

おかえり、白河

移住

SHIRAKAWA

定住



カタノ

片野さんご家族

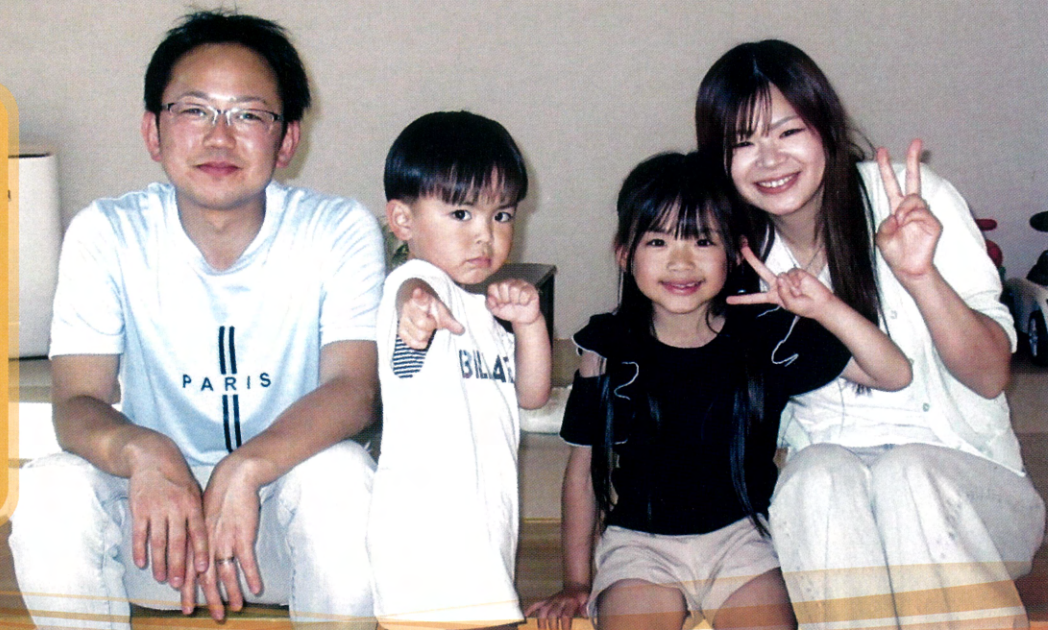
〔夫〕 拓弥 (タクヤ)さん
30代 会社員

〔妻〕 結花 (ユカ)さん
30代 専業主婦

〔長女〕 心晴 (コハル)ちゃん・小学生

〔長男〕 偉心 (イシン)くん・幼児

移住時期：2024年3月移住（埼玉県より）
住まい：白河地域



移住者インタビュー

すべてが“ちょうどいい”まち白河市

——白河への移住のきっかけは？

（拓弥さん）

福島県矢祭町出身で高校卒業まで地元で過ごし、進学で都内へ上京しました。そのまま首都圏での就職をしましたが、長男であることからいずれは実家に戻る考えていました。その間、妻と出会い、結婚をする前から田舎暮らしについての将来像を伝え、何度も実家へ帰省する際は連れて帰り、田舎の魅力を伝えていきました。

（結花さん）

首都圏で生まれ育ったため、田舎暮らしには若干の不安がありましたが、何度も夫の実家へ帰省するたびに、田舎の空気感や自然の豊かさに魅力を感じるようになりました。いまだに虫は苦手なのですが（笑）

（拓弥さん）

長女が誕生し、マイホーム購入も視野に入れ始めたころ、現在の勤務先を転職することなく通勤できる場所を検討した際、候補にあがったのが白河です。当初は実家からの通勤や埼玉に近い都市への移住も検討をしたのですが、私の実家にも近く、妻の実家にもアクセスが良く、程よい田舎暮らしができる理想のまちが白河でした。



▲ 家族みんなで、お庭でバーベキュー！

——白河での子育てや生活はどうですか？

（拓弥さん）

現居住地に家を建てたのも、駅までのアクセスやスーパー・病院等の施設が多数あり、こどもの小学校への通学の利便性等も考慮した結果で、本当に暮らしやすいです。

（結花さん）

白河地域の方々はとても親切で、外でお会いすると必ず挨拶をしてくれます。都会ではなかったこの交流がすごく嬉しいです。また、長女が小学校から帰ってきたら、お友達がたくさん遊びに来てくれることもにぎやかで楽しいです。そのおかげで、自然と長女のお母さん方との交流がもてるようになり、いつの間にかたくさんのママ友に恵まれました。長男は市管理施設の屋内遊び場「わんぱく」がお気に入り、天候を気にせず自由に遊べるのが魅力です。つい最近、初めて訪れた白河市立図書館では、子育て関連の書籍やコーナーが充実していたので、たくさん利用させていただきたいと思います。

——これから移住を検討している方へ

（拓弥さん）

移住をするにあたり、支援や補助金等について市役所に問い合わせた際、親身になって相談に乗ってもらいました。おかげさまで、いくつかの補助金の活用ができたことから、その分の予算を新築費用に充てることができました。白河への移住を検討されている方は、まずは市役所担当課へ問い合わせるとプラスの情報を提供してもらえるはずです。

（結花さん）

白河は生活のしやすさや子育て環境がとても充実しています。普段の買い物や病院等も近くにあり、不便さをあまり感じたことがありません。お子さんと一緒にご家族で移住を検討されている方にピッタリのまちです。

クノ ヒロシ
久野 宏さん 40代

職業: FLUR合同会社
代表社員
MIXED COFFEE
STAND オーナー

(元・白河市地域おこし協力隊 2025年3月卒業)

移住時期: 2020年4月移住(東京都より)
住まい: 白河地域



移住者インタビュー

地域おこし協力隊から定住・起業へ

——移住のきっかけは？

こどもの頃からアトピーに悩まされており、日常生活で使用する水や空気が症状の改善に重要なことを経験則から感じていたため、地方への移住を漠然と考えていました。2017年夏の独立後、働く場所を問わない業務に従事していたため、本格的に移住や二拠点生活を検討するようになりました。そんな中、2020年初頭に新型コロナウィルスが発生し、首都圏と地方の往來をする二拠点生活は困難になることが予測されたため、地方への完全移住をするという決断に至りました。

——なぜ白河を選んだのですか？

移住地を決定するにあたり、仕事との兼ね合いで首都圏へアクセスしやすい地域を候補としました。最終的に、候補地を長野、群馬、福島の3つまで絞り込み、それぞれの地域でお試し移住をした結果、白河への移住を決断しました。理由として、きれいな水や空気はもちろんですが、地域の方々との「ほどよい距離感」が心地よかったことが、白河市への移住の決め手となりました。また、東京のみならず、福島県全域や東北全般への交通アクセスも抜群に良い点もプラスになったポイントです。

——地域おこし協力隊員になった経緯は？ また、白河への定住はいつ頃から意識する ようになりましたか？

地方へ移住するにあたり、せっかくならその地域を盛り上げる一助になりたいという気持ちがありました。そのような思いを地域の方に伝えたところ、「地域おこし協力隊」制度のことを知り、応募する流れとなりました。協力隊任期中は「地域資源の再定義」をテーマに資源活用やイベント開催などを行いました。さまざまなご縁や機会に恵まれたこともあり、ポップアップ型コーヒースタンド「移動式珈琲店」の店舗事業化を模索するようになりました。

その頃から定住を意識するようになり、事業化にあたって、せっかくならばこの白河の地で行いたいと考え、店舗用物件を探し始めました。

——協力隊を卒業後、新たに起業をされましたが、 その経緯は？ また、今後のビジョンは？

店舗用物件探しが難航していたところ、白河市内で事業を営むアーバン社(アパレル業)の社長と話をすることがあり、そこで双方の想い・考えが合致して、元々倉庫だったスペースを改修してコーヒースタンドとしてオープンさせることになりました。費用を節減するために、塗装などは自分たちや地域の方々に参加を募って行いました。

2025年5月にオープンできましたが、地域内外のヒト・コト・モノが混ざり合うこと(MIXED)で生まれる可能性を追求していきたいと考えています。そのためにも、今後は1日でも長くお店を続けていきたいと思っています。



▲ 店内でのお仕様の様子



コーヒースタンド Instagram
(MIXED COFFEE STAND)

まずはあなたの移住プラン完成度を Check! /

LEVEL 1	☐ 移住の目的を整理した。	☐ 一緒に移住する家族の思いを確かめた。
LEVEL 2	☐ インターネットやパンフレット、移住相談窓口などで情報収集をした。	☐ 希望する移住先の条件をリスト化したり、優先順位をつけるなどして整理した。
LEVEL 3	☐ 目的や条件に合う地域を見つけた。	☐ 実際に何度も現地に足を運んで暮らしぶりを体感した。
LEVEL 4	☐ 仕事を見つけた。またはテレワークが可能。	☐ 住居を見つけた。
LEVEL 5	☐ 移住後の暮らしを具体的にイメージできている。	



その不安にズバリお答えします!



生活環境について

Q 公共交通について教えてください。

A 東北新幹線や東北自動車道など交通の便が良く、首都圏へも短時間でアクセスできます。また、民間バスや市が運行するバス「こみねっと」が、公共施設や商業施設、学校、駅、病院などを結び、市民の生活を支えています。しかしながら、首都圏のように路線や本数が充実しているわけではないので、自家用車があったほうが便利です。

Q これまでの人間関係を維持したいので、移住を迷っています。

A 本市は、首都圏へのアクセスが良いため、首都圏在住の友人や同僚に直接会いに行くこともそれほど難しくありません。また、SNS等の連絡手段もありますので、移住後もこれまでの人間関係を維持することは可能だと思います。

Q 買い物の不便さはありますか？

A 市街地には、大型商業施設やスーパーマーケット、ドラッグストア、コンビニがあり、普段の買い物には困りません。

Q 休日に楽しめるスポットはありますか？

A スキー場やキャンプ場なども近く、アウトドアも満喫できますし、少し足を延ばせばアウトレットモールもあります。また、周辺にはゴルフ場も多く、トーナメント開催実績のある名門コースもあります。ロイヤルリゾートの那須や観光地である日光、会津若松などへのアクセスも良好なため、娯楽の面でも心配はないと思います。



▲ 市街地の商業施設





お仕事について

最新情報はこちら！▶



Q 今までのキャリアを生かせるか心配です。

A 首都圏のように専門性の高いキャリアを生かせる大企業は多くありませんが、本市にも専門性やスキルを求めている企業はあります。当地域の企業情報が掲載された「しらかわ企業データベース」やオンラインで工場を見学できる「しらかわものづくりLIVE工場見学」なども用意しておりますので、参考にいただければと思います。また、「産業サポート白河」などキャリアや専門性を生かし起業しようとする方へのサポート体制や支援制度も整えていますので、お気軽にご相談ください。



▲ コワーキングスペース
「ラ・クリエーションプラス」

Q 移住先でやりがいのある仕事を見つけられますか？

A 地方での仕事には、都会では感じるできない様々なメリットや魅力があります。満員電車からも解放されますし、通勤時間も短縮できます。また、地域の方たちと協力し、複業的に地方が抱える課題に取り組むことで生きがいを感じる人もいます。仕事のやりがいとは何かにもよりますが、あなたが望んでいる生活や働き方が、地方にあるかもしれません。

友達募集中！



白河市公式 LINE ID: @shirakawa.city

市内企業の採用情報を含め市などの最新情報をお届けします。



Q 給与水準が下がってしまうことが不安です。

A 都市部と比較し、給与水準が低いのは事実です。しかしながら、冬場の光熱費などを除けば、食費や家賃など生活にかかるコストは下がる可能性が高いので、その分自由に使えるお金が増えるかもしれません。また、本市は首都圏等へのアクセス性も良く、テレワークにも利用可能な coworking スペースなどもありますので、今の仕事（給与水準）を維持したままの地方移住という選択肢もあるのではないかと思います。

就業・起業に関する主な相談窓口

ふくしまぐらし相談センター

移住相談 ☎ 03-6551-2989 就職相談 ☎ 03-3214-9009

福島県内での「働く」や「暮らし」に関する相談業務などを行っています。

ふくしま生活・就職応援センター ☎ 0248-27-0041

就職相談や職業紹介、就職までに必要な資金や住居の確保に関する各種制度の案内などを行っています。

産業サポート白河 ☎ 0248-21-7361

起業及び創業サポートや起業セミナー開催の経営全般に関する相談業務などを行っています。

人・農地相談センター ☎ 0248-22-1111

新たに農業を始めたいなど農業に関する様々な相談に対応するため、知識や経験のある「専門相談員」を配置しています。

ハローワーク白河 ☎ 0248-24-1256

職業の紹介や雇用保険給付、失業予防的な雇用安定事業などを行っています。

就業・起業に関する主な支援制度

Uターン就職活動交通費補助金

商工課

Uターン者への就職活動を応援するため交通費を補助します。

◆ 上限1万円（2回まで）

移住者支援就業促進事業補助金

商工課

東京圏から移住した方が、Fターンに登録された企業等に就職、起業した場合などに、新たな生活に必要な資金を支援します。

◆ 100万円（単身世帯の場合：60万円）

* 18歳未満の方1人につき100万円加算

新幹線通勤補助金

企画政策課

新卒の方や県外からの移住者の方が、新幹線を利用して首都圏等に通勤する場合に、通勤費用の一部を補助します。

◆ 補助月額：上限3万円

保育士就職祝い金

こども育成課

市内在住で市内の保育園等に新卒で就職した方や、3年以上保育士の仕事をしていない方が再就職した場合に、お祝い金を支給します。

◆ 20万円

* 新卒就職者で福島県に本籍が無い方は、10万円加算

がんばる新規就農者支援事業補助金

農政課

就農初期段階における施設整備や機械購入等の費用を補助します。

◆ 上限150万円





お住まいについて

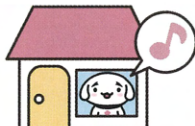
最新情報はこちら！▶



Q 移住後のイメージがわからず、移住に踏み切れません。

A 本格的な移住の前に、本市での生活を一定期間体験いただける「お試し住宅」をご用意しており、滞在中は農作業や地域の方との交流を楽しむこともできます。また、テレワークに対応したコワーキングスペースもありますので、一度、こうした施設をご利用いただき、移住後の具体的な生活をイメージしていただければと思います。

まずはトライアル！



▲お試し住宅

Q 生活コストはどのくらいですか？

A 冬場の光熱費などは増えますが、家賃は東京の約半分程度です。
生活スタイルにより異なりますが、トータルで考えると生活コストは首都圏より安く抑えることができると思います。

Q 医療環境について教えてください。

A 市内の医療機関は以下のとおりです。なお、こども（18歳になった後の最初の3月31日まで）の医療費は無料です。

医療機関

- 病院：2か所
- 診療所：37か所
- 歯科医院：約40か所 ※小児科は5か所

【休日に急病になったとき】

休日救急医療当番医：小児科、内科、外科、歯科の部門で休日（日曜・祝日）や年末年始などに診療を行っています。

【夜間にお子さんが急病になったとき】

小児平日夜間救急外来：15歳（中学生）以下の夜間の急病に対応しています。（白河厚生総合病院）

【病児保育室（白河厚生総合病院敷地内）】

お子さんが病気で保育園等を利用できない時、仕事を休めない保護者に代わって病児保育室の看護師・保育士がお子さんの体調を見守ります。

Q 住居を探すうえで、何か支援はありますか？

A お住まい探しや住宅取得に対する支援として以下の制度を用意しています。

住居に関する主な支援制度

お試し住宅

企画政策課

市内4カ所の一軒家を利用し、本市の暮らしを実際に体験することができます。

引越補助金

企画政策課

県外からの移住者で39歳以下の方や子育て世帯等を対象に市内に移住する際の引越費用を補助します。

◆上限20万円

新婚生活スタート応援事業補助金

生活防災課

新婚世帯（年齢・所得要件あり）に対し、新生活の費用（住宅取得・家賃・敷金礼金・引越し費用・リフォーム費用等）を補助します。

◆上限60万円

子育て世代賃貸住宅家賃補助金

まちづくり推進課

市外から中心市街地内の民間賃貸住宅に転入した子育て世代に対し、家賃の一部を補助します。

- ◆集合住宅：13,000円/月（最長3年間）
- ◆戸建住宅：17,000円/月（最長3年間）

来て「しらかわ」住宅取得支援事業補助金

企画政策課

市外から市内へ移住するために住宅を取得した場合に、住宅取得費用の一部を補助します。

- ◆県外から市内へ移住：最大200万円
- ◆市外から市内へ移住：最大100万円

空家バンク改修等支援事業補助金

企画政策課

空き家バンクに登録された物件の改修費用及び清掃（残置物処分やハウスクリーニング等）に要する費用を助成します。（売買物件の所有者が行う改修は対象外）

- ◆改修費：上限150万円（事業費の1/2）
- ◆清掃費：上限15万円

白河暮らし空き家改修等支援事業補助金

企画政策課

県外からの移住者や子育て世帯等を対象に、空き家の改修や清掃、建て替えに伴う解体に係る費用の一部を補助します。

- ◆改修費：上限150万円（事業費の1/2）
- ◆清掃費：上限30万円（改修を行う方が対象）
- *その他加算額あり
- ◆除却費：上限80万円（事業費の1/2）

行政分譲地建築助成金

企画政策課

表郷地区と大信地区にある行政分譲地を購入し、住宅を新築する場合、建築費用の一部を助成します。

◆4～10万円/3.3㎡（上限450万円）



子育て・教育について

最新情報はこちら！▶



Q 子育て環境について教えてください。

A 本市では、安心して妊娠・出産・子育てできる環境づくりや子育て等に関する相談にきめ細かく対応できる体制づくりを進めています。また、おむつやこども服等の購入に使えるクーポン券の配布や保育料の無償化、幼稚園における延長保育の実施など子育て世帯の負担軽減にも取り組んでおり、こども(18歳になった後の最初の3月31日まで)の医療費も無料です。

※保育料については条件があります。



▶ 子育て情報満載のスマートフォン向けアプリ「ほっかぽか」



ダウンロードはこちら▶

幼稚園・保育施設・児童クラブ



- 公立幼稚園：7か所
- 公立保育園：5か所
- 私立幼稚園：2か所
- 私立保育園：3か所
- 私立認定こども園：4か所
- 小規模保育施設：4か所
- 放課後児童クラブ：17か所

白河っ子すくすく応援クーポン券▶



▲ 白河文化交流館「コミネス」

Q 教育環境について教えてください。

A こどもたちが理解したと実感できる指導、家庭学習や小中学校の連携による取り組み、個に応じた細やかな教育に取り組んでいます。また、こどもたちの想像力や感受性を高めるため、地方に住みながらも本物の文化や芸術に触れる機会を提供するとともに全ての小中学校に学校司書を配置するなど読書環境の整備に力を入れています。

教育機関

- 市立小学校：13校
- 市立中学校：7校
- 県立高校：4校
- 専修学校：看護系2校、介護系1校



▲ 白河市立図書館「りぶらん」

子育てに関する主な支援制度

白河っ子すくすく応援クーポン券

こども支援課

おむつやこども服などの購入に使用できるクーポン券を支給します。(1歳～3歳)

◆30,000円(1,000円×30枚)/年

こども医療費助成

こども支援課

こども(18歳になった後の最初の3月31日まで)の医療費は無料です。

不妊治療費助成事業(上乘せ補助)

こども支援課

保険診療の適用とならない体外受精・顕微授精等の生殖補助医療及び不妊症検査の一部、さらに治療に係る通院費を助成します。

妊産婦の医療費助成

こども支援課

妊産婦の通院、入院などの医療費の一部負担金や入院時の食事代を助成します。

多子世帯の保育料軽減

こども育成課

国の保育料無償化(3～5歳)に加え、0～2歳の保育料についても第2子は半額、第3子以降は無料です。

多子世帯の給食費軽減

健康給食推進室

18歳以下の兄弟姉妹が3人以上いる場合、第3子以降の学校給食費を全額助成します。

奨学金制度

教育総務課

経済的な理由で修学が困難な学生及び生徒に対し、奨学金を貸与します。また、大学等に入学する学生の保護者が必要が認められる方に対し、入学一時金を貸与します。

奨学金の返還一部免除制度

教育総務課

大学等へ進学する際に白河市奨学資金の貸与を受けた方で卒業後、本市に定住・就労した場合に、奨学金の返還の一部を免除します。

白河市

ってどんなところ？

白河市は、古くから交通の要衝として発展してきた歴史と文化が息づく人口約6万人の高原都市です。首都圏等へのアクセスが良く、清流の豊富な水と肥沃な大地に育まれた美味しいお米や野菜のほか、白河ラーメンなどのご当地グルメもいっぱい。美しい自然が広がる福島県南地域の産業と生活の中心でもあり、スキーやゴルフ、キャンプなどのアクティビティも楽しむことができます。

6月～9月
日最高気温の平均



12月～3月
日最高気温の平均



白河市 **28.7℃** **8.2℃**
東京都 **31.5℃** **13.2℃**



白河市 東京都

1日 **20日**



0日 **47日**

一年中
過ごしやすい気候

夏は涼しく、夜は窓を開ければ冷房なしで眠ることもできます。冬は風が強く、寒い日が続きますが積雪量は少なく、一年を通し比較的過ごしやすい気候です。

※期間：2024～2025年 気象庁のデータより算出

家賃が安い
(55㎡あたり)



88,000円

福島県



211,000円

東京都

家計にやさしい

冬場の光熱費やガソリン代などの移動コストはやや高めですが、家賃は東京の約半分。食費も安いので、首都圏に比べてお金をかけずに生活することができます。

※令和5年住宅・土地統計調査結果をもとに算出

通勤時間が短い

福島県



1都3県
(東京都・埼玉県・千葉県・神奈川県)



首都圏に比べて通勤時間は短く、ぎゅうぎゅうの満員電車に揺られる必要もありません。

※ 令和3年社会生活基本調査結果をもとに算出



北海道・東北圏内

福島県内

安心・
便利・快適

白河市は、東洋経済新報社による都市データパック2020年版の「住みよさランキング」で県内第1位、北海道・東北圏内で第3位を獲得しました。「住みよさランキング」は、総務省の統計データ等を用いて「安心度」「利便度」「快適度」「富裕度」の4つの視点で算出されたランキングです。

白河市の
アクセス

都心から
近い



移住・定住に関する
ご相談はこちらまで！

白河市 市長公室企画政策課

福島県白河市八幡小路7番地1

☎ 0248-28-5500

✉ kikaku@city.shirakawa.fukushima.jp

白河市移住・定住ポータルサイト

おかえり、白河

<https://www.shirakawa-iju.jp>

