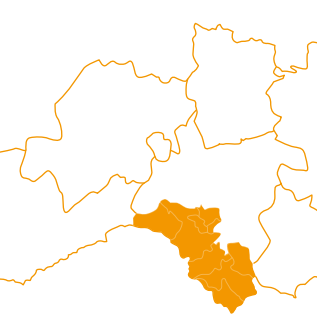
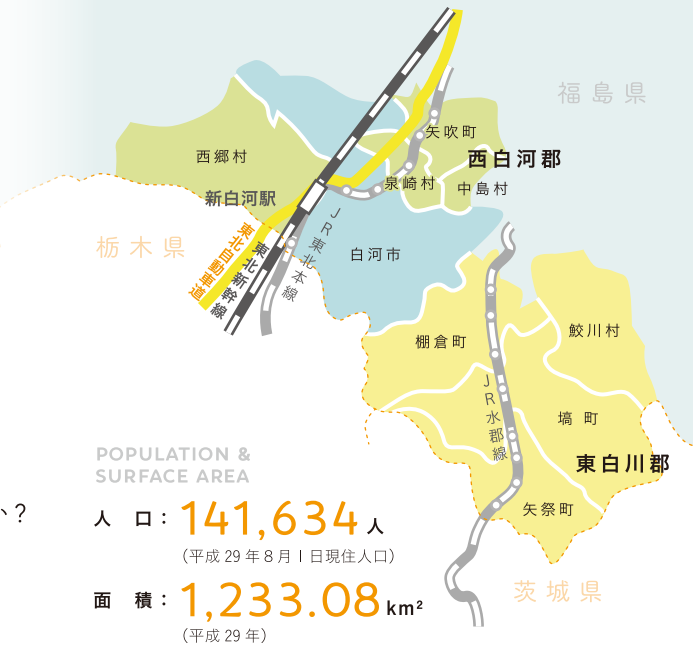




しらがわって、
こんなところ。

東京から一番近い東北、しらかわ。
多様で豊かな自然環境と、アクセスのよさ、
そのバランスが最大の魅力です。

あなたらしい暮らしを実現するために、しらかわを選んでみませんか？
子育てや起業など、あなたにとっての理想を叶えるお手伝いを、
しらかわ地域全体で応援いたします。



POPULATION & SURFACE AREA

人 口：141,634人
(平成29年8月1日現在人口)

面 積：1,233.08km²
(平成29年)

白河市・
東白川郡・西白河郡

1市4町4村

あわせて
「しらかわ」

西郷村

新幹線が停車する
全国で唯一の村

泉崎村

新幹線通車者への
奨励金など独自の
支援制度がある村

中島村

共働きの
子育て世帯に嬉しい村

矢吹町

日本三大開拓地のひとつ

白河市

みちのくの玄関口であり、
県南地方の中心地

棚倉町

東北の小京都

矢祭町

小さくとも輝く町

塙町

東北有数の
ダリア生産地であり、
自然に優しい農業を推進

鮫川村

鮫川、久慈川、阿武隈川の
三河川の源流域で、
自然豊かな美しい村

🌤️ 気 候 CLIMATE

東京と比べ、年間を通じて3～5℃ほど低い過ごしやすい気候です。体感湿度も低く、夏は過ごしやすいです。冬期は時折降雪があります。路面が凍結することもあるので、車にはスタッドレスタイヤが必要です。

🐎 主な仕事・産業 INDUSTRY

豊かな土地を生かした農業や酪農が盛んです。県南地方は福島県内有数の大規模工場立地地域で、関連の勤め先も多くあります。また、新幹線の新白河駅を利用して東京圏へ通勤することも可能です（最短70分）。

🚗 アクセス ACCESS

東京からおよそ200km。都内からの移動時間も費用も、手頃な範囲です。

🚄 JRで

- 🚉 JR 東北新幹線新白河駅まで約80分
- 🚉 JR 東北本線経由 JR 白河駅まで約3時間
- 🚉 JR 水郡線経由 JR 磐城塙駅まで約4時間

🚗 高速バスで

- 🚌 福島交通・JR バス関東 福島・郡山～新宿線「あぶくま号」で約3時間
- 🚌 茨城交通 大子線 福島との県境、茨城県大子町（茨城交通 大子営業所）で下車、約3時間

🚗 自家用車で

- 🚗 東北自動車道経由 浦和ICから白河ICまで1時間40分
- 🚗 常磐自動車道経由 三郷ICから那珂ICまで1時間、那珂ICから東白川郡まで1時間10～30分

ラクラスしらかわ

福島県県南地方 定住・二地域居住相談所

発行：福島県県南地方 定住・二地域居住相談所 ラクラスしらかわ

http://junbishitsu.jp/iju/

とっても暮らしやすい！
数字で見るしらかわ

教育費・家賃が安い

教育費が安いから、豊かな環境の中でレジャーを楽しむ余裕も生まれます。しっかり働きながら、お子さんとの時間も確保できる環境が整いやすいです。

●消費者物価地域差指数（教育）

全国平均	福島県	東京都	大阪府
100	89.5	112.3	109.7

【出典】10大費目別消費者物価地域差指数：2013年

●1畳あたりの家賃

福島県	東京都	大阪府
2,307円/畳	5,140円/畳	3,193円/畳

【出典】住宅・土地統計調査 平成25年住宅・土地統計調査 確報集計



活用ください！
福島県の制度



これで下見もバッチリ！

●ふくしま移住希望者支援交通費補助金

福島県に移住（Uターン、Iターン、二地域居住）を考えている方が実際に福島県内を訪れ、移住に当たって必要な現地調査・現地活動を行った場合に、その交通費を（一定額）補助します。

お問い合わせ 福島県 東京事務所 ☎03-5212-9050



安心の環境

豊かな自然環境、過ごしやすい気候、犯罪が少ないなど、安心の環境が整っています。

●人口10万人あたりの一般病院数

全国平均	福島県	東京都	大阪府
5.8	5.4	4.4	5.6

【出典】統計でみる都道府県のすがた2018（健康・医療）（総務省統計局）

●人口10万人あたりの公害苦情件数

全国平均	福島県	東京都	大阪府
39.9件	20.4件	43.1件	45.5件

●人口1千人あたりの刑法犯認知件数

全国平均	福島県	東京都	大阪府
8.65件	6.68件	10.96件	14.99件

【出典】統計でみる都道府県のすがた2018（安全）（総務省統計局）



子育て世代に嬉しい！

●18歳まで医療費完全無料

福島県では、県内全市町村において18歳以下の医療費を無料化しています。対象者が健康保険適用の診療を受けた時に支払うべき自己負担額（診療費や入院時食事療養費等）について、各市町村が助成します。

お問い合わせ 各市町村

引っ越しのときに嬉しい！

●来てふくしま住宅取得支援事業

福島県では、県外から福島県内に移住・定住するために住宅を取得される方に対して、市町村と共同で補助を行います。各市町村による住宅取得への補助に加え、県の補助金を最大100万円プラスします。県南地方で対象となる市町村は白河市、棚倉町、矢祭町、塙町です。（平成30年度）

お問い合わせ 福島県 建築指導課 民間建築担当 ☎024-521-7529

市町村ごとの子育て支援



安心して子育てができるような支援制度を展開しています。ここではごく一部を紹介します。



白河市

白河っ子すくすく赤ちゃんクーポン券

保護者の経済的な負担を軽減し、安心して子育てができるよう、おむつなどの購入に使用できるクーポン券を支給します。

■白河市子ども支援課 支援係
☎0248-22-1111（内線2733,2734）



西郷村

妊産婦医療助成制度

妊娠後5ヶ月から出産日の翌月までの妊産婦に対して、医療費（保険診療等における窓口一部負担金分）を助成します。

■西郷村福祉課 ☎0248-25-1509



泉崎村

幼稚園保育料・バス使用料の無料化

給食費も村が負担しています。待機児童もいません。また、卒園児にはランドセルを贈呈。

■泉崎幼稚園 ☎0248-53-2810



中島村

幼稚園保育所保育料・給食費無料化

幼稚園保育料等を無料にしています。対象となる保育料は利用者負担額、預かり保育料（おやつ代含む）、一時預かり保育料、給食費です。（事前申請が必要です。）

■中島村学校教育課（幼稚園）☎0248-52-3483

■中島保育所 ☎0248-52-3910



しらかわ窓口

ラクラスしらかわ

福島県県南地方 定住・二地域居住相談所

☎0248-21-5779
☎0248-21-5781
✉staff@junbishitsu.jp

〒961-0905 福島県白河市中町23
折仁ビル 102
OPEN:10:00～16:00
定休日：日曜・水曜
※祝日、お盆、年末年始を除く

お電話・メール・FAXで
相談できます。
対面でのご相談は要予約です！

東京窓口

福が満開、福しま暮らし情報センター

〒100-0006
東京都千代田区有楽町2-10-1 東京交通会館8F
認定NPO法人ふるさと回帰支援センター内
OPEN：火～土曜日 10:00～18:00
※祝日、お盆、年末年始を除く
※日曜はセミナー開催日のみオープン

☎03-6551-2989
✉fukushima@furusatokaiki.net

矢吹町

屋内外運動場「未来くるやぶさ」

「遊びを通じた子育てを」がコンセプトの施設。0歳～小学3年生までの児童と保護者が対象です。屋内運動場にはエアトラック・クライミングウォール・ベビーゾーンなどを設置。屋外にはフットサルコート（有料）、2階には子育て支援センターも併設しています。

■矢吹町屋内外運動場（未来くるやぶさ）☎0248-21-8722



棚倉町

子育て世代定住促進新築住宅補助

一定の要件を満たす子育て世帯が、住宅を新築・購入した後に課税される住宅の固定資産税の一部を補助しています。

■棚倉町地域創生課 企画調整係 ☎0247-33-2112



矢祭町

すこやか赤ちゃん誕生祝金

お子さんが生まれた際に、誕生祝い金を支給します。子どもの人数によって祝い金の金額は異なります。また第3子以降には、2歳から11歳までの間に「健全育成奨励金」を支給します。（定住して1年以上経った方に限ります）

■矢祭町町民福祉課 福祉保険グループ ☎0247-46-4573



塙町

妊産婦医療費助成制度

妊娠5ヶ月から出産月の翌月まで妊産婦の保険診療に対し、医療費の助成を行っています。

■塙町健康福祉課 ☎0247-43-2115



鮫川村

乳幼児紙おむつ支給事業

出生の月から2歳の誕生日を迎える前の月まで、月5,000円を上限に助成します。

■鮫川村住民福祉課 ☎0247-49-3112

福島県
県南地方
しらかわ

東京から一番近い東北
「しらかわ」は
子育て世代
全力応援！

みとなにとつての、
さいしよのいなか。

ラクラスしらかわ

福島県県南地方 定住・二地域居住相談所

しらかわで子育てするって、どんな感じ？ 移住の先輩に聞きました！

他県からしらかわに移住したのち、子育てしている3人の皆さんに聞きました。しらかわのいいところから暮らしながら気づいたデメリットまで、赤裸裸に語ってもらいました。

塩田 由紀子さん

PROFILE
埼玉県出身、埼玉県から移住。
矢吹町在住。
1991年生まれ。
夫、子どもとの3人暮らし。
矢吹町役場職員。

「SNSあるじゃん」って言われて、えいって引越しました



しらかわに来たきっかけは？
東京農業大学の4年生のとき、地域の子どもたちと取り組む「田んぼの学校」をきっかけに矢吹町を訪れました。イベントを成功させることで精一杯だったのですが、小学生たちが「のうぎょうっておもしろいね」と言ってくれて。子どもたちだけじゃなくて、農家さんたちや役場の人、みんなが好印象だったんです。
当時は大学院進学を考えていたのですが、イベントをきっかけに、矢吹町役場の採用試験を受けて就職することになりました。あの時の役場や農家の人がいなかったら、イベントも成功していないし、矢吹にも来ていなかったなと思います。

しらかわで不安だったこと
知り合いがいないことでした。友達にもすぐ会えないし、誰に助けを求めたらいいんだろうと考えていました。引越し前にいろんな人に不安を打ち明けていたら、「SNSあるじゃん」って

- Q1. しらかわに来たきっかけは？
- Q2. しらかわで不安だったこと
- Q3. しらかわでの子育てについて

戸澤 佳美さん

PROFILE
栃木県出身、千葉県から移住、西郷村在住。
1979年生まれ。夫、子ども3人、義理の母との6人暮らし。
主婦、パート（塾講師・カフェスタッフ）



時間も空間もゆったりしています

しらかわで不安だったこと
当初、周りに知り合いもいなかったもので、子育ての悩みは実家の母に相談したり、インターネットや本で調べたりしました。車がなかったからどこにも行けなかったのが大変でした。車が使えるようになってからは、子どもを通じて友達もできたので、今は友達や同居してるお姑さんが相談相手です。

しらかわでの子育てについて
一番お世話になったのは白河市にある「おひさまひろば」。お母さんに寄り添った考え方をしてくれて、話し相手にもなってくれます。西郷村は、東京に比べて時間も空間もゆったりしていて、子供たちが広々と遊べるのが魅力。1ターンや転勤族の家族も多く、田舎独特の縛りやしらがみありませんね。



カフェのキッチンでお菓子作り♪

高橋 竜一さん

PROFILE
岐阜県出身、東京都から移住、矢祭町在住。
1981年生まれ。
妻、子ども3人との5人暮らし。矢祭町役場職員。



案ずるより産むが易し！

しらかわに来たきっかけは？
前職時代、業務研修で農村生活を体験する機会があり、農家に1ヶ月間住み込みしました。農村での生活が自分にあっていると感じて、もっと地域に根ざした仕事がしたいと思ったのが移住のきっかけです。ちょうど矢祭町役場の職員募集を見つけ、試験を受け、採用となりました。

しらかわで不安だったこと
イメージ通りの生活が待っているとは限らないだろうな、という漠然としたものだったと記憶しています。本当に生活していけるのか、地域に溶け込めるのか。ただどれも案ずるより産むが易しという感じで、想像通りにいかないまでもそこまで不安な気持ちにならないというのが実情でした。

しらかわでの子育てについて
子育て環境は恵まれていると思います。町の支援策も充実しているし、子供が育つ上で恵まれた自然環境もあるし、車があれば買い物等々もそれほど不便を感じません。一方で近所に子供が少ないこと、親が近くに住んでいないため力が得づらいこと等はデメリットかなと感じています。



職場・矢祭町役場でのワンシーン

移住する前も、移住してからも頼りになるサポーターを紹介します！

知らない場所での生活、まして子育てはやっぱり不安なもの。ですが、困ったときに頼れるキーパーソンや駆け込める場所もしらかわには存在します。ここで紹介する皆さんは、自分自身もよその土地から来た人ばかりです。

Q1. しらかわに来たきっかけは？
Q2. どんな活動をされていますか？
Q3. これからしらかわに来る人へ



HELPと手を上げることをためらわないでほしい

NPO法人しらかわ市民活動支援会「おひさまひろば」スタッフ
小磯 厚子さん

PROFILE
東京都出身、東京都から移住、白河市在住。
1965年生まれ。
夫と2人暮らし。

しらかわに来たきっかけは？
25年前、婚約をきっかけに引越してきました。最初は小学校の教員として働きながら結婚準備をしていました。東京からきたので、何にもないと感じたのは確かです。でも人に本当に恵まれて。ホームシックとかは全くなかったです。

どんな活動をされていますか？
子どもが生まれて、公園デビューして出会ったママから「子ども劇場」の活動に誘われました。生の舞台を子どもたちと見ることを通じて、地域に根付いた活動や親子のコミュニケーションをすることが目的の組織です。異なる年代・学区のグループに入れたことが、この地域に来ての活動の始まりかもしれません。観劇とそのお手伝いはもちろん、サツマイモ植えや、キャンプなど、楽しい活動をたくさんしました。人とのつながりが広がったこと、親御さん同士も親密になっていたことか

これからしらかわに来る人へ
私が大好きな言葉が「恩送り」という意味の「Pay it forward」。誰かから受けた親切を、自分も他の人に同じように示す。親切や善意が世の中を回っていくことを示す表現です。手伝って欲しい時には手をあげて手伝っても



居酒屋「さかな家」女将 丸山 美佳子さん

PROFILE
岐阜県出身、岐阜県から移住、矢祭町在住。
1973年生まれ。夫、子どもとの3人暮らし。
居酒屋「さかな家」女将。



公共サービスを上手に頼ってみて！



しらかわに来たきっかけは？

夫の実家が矢祭町の商店街の鮮魚店。その隣に新しく居酒屋をオープンすると同時に、矢祭町に引越してきました。その途端、人のネットワークの中心に放り込まれたような感覚に。それまでは社員寮に住んでいたので、人と繋がるって楽しい、知っている人がいるっていいと思いました。

どんな活動をされていますか？

「さかな家」というお店をやっています。自信を持って言いますが、魚は本当に美味しい！お子様づれでも安心して来られるお店を目指しています。矢祭の美味しいものを楽しんでもらいたいと思っていますので、ぜひどうぞ。

これからしらかわに来る人へ

ただでさえ新しい暮らしに戸惑うときがあるのに、妻や母など役割が重なれば、まるで激流に放り込まれたような気持ちになることもあると思います。誰かとなつかりたいと思うこともありますよね。そんなとき、助かるのが公共のサービス。子育ての悩みやわがらの中心に放り込まれたような感覚に。それまでは社員寮に住んでいたもので、人と繋がるって楽しい、知っている人がいるっていいと思いました。

体験民宿「WARERA 元気倶楽部」 進士 徹さん

PROFILE
東京都大田区出身、静岡県から移住、鮫川村在住。1956年生まれ。
子育てが終わり妻と2人暮らし。



分らないことだらけなら気軽に遊びに来て！

しらかわに来たきっかけは？

1986年に31歳で会社員を辞めて、妻と子どもと共に鮫川村へ移住しました。仕事に忙殺され、父親として子育てに関われないことに疑問を感じたからです。当時は高度経済成長期で今のような地方移住の風潮もなく、周囲の人からの理解を得るのは大変でした。

どんな活動をされていますか？

似たような思いを持つ大人や子どものために、体験民宿「WARERA 元気倶楽部」を運営しています。1泊2日で農家訪問や農体験などができる「ぼんた農好塾」など様々なプログラムがあります。週末を利用して気軽に移住体験できるほか、行政区を越えていわき市などの農家にも訪問可能なのは、民間のプログラムならではのようです。

これからしらかわに来る人へ

田舎への移住は、都市部で暮らしているとまだまだ分からないことだらけかもしれません。そんなとき、WARERA 元気倶楽部に気軽に相談したり遊びに訪れたりしてくれたら嬉しいですよ。



稲の苗のお世話体験！