

NIIGATA U·I TURN FAIR

にいがた

U・Iターン

フェア2021

2DAYS!

11/27 (sat)

11/28 (sun)

会場：東京交通会館3F

参加無料 | オンライン同時開催



11月28日 (日) 市町村相談day!

# 11月28日（日）出展団体

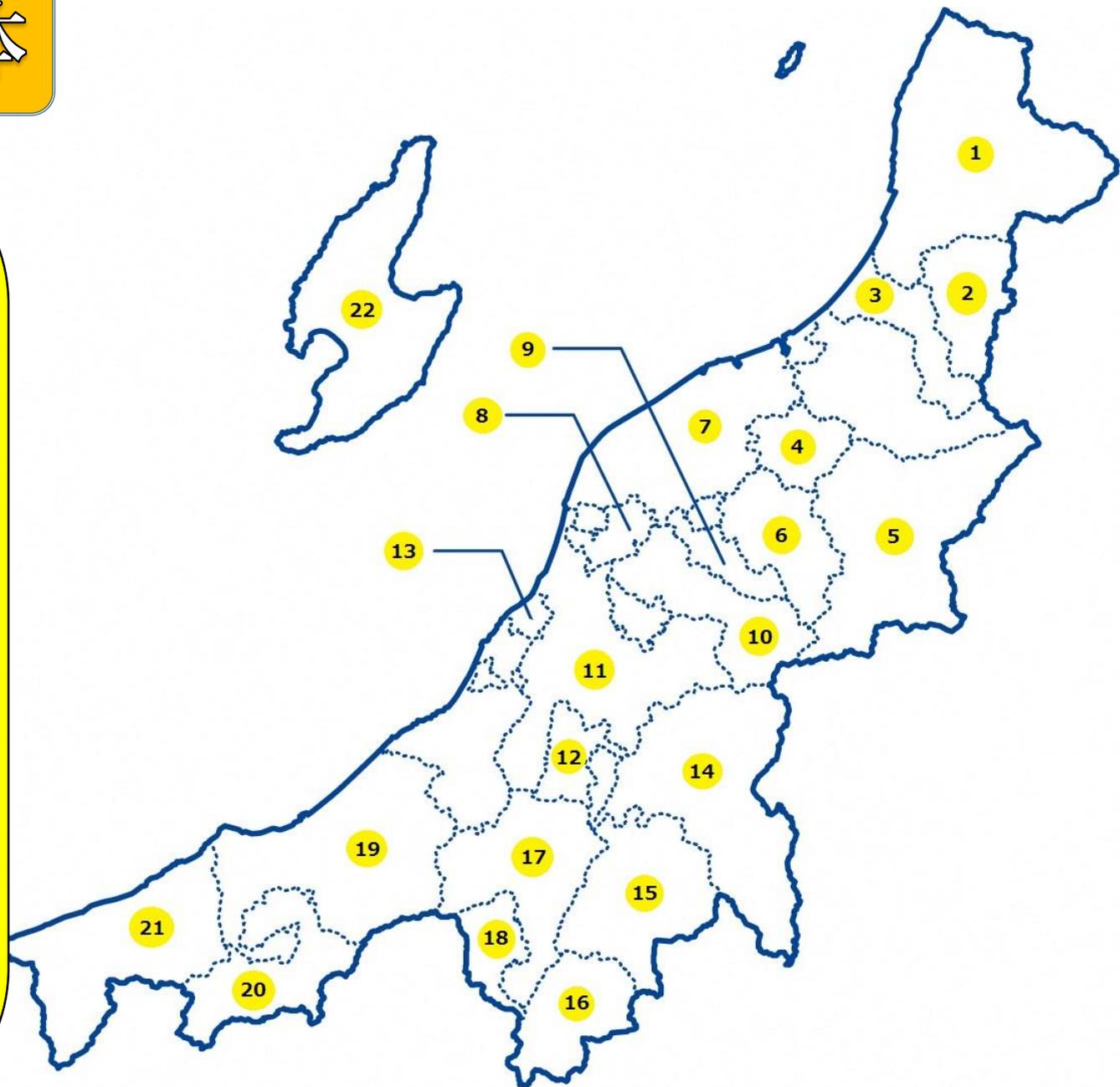
## 会場出展

にいがた暮らし・しごと支援センター

にいがた暮らし・しごと支援センターは、  
オンラインでも相談できます！

## オンライン出展

- |       |       |      |
|-------|-------|------|
| ①村上市  | ②関川村  | ③胎内市 |
| ④阿賀野市 | ⑤阿賀町  | ⑥五泉市 |
| ⑦新潟市  | ⑧燕市   | ⑩三条市 |
| ⑪長岡市  | ⑫小千谷市 |      |
| ⑬出雲崎町 | ⑮南魚沼市 |      |
| ⑰十日町市 | ⑱津南町  | ⑲上越市 |
| ⑳妙高市  | ㉑糸魚川市 |      |
| ㉒佐渡市  |       |      |



# <オンライン>出展市町村の担当者紹介!①

 <p><b>にいがた暮らし・しごと支援センター</b></p> <p><b>迷ったらまずはこちら!</b></p> <p>新潟県全体のことを知りたい、就職・転職の相談をしたい、どのブースに行ったら良いか迷う...そんな方はまずはこちらにご相談ください!</p>	 <p><b>にいがた暮らし・しごと支援センター</b></p> <p><b>オンラインで仕事相談できます!</b></p> <p>新潟で働きたいなら、<u>にいがた暮らし・しごと支援センター</u>へ!お仕事相談お任せください!</p>	 <p><b>村上市</b></p> <p><b>笑顔のまち村上でお待ちしています</b></p> <p>理想の移住実現に向けて精一杯サポートいたします。地方での暮らしぶり、オフの過ごし方など何でもお気軽に相談ください。</p>	 <p><b>関川村</b></p> <p><b>関川暮らしを語ります!</b></p> <p>ネイティブ関川弁スピーカーの大島と、東京かぶれが抜けない関川ビギナーの鈴木が、村についてあれやこれやお話しします!</p>	 <p><b>胎内市</b></p> <p><b>オンラインでも分かりやすく説明します。</b></p> <p>気になるところ、ちょっと聞きにくいことなど何でも気軽にご相談ください。</p>
 <p><b>阿賀野市</b></p> <p><b>阿賀野ライフの魅力をお伝えします</b></p> <p>不安なことや気になること、何でもご相談ください!実際に移住支援と子育て支援を活用して暮らしているUターン経験者(左)が丁寧にお答えします。</p>	 <p><b>阿賀町</b></p> <p><b>移住コーディネーターが相談対応</b></p> <p>阿賀町の相談は農業や農家民宿を営むコーディネーターが対応します。起業経験がある先輩移住者から体験談やアドバイスを聞くことができます。</p>	 <p><b>五泉市</b></p> <p><b>親切、丁寧に、わかりやすく説明!</b></p> <p>3児の母である職員が主婦の目線でお教えします!</p>	 <p><b>新潟市</b></p> <p><b>新潟暮らしの魅力をお伝えします!</b></p> <p>新潟暮らしに関することならなんでも聞いてください!気候・交通・住まい・教育・レジャーなど。短時間の相談も大歓迎です!お気軽にご相談ください!</p>	 <p><b>燕市</b></p> <p><b>移住の疑問にお答えします!</b></p> <p>燕市ではオンライン移住相談を実施しています!「どんな仕事があるの?」「雪はどのくらい降る?」など些細な疑問にもお答えします!</p>
 <p><b>三条市</b></p> <p><b>何でも気軽にご相談ください!!</b></p> <p>“世界に誇るものづくり”や“アウトドアと穏やかな暮らし”など、三条市の魅力をお伝えします!! どんな些細なことでもお気軽にご相談ください!!</p>	 <p><b>長岡市</b></p> <p><b>理想の暮らし、お聞かせください。</b></p> <p>大きな転機となる移住。あなたの理想の暮らし方、想いをお聞かせください。実現に向けて、一緒に「不安」や「わからない」を解消していきましょう。</p>	 <p><b>小千谷市</b></p> <p><b>おぢや暮らしを丁寧に説明します!</b></p> <p>田舎で暮らしたいと考えている方、お話ししてみませんか?あなたにじっくりくる暮らしを見つけるお手伝いをします。ぜひお気軽にご相談ください!</p>	 <p><b>出雲崎町</b></p> <p><b>出雲崎町のことも何でも聞いて!</b></p> <p>生まれてから39年間出雲崎町で生活しています。出雲崎の良いところはもちろん、少し住みづらいところも包み隠さずお話しします!</p>	 <p><b>南魚沼市</b></p> <p><b>アフターコロナの見据えた移住相談</b></p> <p>南魚沼市では移住検討者の生活スタイルを尊重した移住を推進しています。 南魚沼市での生活の魅力や各種補助制度など、丁寧に説明します。</p>

# <オンライン>出展市町村の担当者紹介!②



十日町市

移住者が活躍できる場所・十日町

Uターン起業の経験を持つ相談員が、様々なご質問にお答えします。移住に関する気になること、不安なこと、お気軽にご相談ください!



津南町

移住検討者に寄り添った相談対応!

移住を検討する上で様々な悩みが出てくるとお思います。これに対して少しでもお力になればと思います!今回は担当者2人で対応します!



上越市

オンライン移住相談お受けします!

地域の様子や支援制度などを分かりやすくご説明します。子育てや住まい、仕事のことなど、何でもお気軽にお尋ねください。



妙高市

妙高への移住!お手伝いします!!

皆さんが知りたい妙高市の情報を分かりやすく説明しますので、お気軽にご相談ください。そして妙高山と共に、暮らしましょう!



糸魚川市

糸魚川暮らしを紹介します!

糸魚川と書いて「いといがわ」と読みます。海・山・川の豊富な自然に囲まれて過ごす糸魚川の暮らしをお伝えします。まずはお気軽にご相談ください。



佐渡市

島への移住を全力でサポート

佐渡Uターンサポートセンターと佐渡市職員が相談に応じます。佐渡島の実際の暮らしや移住者向け支援制度について、わかりやすくお答えします。

暮らしや仕事のほか、休日の過ごし方や冬の生活など、各市町村の **リアル** が聞けます!

子どもが遊ぶ場所はある? 雪って多いの? 大変?

**予約がなくても  
当日オンライン相談できます!**

ご希望の時間帯での相談には、  
**事前予約がオススメ!**  
予約受付: 10月29日(金) ~  
11月27日(土) 正午

会場備え付けのPCで、  
**会場から相談!**

市町村との相談で、  
抽選で**特産品をプレゼント!**

**会場限定!!**

にいがた暮らし・しごと支援センターの  
相談員と**対面相談**できます!  
意向をお聞きした上で、あなたに  
**ピッタリの団体をご紹介します!**

# にいがた暮らし・しごと支援センター

## 迷ったらまずはコチラ！！

### ①迷ったらまずはココ！

あなたにぴったりの市町村ブースをご案内します。

### ②就職・転職のご相談はお任せください！

新潟で働きたい学生さん、社会人の方はコチラ！  
企業情報、就活の進め方、求人開拓など一人一人に合わせてサポートいたします。

### ③移住全般、新潟県の情報は任せください！

地域の情報や移住支援策など移住全般のご相談はコチラ！



わたしたちがご相談  
におこたえます。  
お気軽にお立ち寄り  
ください♪

## 相談できること

- |          |          |           |
|----------|----------|-----------|
| ■地域情報    | ■就職支援    | ■地域おこし協力隊 |
| ■住まい・空き家 | ■起業・創業支援 | ■交流・体験    |
| ■移住支援策   | ■農林水産業   | ■子育て      |

## オンラインでも相談できます！！

来場できない方は、**オンラインでご相談**ください！

★フェア当日のオンライン相談は予約が必要です★

**特設サイトからご予約をお願いします。**

★フェア当日は用事があるって参加できない！？

⇒そんな方は**オンラインで簡単登録！**

登録後、ご希望に合わせて情報提供や相談対応をいたします。

U・Iターンに向けて具体的に動き出したい方から、  
新潟の情報収集を始めたい方まで、お気軽にご登録ください！

登録はコチラ  
★最短1分で  
登録完了



## 就職・転職・移住の総合サポート！

- ◆新潟県**ってどんなところ**か知りたい
- ◆まだ漠然と考えている段階。**自分にあった地域**を探している

こんな方にオススメ

- ◆**移住支援策**を知りたい
- ◆**就農や起業、住まい探し**を相談したい

- ◆新潟で**就職・転職**したい！
- ◆**就活・仕事探し**をサポートしてほしい！



## お問い合わせ先

にいがた暮らし・しごと支援センター

Tel 090-1657-7263 (有楽町オフィス)

Tel 03-5771-7713 (表参道オフィス)

メール [niigatakurashigoto@pasona.co.jp](mailto:niigatakurashigoto@pasona.co.jp)

登録URL [niigatakurashigoto.com](http://niigatakurashigoto.com)

1

# 村上市

相談できること

- 地域情報
- 住まい・空き家
- 移住支援策

- 就職支援
- 起業・創業支援
- 農林水産業

- 地域おこし協力隊
- 交流・体験
- 子育て

## 村上市はこんな“まち”！

### やさしさと輝きに満ちた笑顔のまち村上

新潟県の最北端に位置する村上市。豊かな自然と、長い歴史と共に受け継がれてきた伝統と文化を兼ね備えた、魅力ある資源を持ったまちです。季節を通じて村上には、言葉や写真では伝えきれない魅力があふれています。ここには移住生活を思う存分謳歌していただけるあなたにとっての新しい故郷があるはずです。



タウンインフォメーション  
面積1,174.24km<sup>2</sup> 人口57,825人  
保育園14,小学校16,中学校7,中等教育学校1,高等学校3,専門学校1,大学1  
病院7,診療所43 (R3.4.1現在)  
平均気温13.9°C,降水量146.0mm  
(令和元年度)

## イチオシ移住・定住支援！

### ①U・Iターン促進支援金



県外から村上市に移住した場合、一定の要件を満たした方に支援金を給付し、移住の決断を後押しします！

(対象要件)

- ・ 令和3年5月1日から令和4年2月28日の間に他都道府県から本市に移住し、2年以上継続して居住している意思を有していること
- ・ 転入時の年齢が50歳以下であり、申請時に就業していること

(支援額)

【基本型】 単身：15万円、2人以上世帯：25万円

【人材確保型（移住後に市内で看護・保育職に従事する有資格者）】

単身：35万円、2人以上世帯：45万円

### ②オーダーメイド移住体験ツアー



村上市での暮らしを自らの生活スタイルに合わせて体験できるオーダーメイドツアー。県外からの参加者には交通費を補助します。(上限1万円)

## こちらもおススメ！

### 空き家バンク

移住後の住まい探しにぜひご利用ください。  
古い町並み、家庭菜園付き、海のそばなど、  
あなたのお好みの住まい探しをサポートします。



### むらかみファン倶楽部メールマガジン

旬の村上市の情報、地域の出来事などを定期的に  
配信。入会費、年会費は無料です。  
登録して村上市を身近に感じてみませんか。



## お問い合わせ先

村上市自治振興課

Tel 0254-75-8926 (直通)

Mail [jichi-j@city.murakami.lg.jp](mailto:jichi-j@city.murakami.lg.jp)

ホームページ

<https://www.city.murakami.lg.jp/>



- 地域情報
- 住まい・空き家
- 移住支援策

- 就職支援
- 起業・創業支援
- 農林水産業

- 地域おこし協力隊
- 交流・体験
- 子育て

## 関川村はこんな“まち”！

新潟県の北東部に位置する、人口5,200人(2021.10.1現在)の小さな村です。いわゆる「平成の市町村合併」に参加せず、「小さくてもキラリと光る村を目指して、村民と行政で力をあわせて村づくりを進めています。村は山々に囲まれ、清流「荒川」が流れ、両岸には温泉街や風情ある街並みがあります。



国重要文化財「渡邊邸」

タウンインフォメーション  
 人口5,200人/世帯数1,871世帯  
 保育園2園/小学校1校/中学校1校  
 診療所5カ所(うち歯科2カ所)  
 公園14カ所  
 コンビニ3店、ホームセンター1店

## イチオシ移住・定住支援！

<暮らす・育てる>  
 出産支援制度  
 子どもの医療費助成制度  
 妊産婦医療費助成制度  
 予防接種費用助成制度  
 通学用定期券購入補助金

<住む>  
 住宅リフォーム補助金  
 体験滞在型施設光免寮の運営  
 空き家・空き地バンク事業  
 結婚祝金交付事業  
 結婚新生活支援補助金



体験滞在型施設光免寮



大蛇も村民の生活を見守ってくれている…かも?!

## 田舎暮らしって不安…という方、お声がけください！

東京に13年住んでいたスタッフが、実体験を交えてお話しします。ぜひお気軽にご相談、お問い合わせください！



### お問い合わせ先

関川村 総務政策課 観光・地域政策室  
 Tel 0254-64-1478  
 Mail kanko-seisaku@vill.sekikawa.lg.jp  
 ホームページ  
<http://www.vill.sekikawa.niigata.jp/>

- 地域情報
- 住まい・空き家
- 移住支援策
- 就職支援
- 起業・創業支援
- 農林水産業
- 地域おこし協力隊
- 交流・体験
- 子育て

## 胎内市はこんな“まち”！

- U・Iターン希望者の就職や新規創業を予定している方に地元企業の紹介や支援を行っています。
- ふるさと体験学習、職場体験学習など地域と連携した体験学習を通して、ふるさとに対する愛着、社会性や自主性を醸成する教育を推進しています。
- スキー、海水浴、登山etc…1年間まるごと自然を満喫できます。



タウンインフォメーション  
人口28,367人/世帯数10,868世帯  
(2021/3/31現在)、面積  
264.89km<sup>2</sup>、医院・診療所 医科  
17カ所/歯科16カ所、保育園7園、  
認定こども園4園、小学校5校、中  
学校4校、高校2校、大学1校

## イチオシ移住・定住支援！

## 移住体験住宅

静かで快適！最長延べ60日まで  
利用できる家具家電付き住宅♪



## ワーケーション

働き方に応じたプランをご提供！



## こんな方にオススメ！

きめ細やかな子育て世代への支援や自然を活かした教育を通じて子ども達が健やかにはぐくまれる環境を後押しします。是非ご相談ください。

## お問い合わせ先

胎内市総合政策課企画政策係  
Tel 0254-43-6111 (内線1363)  
Mail kikaku@city.tainai.lg.jp

胎内市移住施策



Facebook



- 地域情報
- 住まい・空き家
- 移住支援策

- 就職支援
- 起業・創業支援
- 農林水産業

- 地域おこし協力隊
- 交流・体験
- 子育て

## 阿賀野市はこんな“まち”！

新潟市の中心市街地へアクセス良好なエリアでありながら地価が安いのが自慢です！豊かな自然にも囲まれ、五頭温泉や越冬のために白鳥が訪れる瓢湖も有名です。**飲食店やスーパー、総合病院もあるので普段の生活で不便は感じません。**また、移住・定住支援だけでなく、子育て支援なども充実して住みやすいまちです。自然に囲まれた中でのびのびと生活してみませんか？



タウンインフォメーション  
人口41,238人/世帯数13,390世帯  
幼稚園1園/認定こども園13園/保育園4園/小学校8校/中学校4校/病院2施設  
一般診療所16施設  
歯科18施設



## イチオシ移住・定住支援！

### 移住・定住支援

#### 虹の架け橋住宅取得支援事業

- 補助対象者  
45歳未満の人
- 補助対象  
市内での住宅取得費
- 補助額  
転入者の方は最高100万円

#### 【その他の支援】

住宅リフォーム支援事業／空き家バンク／移住支援補助金／Uターン促進奨学金返還支援事業

### 結婚・子育て支援

#### 子ども医療費助成

- 補助対象者  
入院・通院ともに高校卒業まで
- 自己負担額  
・入院費無料  
・通院1回につき530円  
・訪問看護1日につき250円

#### 【その他の支援】

結婚新生活支援事業／妊産婦医療費助成事業／出産育児助成事業／病後児保育室の設置

## 阿賀野市の疑問（Q&A）

### Q.子育て支援が充実してるって本当？

A.市内には児童クラブ11施設、子育て支援センターが8施設あります。病児保育もあり、隣には総合病院もあるので安心です！



### Q.通学が心配・・・

A.小中学校については遠隔地へ通学バスを出しています。高校生は市営バスや電車で市内外の高校に通学しています！



## お問い合わせ先

阿賀野市企画財政課  
Tel 0250-61-2482  
Mail kikaku@city.agano.niigata.jp  
ホームページ  
<https://www.city.agano.niigata.jp/ijuu/index.html>

5

# 阿賀町

相談できること

■地域情報  
■住まい・空き家  
■移住支援策

■就職支援  
■起業・創業支援  
■農林水産業

■地域おこし協力隊  
■交流・体験  
■子育て

## 阿賀町はこんな“まち”！

阿賀町は新潟県東部に位置する美しい山河の里です。かつては福島県（会津藩）だったことから、全国的にも珍しい「両属の地」として越後と会津双方の歴史と文化が垣間見えるまちです。また、広大な面積を有し、人口密度は新潟県内で最も低くなっています。住宅地の平均地価も県内最安値となっていて、空き家バンクでも安価な物件が入手しやすくなっています。



タウンインフォメーション  
人口10,229人/世帯数4,474世帯  
保育園3園/小学校3校/中学校2校  
高等学校1校/県立病院1カ所/  
診療所12カ所/公園25カ所  
日帰り温泉5カ所/温泉源泉8カ所

## イチオシ移住・定住支援！

### 充実した支援金制度

新築住宅、中古住宅、賃貸住宅に対応した補助金を用意しています。  
**新築の場合は最大で250万円支給します！**  
田舎に住んで都市部で働きたい方には町外通勤助成金も支給します！

### 定住に向けたサポートも万全

住宅に関する支援金は移住者以外に新婚世帯、子育て世帯が対象なので、将来にわたり住環境が変わるタイミングで受け取ることができます。  
お子さんに対する祝金は出産時、小中学校入学時の3回支給しています。  
また、**医療費は高校卒業まで完全無償化となっています。**

### 単身移住者も安心

移住者交流会、あがまちファンクラブ、婚活等の様々な交流イベントを毎年20回程度企画し、仲間づくりをサポートしています。

## こんな方にオススメ！

- ▶ 大自然の中でのびのび子育てしたい方
- ▶ 里山で新たなチャレンジをしたい方
- ▶ 新規就農を検討する方

広々した土地で  
**本格的な田舎暮らしを**  
したい方にオススメです。

## お問い合わせ先

阿賀町 まちづくり観光課 定住促進係  
Tel 0254-92-4766  
Mail teiju@town.aga.lg.jp  
ホームページ  
<http://www.town.aga.niigata.jp/kurasu/index.html>

## 五泉市はこんな“まち”！

五泉市は新潟市の隣に位置しており、高速道路のICも近く、関東や東北へのアクセスも便利です。雄大な山々や田園風景、湧き出る清水は豊かさの象徴。自然や美味しい食に恵まれています。憩いの場である川や公園は人気スポット。四季折々楽しみ、散歩や遊び場として身近にあり、丁度いい田舎暮らしを実感して頂けます。

タウンインフォメーション  
人口49,000人/世帯数19,000世帯  
保育園10園/認定こども園7園/幼稚園1園  
小学校9校/中学校4校 病院2カ所  
/診療所22カ所/歯科診療所24カ所 大型スーパー・ドラッグストア/多数

## イチオシ スポット！

五泉を「まるっと」楽しめる施設「ラポルテ五泉」がオープン！

観る・聴く・買う・食べる・遊ぶ  
が詰まった新スポットです。

相談できること

■地域情報  
■住まい・空き家  
■移住支援策

■就職支援  
■起業・創業支援  
■農林水産業

■地域おこし協力隊  
■交流・体験  
■子育て

## イチオシ移住・定住支援！

## ★移住支援

「ウェルカムファミリー住まいる事業（住宅取得補助金）」  
転入した新婚世帯(H27.4.1以降に婚姻)または中学生以下の子どもが同居する子育て世帯の住宅取得(新築・購入)費用について、最大120万円を補助。

## ★起業支援

店舗の新築または、住宅を増改築もしくは、空き店舗等の改修または増改築により市内に起業する方に対し、新增改築費、店舗改修費、建物賃借料の一部を補助。

## ★定住支援

子育て支援が充実！  
妊産婦医療費助成、妊産婦の健診通院費助成、産後1か月母子健康診査費助成、高校3年生までの医療費補助、一時預かりなど。



子どもを自然の中でのびのび育てたいと思っている方！  
子育て世代に選ばれています♡

## お問い合わせ先

五泉市 企画政策課  
Tel 0250-43-3911  
Mail kikaku@city.gosen.lg.jp  
ホームページ <https://www.city.gosen.lg.jp>

産業  
industry文化  
と  
歴史  
culture & history観光  
tourism

五泉市の魅力PRガイド  
～花心泉心～

観る、聴く、買う、食べる、遊ぶ、五泉の新スポット

10/2(土)  
オープン

■地域情報  
■住まい・空き家  
■移住支援策

■就職支援  
■起業・創業支援  
■農林水産業

■地域おこし協力隊  
■交流・体験  
■子育て

## 新潟市はこんな“まち”！

越後平野の中央部、信濃川・阿賀野川の河口部に位置する新潟市は、本州日本海側唯一の政令指定都市。国際空港や新幹線、高速道路など各種交通網が整備されており、東京から新幹線で約2時間とアクセスも良好。中心部には、大型商業施設や文化施設が立ち並ぶ一方、海・山・川の美しい自然にも恵まれ、水田面積は国内最大。“まちなか”“と”いなか“を同時に楽しむことができるまちです。



タウンインフォメーション  
人口810,157人/面積726.45km<sup>2</sup>/保育園154か所/幼稚園21か所/認定こども園104か所/地域型保育事業22か所/小学校106校/中学校57校/高校29校/大学13校/公園1,423か所/病院44か所/診療所650か所

## イチオシ移住・定住支援！

### ◎ 移住促進特別支援金

東京圏から一定の要件を満たして移住した方やテレワークで体験居住をした方に支援金を交付します。

### ◎ 移住モデル地区

地域が主体となって移住・定住の取組を行っている地区に移住した方を対象に、引越費用や住宅取得、賃料などを補助します。

### ◎ HAPPYターンサポーター

移住者の疑問などの相談を受けるサポーター制度や移住者同士のネットワークづくりのための交流会を実施しています。

### ◎ 公式LINEアカウント「新潟市HAPPYターン」

新潟市の移住・定住に関するおすすめ情報を発信しています。支援金やイベント情報を逃さずキャッチできます。

## こんな方にオススメ！

### 子育てしやすい環境を求めている方！

保育所の整備率政令市1位・待機児童数ゼロで、子育て世帯に嬉しいスポットも多数！小学生の学力が高いことや農業体験学習も魅力！

### 食を充実させたい方！

食料自給率政令市1位で、地元の食材を旬の時期に、手ごろな価格で楽しめます！さやまめと清酒の購入量も日本一です！

## お問い合わせ先

新潟市経済部雇用政策課新潟暮らし推進室  
Tel 025-226-2149  
Mail koyo@city.niigata.lg.jp  
ホームページ <https://iju.niigata.jp/>

- 地域情報
- 住まい・空き家
- 移住支援策

- 就職支援
- 起業・創業支援
- 農林水産業

- 地域おこし協力隊
- 交流・体験
- 子育て

## 燕市はこんな“まち”！

燕市は江戸時代から続く歴史のある金属加工のまちで、スプーン生産の国内シェアは90%以上！プレスや磨きなどの高い加工技術が多様に集積しており、まち全体がひとつの工場のように動いています。ものづくりに興味がある方は、ぜひご相談ください。

タウンインフォメーション  
人口約7万8千人  
世帯数約3万世帯  
保育園/こども園/幼稚園27か所  
小学校・中学校20校  
新幹線駅・高速道路あり

## イチオシ移住・定住支援！

### ■オーダーメイド型の移住ツアー

企業見学や住居・市内の視察、お試し生活体験など、ご希望の日程・場所で、燕市内をご案内します。先輩移住者の話を聞くことができるチャンスです！



### ■UIターン者＆新婚世帯向け家賃補助

月額家賃の1/2、最大36万円を補助します！



### ■テレワーカー移住支援

家賃補助＆本社通勤時の交通費補助を行います。テレワーク可能なシェアハウスもご紹介可能です。



## 「ちょうどいい田舎暮らし」が叶うものづくりのまち

燕市は新幹線や高速道路が整備され、県内外へのアクセスが良好であるとともに、買い物する場所などがコンパクトにまとまった生活しやすく便利なまちです。また、降雪量も県内では比較的少なく、雪の多い地域を経験したことがない方にもオススメです。ちょうどいい田舎な燕市に住んでみませんか？



### お問い合わせ先

〒959-0295 新潟県燕市吉田西太田1934番地  
燕市役所 地域振興課交流推進係  
TEL 0256-77-8364  
FAX 0256-77-8305  
E-mail chiiki@city.tsubame.lg.jp

■地域情報  
■住まい・空き家  
■移住支援策

■就職支援  
■起業・創業支援  
■農林水産業

■地域おこし協力隊  
■交流・体験  
■子育て

## 三條市はこんな“まち”！

田舎でも都会でもなく“ちょうどいい”かんじの三條市。  
三條市は、鍛冶技術の伝統を継ぐ金属加工を中心とした「ものづくりのまち」です。製造業が盛んで地方都市的な“まちなか”地域と、自然豊かで穏やかな田舎、“下田郷”。  
そんな地方のイイとこどりの三條市の生活をお伝えします！



【三條市基本Data】(令和3年4月末現在)  
人口95,219人 / 世帯数36,694世帯  
男性：46,416人、女性：48,803人  
公立保育所 9 園/私立保育園17園  
私立幼稚園 3 園/認定こども園 3 園  
小学校19校/中学校 8 校/義務教育  
学校 1 校

## こんな方にオススメ！

- ◎ものづくりが好きな方
- ◎アウトドアが好きな方
- ◎穏やかな田舎暮らしに興味がある方

## イチオシ移住・定住支援！

### ○1泊2日オーダーメイド移住体験

一人一人のご希望に合わせて、個別に日程や見学先、体験内容等を決めることができる移住体験です！

【参加費】8,000円（東京から新幹線の場合）

※居住地域や交通手段によって参加費が異なります。

【対象者】新潟県外在住の方

### ○住宅賃借事業補助金

アパートなどの賃貸住宅にかかる家賃を、36か月間で最大42万円補助します！

【対象要件】新潟県外から三條市に転入し、県内企業に就職又は県内で起業した40歳未満の方（詳しくはお問合せください。）

### ○移住支援金

東京圏（埼玉県、千葉県、神奈川県及び東京都）から三條市に移住した方に「移住支援金」を支給します。単身の場合は最大60万円、2人以上の世帯の場合は最大100万円！

※詳しい対象要件はお問合せください。

## お問い合わせ先

三條市地域経営課

Tel 0256-34-5646（直通）

Mail [chiikikeiei@city.sanjo.niigata.jp](mailto:chiikikeiei@city.sanjo.niigata.jp)

HP <https://www.city.sanjo.niigata.jp/>

▶移住定住サイト（三條で暮らす。）

<https://sanjo-city.note.jp/>

■地域情報  
■住まい・空き家  
■移住支援策

■就職支援  
■起業・創業支援  
■農林水産業

□地域おこし協力隊  
■交流・体験  
■子育て

## 長岡市はこんな“まち”！

長岡市は、雪国の気候が育む美味しい食材、発酵文化や自然に恵まれた生活環境など、毎日を豊かにしてくれる要素が数多くあります。なかでも一番の自慢は「人」。誰かのために汗をかいたり、自分の夢を実現したり・・・。  
そんな刺激的で人生を豊かに暮らせる土壌で“ながおか暮らし”を体験してみませんか。

### 長岡で、暮らす



### タウンインフォメーション

- ・人口約27万人（約11万世帯）
- ・保育園等107園
- ・小学校55校/中学校27校
- ・総合病院4院
- ・1世帯当たり自動車保有数1.99台

## イチオシ移住・定住支援！

### 【住まいへの補助】

- 長岡市立地適正化計画が定めるまちなか居住区域に住宅を購入し転入した場合、住宅の固定資産税の1/2を免除。期間は3年間（子育て世帯は5年間）
- 長岡市空き家バンクの物件を契約し3年以上居住する場合、契約に要する費用及び引っ越し費用を補助（最大10万円）

### 【事業支援】

- 新潟起業支援センターCLIP長岡で、起業のイロハ、例えば個人事業者として独立するときの手続きや税金のこと、起業時に使える補助金や事業計画・収支計画のことまで、幅広いサポートを無料で受けることができます！
- サテライトオフィス等の開設支援、学生起業家育成補助金等

### 【子育てサポート】

- 市内に13か所ある「子育ての駅」が、雨や雪の日も子どもがのびのび遊べる「遊びの場」、保育士や子育てコンシェルジュに気軽に相談できる「相談の場」、親子サークルなど多くの人が集う「交流の場」として子育て中の方をサポート。

## こんな方にオススメ！

- ・市街地をはじめ、歴史や文化、風土が異なる個性豊かな地域で構成され、それぞれの地域が持つ魅力を活かした移住が可能。都市的志向やマリンアクティビティ、田舎暮らしや起業マインドに溢れるビジネスを最優先にする方など、様々な目的に応じた環境を備えています。
- ・長岡は「人」が活躍できる土壌。夢に向かって頑張る人、新たな事業（こと）を興す人など、刺激的で豊かな暮らしを実現するため、気軽にチャレンジが出来るまちです。

## お問い合わせ先

長岡市ながおか魅力発信課  
Tel 0258-39-5151  
Mail [na-ijuteiju@city.nagaoka.lg.jp](mailto:na-ijuteiju@city.nagaoka.lg.jp)  
ホームページ  
<https://www.city.nagaoka.niigata.jp/kurashi/li-fe01/ui-turn/index.html>



- 地域情報
- 住まい・空き家
- 移住支援策

- 就職支援
- 起業・創業支援
- 農林水産業

- 地域おこし協力隊
- 交流・体験
- 子育て

## 小千谷市はこんな“まち”！

市の中心部を信濃川が貫流する、河岸段丘の美しいまちおぢや。都心から約2時間とアクセス良好です。

錦鯉、小千谷縮、牛の角突きや四尺玉花火など独自の伝統文化や産業を発展させてきました。はっきりとした四季があり、田舎の懐かしさとちょっと都市の便利さもある、そんな“ほどよい田舎さ”が“おぢやの居心地の良さ”です。

### タウンインフォメーション

人口34,166人/世帯数12,675世帯  
 保育園9園/認定こども園3園  
 小学校8校/中学校5校  
 病院・診療所16カ所



## イチオシ移住・定住支援！

### クラインガルテンふれあいの里



田舎暮らしをしてみたい！でもいきなり移住するのはちょっと不安・・・という方は、二地域居住というやり方があります。

ラウベと呼ばれる簡易宿泊施設があり、自分の家のように長期滞在することができます。利用者同士や地元の方々との交流も楽しみのひとつです！



### 住宅に関する支援

- 市内の空き家情報をホームページで提供しています。
- 市内で住宅を新築・購入する際の費用を補助します。

### 移住サポーター制度

移住を考えている方や移住後間もない方の相談に移住サポーターが応じます。仕事、子育て、雪国での生活などどんなことでも大歓迎！！



## おぢや暮らしQ&A

生活する上で車は必要？



バスや自転車などでの移動もできますが、自動車での移動を考えたほうが現実的です。

気候は？



2019年の最高気温は37℃、最低気温は-5℃、1年間の平均気温は13℃です。冬はたくさん雪が降りますが、除雪対策は万全です。

首都圏へのアクセスは？



車：約2時間30分  
 電車：約2時間  
 高速バス：約4時間  
 意外とアクセス良好なんです！

## お問い合わせ先

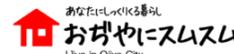
小千谷市観光交流課地域振興係

Tel 0258-83-3512

Mail chiiki@city.ojiya.niigata.jp

ホームページ

<https://www.city.niigata.jp/site/iju/>



# 出雲崎町

相談できること

■地域情報  
■住まい・空き家  
■移住支援策

■就職支援  
□起業・創業支援  
■農林水産業

■地域おこし協力隊  
■交流・体験  
■子育て

## 出雲崎町はこんな“まち”！

出雲崎町は、人口4,200人、車で10分も走れば、町のどこにでも行くことができる「7km×6km」のコンパクトな小さな町。そんな小さな町には、海があり、山もある豊かな自然など多くの宝物があります。その中でも一番の宝物は世界一大きく見ると言われる夕日が堪能できること。ぜひ体感しに出雲崎町へお越しください。



タウンインフォメーション  
人口：4,233人/世帯数：1,702世帯  
保育園：1園/認定こども園：1園  
小学校：1校/中学校：1校  
高校：1校 診療所：2か所  
子育て支援施設：1か所

## イチオシ移住・定住支援！

○住宅取得支援 『スーパー住まい取得補助金』  
→ 町内の住宅を購入する世帯に最大120万円を補助

○子育て支援 『保育料無償』  
→ 国の制度とあわせ0～5歳児の保育料が所得制限なしで第1子から無償

○子育て支援 『子ども医療費助成』  
→ 0歳～18歳までの医療費を全額助成（所得制限なし）

## 出雲崎町の宝もの！

海浴いは絶好の釣リスポット！



新鮮な魚介類が豊富！  
「さざえ」がおすすめです！



紙風船  
国内シェア  
100%！

## お問い合わせ先

出雲崎町 総務課 地域政策室 企画係  
電話：0258-78-2290  
メール：kikakuk@town.izumozaki.niigata.jp  
ホームページ（出雲崎移住・定住支援サイト）  
<https://goodlife.town.izumozaki.niigata.jp/>

■地域情報  
■住まい・空き家  
■移住支援策

■就職支援  
■起業・創業支援  
■農林水産業

□地域おこし協力隊  
■交流・体験  
■子育て

## 南魚沼市はこんな“まち”

南魚沼市は新潟県南部に位置し、首都圏と日本海を結ぶ交通の要所です。上越新幹線で東京駅からわずか80分、関越自動車道では、練馬ICから180kmと自動車での往来もとても便利です。首都圏と新潟と聞くと離れているイメージがありますが、南魚沼市は首都圏からのアクセスが抜群に良いため、南魚沼市の豊かな自然環境を求めた移住はもちろん、リモートワーカーの移住にも適しています。



タウンインフォメーション  
人口54,998人/世帯数20,069世帯  
保育園・認定こども園27園/小学校  
17校/中学校4校/総合支援学校1校  
病院5カ所/診療所27カ所/歯科診療  
所19カ所

## イチオシ移住・定住支援



### 移住支援

- ①（一社）南魚沼市まちづくり推進機構による相談窓口  
→個々の状況に応じオーダーメイド型で移住相談に対応する窓口体制をご用意しています。
- ②オンラインセミナー、現地交流会の実施  
→南魚沼市の地域資源の紹介や移住後の生活をわかりやすく紹介しています。希望する方には実際に南魚沼市に来ていただき、ここで生活する魅力を体験していただきます。



### 定住支援

- ①（一社）南魚沼市まちづくり推進機構によるアフターフォロー  
→移住後のコミュニティの紹介や不安、悩みなどの相談を随時受けつけています。
- ②各種補助金の支出  
→家賃補助や移住支援金に加え、出産お祝い金などを用意しています。

## “新しい生活スタイル”に適したまち



ウィズコロナ、アフターコロナを見据え、リモートワーカーの移住支援に力を入れています。市内にはリモートワークに最適なレンタルオフィスやコワーキングスペースが新規開業しており、首都圏からの移住者も増えています。「首都圏での仕事をつづけながら南魚沼市でリモートワーク」といった新しい生活スタイルを実践してみませんか？

## お問い合わせ先

南魚沼市U&Iときめき課  
Tel 025-773-6659  
Mail tokimeki@city.minamiuonuma.lg.jp  
ホームページ  
<http://www.city.minamiuonuma.niigata.jp/>

相談できること

- 地域情報
- 就職支援
- 地域おこし協力隊
- 住まい・空き家
- 起業・創業支援
- 交流・体験
- 移住支援策
- 農林水産業
- 子育て

## 十日町市はこんな“まち”！

十日町市は、首都圏から車で3時間、電車で2時間。国内有数の豪雪地帯であり、日本の原風景と言われる「棚田」の美しい景観をはじめ、魚沼産コシヒカリなどの豊かな食を楽しめる地域です。世界最大の国際芸術祭「大地の芸術祭」の開催地としても注目を集めています。地域おこし協力隊も積極募集中！



タウンインフォメーション  
人口50,376人/世帯数19,659世帯  
保育園9園/認定こども園13園  
小学校18校/中学校10校  
病院・診療所 23カ所

## イチオシ移住・定住支援！

十日町市にUターンした方へ  
**ふるさと回帰支援  
事業補助金**

世帯でUターン 最大280万円  
単身でUターン 最大230万円

★テレワーク支援  
★住宅取得支援  
★通勤支援  
★住宅改修支援  
など

十日町市 ふるさと回帰支援事業補助金 検索

東京23区からUターンした人へ  
**東京23区からの  
移住支援金**

世帯でUターン 最大290万円  
単身でUターン 最大250万円

★テレワーク支援  
★住宅取得支援  
★通勤支援  
★住宅改修支援  
など

十日町市 東京23区からの移住支援金 検索



移住後の生活もしっかりサポート！



## こんな方にオススメ！

- ☑自然が好き
- ☑美味しい食事が好き
- ☑アートが好き
- ☑起業・就農で自分だけの働き方を実践したい
- ☑子どもには特色ある教育環境を提供したい
- ☑地域おこし協力隊になりたい

～その思い、全部十日町市で叶えられます！～



移住・定住サイト  
『I'm home Tokamachi』はこちらから

## お問い合わせ先

十日町市企画政策課  
Tel 025-755-5137  
Mail t-kikaku@city.tokamachi.lg.jp  
ホームページ  
https://www.city.tokamachi.lg.jp/

■地域情報  
■住まい・空き家  
■移住支援策

■就職支援  
■起業・創業支援  
■農林水産業

■地域おこし協力隊  
■交流・体験  
■子育て

## 津南町はこんな“まち”！

津南町の暮らしで皆様がイメージするのは冬季生活の様子ではないでしょうか。温かい鍋を食べたりストーブやこたつを使って室内を暖かくするなど、寒いからこそ感じられるぬくもりがあります。またウィンタースポーツや雪遊びなど、楽しみもあります。ぜひ津南町にお越しください！



タウンインフォメーション  
人口9,171人/世帯数3,485世帯  
保育園：5園/小学校：3校/中学校：1校/中高一貫校：1校  
病院（・診療所）3カ所程

## イチオシ移住・定住支援！

### ●移住支援について

#### ①津南町お試し移住体験住宅

→津南町で2週間から田舎暮らし体験をすることができます！

#### ②空き家バンク

→住まい探しにぜひご活用下さい！（<https://iju-tsunan.org>）

### ●定住支援について

#### ①津南町定住促進助成事業補助金

→基本補助、各加算補助（配偶者加算など）、住宅取得補助など

#### ②津南町空き家改修事業補助金

→空き家改修補助、家財道具等処分補助、資材等購入補助

## こんな方にオススメ！

津南町は3m近い積雪量を誇る豪雪地帯であり、また農業も盛んな地域であるため、自然が好きな方におすすめです！また田舎ならではの集落行事もあるので、人と関わることが好きな方にもおすすめです！

## お問い合わせ先

津南町役場 観光地域づくり課  
Tel 025-765-5454  
Mail [chiiki@town.tsunan.niigata.jp](mailto:chiiki@town.tsunan.niigata.jp)  
ホームページ  
津南で田舎暮らし（<https://iju-tsunan.org>）

■地域情報  
■住まい・空き家  
■移住支援策

■就職支援  
■起業・創業支援  
■農林水産業

■地域おこし協力隊  
■交流・体験  
■子育て

## 上越市はこんな“まち”！

豊かな自然と歴史的な街並み、子育て環境や都市機能が充実した上越市。海にも山にも近く、海水浴やキャンプ、スノーボードなどが楽しめるほか、四季折々の自然の恵みを感じながら暮らすことができます。また、歴史ある朝市や大型のショッピングモールなどで買い物を楽しむことができるほか、北陸新幹線や高速道路で、首都圏等へのアクセスが良好です。

### タウンインフォメーション

人口187,478人 / 世帯数76,744世帯  
保育園55園 / 認定こども園5園  
幼稚園7園 / 子育て広場21カ所  
小学校49校 / 中学校24校  
病院・診療所249カ所

## イチオシ移住・定住支援！

### ☞ 東京圏からの移住を応援

✓2人以上の**世帯は100万円**、**単身世帯は60万円**  
✓**若者**や**子育て世帯**への**加算金**あり



### ☞ 住まいの確保を応援

✓賃貸住宅の**家賃**（最大24万円/年）  
✓住宅の**新築**や**建売**・**中古住宅の購入**（最大60万円）  
✓購入した**中古住宅のリフォーム**（最大110万円）

子育て世帯に  
加算金あり

### ☞ サテライトオフィスの開設を応援

✓**家賃**（最大100万円×3年間）や**リフォーム**（最大200万円）など

このほかの支援制度は、担当者またはお問い合わせ先へおたずねください(^ω^)

## 子育て世代にオススメ！

子どもの**遊び**や親同士の**交流**、子育て**相談**ができる場所がたくさんあり、  
**安心して子どもを産み・育てる環境**が整っています！

♥ 保育園・放課後児童クラブともに**待機児童0**！      ♥ 妊産婦や子どもの**医療費**を支援

♥ **病児・病後児保育**や**24時間**預かり可能な**一時保育**も実施！

### お問い合わせ先

上越市 自治・地域振興課

Tel 025-520-5674

Mail jichi-chiiki@city.joetsu.lg.jp

ホームページ

<https://www.city.joetsu.niigata.jp/site/furusato/>



- 地域情報
- 住まい・空き家
- 移住支援策

- 就職支援
- 起業・創業支援
- 農林水産業

- 地域おこし協力隊
- 交流・体験
- 子育て

## 妙高市はこんな“まち”！

妙高山、火打山、高妻山の3つの日本百名山がある「妙高戸隠連山国立公園」は、四季折々の美しい景観や湯量豊富な温泉、新鮮な山の幸、アウトドアスポーツやトレッキングなどアクティビティも充実！「上信越自動車道」や「北陸新幹線」も整備され首都圏からのアクセスもさらに便利になりました。

タウンインフォメーション  
人口31,044人/世帯数12,375世帯  
保育園7園/認定こども園4園  
小学校8校/中学校3校  
病院2カ所、診療所10か所



## イチオシ移住・定住支援！

移住に必要な支援策が満載の妙高市。日本百名山の一つ「妙高山」の裾野に広がる妙高市は、あなたの移住を待っています。

### ◆住宅取得等支援事業

住宅取得には、県外転入者最大補助額！150万円

### ◆U・Iターン促進住宅支援事業

月額最大15,000円の家賃補助を24ヶ月！

なんと！初期費用最大120,000円の補助！

ここが



ポイント！

### ◆コロナ禍でも移住の準備が進められます

自宅にいながら、空き家の内覧が可能です。

Zoomを使った空き家内覧を好評実施中！

## こんな方にオススメ！

### ◆アウトドアスポーツを思いっきり楽しみたい方

市内にはバラエティに富んだ9つのスキー場や、妙高山や火打山などグリーンシーズンには登山も楽しめます。

### ◆田舎暮らしに憧れている方

首都圏からのアクセスも良く、ワーケーション施設も充実。二拠点居住にも最適！

## お問い合わせ先

妙高市 地域共生課 移住定住推進係

Tel 0255-74-0064

Mail [chiikikyosei@city.myoko.niigata.jp](mailto:chiikikyosei@city.myoko.niigata.jp)

ホームページ

<https://www.city.myoko.niigata.jp/myoko-life/>

## 糸魚川市

## 糸魚川市はこんな“まち”！

新潟県の最西端、日本列島の境目に位置する糸魚川（いといがわ）市です。四季ごとに移り変わる海・山・川の美しい自然の景観に囲まれた暮らしが自慢です。自然が織りなす海山の幸、温泉、アクティビティなど、糸魚川ならではの魅力をご紹介します。「糸魚川暮らし」についてお気軽にご相談ください。

## タウンインフォメーション

人口40,711人/世帯数17,257世帯  
公立保育園 8園/私立保育園 6園/  
認定こども園 4園/小学校 14校/  
特別支援学校 1校/中学校 4校/  
高等学校 3校/総合病院 1か所

## イチオシ移住・定住支援！

## セミオーダー型移住体験ツアー

地方暮らしといっても暮らしや決まりは地域によって異なります。下調べや移住相談はもちろんですが、現地に足を運んで移住体験してみませんか？体験したいことやご希望の日程を伺い、ご相談しながら、あなた専用の移住体験ツアーをセミオーダーできます。**参加費は無料**（当市までの交通費、食事代、宿泊費、体験に要する実費は個人負担）です。



## ↓ 宿泊費支援 ↓

市内の登録宿泊施設で宿泊する場合、**素泊まり 1人1泊1,000円＋税、年度内2泊まで**利用できます。

## おみちよう！



## ↓ 交通費支援 ↓

市への往復の公共交通機関や高速道路を使用した場合、**1人10,000円、1回2名、年度内2回まで**支援します。

## 糸魚川ライフスタイルをのぞいてみませんか？

いといがわ移住サポートサイト『わたしのいと』では、糸魚川で魅力的に暮らす人々やそのライフスタイル、糸魚川への移住をサポートする団体の活動や雰囲気、想い、相談窓口などを紹介しています。**糸魚川ライフスタイルの魅力**を感じていただけたらうれしいです。

いといがわ移住サポートサイト

わたしのいと



相談できること

- 地域情報
- 住まい・空き家
- 移住支援策
- 就職支援
- 起業・創業支援
- 農林水産業
- 地域おこし協力隊
- 交流・体験
- 子育て

## お問い合わせ先

糸魚川市 総務部 企画定住課 人口減対策係  
Tel 025-552-1511  
Mail kikaku@city.itoigawa.lg.jp  
ホームページ  
<https://www.city.itoigawa.lg.jp/6868.htm>

- 地域情報
- 住まい・空き家
- 移住支援策
- 就職支援
- 起業・創業支援
- 農林水産業
- 地域おこし協力隊
- 交流・体験
- 子育て

## 佐渡市はこんな“まち”！

佐渡市は東京23区の約1.4倍もあり、海岸線の長さは280kmとなる日本海側最大の離島です。意外と大きな島には海や山の幸に恵まれ、一年を通じて美味しい食材が楽しめます。自然下では天然記念物のトキも生息しています。冬は暖かで夏は涼しい佐渡島でのんびり、ゆったりと島暮らしを体験してみませんか。



タウンインフォメーション  
人口52,474人/世帯数23,454世帯  
(令和3年4月末現在)  
保育園25園/認定こども園1園  
小学校22校/中学校13校  
病院6カ所  
東京から最短3.5時間！

## イチオシ移住・定住支援！

### 移住・定住支援

- ・引越費用補助
- ・家賃補助
- ・空き家改修費補助
- ・定住体験住宅
- ・空き家情報システム
- ・オンライン相談
- ・佐渡UIターンサポートセンター
- ・佐渡市UIターン者奨学金返還支援事業



### 就業・企業支援

- ・佐渡市雇用機会拡充事業補助金  
(補助率3/4 最大1,200万円 最大5年間)
- ・佐渡ビジネスコンテストなど



### 子育て支援

- ・待機児童なし
- ・保育料2人目以降無料
- ・副食費無償化事業
- ・第3子目以降子育て応援(最大200万円給付！)

## こんな方にオススメ！

就農、起業を検討されている方

釣り・登山・キャンプなどアウトドア好きな方  
サイクリングが好きな方



## お問い合わせ先

佐渡市 移住交流推進課  
Tel 0259-67-7153  
Mail r-iju@city.sadol.niigata.jp  
ホームページ  
<https://www.city.sado.niigata.jp/site/ijyu/>