品の指定を受けています。



加茂 美人の湯

効能抜群の日帰り温泉で、粟が岳の絶景が目の前に広がります。



ホームページアドレス
<https://www.city.kamo.niigata.jp/>