

あなたの希望に合わせて
ぴったりの行程をオーダーメイドでご提案します！

長岡で暮らす、働く、出会う。あなただけの未来を描く体験旅

新潟県
長岡市

公式 移住体験ツアー

参加要件

新潟県外在住者（18歳以上）
公式LINE登録者
移住・二地域居住検討者

交通費・宿泊費補助

1名 最大 20,000円
1組あたり最大 40,000円
キャッシュバック！

物件・生活環境見学
リアルな暮らしを知る

ツアーで
体験できる
こと

先輩移住者や
地域キーマンとつながる

職場見学・企業面接
仕事との出会い

移住コンシェルジュが
行程作成・当日同行

ツアーご利用 5 STEP

- ☑ 長岡市移住定住相談センター
公式LINEを登録・お申込み
- ☑ オンライン事前面談
- ☑ 当日行程決定 & 補助申請
- ☑ 現地体験（日帰り～10日間）
- ☑ アンケート回答 & 実績報告

東京から

新幹線で1時間30分！
関越自動車道で練馬ICから3時間！

移住コンシェルジュが
ご希望をお伺いして対応します

まだ具体的に移住時期が決まっておらず、情報
収集段階の方もご安心ください。

長岡市は、人口25万人で新潟県第二の都市。便
利な街中から、中山間地、田園、海まであり、
あなたの理想の暮らしがきっとあります。

地域の仕事も、上場企業から、地場産業、地域
おこし協力隊まで様々な選択肢をご紹介します。

＼ まずはWeb・公式LINEからお気軽にお申し込み・ご相談ください ／

新潟県長岡市 政策企画課 定住促進室

運営受託者：きら星株式会社

☎ 050-1794-4539

受付：平日10時から17時まで 担当：きら星 秋田

特設サイト



長岡市
移住定住相談センター
公式LINE



花火だけじゃない！新潟県長岡市

長岡 NAGAOKA のはじめ方



未就学の子を連れて家を建てました

新潟に縁があり新規就農しました

子育て環境重視・ファミリーコース

【Day 1】暮らしと住まいのリアルを知る

- 長岡駅集合 / オリエンテーション
- 大型スーパー・公園・図書館など生活環境視察
- 地元不動産会社での賃貸・売買物件見学
- 宿泊先へチェックイン
(宿泊場所は自由にお選びいただけます)

【Day 2】教育環境と仕事を体感する

- 保育園・小学校、子育て支援施設の見学
- パートナーの企業・職場見学
(職業紹介コンシェルジュが同行)
- 先輩移住ファミリーとのランチ座談会
(実際の暮らしや育児の本音トーク)
- 次のステップ確認・アンケート記入・解散



※実際のツアーでは、ご希望に合わせてオーダーメイドで行程を調整できます

対応する
セミオーダーツアー

長岡移住経験者の
コンシェルジュが

新規就農・スローライフコース

【Day 1】地域のキーマンと歴史に出会う

- 長岡駅集合 / オリエンテーション
- 中山間地域の現地案内
- 夕食：地域食材を使った郷土料理体験
- 宿泊先へ（農家民宿やゲストハウス等）

【Day 2】地域産業を体験し、暮らしをイメージする

- 季節の農業体験・農家さんとの交流
- 体験受け入れ団体とのランチ交流会
- 買い物施設・医療機関など日用品の買い出し導線案内
- 次のステップ確認・アンケート記入・解散



エリア紹介

東京からのアクセス

新幹線▶東京ー長岡

90分

高速道路▶東京ー長岡

3時間



シーサイドエリア 雪の量 ★☆☆

長岡市の中でも海に隣接する寺泊地域で、「魚のアメ横」と呼ばれる魚市場や水族館・海水浴場など観光スポットとしても有名です。日本海のサーフポイントもあり、SUPなど海のアクティビティを楽しむことができます。海を見ながらテレワークやワーケーションなど、二拠点居住にもおすすめです。



産業エリア 雪の量 ★☆☆

長岡市の北部や高速の長岡インター周辺に広がる、工場地帯エリア。歴史のある鉄鋼や半導体・米菓・食品加工などのものづくりの企業が集まっています。開発された街並みにスーパーなどの買い物施設や住宅街、賃貸アパートも増えており、これから暮らしを始める方には便利な場所です。



シティエリア 雪の量 ★★☆☆

JR長岡駅を中心とする、通勤や通学に便利なエリア。駅ビルのほか、ホテルやオフィス、買い物エリア・飲食店・病院など一通りの施設が揃っています。マンションも多く、車を持たなくても公共交通のみの利用で暮らせる長岡市では1番の都市エリアになります。



タウンエリア 雪の量 ★★☆☆

シティエリアを取り囲む、信濃川東西の住宅開発が進むニュータウンエリア。ロードサイドには商業施設が立ち並び、車があれば何でも揃う買い物にも困らない便利な場所です。美術館や大学・広い公園も多く、その環境の良から子連れファミリー層に人気があります。



中山間エリア 雪の量 ★★☆☆

山間部に一番近く、棚田や山などの昔ながらの原風景が広がるエリア。小さな集落が多く古民家をリフォームして農業を始めるなど、スローライフが楽しめます。登山やキャンプ・スキーなどが楽しめる環境なので、アウトドアの趣味をもつ方には最適です。



田園エリア 雪の量 ★★☆☆ 海側

越後平野の広々とした田園地帯と歴史文化が残るエリア。長岡市では最も田園エリアが多く、米どころ新潟ならではの風景が広がります。少し中心街から離れているのでのんびり暮らせますが、車があれば日常の買い物施設も充実していて便利です。日帰り温泉施設も多くあり余暇も楽しめます。



東京から長岡へのアクセス



東京駅 → 長岡駅: 上越新幹線で 最速 約1時間30分



東京（練馬IC） → 長岡IC: 関越自動車道で 約3時間



バスタ新宿 / 東京駅 → 長岡駅前: 高速バスで 約4時間30分

