

はじめまして、暮らしまして、

Days

ぐんまな日々。



群馬の四季

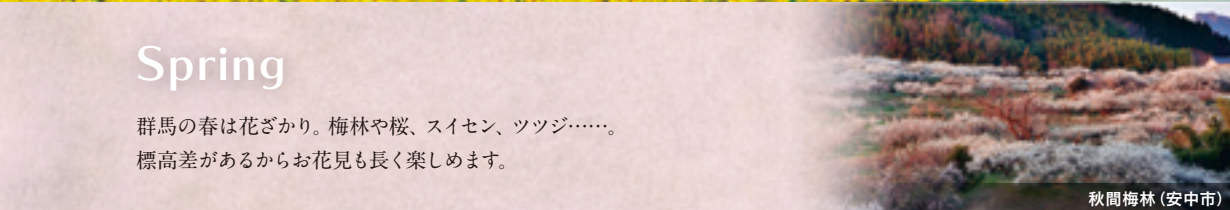
山遊び、川遊び、まち遊び……。
四季折々に年中楽しい、ぐんまな日々。



岩井親水公園(東吾妻町)

Spring

群馬の春は花ざかり。梅林や桜、スイセン、ツツジ……。
標高差があるからお花見も長く楽しめます。



秋間梅林(安中市)



つつしが岡公園(館林市)



桐生八木節まつり(桐生市)



キャニオニング(みなかみ町)



尾瀬(片品村)

Summer

夏が来れば思い出す〜♪の尾瀬は群馬!
川遊びや山歩きに最適なシーズンです。
熱気あふれる夏祭りも各地で開催。



わたらせ渓谷鐵道(みどり市)



りんご狩り(沼田市)



スカイランドパーク(渋川市)

Autumn

実りの秋、錦織りなす里山へ
紅葉狩りやフルーツ狩りに出かけましょう。
空気が澄んで星空もきれいです。



光のページェント(高崎市)



スキー場(川場村)



草津温泉(草津町)

Winter

各地でイルミネーションイベントが開かれ、
パウダースノーのスキー場がにぎわう季節。
温泉地では雪見風呂も楽しめます。

知ってほしい、群馬のこと

思い描く暮らしは人それぞれ。都会とはひと味違う、あなたの「ちょうどいい暮らし」を群馬県で探してみませんか。
家族との団らん、趣味の充実など……。きっと、「ちょっといい暮らし」が待っているはずです。

群馬県の人口

1,983,386人

(住民基本台帳 平成30年9月30日時点)

群馬県の面積

6,362.28km²

(国土地理院調べ(平成29年10月1日時点))

群馬県の市町村数

35市町村

(平成30年10月1日時点)

東京から近くて
緑あふれる自然の
魅力がいっぱい！

群馬県って、こんなところ

群馬県は、関東の北西部、東京から100km圏内に位置しています。南部に平坦地が広がり、北部や西部は山地が多くを占める内陸県で、面積は6,362km²、大きさは全国で21番目、関東地方では栃木県に次ぎ2番目です。山、高原、湿原、湖沼、河川など変化に富む豊かな自然があふれ、大人が遊ぶにも、子育てするにも、抜群の自然環境を満喫でき、田舎暮らしからタウン暮らしまで様々なライフスタイルが可能なおとこです。



夏の玉原湿原



パラグライダー



スノーシュー

東京への通勤や、
東京と群馬の
両方に拠点を持つ
二地域居住にも
適しているよ。



東京から
100km圏内

暮らしやすいぞ
群馬県！

物価が安く、家計も安心！

■ 物価水準を示す消費者物価 地域差指数(全国平均=100)

群馬	96.6	全国で二番 物価が安い
東京	104.5	全国で一 番物価が高い

(総務省統計局、「小売物価統計調査」、2021)

住居費は大幅に安い！
家賃は東京の1/2以下。
マイホームも買いやすい。

■ 二人以上の世帯における一カ月の消費支出

	群馬	東京		群馬	東京
消費支出	286,646	322,785	保健医療費	15,078	18,401
食料費	75,461	90,894	交通・通信費	45,384	33,483
住居費	19,806	27,016	教育費	9,453	19,845
光熱・水道費	18,643	19,918	教養娯楽費	27,055	31,702
家具・家事用品費	13,224	13,407	その他消費支出	52,684	57,046
被服及び履物費	9,859	11,073			

単位：円

(総務省統計局、「家計調査」、2021) ※「群馬」は前橋市、「東京」は区部平均の値

車社会だから
交通・通信費は
若干高い！

活力あふれる
元気な県です！

力合わせる200万！

群馬県の郷土かるた『上毛かるた』に「力合わせる200万」とうたわれるように、県の人口規模は約200万人で全国18位。栃木・長野とほぼ同じです。一方で、県民1人あたりの所得は328.3万円（内閣府、「県民経済計算」、2018）。工場立地件数は年間52件で全国4位（経済産業省、「工場立地動向調査」、2020）、製造品出荷額は8兆9,819億円で全国12位（経済産業省、「工業統計調査」、2020）と、製造業が盛んで活力のある県です。



県の人口規模
全国18位



県民1人あたりの所得
全国8位



工場立地件数
全国4位



製造品出荷額
全国13位

イメージする
暮らしに合わせて
選んで！

北部と南部で異なる気候

**北部は
日本海側気候**

標高が高い地域が多いから、夏は涼しく過ごしやすい。夏の寒暖差が大きいので、おいしい高原野菜がとれる地域もたくさんあります。冬は雪や雨の降る日が多く、たくさんのスキー場があり、ウィンタースポーツが楽しめます。

**南部は
太平洋側気候**

首都圏とはほぼ同じ気候。夏は館林市や伊勢崎市など最高気温が話題になる地域もあります。冬は冷たく乾燥した季節風「からっ風」が強く吹き、夜は星がきれいに見えます。



からっ風は、
地域によって
「赤城おろし」「榛名おろし」
「浅間おろし」などと
呼ばれます。

名湯めぐり
史跡めぐりが
気軽に！

温泉も、世界遺産も

群馬県は、日本を代表する温泉大国です。温泉地の数は100カ所以上！草津、伊香保、水上、四万、万座の五大温泉に、1,000年以上の歴史を持つ古湯、秘湯や高原、川で楽しめる温泉など、個性豊かな温泉地がたくさんあるのが自慢です。

平成26年に「富岡製糸場と絹産業遺産群」が世界遺産に、平成29年には「上野三碑」がユネスコ「世界の記憶」に登録されたことでも知られています。



草津温泉



富岡製糸場

草津温泉は
「にっぽんの温泉100選」で
19年連続1位だよ。

（観光経済新聞社、
「にっぽんの温泉100選」、2021）

いざというときも
安心！

充実の医療体制

中学卒業まで医療費無料！

子育て世帯の経済的負担を軽減するとともに、子どもたちが県内のどこに住んでいても安心して医療を受けることができます。入院・通院を問わず、所得制限や自己負担がない、全国トップレベルの手厚い制度を実現しています。



病院まで遠くてもドクターヘリで安心！

医師や看護師が同乗するドクターヘリは、救急現場などでの治療がいち早く始められ、短い時間で病院まで患者を搬送しています。



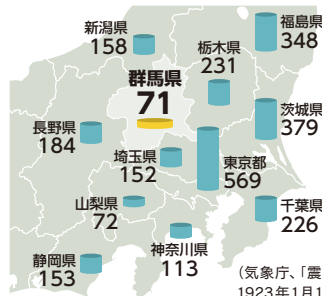
地震の少なさは
関東一！

自然災害の 少なさも魅力

過去の震度4以上の地震発生件数は関東一少なく、万一首都直下地震が発生してもほとんどの地域が震度5以下と想定されています。

年間の日照時間は全国第4位（気象庁、「過去の気象データ」、2019）。晴れの日が多く、台風などの風水害被害も少ないので安心して暮らせます。

■ 震度4以上の地震回数



近県と
比べて断然
少ない！

（気象庁、「震度データベース」、
1923年1月1日～2021年10月31日）

おいしいものが
いっぱい！

定番の“粉食文化”

晴れの日が多い気候と水はけのよい土壌が特徴の群馬県は、古くから小麦栽培が盛ん。そのため、うどんや焼きまんじゅう、パスタ、焼きそば、もんじゃなど小麦粉を使った様々なご当地グルメが県民に愛されています。また、年間を通して多彩な農畜産物が生産され、おいしくて新鮮な野菜やお肉が安く買えるのも群馬の魅力の一つです。



焼き
まんじゅう



水沢うどん



太田焼そば



すき焼き

「水沢うどん」や
「太田焼そば」はそれぞれ
日本三大と銘打つ
名物グルメ。
県産食材だけで、
おいしいすき焼きが
作れるよ。

ぐんまな日々。

あなたらしい暮らしのこだわりと、群馬ならではの魅力を
組み合わせたら、【ぐんまな日々】がはじまります。
たくさんの新しい出会いと、何気ない日常がより良いものになるように。

さあ、群馬に住んで、人生を豊かにする扉、開いてみませんか。

特集1

群馬の四季

1 知ってほしい、群馬のこと

それぞれの、ぐんま暮らし

6 甘楽郡南牧村 田中陽可さん
コラム① 群馬の大地が育む一級品の農畜産物

8 館林市 佐藤雄一郎さん 早苗さん
コラム② 子育て満足度ランキング関東1位の群馬県

10 安中市 血脇浩司さん 理恵さん
コラム③ 新幹線に座ってラクラク、都内通勤

12 吾妻郡中之条町 糸井潤さん
コラム④ アウトドアの楽しみが広がる群馬の自然

14 伊勢崎市 松浦たくさん

15 利根郡片品村 中村茉由さん

16 藤岡市 渡辺嘉達さん 渡さん

17 吾妻郡長野原町 藤野麻子さん

特集2

18 ぐんまで働く

22 ぐんまで子育て

24 ぐんまに住む

26 移住のいろは

ぐんま35市町村ガイド

28 エリア別市町村情報

40 ぐんまな日々、早わかりマップ



本冊子で紹介しきれなかった
移住者の方々の記事はこちら
からご覧いただけます。



特集1

それぞれの、 ぐんま暮らし

人生の岐路で、「ぐんま暮らし」という選択をした8名の皆さんの移住ストーリー。「ぐんま暮らし」と言っても、その生活は十人十色だけれど、「自然豊かな里山は暮らしやすい?」、「群馬のシティ住まいってどうかしら?」、「車がないとやっぱり不便!」など、移住を考える人にとって、そんな素朴な疑問の答えがちよっと見えてくるかもしれません。あなたが理想とする「移住のヒント」、ここにあります。

※インタビューは平成30年に実施したものです



それぞれの、
ぐんま暮らし

01

南牧村で農家になり、 夢への第一歩を踏み出した。

高齢化率日本一、限界集落ともいわれる南牧村に、農家になりたいと移住してきた青年がいる。
夢は世界中から飢餓を無くすこと。そのために、耕作放棄地を借り受け、農薬も肥料も使わない自然栽培に挑戦。
村人の温かい支援を受けながら、夢を追う若者を訪ねた。

自分の夢をかなえるには 農業だ！

田中さんが南牧村の名を知ったのはアメリカの大学時代。高齢化社会を学ぶ授業で、世界一高齢化が進む日本の中でも、最も高齢化率が高い自治体として教わったという。村との縁はそのときから始まっていたのかもしれない。

国連で働くことを目指していた田中さんは、腸の手術を受けて絶食したことをきっかけに世界の飢餓問題に目を向ける。勉強するうち先進国の土地収奪を知り、解決するには、食べ物を自国内で生産するべきだとの結論に至った。

卒業後は、国際交流NGOピースボートで世界一周した後、都内で通訳・翻訳の仕事しながらNPOでの起業を志す。しかし、「実践しなくては説得力がない！」と、農家への道を目指すことにした。

どうやって農家になるか。土に触れたこともなかった田中さんは、まず地域おこし協力隊の制度を利用しようと考えてる。募集情報を調べ、「南牧村」へ



Profile.

たなかようか
田中陽可さん(農業)

東京都渋谷区→南牧村

東京都渋谷区生まれ。高校時代、国連難民高等弁務官の緒方貞子さんにあこがれ、世界平和に貢献したいとアメリカの大学へ。在学中、世界の飢餓問題に関心を持ったことをきっかけに農家を志す。南牧村の地域おこし協力隊を経て、自然栽培の農家として独立。



さらに詳しい記事はこちら



4. 小中学生の英語教室や村の人の家庭教師も。
5. 空き家バンクで見つけた自宅は6畳3間にキッチン。パーベキューも楽しめる広いバルコニーの下には倉庫も。





1. 山の斜面に広がる「イニアビ農園」と名付けた畑。「イニアビ」はアメリカ先住民の言葉で「すべての生命体が依存している太陽」という意味。農作業が楽しくてしかたないという田中さん。早朝から日が暮れるまで畑に出る。
2. 季節に応じた収穫物を箱詰めして宅配。パッケージデザインも自分で。
3. 販売はインターネットを駆使して全国へ。

農業をメインに 英語教師の仕事も。

語ができるんだから都会へ帰れ」と言っていた村の人たちも、今では子や孫のように見守り、手助けしてくれるという。帰宅して玄関を開けたら、野菜が置いてあったり宅配が届いていた…。。

農業での自立を目指すには、他の仕事を組み合わせることもおすすめだ。田中さんの場合は、英語教師の仕事も行っている。村から依頼されて小中学生の英語教室を開いたり、家庭教師として出かけたり。農業収入以外の副収入は貯金に回せる。

「ケーブルテレビがあるし、WiFiも使えるし、宅配便も翌日届くので日常生活に不便を感じたことはないですよ」と語る田中さん。村での暮らしは意外と快適だという。

インターネットを活用し、 全国へ販路を広げる。

採れた野菜は、主に自分のホームページやいくつかのサイトを使い、インターネットで受注して個人宅配。フェイスブックなどでも広がり、東京の八百屋さんにも卸すようになった。心配していた村の人も、「今の時代、案外農家でも暮らしていけるのかな。ネットの力ですごくいいな」と考え方が変わってきた。

「農家ってかっこいいですよね。一生食っていただけますよね」と、これからも、この村で夢への挑戦を続ける決意を語ってくれた。

✓の募集を見つけた。「あつ、大学時代に習った村だ!」と。田中さんと南牧村との運命的な再会の瞬間である。

村の人たちの温かさに 支えられて。

3年任期の協力隊員として赴任した田中さんは、初年度に数軒の農家を紹介してもらい、お年寄りたちに農業を教わる。「農業はやっぱり楽しい!」。任期を1年繰り上げて3年目からは農家として一本立ちした。

自分の畑を持った田中さんは、ずっ

と勉強してきた自然栽培に挑む。「肥料や農業を使わない栽培方法を広げることが、世界から飢餓を無くすという夢につながる」と信じているからだ。しかし、実際にやってみると本での知識だけでは不十分だった。地元の人に教わりながら、野菜作りに挑戦する日々が始まった。

田中さんの一日は早い。夏は午前4時半ごろ起床。そこから夕方まで畑仕事。忙しい日は昼ごはんを畑でとることもあるが、農作業は楽しくて、全く苦にならない。

初めは「農業じゃ食べていけない。英

Column 01

群馬の大地が育む一級品の農畜産物



田中さんが農業を始めた南牧村は、水はけのよい傾斜地でも類などの栽培に最適だという。広くて平らな農地が限られる南牧村では、少量多品目で栽培する農家も増えている。豊富な水と長い日照時間、標高差のある耕地を活かし、年間通して多彩で多様な農畜産物が生産される群馬県。野菜や果物、肉類や乳製品、米穀類、きのこ類…、群馬の大地が育む農畜産物はどれも一級品ぞろい。首都圏をはじめ全国の食卓へ届けられる。

出荷量全国1位 ほうれんそう、こんにゃくいも

出荷量全国2位 キャベツ、きゅうり、えだまめ、うめ

出荷量全国3位 レタス、なす、ふき、はくさい

(農林水産省、「作物統計」、2021)
※こんにゃくいもは栽培面積の順位



それぞれの、
ぐんま暮らし

02

夢を実現するのも、子どもを育てるにも、 都会にはない魅力が、群馬にはあった。

全国でも有数の「暑い街」として知られる館林市に、横浜から移住した佐藤さんご夫婦が営む自家焙煎珈琲「copycopi」はある。都会で培った豆選びと、確かな焙煎技術はクチコミで評判を呼び、ご近所の方々を中心に、「人」が集まってくる。「いらつしやいませ!」。移住してもうすぐ3年。今日も変わらず、佐藤さんご夫婦の朗らかな笑顔が出迎える。

あこがれていた 地方暮らしを手に入れた。

「後継者がいなくて、わたしの祖父が営んでいた金物屋が長く空き店舗になっていました。そこでカフェを開きたいと思って」と、移住のきっかけを話すご主人の雄一郎さん。もともと、生まれも育ちも東京の神田。移住前は、横浜で喫茶店を夫婦で任されるなど、いわゆる大都会で働き、暮らしていた。「今までに群馬へ来たことは？」との質問に「実は一度もなくて。妻の早苗も群馬は初めて」と笑いながら返答する。祖父ゆかりの場所とはいえ、見知らぬ土地に、2歳手前だった長男・龍くんを含めた一家3人で移住を決めたのにはいくつかの理由がある。「自然豊かな環境で、ご近所付き合いを大事にしながら子どもを育てたいと以前から思っていた」こと、「自分のお店をもつのが夢だった」こと、そして「仕事と育児を両立させるには、店舗兼自宅がいい」との考えからだ。



Profile.

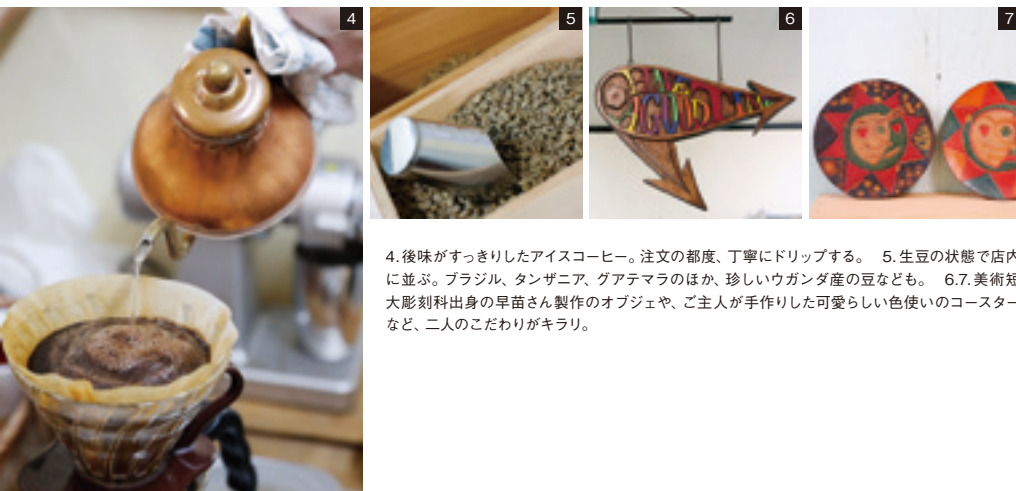
さとうゆういちろう さなえ
佐藤雄一郎さん・早苗さん(飲食業)

神奈川県横浜市→館林市

夫・雄一郎さん、妻・早苗さん、近所の市立保育園に通う長男・龍君(4歳)、長女・咲月ちゃん(0歳3カ月)の4人家族。



さらに詳しい記事はこちら



4. 後味がすっきりしたアイスコーヒー。注文の都度、丁寧にドリップする。 5. 生豆の状態が店内に並ぶ。ブラジル、タンザニア、グアテマラのほか、珍しいウガンダ産の豆なども。 6.7. 美術短大彫刻科出身の早苗さん製作のオブジェや、ご主人が手作りした可愛い色使いのコースターなど、二人のこだわりがキラリ。

子育て満足度ランキング

関東1位の群馬県 (民間調査)



息子さんが希望の保育園にすんなり入園できたという佐藤さん。群馬県では保育所等の待機児童数は1人(令和4年4月1日現在)で、ほぼ希望者全員入園できる。

医療費は入院・通院を問わず、中学校卒業まで所得制限や窓口負担なく無料。小中学生の給食費まで無料の自治体もある。物価も安く、豊かな自然の中で子育てできる群馬県は、子育てファミリーにやさしい県だ。



18歳までの子ども・妊娠中の方がいる家庭に無償配布している子育て支援パスポート「ぐーちょきパスポート」



小中学生全員に実施する自然体験教室「尾瀬学校」

1. お昼寝から目が覚めたばかりの咲月ちゃんを抱いて。長男の龍くんは保育園で残念ながら留守。
2. 店名は、コーヒーをもじって、可愛らしい響きにした。
3. 淡いミントグリーンが爽やかな店内にはジャズが流れる。



「近くに公園や自然を身近に感じられるものがいっぱいあるね」と子育て環境をうれしそうに語る佐藤さんご夫婦。移住から約2年半が経過し、新緑がまぶしい季節に長女の咲月ちゃんが誕生した。現在、咲月ちゃんは自宅保育中だが、タイミングをみて龍くんが通う近所の市立保育園への入園を考えてい

横のつながりを感じて子育てをしたい。

「引越してくるや否や、居抜き状態だった店舗の片付け作業がはじまった。『古い商品がたくさん残っていて、かなり大変でした』と振り返る早苗さん。それでも、移住からわずか3カ月後に自家焙煎珈琲「copi copi」をオープンさせた。スピーディにすすんだのも「親戚付き合いのような関係」という隣に住む女性の存在も大きかったそう。「扉に扉がついていて、気軽に行き来できて。オープン前の片付けもずいぶんとお世話になりました」と感謝する。ご夫婦が望んでいた「近所付き合い」が至極自然なかたちではじまった。

店舗兼自宅は、扉を隔てて店舗と居住スペースが分かれた間取りになっている。子どもが呼べば、お店に立っいてもすぐ気づく距離感だ。また、店にはカウンターテーブルのほか大小異なる3つのテーブルを配置。一人でもグループでも楽しめる造りだ。「カウンターの中に小さなキッチンもあって、キーキータルトなどのスイーツを手作りしています。屋根裏には焙煎室も作りました」と、こだわりも実現させた。

「忙しい毎日ですが、少し気持ちにゆとりができるのは、子どもたちを寝かしつけた後。自分たちのためにコーヒーを淹れて、子育てのこと、夫婦でお店のことを語り合ったりします」と雄一郎さんと早苗さんが顔を合わせた。「ゆくゆくは、お店を建て替えたいね。そのためには頑張らなくちゃね!」。「家族4人でお出かけもたくさんしたいね」。群馬での日々が穏やかに流れていく中で、家族や地域の温もりをいつもそばに感じている。

「忙しい毎日ですが、少し気持ちにゆとりができるのは、子どもたちを寝かしつけた後。自分たちのためにコーヒーを淹れて、子育てのこと、夫婦でお店のことを語り合ったりします」と雄一郎さんと早苗さんが顔を合わせた。「ゆくゆくは、お店を建て替えたいね。そのためには頑張らなくちゃね!」。「家族4人でお出かけもたくさんしたいね」。群馬での日々が穏やかに流れていく中で、家族や地域の温もりをいつもそばに感じている。

午後9時、夫婦二人でコーヒーを味わう時間。

自然環境の良さだけでなく、「常連さんにはご近所さんも多いし、そんな周囲の温かい目がある中で、子ども達が成長していけるので、移住して良かった」と語る。さらに「わたしたちのカフェがアンテナショップ的に、お客様同士がつながれる場所になったらうれしい」と雄一郎さんは続けた。秋に初めて開催する「コーヒーの淹れ方教室」も、参加者同士の交流になるはずだ。

移住前は待機児童が比較的多い地域に住んでいた。「何度も役所に相談に通い、空きがある保育園に長男をなんとか入園させてもらえた」状況だったが、館林では第一希望の保育園にすんなりと入所できた。

それぞれの、
ぐんま暮らし

03

都心での仕事を続けながら、 ほどよい田舎で、のびのび子育て。

北陸新幹線「安中榛名駅」のほど近く、閑静な住宅街に家を構える、血脇さん一家。
「のびのび子育てをしたい」という想いで移住を決めた4人家族は、気づけば7人に増え、
安中市の静かな環境とあたたかい人々に囲まれて、今日も元気に暮らしている。

マイホームを検討する中で、
群馬を知る。

「お姉ちゃんが小学校に入る前までには家を建てたいね」と話をしていたという血脇さんご夫婦。最初は、住んでいた神奈川県川崎市周辺で土地を探し始めたが、都心の価格は思った以上に高く、なかなか場所を決めかねていた。そんなとき、電車の中吊り広告で、JR安中榛名駅前に広がる新興住宅地の存在を知った。

一家が最初に群馬の地を踏んだのは夜。しかも雨が降っていた。「『ちょっと車で行ってみよう』という話だったので時間を気にしなかったんですね。安中榛名駅に着いたら、それこそ漫画みたいに、空に文字が出てくるぐらい『シーン』ってしてたんですよ」と振り返る理恵さん。いつもがやがやしている都心で暮らしていたせいか、思いがけない静けさを一発で気に入って



Profile.

血脇浩司さん(会社員)・理恵さん

神奈川県川崎市→安中市

夫婦と、榛菜さん(中2)、楓輝君(小6)、陽太君(小3)、郁織君(4歳)、彩桜ちゃん(2歳)の7人家族。家族の自慢は、兄弟仲がいいこと。浩司さんは毎日、新幹線を利用して通勤している。



さらに詳しい記事はこちら



2



3



4

1. 血脇家全員集合。成長期の様葉さんと楓輝君は、すでに理恵さんの身長に追いついている。
2. 自宅から駅までは片道徒歩15分。駅前には無料駐車場があるので、雨の日や暑い日は車も使える。
3. 和室は子ども達の遊び場。仲良く遊んでいると思った次の瞬間にはケンカが始まっていることも。
4. 休日のはのんびり過ごすことが多いそう。どこにいても、子ども達のにぎやかな声が聞こえてくる。

しまったという。当時、浩司さんは車で都内まで通勤していたが、安中市に住んだとしても新幹線を使えば出勤は問題ない、と思ったこともあり、教育環境を確認した後、すぐに群馬への移住を決定した。

川崎市では幼稚園に入るのも難しく、入園しても1クラス40人で、ぎゅうぎゅうな環境。反面、安中市の幼稚園はのんびりとしていて、子育てに関しては群馬の方がゆとりできると実感した。子ども達が通う小学校も1クラス20人前後と少人数だが、学年を超えて先生方が子どもを見てくれているのを感じ、「この小学校でよかった」と強く思ったという。

片道1時間の新幹線通勤も慣れれば楽しい。

東京から約100kmの距離に位置する群馬県では、特急電車や新幹線を使っている都心に通勤している人も多い。浩司さんもその1人で、移住前と同じ職場で働き続けている。「通勤時間はさほど変わらないので、車内でのくつろぎ方

さえ覚えてしまえば、快適ですよ」と笑う。職場の人にも「地方で暮らすのは大変じゃないのか？」と聞かれるそうだが、決まっていたつも「思ったより不便じゃないよ」と返しているようだ。田舎に住むのに抵抗がある人にも、安中市は「ちょうどいい」と2人はお勧めしている。少し車に乗ればある程度のものが手に入るし、物価は安い。農家が直接卸しているものもあるので、野菜も良心的な価格で買える。生まれてからずっと都心で暮らしてきた理恵さんは、今となつては、実家に帰ると「空気が悪いな」と思うようになってしまったとか。

安中榛名駅周辺は、初夏になると虫が飛び回るほど空気がきれいな場所。これからにぎやかで楽しく暮らしていきたい、と笑顔で語ってくれた。

Column 03

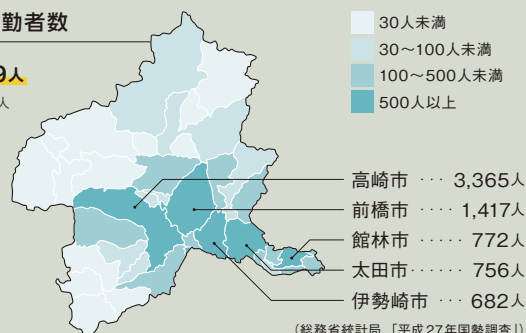
新幹線に座ってラクラク、都内通勤

血脇さんの通勤時間は新幹線利用で約1時間。安中榛名駅からだと座席も空いているので快適だという。群馬から都内通勤者は約1万人。新幹線の駅は高崎駅・安中榛名駅・上毛高原駅と県内に3駅ある。新幹線利用はもちろん、JRや東武鉄道の在来線でのアクセスも便利だ。新幹線通勤をする移住者向けの補助金を用意している自治体もある。

東京への通勤者数

H27 9,679人

H22 9,085人



(総務省統計局、「平成27年国勢調査」)

森の中で働きながら創作活動。 理想の暮らしがここにあった。

県北西部、山に囲まれた中之条町に移住し、林業に従事しながらアート活動続ける写真家がいる。廃校を利用した「イサママラ」の創作環境にひかれ、移住を決意した糸井さんだ。海外生活の長いアーティストが、森の中での木こり生活を選んだわけをうかがった。

きっかけは

「中之条ビエンナーレ」。

山深い森の中で黙々と木を伐るのは、中之条町に移住し、林業の仕事を始め、まだ1年という糸井さん。実は、国内外でさまざまな作品を発表する写真家としての顔も持っている。

糸井さんと中之条町との縁は、2013年に二年に一度開催される芸術祭「中之条ビエンナーレ」に作品を出展したことに始まる。その後も、中之条で出会った芸術家仲間とつながりを持っていった糸井さんは、2016年にビエンナーレの下見ツアーで町を訪れた際、廃校となった小学校を改築して創作活動の場として貸し出す「イサママラ」を見て、一目で気に入った。

移住前は、外資系金融機関に勤務しながら都内にアトリエを構えていたが、十分なスペースがなく、大きな作品を扱うのに苦労していたからだ。イサママラの元図工室という部屋は、広さも机や備



Profile.

いと い じゅん
糸井 潤さん (林業)

東京都→中之条町

栃木県小山市生まれ。高校卒業後、渡米して写真学を学び、フォトジャーナリスト等を経て写真家の道へ。都内で働きながら作家活動が続けた後、中之条ビエンナーレを縁に移住し、アート活動と両立できる林業に従事。2018年、「拝啓、うつり住まして」展を主宰。



さらに詳しい記事はこちら

え付けの棚なども、糸井さんの創作環境に理想的。「ここをアトリエにしたい!」という思いが大きくふくらんだ。

移住前に暮らし方を シミュレーション。

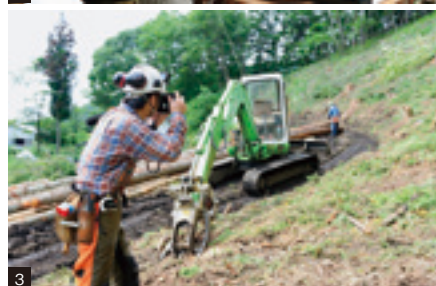
フィンランドの森の中で撮影した経験のある糸井さんは、林業にも興味を持ち、2015年には林業就業支援講習を受けていた。そこで、中之条町に移住して林業に従事しながら創作活動続ける生活を考えるようになる。都内での仕事を辞めて移住した場合の生活について、シミュレーションを繰り返したという。

必要経費を計算し、生活が安定するまではそれまでの蓄えで暮らせること、都内まで日帰りできる距離で買い物など日常生活に特段不便はなく、インターネットを使えば世界中どこでもコンタクトが取れるということで移住を決意。移住・定住コーディネート者の村上さんの親身なサポートもありがたかった。

比較的新しい空き家を紹介してもらい、近所のあいさつ回りにも一緒についてきてもらった。

最初はハローワークで森林組合の仕事を見つけ、そこで3カ月働いた後、創作活動との両立を考え、親方のもとで日雇いの働き方を選んだ。

「仕事のある日は朝5時には起きて弁当を作り、現場に向かいます。午前中の作業が終わったら森の中で弁当。気持ちいいですよ。すごく健康になりました」。雨の日は休み、日暮れが近づくと作業は終了。真夏でも夕方5時過ぎ



1. IT関連の仕事から林業に転身した糸井さん。伐採した木が、目に見える形で誰かの役に立つと実感できるのが魅力だという。
2. 午前と午後30分ずつの休憩時間。いろいろな現場を経験してきた親方の話は興味深い。
3. 時には作業中の親方の姿を作品として撮らせてもらうことも。

には終わるので、帰宅前にアトリエに寄って創作活動を行うことができる。今年の夏は、創作活動のためにかつて暮らしたフィンランドに1カ月滞在。それほど長い休暇を取れるのも、林業ならではの良さという。

自分から地元へ根付く 努力も必要。

都内での個展に向けての創作はもちろん、スカイプを利用して海外への作品売り込み方の指導など、山の中で暮らしながら活躍の場を広げる糸井さんだが、この町に根を下ろすための努力も惜しまない。

英語が堪能なことから、町からの依頼でインバウンド向けの観光資料の英訳や外国人観光客の通訳を行うこともある。自分にできることで町に貢献していきたいという。

「道普請にも出ますし、地元の祭りにも参加します」と、すっかり中之条町民の仲間入り。アーティストが集う町・中之条で、自分らしい暮らし方を見つけたようだ。



4. 元図工室の広いアトリエは、大型プリンターも余裕で置ける。 5. 2m×4mもの大判作品は中之条ビエンナーレ2017に出品したものの。

Column 04

アウトドアの楽しみが広がる群馬の自然



トライアスロンにも挑戦するなどアウトドア派でもある糸井さんは、中之条町で「まち5」と呼ばれる5時間リレーマラソンにも出場した。

県北部に連なる標高2,000m級の山岳はもちろん、高原のリゾート地や湖、大小の河川など、豊かな自然に恵まれた群馬県。春から秋には登山やハイキング、キャンプ、川遊び…。冬はスキーやスノーボード……etc. と、手軽にアウトドアが楽しめるのもぐんまの魅力の一つだ。

【写真】① 国内最長の「ぐんま県境稜線トレイル」② 関東一の清流で水遊び「神流の涼」③ 利根川上流で楽しむ「ラフティング」④ 県北部に多数あるスノーリゾート



自分を必要としてくれる場所で 楽しく、懸命に、のびのびと生きる。

アコースティックギター片手にオリジナル曲を披露する松浦たくさん。「音楽で伊勢崎を盛り上げてほしい」との友人の誘いで、世田谷区のマンションから一家で移住。抜群の行動力で自らの人生を切り開く。



1



2



3

1. 休日は娘との公園めぐりが楽しい。遊ぶ時も全力がモットー。
2. 黄色の帽子がトレードマーク。お笑い芸人として吉本興業に所属、バンドでメジャーデビューを果たした異色の経歴を持つ。
3. 路上ライブ。老若男女、世代を問わず聴く人の心を打つ。

日曜日、娘とパパの歌声が
ハミングする。

シンガーソングライター・松浦さんの一週間は、ラジオ収録からはじまる。2015年からはじめたFMで自身の番組を持ち、ラジオパーソナリティとしても活躍している。

「近所を散歩中にコミュニティラジオ放送局の存在を知って、企画書を持ち込みました」。無事に採用され、番組はスタート。「上毛かるた」の読み札を即興で歌にするコーナーを作ったことで、一気に注目を集めた。「上毛かるたのことは妻のアドバイスで知りました。妻も県外出身ですけどね（笑）」と茶目つ気たつぷりに話す。いせさきかるたをはじめ、県内の様々な郷土かるたへと裾野が広がり、人気コーナーは現在も継続中だ。

「日曜日、3歳の娘を連れてドライブしていると、ラジオから僕の声が流れてくる。あつ父の声」と気づいて、娘と一緒に歌い出すことも。表現者として、父親として、これ以上ない最高に幸せな瞬間だ。



Profile.

まつうら
松浦たくさん（ミュージシャン）

東京都世田谷区→伊勢崎市

広島県生まれ。シンガーソングライター。幼少期から高校まで島根で暮らし、その後上京。現在、学童保育所の先生として働く妻、保育園に通う長女（3歳）と3人暮らし。2012年にHuman Recordを立ち上げ、アルバム制作からプロモーション活動まで幅広く行う。



さらに詳しい記事はこちら

原点を大切にしながら
夢を叶えたい。

音楽イベントに出演したり、自らもイベントを主催するなど、非常に積極的に活動している松浦さん。特に老人ホームでの慰問ライブは、自身の活動の原点だという。移住してすぐに伊勢崎市社会福祉協議会をたずねた。「担当の高川さんがいくつか慰問先を紹介してくれて」と振り返る。過去に吉本興業所属のお笑い芸人だった経験も生かして、歌はもちろん、MCでもワツと盛り上げる。「みんなを楽しませたい」。松浦さんの思いは、次々と新しい縁を結び、各所から声が掛かるようになった。ずばり、移住成功の秘訣をたずねると、「コミュニケーションのきつかけに、質問をすること。親身に応えてくれる仲良くなれる」と教えてくれた。

将来、子どもからお年寄りまで楽しめる、劇場型のカフェを伊勢崎で開くことが目標だという。「一生歌い続けられる場をつくれたら」。その夢は、すぐそこまで近づいている。

人の縁があったからこそ、 私は、片品村に定住したいと思った。

片品村菅沼地区、なだらかな丘陵地に「北毛茶屋」というお店がある。小さな頃から自然が好きで、人との縁を大事にしてきた中村さんが、片品村で出会った人々と創り上げた新しい事業の出発点だ。

定住するためには、
“仕事”をどうするか。

地方への移住を考えたときに、「地域おこし協力隊」に応募する、というのもひとつの方法だ。約3年間、仕事をしながら定住に向けたアプローチができる。中村さんも、最初は協力隊として村を訪れた。1年目は村内外の行事に参加し、地域の人々が交流する「北毛茶会」にも顔を出した。2年目に入

って定住したいという気持ちが芽生えたが、問題は、協力隊を終えた後の「仕事」だった。悩んだ中村さんにヒントをくれたのは、北毛茶会のメンバー。「起業という選択肢もあるよ」と言われて目から鱗が落ちた。そこで3年目に、沼田市が主催する「ぬまた起業塾」に通い、事業計画を立て始めた。

人とのつながりでできた、
「北毛茶屋」。

中村さんが考えたプランは、移動販売車で地域の「食」を発信していく、というものだった。そのために営業許可

の取れるキッチン（建物）を探して、村の空き家バンクを見ていたところ、現在の建物が登録されていた。大家さんは近所の人々に自ら中村さんを紹介し、溶け込めるように心を配った。「北毛茶屋」がオープンした後も何かと世話を焼いてくれるのだという。

開業にあたっては、自己資金と、地域おこし協力隊への起業支援金100万円を活用した。3年間でつな

がった人々は中村さんの起業を多方面からサポートし、金銭的な負担も軽くしてくれた。群馬の山間部は人口減少が課題であり、足りないものも多い。そこにこそ、新しいビジネスのチャンスがあるのだという。「地域でビジネスを始めるにはつながりが大事。自分のやりたいことプラス、地域らしさを大事にできる人が起業すると新しいものが生まれると思います」。



1. 北毛茶屋の外観。お店ののれんは、たくみの里（みなかみ町）の染め職人が染めてくれた一点物。
2. 接客から調理まで、基本的には1人でやる。ランチセットのメインは尾瀬豚の味噌漬け焼き。片品村の大豆で作られた味噌もこだわりだ。
3. 「毎日風景が違うのが楽しい」と話す中村さん。店の裏手にある大家さんの畑の一角を借りて、家庭菜園にも挑戦中。



Profile.

なかむら まゆ

中村菜由さん（飲食業）

茨城県→片品村

大学を卒業後、北海道のNPOに就職し、小学生対象の自然体験事業を企画運営。その後、片品村の地域おこし協力隊一期生として2015年に移住。3年間の活動を経て、2018年4月に北毛茶屋をオープン。週末は移動販売車であちこちのイベントに出店している。



さらに詳しい記事はこちら

それぞれの、
ぐんま暮らし

07

地元の皆さんの力を借りて、 二人らしく「よみがえった古民家」。

藤岡市鬼石地区の緑豊かな山間に渡辺さんご夫婦の営むカフェがある。
長く空き家だった物件を地元の世話人を通して譲り受け、修復してギャラリーカフェに。二人の夢をカタチにした。



1



2



3

1. 夫婦で営む「芸術・茶屋カタチ」の玄関。看板の味わい深い文字は堀口さんが書いてくれた。
2. 庭の整備から物置づくりまで堀口さん(写真左)が面倒をみてくれた。いただきものの薪ストーブもピカピカになってカタチへ。
3. 廃屋同然の古民家を修復してギャラリーカフェに。カフェは2018年2月にオープンしたばかり。

ひとめ惚れした
古民家をカフェにしたい！

「裏の沢からいい空気が入ってくるでしょう。雨上がりの後は、本当に気持ち良くて」と窓を開けてほほえむ渡辺さんご夫婦。玄関に入ってまず目に飛び込んでくるのは、薪ストーブ、美術書を中心とした書籍が並ぶ本棚。中に入ると小さな飾り棚や、床の間のオブジェもセンス良くレイアウトされている。その空間を窓から入る風が遊んで、縁側へ抜けていく。

「今でこそ快適に過ごしていますが、実は、ここは家があるかも分からないような、ジャングル同然の空き家だったんです」と話すご主人の嘉達さん。「そこで出会った古びた障子や硝子戸が可愛らしくて」と笑う妻の渡さん。早速「ここをカフェにしたい！」と提案。嘉達さんも快諾したという。

頼もしい助っ人が次々と。

コーディネート役を買って出てくれた八塩温泉八塩館社長の堀口さんを介



Profile.

わたなべ かつたち わたる
渡辺嘉達さん・渡さん(飲食業)

東京都練馬区→藤岡市

ご主人の嘉達さんは大学で現代美術批評を専攻し助手を経験。その後は、都内でギャラリーカフェを営む。奥様の渡さんはイラストレーターを経て、カフェを手伝う傍ら、創作活動に励む。



さらに詳しい記事はこちら

して、遠方に住む家主が古民家を譲ってくれることに。堀口さんを含め地域の腕利きの皆さんが片付け作業を快く手伝ってくれたそう。「庭だけでなく、玄関のアプローチや物置も。開かずの建具も見事に復活」と感激する。地域への恩返しの意味も含め、カフェはご近所の皆さんの憩いの場でありたいと願っている。

移住希望者、ウエルカム！

渡辺さんご夫婦が、鬼石に移住するきっかけは、海外アーティストが数週間滞在して作品を制作する「アート・レジデンシー」に触れたことだ。嘉達さんは現代美術に造詣が深く、渡さんは自ら創作活動を行う。そんな二人だからこそ、アートを大事にする鬼石の雰囲気になれた。そして何より、移住希望者に温かい。

鬼石での新生活は2年目を迎えた。「移住をきっかけにテレビを処分したんです。虫の声や雨音など、自然の音がとても豊かだから必要ないと思って」と充実した顔を見せる。

雄大な浅間山を目の前に眺める暮らし。 とりわけ冬がどんどん好きになってきた。



「北軽」の愛称で高原リゾート地として知られる浅間山の北麓に、都内から移住した藤野さん。複数の仕事をかけ持ちしながら、大自然に抱かれた暮らしを楽しむ彼女のライフスタイルをうかがった。

思い出の詰まった 山小屋で暮らしたい！

藤野さんが北軽井沢に移住したのは14年前。幼い頃から通っていた山小屋をご両親が手放すと聞き、私が住みたい！と思ったという。仕事も決めずに移住を決意。都内で文具メーカーの広報をしていた藤野さんは軽井沢の出版社に仕事が決まり、ご主人は近くのキャンプ場に職が見つかった。

藤野さんのお父さんが画廊としても使っていた建物は、店舗にも適したおしゃれな造り。移住2年後には念願だったカフェを週末だけ開くことになったところ、隠れ家的なカフェとして雑誌にも取り上げられるようになった。

地域の人や歴史を 発掘するのが面白い。

近年、地元の歴史を学ぶグループに入ったのをきっかけに、地域の歴史に興味を持った藤野さん。2016年からは情報誌「きたかる」の編集長としても活躍中だ。最近では、地域のお年寄

りたちにお話を聞くのが楽しみという。うれしかったのは、東京で暮らしていた地元の子が「きたかる」を読んでふるさとに戻ってきたこと。今は地域おこし協力隊の一員として、編集メンバーにも加わっている。

一つに絞らない働き方が 私に合っている。

春から秋には朝4時台に起きて、農家の収穫のお手伝い。早朝、朝焼けの雄大な浅間山を眺めながらの作業が心地いい。頭がすっきり目覚めるので、午前中のライターの仕事もはかどる。午後はライターの仕事や、週末の前にはカフェの仕込み。夜は9時台に就寝する生活だ。

移住先の仕事探しは、同じ仕事を通年ですしょうと考えてなくてもいい。この地域では季節で働き方を変える人も多いという。ライター、カフェの経営、農家の手伝い、情報誌の編集長と、マルチな働き方が自分に合っているという藤野さんは、一つの世界に固まらな

1. 旧北軽駅舎内の一室で情報誌「きたかる」のミーティング。
2. 朝夕、愛犬のモモとお散歩。雄大な浅間山の姿に元気をもらう。
3. 週末だけ開くブックカフェ「麦小舎」。入口のサンルームはご主人の手造り。



Profile.

ふじの あさこ
藤野麻子さん(編集者・飲食業他)

東京都→長野原町

東京都生まれ。14年前、都内での仕事を辞め、夫とともに両親が建てた北軽井沢の山小屋に移住。ライター・編集者として働く傍ら、早朝は農家の手伝い、週末はカフェを営む。無料情報誌「きたかる」の編集長としても活躍中。



さらに詳しい記事はこちら



ぐんまで働く



群馬で働くところなのに良い！

満員電車での通勤なし！

平均通勤時間



通勤時間は短く、満員電車もほとんどありません。

(総務省統計局、「社会生活基本調査」、2016)

帰宅時間も早い！

平均帰宅時間

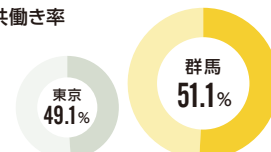


帰宅時間は東京よりも20分早く、プライベートの時間も大切にできます。

(総務省統計局、「社会生活基本調査」、2016)

共働きしやすい！

夫婦共働き率



保育園＆幼稚園が充実しており、子育てしながら夫婦で共働きしやすい環境です。

(総務省統計局、「就業構造基本調査」、2017)

ぐんまの産業の特色は…

本社が群馬にある企業数



群馬に本社を置く企業等数は全国17位。(69,440企業)

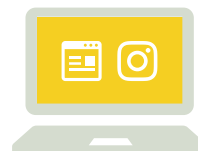
製造業の基幹産業



自動車関連

製造業では、大手メーカーの製造拠点と地場産業が集積する自動車関連産業が基幹産業。

ぐんまの優良企業を知る



群馬の企業や業界をジョブカフェぐんまのHPやInstagramでご紹介。

だけど、こんなことが心配では？

どんな企業や求人情報があるのかわからない

どんな会社なのか就職先をよく知ってから働きたい

自分の年齢で雇ってくれる企業があるのか心配

自分で起業するにはどうしたらいいの？

こんなサポートがあるので心配はいりません

ジョブカフェぐんま (高崎、桐生の2カ所)

- 就職相談・職業紹介 ※電話・メールによる相談も可
- 企業見学会・インターンシップ
- お問い合わせは「ジョブカフェぐんま高崎センター」へ

電話 027-330-4510(メールによる相談はジョブカフェ HP の専用フォームから) 休日 日・祝・年末年始 時間 9:00~18:00

群馬県シニア 就業支援センター

- 中高年齢者の方を対象とした就職相談・職業紹介

電話 027-381-8872(ジョブカフェぐんま内に併設のため、休日・開館時間は同じ)

やる起

ぐんま創業情報チャンネル「やる起」をご覧ください。



群馬の職場を見つけるなら「ジョブカフェぐんま」

就職活動の進め方や企業の探し方などに関するキャリアカウンセリング、企業見学会やインターンシップなど、お気軽にご利用ください。

- 就職活動のお悩みや転職相談、キャリアプラン等に関するキャリアカウンセリングの実施
- 面接対策や自己PRの書き方など就職活動に役立つセミナーを開催
- 40歳代前半までの就職希望者を対象にした合同企業説明会の開催
- 県内企業の仕事現場を訪問する企業見学会の開催
- 企業で就業体験して自分の能力・適性を確認するインターンシップ
- シニアに特化した窓口も



※各所とも、祝日・年末年始は休館



高崎センター

電話 027-330-4510 時間 9:00～18:00(月～土開所)

※併設の「群馬県シニア就業支援センター」は電話027-381-8872

東毛サテライト(桐生)

電話 0277-20-8228 時間 9:00～18:00(水を除く月～土開所)



キャリアカウンセリング



インターンシップ

起業にチャレンジするなら「ビジネスサポートBASEぐんま(ココカラ)」へ!

これから創業にチャレンジする人や創業間もない人の相談をワンストップで受け付けるとともに、実現に向けて様々な支援策をコーディネートします。

創業相談

お気軽にご相談ください。市町村・商工団体・金融機関等とも連携。



伴走支援

創業準備期→創業期→創業直後期→成長期→安定期(成熟期)と、段階に応じて切れ目なく創業をサポート。

情報提供

セミナーや補助金等の情報をいち早く提供します。創業情報チャンネル「やる起」からも情報発信。



専門家派遣

専門的なアドバイスが必要なご相談に対しては、中小企業診断士、デザイナーなど最適な専門家を派遣。

創業者支援塾

創業者の勉強・交流を目的として、年1回募集し開催。参加者は互いに切磋琢磨し、事業展開を進めます。

ビジネスサポート
BASEぐんま(ココカラ)



(公財) 群馬県産業支援機構 ビジネスサポートBASEぐんま(ココカラ)

電話 027-265-5013 時間 8:30～17:15(平日)



ぐんまで働く



群馬の自然環境は農業にもってこい！

豊富な水資源と長い日照時間、標高差のある耕地を生かし、1年を通じて様々な農畜産物が生産される群馬県。群馬の大地で育まれた農畜産物は、アクセス抜群の交通網で首都圏をはじめ全国の皆様に届けられています。

農業産出額全国10位の農業県ぐんま！

(農林水産省、「作物統計」、2021)

多種多様な農業が行われている群馬県で、あなたのやりたい農業を実現しませんか？

出荷量全国トップクラスの農産物

- 全国1位** ほうれんそう、こんにゃくいも
- 全国2位** キャベツ、きゅうり、えだまめ、うめ
- 全国3位** レタス、なす、ふき、はくさい
- 全国4位** やまのいも、スイートコーン
- 全国5位** ごぼう、ちんげんさい、しゅんぎく

※こんにゃくいもは栽培面積の順位



ほうれんそう



こんにゃくいも

まったくの未経験でしたが、
県の農業技術センターで
りんご栽培の基本を
一から教わりました。

新規就農者
Aさん

農業に就くまでのステップ

ステップ1		ステップ2	ステップ3	ステップ4
やりたい農業をイメージする		知識・情報を 収集する	農業を体験 する・学ぶ	就農準備
就農の形態	内容			
独立して就農	どこの地域でどんな農作物をどのくらいの規模や量を作りたい	- 窓口相談（下記問い合わせ先） - 就農相談会（フェア） - インターネット	- 県農業体験事業 - 県立農林大学校 - ぐんま農業実践学校	- 農業研修（農家等） - 営農計画作成 - 農地の確保 - 機械や施設の確保 - 資金の確保 - 住居の確保
農業法人に就職	どの地域のどんな会社でどんな農業に携わりたい	- 窓口相談 - 就農相談会（フェア） - ハローワーク - インターネット	- 県農業体験事業 - 県立農林大学校 - ぐんま農業実践学校 - 法人でインターンシップ	- 住居の確保 （農家研修）
自給自足の農業	市民農園や農地付き住宅を借りたい	- 市町村役場 - インターネット	- 市民農園向け栽培講習会 - 公開講座（農林大学校）等	- 住居の確保（農地付き） （市民農園の確保）

就農

お問い合わせ

就農相談・体験・学び・研修など、
就農全般に関することは…

群馬県農政部農業構造政策課
電話027-226-3064

就農相談・農地の確保に
関することなどは…

公益財団法人群馬県農業公社
電話027-251-1220

就農相談・農業法人に
関することなどは…

一般社団法人群馬県農業会議
電話027-280-6171



ぐんまで働く



[林業]

林業の仕事って？

林業は大切な仕事



人々の命を潤し、生活に欠かせない林業。森は豊かな水を育み、災害を防止するなど、私たちの暮らしを支えています。

群馬県は関東一の森林県



群馬県は貴重な自然環境や豊かな森林環境に恵まれています。県の面積の約3分の2を森林が占めており、関東一の森林面積を誇ります。

暗くなったら仕事は終わり



仕事後は家族とともに過ごしたり、自分の好きな時間を過ごしたりすることができます。

こんな仕事も人気！



木製品加工やキノコ栽培、木質バイオマス発電などにも携わる人もいます。

だけど、こんなことが心配では？

林業って、どんな仕事をしているのかわからない…

全く林業をしたことがないけれど、自分にもできるのか？

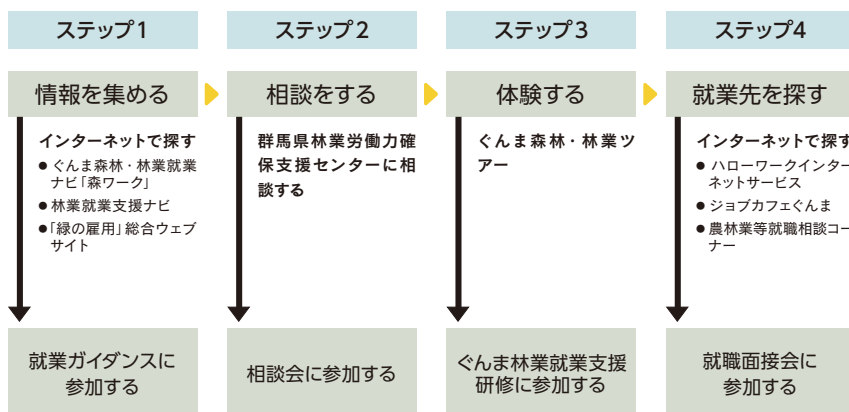
収入がどのくらいになるのか心配…

体力に自信がなくても大丈夫でしょうか？

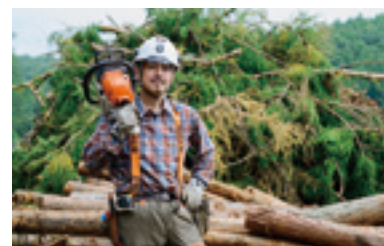
こんなサポートがあるので心配はいりません

- 1 林業未経験の方向けに仕事の現場を見学できるツアーや体験イベントを実施しています。
- 2 ご不明なことは、群馬県林業労働力確保支援センターの相談員にご相談いただけます。(定期開催する相談会でも相談可)
- 3 就業前～就業後によって段階的に研修に参加できるので、自分のペースに合わせて技術を学ぶことができます。

林業に就くまでのステップ



日暮れ前には仕事が終わるので、自由に使える時間が多いのが魅力ですね。



糸井 潤さん(中之条町)

お問い合わせ

体験、研修のことなら…

群馬県環境森林部
森林局林業振興課
電話 027-226-3235

どんな会社等があるか知りたければ…

群馬県林業労働力確保支援センター
(一財)群馬県森林・緑整備基金
電話 027-386-5901



群馬県内の林業に関する情報を知りたければ

森ワーク
ぐんま森林・林業就業ナビ
森ワーク





ぐんまで子育て

子育て満足度ランキング
(民間調査、2017)

関東1位!



イクメン・オブ・ザ・イヤー
2017

初受賞県!



子育てしながら働ける環境
(民間調査、2017)

全国2位!



給食費無償の自治体の割合
22.8%(8/35市町村) (文部科学省調査、2017)

全国最高!



子育てママ・パパが群馬を選ぶワケ



**保育所等が充実して
いて待機児童が少ない!**

令和4年4月1日時点1人(東京都300人)。
(参考)「2019年度 社会生活統計指標」によると、
保育所等数(0～5歳人口10万人当たり) 500.0園
(東京496.5園)。



**群馬だからできる
特色ある教育環境!**

林間学校やスキー教室、野外キャンプなど自然を生かした子育てができます! 小中学校は、少人数学級編成で対話型の授業づくりに取り組んでいます!



**中学生以下の
医療費無料!**

県内に住む中学生以下の子どもの入院費、通院費を、全国に先駆けて無料化。対象を高校生まで拡大している市町村もあります。



**ママ友・パパ友が集う
コミュニティも人気!**



育児不安などの相談、親子の交流や親子同士の交流ができる子育て支援センターが県内に約160カ所あります。



大自然が身近! 親子で遊べる場所がいっぱい!

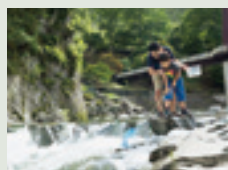


群馬には、川や山など自然豊かな遊び場がたくさん! 親子で楽しめる公園や遊園地、大型ショッピングモールも各地にあり、週末は大勢の家族で賑わっています。ママ友やパパ友同士で育児に関する情報交換をするのにもオススメな場所です!



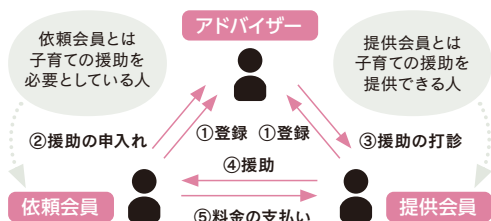
子育て家庭にオススメする県営施設

- 自然史博物館(富岡市)
- ぐんま天文台(高山村)
- 月夜野きこ園ぐんま昆虫の森(桐生市)
- 群馬県立図書館(前橋市)
- 群馬県立都市公園 アイ・ディ・エー 群馬の森(高崎市)
- 近代美術館(高崎市)※群馬の森公園内
- 歴史博物館(高崎市)※群馬の森公園内
- 館林美術館(館林市)
- ALSOKぐんま総合スポーツセンター(前橋市)
- ぐんまこどもの国児童会館(太田市)



ファミリー・サポート・センター

ファミリー・サポート・センターとは、育児の援助を受けたい人と、援助を行いたい人が助け合う地域の会員組織で、市町村によって設立運営が行われています。援助を受けたい人(依頼会員)、援助を行いたい人(提供会員)、どちらもセンターに申し込んで会員となる必要がありますが、特別な資格は不要です。依頼会員と提供会員とのマッチングなどはファミリー・サポート・センターが行うので安心してご利用いただけます。なかには病児・病後児の預かり支援が可能なファミリー・サポート・センターがあるなど、支援内容はそれぞれ。群馬県内では18市町村で実施されています。



育児支援の一例

- 保育所等までの送迎
- 学校の放課後や学童保育終了後に子どもを預かる
- 保護者の病気や急用時に子どもを預かる

実施団体

前橋市、高崎市、桐生市、伊勢崎市、太田市、沼田市、館林市、渋川市、藤岡市、富岡市、安中市、みどり市、榛東村、吉岡町、みなかみ町、玉村町、大泉町、邑楽町

問い合わせ先

最寄りの実施施設又は市役所・町村役場。

※県公式HP内「ファミリー・サポート・センター」ページで確認可



ぐんまちょい得キッズパスポート(通称ぐーちょきパスポート)

ぐんまちょい得キッズパスポートとは、協賛店舗で提示すると、店舗のご厚意によって割引やプレゼントといった「ちょい得」なサービスを受けられるカードです。

カードがもらえる対象は、県内で18歳に達して最初の3月31日を迎えるまでの子どもがいる家庭と、妊娠中の方がいる家庭です。お子さんが県内の学校等に通学・通園している場合も含まれます。

提供サービスの例

- お買い上げ金額から5%割引
- ポイント2倍
- 子ども用ドリンク1杯サービス
- 旅館宿泊料5%割引
- 博物館入館料100円割引
- 塾入会金無料
- など

協賛店舗数
約**5,600**店舗
(令和4年7月時点)



子育て応援サイト「ぐんまスマイルライフ」

結婚・子育て応援ポータルサイト「ぐんまスマイルライフ」

出会い・結婚から妊娠・出産、子育て、青少年育成など、ライフステージに応じた様々なお役立ち情報を一元的に発信しています。



県営住宅内にシングルマザー専用シェアハウスを整備しました！

群馬県では、住環境の面からシングルマザーの皆さまをサポートするため、県営住宅内に「シングルマザー専用シェアハウス」を整備し、入居者を募集しています。居室は完全個室となっており、その他に自由に利用できる共有リビングを設けています。また、一階の「地域解放スペース」では子ども食堂や無料学習支援教室など、様々なイベントが開催されています。

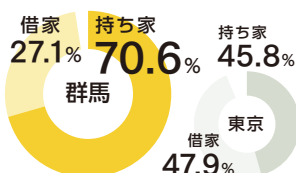




ぐんまに住む 家

群馬なら、都会よりも安くて広い場所に暮らせる！

持ち家と借家の割合



(総務省統計局、「住宅・土地統計調査」、2013)

住宅の敷地面積 (1住宅当たり)

群馬 **355㎡**

東京 **140㎡**

(総務省統計局、「住宅・土地統計調査」、2013)

民営賃貸住宅の家賃 (1カ月33㎡あたり)

群馬 **36,790円**
(前橋市の額)

東京 **86,200円**

(総務省統計局、「小売物価統計調査」、2016)
※前橋市と新宿区の比較

住宅購入所要資金 (土地付き注文住宅)

群馬 **3,529万円**

東京 **5,592万円**

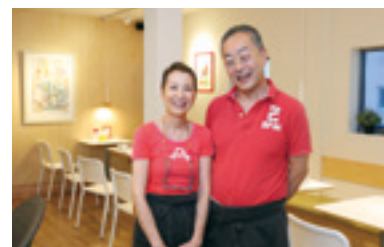
(住宅金融支援機構、「フラット35利用者調査」、2017)

都心へのアクセスの良さは抜群！

高崎～東京間は新幹線で約1時間。日帰りで行ける距離にあるから、首都圏の親戚や友人にも気軽に会いに行けるのも群馬ならではのいいところ！



私は、移居前からお世話になっている横浜の美容院に通っています。



中原富美子さん(高崎市)

分譲地やリフォーム補助金などの情報は

「ぐんま暮らしポータルサイト」では各市町村の移住・定住支援施策一覧を詳しくご覧いただけます。



群馬県内の賃貸物件、売買物件の情報は

一般社団法人群馬県宅地建物取引業協会

全宅連の運営するハトマークサイトは、群馬県内の不動産情報、住まい探し講座や統計データなどを提供している不動産総合サイトです。全国約10万社が加盟するハトマークグループは、国民の住生活向上をサポートしています。



公益社団法人全日本不動産協会群馬県本部

全国47都道府県、約3万社の会員業者ネットワーク。群馬県内の不動産情報はホームページの物件検索からご覧ください。



空き家をお探しなら…

空き家バンク

「空き家バンク」を実施している自治体で物件情報を探せます。



「ぐんま暮らしポータルサイト」

<https://gunmagurashi.pref.gunma.jp/life/house/akiya>



空き家活用・住みかえ支援事業

50歳以上の方のマイホームを一般社団法人移住住みかえ支援機構が借り上げ、3年の定期借家契約により貸し出します。

≫ メリット

- 良質な住宅を、相場より安い家賃で借りることができます。
- 敷金や礼金の必要がありません（契約時の仲介手数料などは必要）。
- 貸し主の了承が必要ですが、壁紙など一定の改修ができます。
- 3年毎に優先して再契約することができます。

お問い合わせ

ぐんまの住まい相談センター

電話 027-210-6634

月～日 8:30～17:15(祝日、年末年始は除く)

空き家バンクを実施する市町村情報

「ぐんま暮らしポータル」に空き家バンクに物件情報を掲載する市町村を紹介しています。

中部エリア	● 前橋市空き屋活用センター	前橋市建築住宅課	電話 027-888-6081
	● 伊勢崎市 空き家情報バンク	伊勢崎市住宅課	電話 0270-27-2797
	● 渋川市 空き家バンク	渋川市政策創造課	電話 0279-22-2401
	● 吉岡町 空き家バンク	吉岡町建設課都市建設室	電話 0279-54-3111
西部エリア	● 藤岡市 空き家バンク	藤岡市建築課	電話 0274-40-2326
	● 富岡市 空き家バンク	富岡市建築課	電話 0274-62-1511
	● 安中市 空き家バンク	安中市建築住宅課	電話 027-382-1111
	● 神流町 空き家バンク	神流町総務課	電話 0274-57-2111
	● 下仁田町 空き家バンク	下仁田町暮らしの相談窓口	電話 0274-67-7500
	● 南牧村 古民家バンク	南牧村村づくり・雇用推進課	電話 0274-87-2011
	● 甘楽町 空き家バンク	甘楽町企画課	電話 0274-74-3133
北西部(吾妻)エリア	● 長野原町 空き家バンク	長野原町未来ビジョン推進課	電話 0279-82-2244
	● 高山村 空き家バンク	高山村地域振興課	電話 0279-63-2111
	● 中之条町 空き家バンク	中之条町企画政策課	電話 0279-75-8837
北部(利根沼田)エリア	● 片品村空き家&仕事バンク	片品村むらづくり観光課	電話 0278-58-2112
	● 嬭恋村 空き家・空き地バンク	嬭恋村移住・集落支援室	電話 0279-82-5191
	● 昭和村 空き家バンク	昭和村企画課	電話 0278-24-5111
東部エリア	● みなかみ町 空き家バンク	みなかみ町観光商工課	電話 0278-25-5028
	● 桐生市 空き家・空き地バンク	桐生市定住促進室	電話 0277-46-1111
	● 館林市 空き家バンク	館林市企画課	電話 0276-47-5102
	● みどり市 空き家バンク	みどり市建設課	電話 0277-76-1904
	● 板倉町 空き家等バンク	板倉町都市建設課	電話 0276-82-6151
	● 千代田町 空き家等バンク	千代田町都市整備課	電話 0276-86-7003
	● 邑楽町 空き家バンク	邑楽町建設環境課	電話 0276-47-5031
	● 大泉町 空き家等バンク	大泉町都市整備課	電話 0276-63-3111

探してもらった家は
友だちが大人数で
泊まりに来て十分な広さ。
比較的新しくて
快適に暮らしています。



田中陽可さん(南牧村)

試しに住んでみるのもおすすめ

お試し住宅を貸し出している市町村があります。気候や地域の雰囲気を感じ、地域住民の方々とお話すると、より移住後の生活のイメージが湧きやすくなるでしょう。利用日数や利用料金は市町村によって異なりますので、あらかじめ市町村窓口へお問い合わせください。



移住のいろは

群馬県へ移住する際の流れを8つのステップに分けてご紹介。
あなたが思い描く暮らしを実現するために、まずはステップに沿って順に進めましょう。

STEP
2

誰と移住するのかを 考えましょう

単身で移住する場合と異なり、家族で移住する場合は、
家族の同意が必要です。実際に移住に向かって動き出す
前に、家族とよく話し合しましょう。

ぐんま暮らしポータルサイト

インターネットの専用サイトで、群馬県に移り住ま
れた方の体験談や市町村情報の詳細をご覧いた
だくことができます。どんな地域で、どんな暮らし
方をしたいか考えながら、参考に見てみましょう。



STEP
1

なぜ移住するのか、 書き出してみましょう

移住の目的を明確にすることで、自分の
思い描く生活に近づくことができます。



STEP
3

優先順位を付けましょう

新しい生活を送る上で、何を優先するのか、
優先順位を明確にしておきましょう。優先順
位を決めておくことで、対象となる地域が絞
られてくるため、その後の情報収集を効率的
に行うことができます。



ぐんま暮らし
支援センター
藤田相談員

東京・有楽町にある「ぐんま暮らし
支援センター」で移住相談員をして
います。「移住先で○○な暮らしをし
てみたい」、「○○をやりたい」など、
一人一人の思い描くライフスタイルに
合わせた対応を心がけています。移
住に関する不安や悩みなどありまし
たらお気軽にご相談ください。

ぐんま暮らし支援センター

東京・有楽町に、群馬県への移住や就職に関する相談窓口「ぐんま暮らし
支援センター」を設置しています。専任の移住相談員と就職相談員が
相談対応を行い、移住パンフレットやイベント情報も各種取り揃えてお
りますので、是非お立ち寄りください。

場所 東京都千代田区有楽町2-10-1
東京交通会館8階
ふるさと回帰支援センター内



営業時間 10:00～18:00(火～日曜日)

※都合により変更となる場合もございます。事前に予約していただくと確実です。
※NPO ふるさと回帰支援センターの定休日は月曜日、祝日、夏季休暇、年末年始です。

連絡先 Tel.080-8870-2756(移住) Tel.03-6256-0440(就職)

メール gunma@furusatokaiki.net

STEP
4

情報収集をしましょう

ある程度の地域が決まっている方は自治体な
どが開催する移住相談会などに参加してみま
しょう。地域が決まっていない場合は、イン
ターネットやパンフレットで、気になる自治体
を探してみましょう。

STEP
6

仕事を探しましょう



就業する場合は、UIターン就職の窓口や、ハローワークを活用して仕事を探しましょう。農業や林業への就業を考えている方は、それぞれの相談窓口にご相談してみましょう。



ぐんま暮らし支援センター
米澤就職相談員

「ぐんま暮らし支援センター」では、移住先での仕事探しや群馬県内の求人情報などのご相談も受け付けております。ご希望の職種やエリアなどに応じて対応いたしますので、移住相談とあわせて是非お立ち寄りください。

STEP
5

実際に地域に行ってみましょう

市町村役場の窓口で相談してみましょう。移住コーディネーターや地域の方々に話を聞いてみるのも情報収集の近道です。

田舎暮らし体験や移住体験ツアーのイベントに参加してみるのもオススメです。イベントで出会った地元の方々が心強い味方になってくれます。

イベント例

- 田舎暮らし体験
- 農業体験ツアー
- 林業体験ツアー
- グリーンツーリズム
- お試し住宅
- ジョブカフェぐんま など

イベント等の情報は、「ぐんま暮らしポータルサイト」でご覧いただけます。

STEP
8

ぐんま暮らしスタート!

移住は新しい生活のスタート地点です。地域の活動に積極的に参加するなど、知人や友人を増やし、地域に馴染んでいきましょう。

ようこそ群馬へ! まだまだ濃厚な近所付き合いが残る地域も多く、たくさんの野菜の差し入れに戸惑うなんてこともあるかも(笑)
楽しみながら皆さんと積極的に交流していきましょう! コーディネーター等もどんどん頼ってくださいね!



中之条町移住・定住
コーディネーター
村上久美子さん

STEP
7

住まいを探しましょう



自治体が運営する空き家バンクや、不動産事業者で物件を探しましょう。

空き家バンク

空き家をお探しの方は、空き家バンクを実施している自治体でご希望の物件情報を探することができます。空き家バンクを実施している自治体は、「ぐんま暮らしポータルサイト」に一覧で掲載しています。

🗨️ 移住コーディネーターからのアドバイス

前橋移住コンシェルジュ 代表 鈴木正知さん



「今の暮らしでは自分の夢を叶えることができない」、「もう都心で暮らすのは厳しい」、「そろそろゆつくり暮らしたい」など、移住のきっかけは人それぞれですが、共通することが一つあります。それは「〇〇したい」という移住して叶えたい夢です。その「したい」を「する」に変えるのが私たちの仕事です。

移住を考えている人は「〇〇したい」という思いを「〇〇する」という決意に切り替えることが大切です。それがはつきり見えてくると「じゃ〜それを実現するには〇〇(市町村)がいいんじゃない?」って具体的に一歩前に進むんですね。だ・か・ら夢を持つことがなんといつても大事だと思います!

沼田市

NUMATA / 北部エリア



里山暮らし

人口1万人以上5万人未満

ショッピングセンター有

お試し住宅

体験農園・市民農園

沼田市は、日本有数の河岸段丘上に広がっています。日本百名山に挙げられる山々に囲まれ、変化に富んだスケールの大きい自然環境が特徴です。温泉群、スキー場、ゴルフ場、史跡、果樹園などの豊富な観光資源を活かした新しいライフスタイル、また、関越自動車道や上越新幹線による交通アクセスの良さなどを活かした二地域居住により、自分らしい生き方を探していただけることを願っています。

ここがスゴイ！

新幹線通勤費を補助！慣れた仕事を続けながら、ゆっくりと田舎暮らしに移行していく。沼田市ならそんな移住もできる。

【ほかにこんなサポート】

- 移住促進トライアルハウス(ぬまた暮らしの家)
- 田舎体験ツアー
- ぬまた起業塾
- ぬまた暮らしトライアルステイ補助金
- ぬまた暮らしの物件情報バンク

問い合わせ先

沼田市観光交流課

TEL.0278-23-2111

kouryupro@city.numata.lg.jp



移住情報はこちら

アクセス

関越自動車道・沼田ICから約10分

JR上越新幹線・上毛高原駅からバスで約30分

片品村

KATASHINA / 北部エリア



里山暮らし

人口5千人未満

移住支援サポーター

空き家バンク

高山植物と湿原で、多くのハイカーを魅了する尾瀬を始め、至仏山・白根山・武尊山・ほたか牧場などの山岳景観や丸沼・菅沼の湖水美に恵まれています。またトマトやとうもろこし等の高原野菜の栽培が盛んであり、観光面では9の温泉群と5つのスキー場があり、農業と観光を主な産業とする村です。空き家&仕事バンクナビや2歳児以上保育料無料等移住・定住政策にも力を入れています。

ここがスゴイ！

子育て環境抜群！自然の中で幼児教育を行う「森のようちえん」や、子育てサークルの活動も活発。小・中学校、児童館も新築！

【ほかにこんなサポート】

- 片品村定住促進家賃補助
- 片品村不妊治療費助成事業
- 路線バス利用補助制度(片品村外通勤・高等学校等通学定期券購入補助金、片品村内路線バス運賃補助)

問い合わせ先

片品村むらづくり観光課

TEL.0278-58-2112

kanko@vill.katashina.gunma.jp



移住情報はこちら

アクセス

関越自動車道・沼田ICから約40分

JR上越線・沼田駅からバスで約60分

ぐんま 35市町村 ガイド

エリア別市町村情報



● 北部エリア ●

片品村・沼田市・川場村
昭和村・みなかみ町

「谷川岳」「尾瀬」といった雄大な自然が魅力のエリア。

● 北西部エリア ●

高山村・中之条町・東吾妻町
草津町・長野原町・嬬恋村

草津、四万など有名な温泉地があり、高原が広がるエリア。

● 中部エリア ●

渋川市・榛東村・吉岡町
前橋市・伊勢崎市・玉村町

赤城山南麓と榛名山東麓に広がるエリア。

● 西部エリア ●

高崎市・安中市・藤岡市・神流町・上野村
富岡市・甘楽町・下仁田町・南牧村

都市部と山々に囲まれた山間部からなるエリア。

● 東部エリア ●

桐生市・みどり市・太田市・大泉町・邑楽町
千代田町・館林市・明和町・板倉町

平野が広がり、県境を越えた生活圏で活動する人が多いエリア。

Q 群馬の気候の特徴は？

A 晴れの日が多く、湿度も低いので洗濯物がよく乾きます。「からっ風」が吹く赤城山以南ほどではありませんが、こちらでも風は強いですよ。(沼田市・中村タ希さん)





あなたにとって住みやすい場所を探してみよう！

みなかみ町

MINAKAMI / 北部エリア



山 里山暮らし
人口 1万人以上5万人未満
ショッピングセンター有
空き家バンク
体験農園・市民農園
移住支援サポーター

みなかみ町は県最北端の2,000m級の山々に囲まれた町で、中央を利根川が流れ、周辺には18の温泉地が点在しています。雄大な大自然に抱かれ、2017年にはユネスコエコパークに認定されました。登山やスキーはもちろん、ラフティングやキャニオニングなどの国内有数のスポットとして若者に人気です。幼稚園保育料無料、入学支援金支給、教育補助員の配置等、子育て支援にも力を入れています。

ここがスゴイ！

雄大な自然の中にありながら、新幹線なら上毛高原駅から東京駅まで最速65分。「職場を変えずに田舎に「引っ越し」」することができます！

【ほかにこんなサポート】

- 新幹線通勤時の乗車券または定期券の補助金制度
- 移住視察時に使用したレンタカーの補助金制度
- 住宅の新築・改築への補助金制度
- 起業される方への補助金制度

問い合わせ先

みなかみ町観光商工課
TEL.0278-25-5028
office-kanko@town.minakami.gunma.jp



移住情報はこちら

アクセス

- 関越自動車道・月夜野ICから車で約3分、同・水上ICから約13分
- JR 上越新幹線・上毛高原駅からバスで約9分

昭和村

SHOWA / 北部エリア



山 里山暮らし
人口 5千人以上1万人未満
空き家バンク
体験農園・市民農園

北海道にも比肩する広大な畑が、訪れる人々を魅了します。野菜の圧倒的な生産量と首都圏へのアクセスの良さから、「やさい王国」「首都圏の台所」と呼ばれています。また、河岸段丘や、歴史的な家並みが評価されて、関東地方では一番早く「日本で最も美しい村連合」に加盟しています。定住希望者への新築住宅の補助や、第2子以降保育料無料等、移住・子育て支援にも力を入れています。

ここがスゴイ！

ミキハウス子育て総研により、子育てファミリーが安心して過ごせる観光地域として、「ベビーズヴァカスタウン」に選定されている。

【ほかにこんなサポート】

- 第2子以降保育料無料
- 第1子保育料3割程度助成(保育料完納世帯のみ)
- おむつ等乳児用品購入費補助
- 定住に伴う新築住宅建設補助(最高100万円)

問い合わせ先

昭和村企画課
TEL.0278-24-5111
kikaku@vill.gunma-showa.lg.jp



移住情報はこちら

アクセス

- 関越自動車道・昭和ICから約10分
- JR 上越新幹線・上毛高原駅から車で25分

川場村

KAWABA / 北部エリア



山 里山暮らし
人口 5千人未満
100床以上の病院有

森と川と田んぼが広がる緑豊かな「田園理想郷」。総面積のうち86.5%を山林が占め、村名の由来となる薄根川をはじめ四本の一級河川が流れています。山すそに広がる田園風景は「日本のふるさと」そのもの！四季折々に風光明媚な村です。村の主産業である農業に観光と環境を合わせた村づくりを推進しており、ブランド米「雪ほたか」は、日本一おいしいお米として評価されています。

ここがスゴイ！

小学生のマーチングバンド10大会連続全国大会出場や中学3年生の希望者全員を米国ホームステイ事業参加など、教育施策も充実しています。

【ほかにこんなサポート】

- 子育て支援金事業(出生・小中学校入学時祝金支給)
- 高等学校等通学定期運賃補助事業
- 民間賃貸住宅家賃助成事業

問い合わせ先

川場村むらづくり振興課
TEL.0278-52-2111
office-2390-2ks@vill.kawaba.gunma.jp



移住情報はこちら

アクセス

- 関越自動車道・沼田ICから約10分
- JR 上越線・沼田駅からバスで約30分

Q 冬の積雪はいかがですか？

A 標高の高い北部は積雪します。スキー場も近いので、車にスノボを積んでおいて毎日終業後に滑りに行くのも可能です。(みなかみ町・Aさん)

東吾妻町

HIGASHIAGATSUMA / 北西部エリア



里山暮らし

人口1万人以上5万人未満

100床以上の病院有

ショッピングセンター有

移住支援サポーター

お試し住宅

小中学校給食費無料

国指定名勝「吾妻峡」や吾妻川、野生のホタル保護区や日本名水百選に選ばれた「箱島湧水」、真田幸村も幼少時代を過ごしたとされる岩櫃山跡、屏風を立てたような絶壁が庄巻の「岩櫃山」など、四季折々の風景が楽しめます。歴史的文化遺産も数多く残されています。子育て家庭への支援を充実するために、出産祝い金や入学祝い金支給事業、学校給食費の無料化などの施策を実施しています。

ここがスゴイ！

移住相談員が移住に関する様々なサポート。移住希望者向けに2泊3日で利用可能なお試し住宅を用意。

【ほかにもこんなサポート】

- 高校生等通学定期補助金
- 給食費の無料化
- 定住促進事業住宅取得奨励補助金

問い合わせ先

東吾妻町企画課

TEL.0279-68-2111

kikaku@town.higashiagatsuma.gunma.jp



移住情報はこちら

アクセス

- 関越自動車道・渋川伊香保ICから40分
- JR 吾妻線・群馬原町駅から徒歩3分

中之条町

NAKANOJO / 北西部エリア



里山暮らし

人口1万人以上5万人未満

100床以上の病院有

ショッピングセンター有

移住支援サポーター

空き家バンク

ラムサール条約登録湿地の「芳ヶ平湿地群」に代表される豊かで美しい自然と、四万・沢渡・六合など多彩な泉質をもつ温泉地があります。現代アートと地域が共につくりあげ「中之条ビエンナーレ」など特色のある町おこしイベントがあり、それらに関わる関係人口や移住者の増加に取り組んでいます。また、総合的な少子高齢化・子育て支援にも取り組んでいます。

ここがスゴイ！

専属の移住・定住コーディネータが移住前の相談、現地案内から定住後のフォローまできめ細やかにサポート。

【ほかにもこんなサポート】

- 就農支援・就業支援（新規就農者・起業する事業者などへ補助金）
- 子育て支援施策が充実（出産祝い金・給食費の無料化など）
- 定住促進対策住宅取得費補助金（住宅の新築・中古取得に補助金）

問い合わせ先

中之条町企画政策課

TEL.0279-75-8837

ijyu@town.nakanojo.gunma.jp



移住情報はこちら

アクセス

- 関越自動車道・渋川伊香保ICから40分
- JR 吾妻線・中之条駅から徒歩15分

高山村

TAKAYAMA / 北西部エリア



里山暮らし

人口5千人未満

移住支援サポーター

空き家バンク

高山村は、幼稚園から中学校までの一貫した教育に取り組み、英語教育をはじめ、ICT教育・社会教育・食育の推進など、学校と地域が連携し一体となって特色ある教育環境づくりを進めています。また、子どもの成長に応じた経済的な支援、子育て世代間の交流の場づくりに取り組むなど、子育て世代を応援しています。ぐんま天文台を擁することから、国内でも珍しい「光環境条例」により人工光を抑制し、星空景観を守っています。

ここがスゴイ！

幼少時期から英語に親しみ、英会話教室などを通じて語学力のスキルアップ。中学2年生の希望者全員が海外派遣事業に参加できる。

【ほかにもこんなサポート】

- 英語・漢字検定料の全額補助（小学校高学年・中学生、年3回まで）
- 第1子20万円、第2子30万円、第3子以降には50万円の出産祝金を支給
- 村内で起業する方に事業所等の開設経費や家賃補助のサポート

問い合わせ先

高山村地域振興課

TEL.0279-63-2111

t-chiiki@vill.takayama.gunma.jp



移住情報はこちら

アクセス

- 関越自動車道・渋川伊香保ICから30分、月夜野ICから20分
- JR 吾妻線・中之条駅からバスで15分、JR 上越線・沼田駅からバスで30分

Q 移住前にやっておく方がいいことは？

A 移住後の暮らしをイメージしながら、経済的なことも含めてシミュレーションすることが重要だと思います。（中之条町・糸井潤さん）





あなたにとって住みやすい場所を探してみよう！

嬬恋村

TSUMAGOI / 北西部エリア



山暮らし
人口5千人以上1万人未満
移住支援サポーター
小中学校給食費無料
空き家バンク

嬬恋村は群馬県の最北西部に位置し、年間の平均気温は8℃前後で夏でも涼しい気候です。夏秋キャベツの一大産地で生産量は日本一です。村名は日本武尊(やまとたけるのみこと)のロマンに満ちた伝説に由来し、愛妻家の聖地としての村づくりを進めています。自然豊かな別荘エリアで悠々適な生活を提案します。子育て世代には安心して子育てができる環境です。

ここがスゴイ！

保育園・幼稚園の保育料が無料。移住集落支援室で移住に関する相談ができ、ニーズに合わせてきめ細やかにサポート。

【ほかにこんなサポート】

- 創業・第二創業推進事業補助金
- 給食費の無料化
- 住宅改修等助成金交付事業

問い合わせ先

嬬恋村移住・集落支援室
TEL.0279-82-5191
info@tsumagoi-style.com



移住情報はこちら

アクセス

- 関越自動車道・渋川伊香保ICから約100分
- JR 吾妻線・万座・鹿沢口駅からバスで約10分

長野原町

NAGANOHARA / 北西部エリア



山暮らし
人口5千人以上1万人未満
100床以上の病院有
ショッピングセンター有
空き家バンク

自然豊かな町です。北軽井沢周辺は、一年を通じてトレッキング、キャンプ、スキーなどのアウトドアを満喫できるエリアです。また夏秋野菜の産地で、新鮮でおいしいと評判です。酪農業も盛んで県内有数の生乳の出荷量となっています。一方、川原湯温泉周辺では「ハッ場ダム」が完成し、ダム湖を活用した魅力的な観光施策やあらたな雇用の創出など大きな飛躍の時期を迎えています。

ここがスゴイ！

移住者の若い世代が町を盛り上げようとしているところ。また、ハッ場ダムを中心とした多くの観光資源が新たに誕生したことも魅力の一つ。

【ほかにこんなサポート】

- 起業支援事業補助金
- 住宅改修等助成金交付事業
- 移住者向け住宅改修等助成金交付事業

問い合わせ先

長野原町未来ビジョン推進課
TEL.0279-82-2244(代)
suigen@town.nagano-hara.gunma.jp



移住情報はこちら

アクセス

- 関越自動車道・渋川伊香保ICから約60分
- JR 吾妻線・長野原草津口駅から徒歩約10分

草津町

KUSATSU / 北西部エリア



山暮らし
人口5千人以上1万人未満
小中学校給食費無料

草津町は群馬県の北西部に位置し、中之条町・嬬恋村・長野原町・志賀高原に囲まれた、東西9km・南北8kmの自然豊かな日本有数の温泉地です。標高約1,200mに位置しているため冬季は風雪など厳しい気象もありますが、ウインタースポーツや温泉を満喫できて楽しめます。一方で夏季は冷涼な気候で過ごしやすく、大自然のもとで快適に過ごせます。

ここがスゴイ！

第3次産業従事者の割合が90%を占めている観光の町。おもてなしの心でお客様とのふれあいを大切にする優しい町。

【ほかにこんなサポート】

- 給食費の無料化
- 第2子以降保育料軽減・第3子以降3歳未満児保育料免除
- 高校生等就学費補助

問い合わせ先

草津町企画創造課
TEL.0279-88-7193
kikaku-c@town.kusatsu.gunma.jp



移住情報はこちら

アクセス

- 関越自動車道・渋川伊香保ICから80分
- JR 吾妻線・長野原草津口駅からバスで25分

Q 別荘地での暮らしに憧れるけど、仕事が心配。

A キャンプ場やスキー場、農園など、複数の仕事を掛け持ちで働く人もいます。まずは窓口で相談してみても？(長野原町・藤野麻子さん)



吉岡町

YOSHIOKA / 中部エリア



🏠 タウン暮らし

👤 人口1万人以上5万人未満

🛒 ショッピングセンター有

🏠 空き家バンク

吉岡町は、面積20.46平方キロと県内でも3番目に小さい町で、人口は2万人超。赤城・榛名の美しい山並みを望み、のどかな田園風景が残る緑豊かな町です。吉岡バイパスなどの幹線道路沿いには大型商業施設が立地。沿道利用型施設の立地は、今後も増加することが予想されます。道路網の整備も進み、前橋・高崎の近郊都市としての利便性は益々向上。町の将来に魅力を感じて新しく移り住む人が増えています。

≡ ここがスゴイ! ≡

利用台数全国屈指の駒寄SICを擁し、また道路網の整備等により、県内外どこへいくにもアクセスは抜群。

[ほかにこんなサポート]

- 吉岡町高校生等公共交通通学支援事業
- 吉岡町タクシー運賃等助成事業
- 勤労者住宅資金利子補給事業

問い合わせ先

吉岡町総務課協働安全室
TEL.0279-54-3111
anzen@town.yoshioka.gunma.jp



移住情報はこちら

アクセス

- 🚗 関越自動車道・駒寄SICから5分、渋川伊香保ICから10分
- 🚆 JR上越線・吾妻線・群馬総社駅からバス20分、渋川駅からバス20分

榛東村

SHINTO / 中部エリア



🏠 タウン暮らし

👤 人口1万人以上5万人未満

🛒 ショッピングセンター有

🌿 体験農園・市民農園

全国的にも有名な伊香保温泉を背に、「都市と自然の接点」に位置する榛東村。穏やかな気候と肥沃な土壌を活かし、多種多品目の農産物、畜産物について、小規模ながら特色ある良質なものを生産しています。緑豊かな自然環境に恵まれ、北関東有数の栽培面積を誇る榛東村ぶどう郷では、約30軒の観光農園が軒を連ねます。おいしい空気とのどかな自然の溢れる榛東村へ是非お越しください。

≡ ここがスゴイ! ≡

アクセス良好! 前橋市・高崎市と隣接しているため、通勤もラクラク! 緑豊かなキャンプ場や名湯・伊香保温泉も近く、都心も自然も満喫できる。

[ほかにこんなサポート]

- 空家対策補助金(定住を目的とするリフォーム)
- 予防接種モバイルサービス
- 福祉タクシー利用券交付事業

問い合わせ先

榛東村産業振興課
TEL.0279-54-2211
sangyou@vill.shinto.gunma.jp



移住情報はこちら

アクセス

- 🚗 関越自動車道・渋川伊香保ICから車で20分
- 🚆 JR上越線・渋川駅から車で20分

渋川市

SHIBUKAWA / 中部エリア



🏠 里山暮らし

🏠 タウン暮らし

👤 人口5万人以上10万人未満

🛒 ショッピングセンター有

🏠 空き家バンク

👤 都内通勤者100名以上

🍴 小中学校給食費無料

🌿 体験農園・市民農園

渋川市は、日本そして群馬県のほぼ中央部に位置し、赤城山や榛名山などの美しい稜線を望み、利根川と吾妻川が合流する、水と緑の豊かな自然に恵まれたまちです。一方で、首都圏から約100km、電車や高速道路利用で約80分とアクセスも抜群です。伊香保温泉をはじめ、泉質の異なる温泉がいくつもあり、旬の果物や野菜も豊富で、四季を彩る花の名所も楽しめます。誰もが生き生きとした人生を送ることができる「共生社会実現のまち」を目指しています。

≡ ここがスゴイ! ≡

給食費や保育料が完全無料のほか、「しぶかわ子育て応援ナビ」による子育て情報の発信など、子育て支援が充実。

[ほかにこんなサポート]

- 移住者住宅支援事業
- 学校給食費全額公費負担
- 幼児教育・保育施設(幼稚園・保育所・認定こども園)保育料の無料化

問い合わせ先

渋川市政策創造課
TEL.0279-22-2401
hp-seisaku@city.shibukawa.gunma.jp



移住情報はこちら

アクセス

- 🚗 関越自動車道・渋川伊香保ICから5分
- 🚆 JR上越線・渋川駅から徒歩15分

Q 日々の暮らしの中でのちょっとしたこだわりはありますか?

A 近くに農産物直売所が何軒もあって、おいしくて安い地元産の野菜やきのこ、卵、小麦粉まで手に入ります。料理が楽しくなっちゃう♪(前橋市・島田恵子さん)





あなたにとって住みやすい場所を探してみよう！

玉村町

TAMAMURA / 中部エリア



🏡 タウン暮らし
👤 人口1万人以上5万人未満
🏥 100床以上の病院有
🛒 ショッピングセンター有
🚶 都内通勤者100名以上
🌿 体験農園・市民農園

群馬県の南部に位置し、県内の主要都市と隣接していることから生活圏が広く、通勤、通学をはじめ、日常のお買い物やレジャーなど不自由なく快適な生活が送れます。また、本町には子育て支援施設が充実しており、さまざまなシーンで活用されています。小学区ごとにある児童館をはじめ、地域子育て支援センター、子育ての相互援助を行うファミリーサポートセンターが設置されるなど、安心して子育てができる地域づくりを進めています。

ここがスゴイ！

「国際教育特区」や「教育課程特例校」の認定を受け、幼稚園から中学校まで、独自の外国語カリキュラムによる英語能力の育成に取り組んでいます。

【ほかにもこんなサポート】

- 英語指導助手を全校に各1名配置
- 高齢者など交通弱者に対し、タクシー利用券を交付
- 第2子以降の保育料と副食費を無料化

問い合わせ先

玉村町企画課
TEL.0270-64-7711
kikaku@town.tamamura.lg.jp



移住情報はこちら

アクセス

- 🚗 関越自動車道・高崎玉村スマートICから5分
- 🚶 JR高崎線・新町駅からバスで20分

伊勢崎市

ISESAKI / 中部エリア



🏡 タウン暮らし
👤 人口10万人以上
🛒 ショッピングセンター有
🚶 都内通勤者100名以上
🏠 空き家バンク

「とっても元気で、とっても暮らしやすい都市」で、「いせさきぐらし」してみませんか。伊勢崎市は、道路交通網の優位性を活かし全国でも有数の工業都市として発展しており、人口が継続的に増加している「元気な都市」です。また、市内に点在する大小さまざまな公園や大観覧車などの乗り物が楽しめる華蔵寺公園遊園地は人気のレジャースポットであり、買い物に便利大型ショッピングモールも多数ある「暮らしやすい都市」です。

ここがスゴイ！

「ワクチン&子育てナビ」をはじめ子育てに関する支援が充実。大小さまざまな公園や入園無料の遊園地が魅力的。

【ほかにもこんなサポート】

- ワクチン&子育てナビ
- 第3子以降保育料無料
- 創業促進サポート補助金
- 移住者支援空き家改修補助金

問い合わせ先

伊勢崎市企画調整課
TEL.0270-27-2707
kikaku@city.isesaki.lg.jp



移住情報はこちら

アクセス

- 🚗 北関東自動車道・伊勢崎ICから約15分
- 🚶 JR両毛線・伊勢崎駅からバス10分

前橋市

MAEBASHI / 中部エリア



🏡 里山暮らし
🏡 タウン暮らし
👤 人口10万人以上
🛒 ショッピングセンター有
🚶 都内通勤者100名以上
🚶 移住支援サポーター
🌿 体験農園・市民農園
🏠 空き家バンク

群馬県のほぼ中央、雄大な自然を抱く赤城山のふもとに位置する前橋市。県都まえばしの魅力、「健康・医療」、「子育て・教育」、「食・農業」、「歴史・文化」…。これらは全て、「住みやすさ」に直接結びついています。前橋市は「多様性は豊かさである」という考えのもと、どのような方もあたたかくお迎えいたします。「移住先でこんな暮らしを実現したい」「叶えたい夢がある」という方、前橋市が全力でサポートします。

ここがスゴイ！

待機児童数0を誇る保育所環境、小さい子も楽しめる子育てひろばや前橋こども図書館、児童文化センターなど、子育てしながら働ける環境が充実。

【ほかにもこんなサポート】

- 第3子以降の保育所・認定こども園・公立幼稚園保育料無料化事業
- 幼稚園保育料補助事業（第3子以降保育料軽減事業）
- 高校生世代までの医療費無料

問い合わせ先

前橋市観光政策課
TEL.027-257-0675
kankou@city.maebashi.gunma.jp



移住情報はこちら

アクセス

- 🚗 関越自動車道前橋ICから車で8分
- 🚶 JR両毛線前橋駅から徒歩18分

※「ショッピングセンター有」とは大規模小売店舗があることを指す。

Q ぐんま暮らしに欠かせないものは？

A 日常の買い物や家族でのレジャーに車は必要ですね。高速道路を使えば関東甲信越一円の日帰りもできます。（伊勢崎市・松浦たくさん）



藤岡市

FUJIOKA / 西部エリア



山暮らし	タウン暮らし
人口5万人以上10万人未満	
ショッピングセンター有	都内通勤者100名以上
空き家バンク	

藤岡市は、群馬県の南西部に位置し、「群馬の玄関口」として高速交通網が充実しているが、川遊びができる清流や生活音から解き放たれた森林、のどかな田園風景を身近に感じることのできる市です。田舎暮らしをしつつ、時には都会に戻りたい・出かけた方にオススメです。鬼石地区では、国内外の若手アーティストが地域に滞在して作品を制作するアートレジデンスが活発化しています。

ここがスゴイ！

「群馬県の玄関口」藤岡市は、東京までの近さと上野・東京方面にも新宿・渋谷方面にも乗換なしのアクセスの良さが魅力。

【ほかにこんなサポート】

- 空き家バンク
- 空き家リフォーム
- 第3子以降保育料無料化（保育園・認定こども園）

問い合わせ先

藤岡市企画課
TEL.0274-40-2424
kikaku@city.fujioka.gunma.jp



移住情報はこちら

アクセス

- 上信越自動車道・藤岡ICから約5分
- JR 八高線・群馬藤岡駅から徒歩20分

安中市

ANNAKA / 西部エリア



山暮らし	タウン暮らし
人口5万人以上10万人未満	
ショッピングセンター有	都内通勤者100名以上
空き家バンク	

安中市には、新幹線「安中榛名駅」と在来線5駅、高速道路のICが2カ所あります。東は高崎市、西は長野県軽井沢町に接し、利便性とリゾート性を兼ね備えている市です。市内には都市部と山間部があり、メリハリがあります。温泉記号発祥の地「磯部温泉」、国立公園内にある秘湯「霧積温泉」と泉質の違う温泉を楽しめます。

ここがスゴイ！

新幹線「安中榛名駅」があります。在来線も5駅、ICは2カ所とアクセスは抜群。東京から60分。近距離移住、週末移住に最適。

【ほかにこんなサポート】

- 安中市住まいりー奨励金
- 学校給食費一部無料化
- 空き家バンク登録物件リフォーム等補助事業

問い合わせ先

安中市地域創造課
TEL.027-382-1111
souzou@city.annaka.lg.jp



移住情報はこちら

アクセス

- 上信越自動車道・松井田妙義ICから約20分
- JR 信越線・安中駅からバスで約10分

高崎市

TAKASAKI / 西部エリア



山暮らし	タウン暮らし
人口10万人以上	ショッピングセンター有
都内通勤者100名以上	体験農園・市民農園

高崎市は古くから交通の要衝として栄え、多くの人々を迎え入れてきた商都です。現在は高速道路や新幹線などの高速交通網が交差する内陸交通軸の中心となっています。また豊かな自然や歴史を有し、農村集落や里山風景も包含。特に倉渚地域の棚田では昔ながらの天日干し「はんでえ米」が生産され、収穫期にはのどかな田園風景を見ることができると、自然と都市が調和した住みやすい街です。

ここがスゴイ！

市内の3地域に住宅を取得された方を対象に、住宅ローンの利子5年間分を全額補給する制度有。

【ほかにこんなサポート】

- 高崎市移住促進利子補給制度
- 定住促進空き家活用家賃助成金
- ふるさと住宅

問い合わせ先

高崎市企画調整課
TEL.027-321-1202
kikaku@city.takasaki.lg.jp



移住情報はこちら

アクセス

- 関越自動車道・高崎ICから15分
- JR 高崎線・高崎駅から徒歩10分

Q 新幹線通勤って疲れない？

A 座って通勤できるし、車内でのくつろぎ方さえ覚えてしまえば、満員電車での通勤よりずっと快適です。（安中市・血脇浩司さん）





あなたにとって住みやすい場所を探してみよう！

富岡市

TOMIOKA / 西部エリア



山暮らし	タウン暮らし
人口1万人以上5万人未満	
ショッピングセンター有	空き家バンク
お試し住宅	体験農園・市民農園

富岡市は、上信越自動車道や上信電鉄により東京から2時間程度でアクセスができ、世界遺産の富岡製糸場を中心として様々な観光資源に恵まれ、年間を通じて賑わいのある地域です。生活環境においては、総合病院、商店などがコンパクトにまとまっている一方、自然との適度な距離感にあることから、利便性のある暮らしを希望する方や、田舎暮らしを希望する方を含め、多くの方のライフスタイルに適した生活ができる地域です。

ここがスゴイ！

東京から2時間、軽井沢から1時間の場所に位置する富岡市です。自然に癒やされたい。でもたまには都会にも行きたい。そんな人にはぴったりの立地です。

【ほかにもこんなサポート】

- とみおか暮らし奨励金
- 上信電鉄通学定期券購入費補助金
- 若者定住促進奨学金返還支援事業

問い合わせ先

富岡市地域づくり課
TEL.0274-62-1511
chiikidukuri@city.tomioka.lg.jp



移住情報はこちら

アクセス

- 上信越自動車道・富岡 IC から15分
- 上信電鉄・上州富岡駅から徒歩3分

上野村

UENO / 西部エリア



山暮らし	
人口5千人未満	小中学校給食費無料

「雇用・住まい・生活支援」を軸に、雇用の場をつくり、主に移住者の住まいとして村営住宅を149戸整備してきました。また豊富な森林資源を活用する林業の振興や、森林バイオマスの有効利用による村内循環型社会の構築への取り組みなど、様々な挑戦を続けています。脈々と受け継がれてきた村の形と村づくりへの信念を根幹に置き、創意と挑戦をもって『小さくても輝き続ける村』を目指しています。

ここがスゴイ！

自然度が高い広葉樹の山々、車で河原に下りて川遊びが身近に楽しめる清流神流川、自然豊かな環境が充実。

【ほかにもこんなサポート】

- 結婚祝金
- がんばる子育て応援手当・がんばる子育て応援特別手当
- 保育所の設置

問い合わせ先

上野村振興課
TEL.0274-59-2111
mouhikomi@vill.ueno.gunma.jp



移住情報はこちら

アクセス

- 上信越自動車道・下仁田 IC から約35分

神流町

KANNA / 西部エリア



山暮らし	
人口5千人未満	空き家バンク
小中学校給食費無料	

神流町の標高は、役場周辺が340m、周囲には1,000m級の山々が連なり、平坦地が少なく、農地は急峻な地形を活用した段々畑が点在し、緑豊かな自然景観とふさふさの温もりを体感できる町です。日本で最初に恐竜の足跡化石が発見されたことでも知られています。神流町は口マンあふれる歴史と、町民の温かいおもてなしを大切に、地域で支え合い、町民主役のまちづくりに努めています。

ここがスゴイ！

川遊び・登山・天体観測など自然を楽しめ、子育てには最適な環境。また中学3年生全員を対象に毎年、海外研修を実施。

【ほかにもこんなサポート】

- 神流町通勤・通学等費補助事業（神流町商品券交付）
- I・Uターン者定住奨励事業
- 結婚祝い金

問い合わせ先

神流町総務課
TEL.0274-57-2111
kikaku@town.kanna.gunma.jp



移住情報はこちら

アクセス

- 上信越自動車道・藤岡 IC から50分
- JR 八高線・群馬藤岡駅からバスで60分

Q 山間部での買い物はどうしているの？

A ほとんどのものはインターネットで買えるので、不便は感じません。採れたての野菜をいただくことも多いです。（上野村・湯澤昌子さん）



南牧村

NANMOKU / 西部エリア



里山暮らし

人口5千人未満

移住支援サポーター

空き家バンク

お試し住宅

小中学校給食費無料

南牧村は山間地として比較的温暖で、冬季も雪は少なく、過ごしやすい村です。養蚕や蒟蒻の栽培で栄えた村の営みを今に伝える農家住宅など、昔ながらの山村風景が色濃く残っています。山の斜面には石垣を組んだ段々畑の風景が広がり、耳を澄ますと鳥のさえずり、川の流れる音が聞こえてきます。子どもからお年寄りまで、長い時間をかけて築きあげてきた地域の絆で結ばれているふるさどです。

ここがスゴイ！

移住成功の秘訣は人とのつながり。南牧村では山村ぐらし支援協議会が移住歴3年以上の方を対象に毎年交流会を開催。

【ほかにこんなサポート】

- なんもく暮らし体験民家
- 空き家バンク制度
- 保育料・学童保育無料

問い合わせ先

南牧村村づくり・雇用推進課
TEL.0274-87-2011
teiju@vill.nanmoku.gunma.jp



移住情報はこちら

アクセス

- 上信越自動車道・下仁田ICから20分
- 上信電鉄・下仁田駅からバスで20分

下仁田町

SHIMONITA / 西部エリア



 里山暮らし	
 人口5千人以上1万人未満	
 100床以上の病院有	 移住支援サポーター
 空き家バンク	 体験農園・市民農園

美しい山々と清らかな溪流を五感で感じられるほど自然豊かな下仁田町。古くから交通の要衝として栄え、交通アクセスも優れています。また、駅を中心に商店街があり、生活に必要なものは町内で揃います。地域活動の盛んな地域が多く、秋祭りやあじさい祭り、福寿草まつりなど地域の方が作り上げるイベントがあります。移住をして、地域の一員として活躍したい方にはうってつけです！起業、趣味、子育てなど様々なライフスタイルを支援します。

ここがスゴイ！

新たに事業を始めたい！ パソコン一つで仕事ができる！ そんな方にテレワークオフィスをご用意。

【ほかにこんなサポート】

- ねごとこんにゃく下仁田奨学金
- 空家等利活用支援事業補助金
- 起業支援制度補助金

問い合わせ先

下仁田町企画課
TEL.0274-64-8809
dmshimonita@icloud.com
(暮らしの相談窓口)



移住情報はこちら

アクセス

- 上信越自動車道・下仁田ICから8分
- 上信電鉄・下仁田駅から徒歩6分

甘楽町

KANRA / 西部エリア



 里山暮らし	
 人口1万人以上5万人未満	
 ショッピングセンター有	 空き家バンク
 お試し住宅	 体験農園・市民農園

自然に囲まれた風光明媚な町です。史跡や文化財が多く残り、日本名水百選「雄川堰」が流れ、国指定名勝「楽山園」や武家屋敷など江戸時代の面影が漂う歴史が息づいています。首都圏に近く災害も少ない、温暖な気候と豊かな自然環境に恵まれた甘楽町で暮らしませんか。18才の年度末までの子どもの医療費無料化や町立小中学校給食費無料化等、子育て支援策にも力を入れています。

ここがスゴイ！

子育てからお子様の健康のお悩みまで、「にこにこ甘楽」(甘楽町多世代サポートセンター)でワンストップで解決！

【ほかにこんなサポート】

- お試し移住施設
- 空き家バンク制度
- かんら未来人財応援事業
- 第2子以降保育料無料化事業
- 結婚新生活助成金
- 出産祝金
- 子育て応援金

問い合わせ先

甘楽町企画課
TEL.0274-74-3133
kikaku@town.kanra.lg.jp



移住情報はこちら

アクセス

- 上信越自動車道・富岡ICから10分
- 上信電鉄・上州福島駅から車で5分

Q 収入が減ることが心配です。

A 都内の暮らしと比べて生活費はかなり低く抑えられるので、収入が半減しても心豊かに暮らせています。(南牧市・田中陽可さん)





あなたにとって住みやすい場所を探してみよう！

太田市

OTA / 東部エリア



🏠 タウン暮らし	
👤 人口10万人以上	🛍️ ショッピングセンター有
👤 都内通勤者100名以上	🌿 体験農園・市民農園

緑と公園が多く、安心して子育てができるまち。歴史・文化を受け継ぎ、四季を通して様々な表情を魅せるまち。全国有数の工業都市として、活気溢れるまち。それが太田市です。東武鉄道で都内まで一本。北関東自動車道により、都心へのアクセスも楽々。子育て支援に積極的に取り組む太田市は、東洋経済の「住みよさランキング」でも県内上位に毎年ランクイン。利便度・快適度・富裕度で評価を得ています。

ここがスゴイ！

2017年4月、太田駅北口に「太田市美術館・図書館」がオープン。2021年、市内にプロバスケットボールチームが移転。2023年には新市民体育館がオープン予定。

【ほかにこんなサポート】

- 出産祝金の支給、第3子以降保育料免除
- 第2子以降給食費全額助成
- 中学生学校給食費無料化

問い合わせ先

太田市企画政策課
TEL.0276-47-1892
005200@mx.city.ota.gunma.jp



移住情報はこちら

アクセス

- 🚗 北関東自動車道・太田桐生ICから15分
- 🚊 東武伊勢崎線・太田駅から徒歩10分

みどり市

MIDORI / 東部エリア



🏠 里山暮らし	🏠 タウン暮らし
👤 人口1万人以上5万人未満	
🛍️ ショッピングセンター有	🏠 空き家バンク
🍴 小中学校給食費無料	🌿 体験農園・市民農園

みどり市は、幹線道路沿いに商店街や商業施設などが多く見られ、そこから一步はずれると住宅地や田畑が広がり、住みやすい環境が整っています。また、東京へのアクセスも特急電車で約1時間40分と、都内との近さも魅力的です。みどり市立の小中学校に通う児童・生徒の給食費の無料化や第3子以降の保育料無料化など、子育て家族への支援は特に充実していて、市全体で応援しています！

ここがスゴイ！

食育の一環でみどり市立の小中学校に通う全児童・生徒の給食費が無料。更に第3子以降の子には嬉しい補助制度有。

【ほかにこんなサポート】

- 学校給食費無料化
- 第3子以降保育料無料化事業
- みどり市空き家バンク制度

問い合わせ先

みどり市企画課
TEL.0277-76-0962
kikaku@city.midori.lg.jp



移住情報はこちら

アクセス

- 🚗 北関東自動車道・太田藪塚ICから約15分
- 🚊 JR両毛線・岩宿駅から車で5分

桐生市

KIRYU / 東部エリア



🏠 里山暮らし	🏠 タウン暮らし
👤 人口10万人以上	🛍️ ショッピングセンター有
👤 都内通勤者100名以上	🏠 空き家バンク
🏠 お試し住宅	🌿 体験農園・市民農園

桐生市は、便利な街なか暮らしと、里山風景の残る田舎暮らしの両方が楽しめる街です。多彩な環境は子育て環境にぴったりです。特に世界をリードする人材育成を目的とした桐生発の特別教育プログラム「未来創生塾」や、群馬大学の大学院生が中学校の講師となり科学の面白さを伝える「サイエンスドクター」は、桐生独自の教育プログラムです。ぜひ子育て環境が充実した桐生市へお越しください。

ここがスゴイ！

物件を購入、リフォームした場合の補助制度が充実。また黒保根町へ定住を誓約すると、結婚、新築、出産時にお祝い金を支給。

【ほかにこんなサポート】

- きりゅう暮らし応援事業(住宅取得応援助成)
- きりゅう暮らし応援事業(空き家活用助成)
- 黒保根地域定住奨励金【結婚、新築、出産】

問い合わせ先

桐生市定住促進室
TEL.0277-46-1111
teiju@city.kiryu.lg.jp



移住情報はこちら

アクセス

- 🚗 北関東自動車道・太田桐生ICから20分
- 🚊 JR両毛線・桐生駅から徒歩10分

Q あえて過疎地に住むコツ、教えてください。

A FacebookなどのSNSなどを利用し、自ら情報発信をすることです。面白がってくれる仲間が輪のように広がって楽しいですよ。(みどり市・馬場生さん)



千代田町

CHIYODA / 東部エリア



🏠 タウン暮らし

👤 人口1万人以上5万人未満

🛒 ショッピングセンター有

🌿 体験農園・市民農園

🏠 空き家バンク

千代田町は、東西に細長く平坦で、水と緑豊かな町です。東京から60km圏内にあり、電車や高速道路により都心へ約90分でアクセスできるため、都心への通勤も可能です。利根川がもたらす豊かな水を利用し、米麦作を中心とした農業と2つの工業団地によって、農業と工業が高度に一体化して発展してきました。子育て育児用品購入費助成等、子育て支援策にも力を入れています。

📍 ここがスゴイ! 📍

待機児童ゼロを継続中。若い世代や子育て世代が安心して暮らせるよう、子育て・住宅支援が充実。

〔ほかにこんなサポート〕

- 移住者住宅取得費等補助金交付事業
- 結婚新生活支援補助金
- 電車による遠距離通学者助成事業

問い合わせ先

千代田町企画財政課

TEL.0276-86-7007

kikaku@town.chiyoda.gunma.jp



移住情報はこちら

アクセス

- 🚗 東北自動車道・館林ICから約30分
- 🚗 東武伊勢崎線・館林駅からバスで約30分

邑楽町

ORA / 東部エリア



🏠 タウン暮らし

👤 人口1万人以上5万人未満

🛒 ショッピングセンター有

👤 都内通勤者100名以上

🏠 空き家バンク

邑楽町は、都心から約70km、標高が平均25mの平坦地で自然災害の少ない町です。町の東側には、白鳥が飛来することで有名な多々良沼があり自然環境に恵まれた町でもあります。都市整備では、東武鉄道小泉線本中野駅の周辺を中心として市街地が形成され、さらに役場庁舎の周辺には行政機能を集約しています。また、第1子から適用する出産祝金事業等、子育て支援策に力を入れています。

📍 ここがスゴイ! 📍

NPO法人日本トンガ友好協会や(株)ザスパ等との包括連携協定によるスポーツ振興の取組が充実!!

〔ほかにこんなサポート〕

- 出産祝金事業
- 幼稚園・保育園・こども園等の保育料多子軽減の対象拡大事業
- 子ども医療費無料化

問い合わせ先

邑楽町企画課

TEL.0276-47-5009

plan@swan.town.ora.gunma.jp



移住情報はこちら

アクセス

- 🚗 東北自動車道・館林ICから25分
- 🚗 東武小泉線・本中野駅から徒歩20分

大泉町

OIZUMI / 東部エリア



🏠 タウン暮らし

👤 人口1万人以上5万人未満

🛒 ショッピングセンター有

👤 都内通勤者100名以上

🏠 空き家バンク

面積は県内で最小ながら、基幹産業である電機・自動車関連企業が数多く立地しており、北関東屈指の製造品出荷額を誇る町です。町の中心部を通る「いづみ緑道」をはじめ、町内に数多く整備された公園には緑が溢れています。また、人口の約19%を外国人が占めており、国際色豊かな町としても知られています。南は利根川を挟んで埼玉県と隣接しており、都心部へ通勤する人も多いです。

📍 ここがスゴイ! 📍

コンパクトな町に、活発な企業活動が多く、就労機会を創出。充実した保育と教育の環境で、仕事と子育ての両立を支援しています。

〔ほかにこんなサポート〕

- 学校給食費の一部公費負担
- 産前・産後サポート事業
- 不妊・不育症治療費助成制度

問い合わせ先

大泉町企画戦略課

TEL.0276-63-3111

kikaku@town.oizumi.gunma.jp



移住情報はこちら

アクセス

- 🚗 北関東自動車道・太田桐生ICから約25分
- 🚗 東武小泉線・西小泉駅から徒歩20分

Q 子育て環境はどうですか？

A 待機児童が少なくほぼ全員入園できるのは安心。豊かな自然の中でのびのび子育てしたい人にはおすすめの県です。(館林市・佐藤早苗さん)





あなたにとって住みやすい場所を探してみよう！

板倉町

ITAKURA / 東部エリア



🏡 タウン暮らし

- 👤 人口1万人以上5万人未満
- 🛒 ショッピングセンター有
- 🚶 都内通勤者100名以上
- 🍽️ 小中学校給食費無料
- 🌿 体験農園・市民農園
- 🏠 空き家バンク

板倉町は、群馬県の最東南端にあり、ラムサール条約湿地・渡良瀬遊水地のある自然豊かな町です。都心まで約60キロメートルと県内で最も東京に近く、電車でも車で約1時間で都心にアクセス可能です。また、日光や鬼怒川などの観光地に行くのも便利です。板倉町では、板倉ニュータウンに移住されたかたに、町独自の移住支援金を支給しています。小中学校の給食費無料化や子育て支援金の給付等の子育て支援策も充実しており、安心して子育てができる町です。

🍷 ここがスゴイ! 🍷

小中学校給食費無料化や子育て支援金の給付を実施。子育て世代への経済的負担を軽減し、安心して子育てができる環境を整備。

【ほかにこんなサポート】

- 子どもの医療費無料化および高校生世代の入院費等無料化を実施
- 町内に居住するための住宅建築費または購入費の一部を補助
- 0歳児を養育している保護者に紙おむつ給付券を支給

問い合わせ先

板倉町企画財政課

TEL.0276-82-1111

k-kikaku@town.gunma-itakura.lg.jp



移住情報はこちら

アクセス

- 🚗 東北自動車道・館林ICより約7分
- 🚗 東武日光線「板倉東洋大前駅」からバスで約10分

明和町

MEIWA / 東部エリア



🏡 タウン暮らし

- 👤 人口1万人以上5万人未満
- 🚶 都内通勤者100名以上
- 🌿 体験農園・市民農園

明和町は水と緑が豊富な地域です。また、交通条件にも恵まれた地域で、群馬県の中でも東京に一番近いあたりで、梨の栽培が盛んです。東京(北千住駅)まで電車で約1時間と、通勤も可能です。さらに「中学生まで医療費無料」「認定こども園の待機児童ゼロ」「子どもの安全を守る」をはじめ、子育て支援に力を入れており、『仕事が好き、家族が好き』な方にも住みよい町をめざしています。

🍷 ここがスゴイ! 🍷

東京から約60分。日本一の就農支援と子育て支援、企業力が自慢。明和町でちょっと田舎暮らしをしながら子育てしませんか？

【ほかにこんなサポート】

- 明和町 M ターン促進奨励金事業
- 出産祝金支給事業
- 農業次世代人材投資資金

問い合わせ先

明和町総務課政策室

TEL.0276-84-3111

kikaku@town.gunma-meiwa.lg.jp



移住情報はこちら

アクセス

- 🚗 東北自動車道・館林ICから10分
- 🚗 東武伊勢崎線・川俣駅から徒歩13分

館林市

TATEBAYASHI / 東部エリア



🏡 タウン暮らし

- 👤 人口5万人以上10万人未満
- 🛒 ショッピングセンター有
- 🚶 都内通勤者100名以上
- 🌿 体験農園・市民農園

館林市は、東北自動車道や東武鉄道により東京まで約1時間でアクセスできることから、毎日の通勤や休日のお出掛けなどに非常に便利です。災害対策の観点から、危機管理を重視する企業などにも選ばれています。また、城沼や多々良沼をはじめとした豊かな自然環境、生活圏内に総合病院や大型ショッピングモールなどがあり、自然と都市が共存している街です。

🍷 ここがスゴイ! 🍷

通勤時間を少し延ばすだけで、豊かな自然環境での暮らしが手に入る！都内への通勤可能！ちょっと近くてちょうどいい！

【ほかにこんなサポート】

- 移住定住促進通勤支援金
- 空き家利活用助成金
- UI ターン支援奨励金
- 結婚新生活支援補助金
- 移住促進まちなか新築住宅取得支援金

問い合わせ先

館林市企画課

TEL.0276-47-5102

kikaku@city.tatebayashi.gunma.jp



移住情報はこちら

アクセス

- 🚗 東北自動車道・館林ICから約10分
- 🚗 東武伊勢崎線・館林駅から徒歩約15分

※「ショッピングセンター有」とは大規模小売店舗があることを指す。

Q 県外へのアクセスはありますか？

A 県境近くに住んでいてインターが近いので、東京、栃木、埼玉など、どの方向にも出かけやすいです。(板倉町・永田亮さん)



見つけよう、ぐんまで自分暮らし



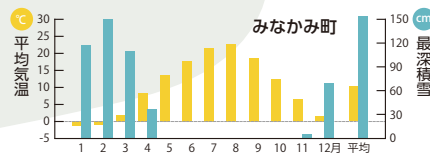
ぐんまな日々、早わかりマップ

福島県

雄大な自然が楽しめるエリア



北部の山間部と牧草地や畑の広がる高原地帯。おいしい高原野菜や果物が採れ、観光業や農業が盛ん。雄大な自然の中でアウトドアスポーツが楽しめる。冬は降雪するので雪かきやスタッドレスタイヤが必要。

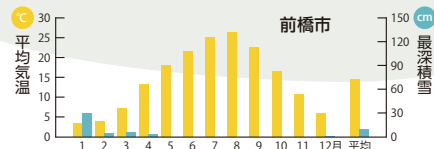


(気象庁、「過去の気象データ」、平均気温 (1981~2010)、最深積雪 (1989~2010))

赤城山の裾野に広がるエリア



東西南北になだらかな傾斜地が広がり、日当たりや水はけがよいことから、農業や果樹栽培などが盛んな地域。



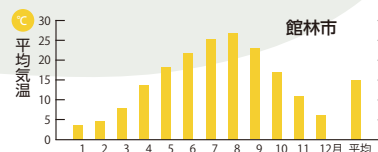
都内通勤者が多いエリア

交通アクセスのよい都市部。都内通勤者3,000人を超える高崎市を筆頭に、新幹線やJR、東武鉄道等を利用して都内通勤をする人が多い。



工業が盛んなエリア

中東部の平野が広がる郊外型住宅地。食品加工や自動車関連産業など、ものづくりが盛ん。埼玉、栃木とも平地続きのため、県境を越えた生活圈で活動する人が多い。



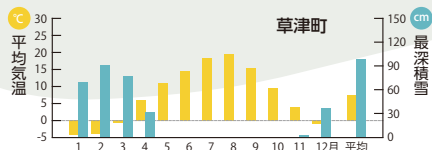
茨城県



温泉が多いエリア



北部と北西部にわたり、草津温泉・四万温泉・伊香保温泉といった全国的に有名な温泉地はもちろん、特徴ある名湯・秘湯の多いエリア。



別荘が多いエリア

「浅間高原」「北軽井沢」をはじめ、浅間山や赤城山の裾野には、高原の別荘地が広がる。二拠点生活する人や、空き別荘を購入して移住する人も多い。



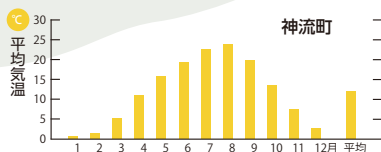
榛名山の南麓のエリア

野菜や果樹の生産が盛んな地域で、高崎方面から榛名湖や草津温泉、北軽井沢へ訪れる観光客も多く通る地域。



山間部でも雪が少ないエリア

県南西端の山間部で、急峻な山々に囲まれながらも比較的雪は少ないエリア。養蚕業で栄えた時代の面影を残す古民家が多く、コンニャク製造も盛ん。

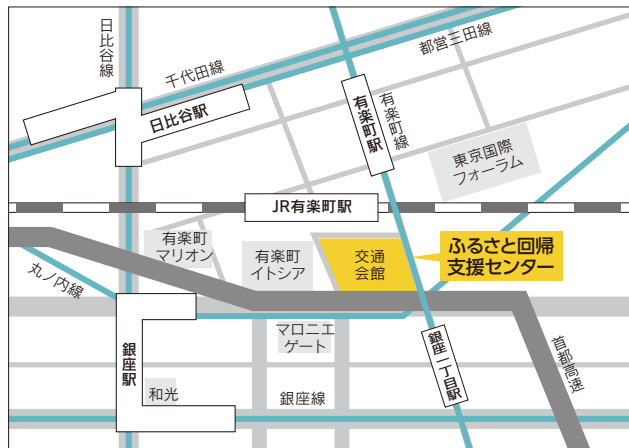


東京都内の移住・就職窓口

ぐんま暮らし支援センター

まずはこちらへお気軽にご相談ください

場所	東京都千代田区有楽町2-10-1 東京交通会館8F ふるさと回帰支援センター内
営業時間	10:00～18:00(火～日曜日) ※都合により変更となる場合もございます。事前に予約していただくと確実です。 ※NPO ふるさと回帰支援センターの定休日は月曜日、祝日、夏季休暇、年末年始です。
連絡先	Tel.080-8870-2756(移住) Tel.03-6256-0440(就職)
アクセス	● JR有楽町駅(京橋口・中央口(銀座側))から徒歩1分 ● 地下鉄有楽町線:有楽町駅(D8)徒歩1分 ● 地下鉄有楽町線:銀座一丁目駅(2)徒歩1分 ● 地下鉄丸ノ内線・銀座線・日比谷線:銀座駅(C9)徒歩3分 ● 地下鉄千代田線・都営三田線:日比谷駅(D8)徒歩8分
メール	gunma@furusatokaiki.net
URL	https://gunmagurashi.pref.gunma.jp/consultation



群馬県東京事務所

場所	東京都千代田区平河町2-6-3 都道府県会館8F	連絡先	Tel.03-5212-9102 Fax.03-5212-9103
営業時間	8:30～18:15(月～金曜日) ※土、日曜日、祝日、年末年始は休業	URL	https://www.pref.gunma.jp/01/p02110001.html

群馬県の移住情報発信サイト

ぐんま暮らしポータルサイト

群馬県の移住に関する情報、イベント情報等を発信しています。最新の情報はこちらをご覧ください。

<https://gunmagurashi.pref.gunma.jp>



【MEMO】 移住相談のメモ等にお使いください

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

発行/群馬県地域創生部ぐんま暮らし・外国人活躍推進課

〒371-8570 群馬県前橋市大手町1-1-1 TEL.027-226-2371 FAX.027-243-3110

H28/発行,R4/時点修正