



にいがたじかん

にいがたじかん

暮らしたからこそわかる、私たちのほんとうの声





にいがたじかん、感じてみませんか。

「ここにはすべてがある」と言ったらかっこよすぎで、でも「何もない」も全然違う。

田舎と、都会の「ちょうどいいバランス」がここにはある。

しん、と静まる冬を越えたら、雪解け水が県中に行き渡り、桜が咲いて花びらが舞う頃、まるで季節を塗り変えるように、田んぼにそのすべてが注がれてゆく。

夏は森にてフェス、浴衣を着て花火大会、枝豆をたたくさん茹でて、大盛りの皿でみんなで食べる。秋の知らせを告げるは頭を垂れた稲穂たち。一面を黄金色に染め上げるこの恵みが、にいがたの次の一年をまた潤わせてゆく。

「何もそんなに緩急をつけなくても」と時折目を見張ってしまう四季の流れに身を浸しながら、私たちは「週末キャンプ」「日帰りボード」「温泉めぐりにだって」「いや、今日はなんもしない」と、「いまの気分ぴったり」をすくい取る。

かと思えば、流行りのショッピングに、おしゃれなカフェでの時間も過ごせたり。東京から新幹線で一時間半～二時間、新潟空港からはどこへだって行けるし、高速道路も、いろんな場所へ連れて行ってくれる。

「何があるの」と聞かれたら、「足りないものが、見つからないの」と私たちは答えるかもしれない。あるいは、「もし足りなかったら、一緒につくるのもいいよね」と。

にいがたで過ごす時間の、「ほんとう」の入り口が、見つかる冊子でありますようにと願いつつ。



協力／取材に協力して下さった皆様・アンケートに回答して下さった皆様
伊佐知美 齊藤友香(peko) 井上有紀 鹿澤頼充 長谷川円香
表紙／©Yasuko Ogura 「なり・nuttari NARI」
2-3ページ 上／撮影 伊藤ヨシユキ、空間コーディネート 旅するテント「佐渡市素浜海岸」 下／卯月宏典「jeli cafe」
制作／株式会社タカヨシ

2019年12月20日発行 ※掲載している内容は発行日現在のものです。

新潟暮らしの楽しみ方。

その1



ラーメン

個性的なラーメン店が数多くあります。新潟5大ラーメンと呼ばれるのは、「新潟あっさり醤油」、「新潟濃厚味噌」、「燕三条背脂」、「長岡生姜醤油」、「三条カレーラーメン」。あなたの好みはどのラーメン？

村上・新発田エリア

新潟・阿賀エリア

弥彦・三条エリア

長岡・柏崎エリア

湯沢・魚沼エリア

妙高・上越エリア

温泉

新潟県では全30市町村から温泉が湧出しており、宿泊施設のある温泉地数は145か所と、全国第3位の多さ。海、山、川、雪と、自然の風景を眺めながらのんびりお湯に浸かることができます。

ウィンタースポーツ

ウィンタースポーツをする場所には不自由しません！毎週末に気軽に近場のスキー場に遊びに行けちゃいます。スキーやスノーボードだけでなく、スノーシューや自然観察など子供も楽しめるアクティビティもたくさん！

私に合うエリアはどこ？

新潟県は面積が広く、「新潟県」といっても一言で特徴をまとめられないのが特徴なんです。

街での暮らしも、自然の中の暮らしも選べるのがいいところ。

理想のライフスタイルに合うのはどのエリア？

新潟・阿賀 エリア

新潟市／五泉市／
阿賀野市／阿賀町

- ・オフィス街やショッピングモールなどの便利な生活環境の一方で、海や山、湖などの自然にもアクセスしやすい。
- ・冬季には白鳥が越冬の様子を間近で観察できる。
- ・婦人ニット製品の生産で日本一を誇り、現代的でおしゃれなファクトリーブランドが続々登場。
- ・ショップやカフェ、美術館やワイナリーめぐりなども楽しめる。

村上・新発田 エリア

村上市／新発田市／関川村／
胎内市／聖籠町／粟島浦村

- ・気軽に入れる温泉地がたくさん。仕事帰りに入浴もできる。
- ・夏には笹川流れの透き通る海と岩牡蠣が楽しめる。
- ・北限の茶処として雪国独自の風味をもつお茶や和菓子、庭園など、城下町ならではの文化と街なみを味わえる。

佐渡エリア

佐渡市

- ・島ならではの自然や景観を楽しめる。
- ・歴史や、祭りや伝統芸能などの独自に発展した文化に触れられる。
- ・おいしい海の幸が日常的に食卓にのぼる。また、栽培されている果物の種類が豊富。
- ・言葉のイントネーションは関西に近いものがある。

弥彦・三条 エリア

弥彦村／三条市／燕市／
加茂市／田上町

- ・鍛冶・金属洋食器産業など、世界レベルのモノづくりを日常的に体験できる。オープンファクトリーもたくさん。アウトレットでお得に買うチャンスもあり。
- ・背脂ラーメンやカレーラーメンなど個性的なラーメンの食べ比べもできる。
- ・彌彦神社や小京都の街並みなど歴史を感じるスポットも多数。

長岡・柏崎 エリア

長岡市／小千谷市／柏崎市／
見附市／出雲崎町／刈羽村

- ・全国から観客が集まる大迫力の越後三大花火が家から見えるかも。
- ・ファミリーで遊べるビーチがたくさん。浜茶屋（海の家）も充実していて、一日中遊べる。
- ・棚田や牛の角突きなど昔ながらの風景が広がる。
- ・県の真ん中でどこへ行くにも便利。生活しやすいコンパクトな街。

妙高・上越 エリア

上越市／妙高市／糸魚川市

- ・城下町の歴史と文化、日本有数のスノーリゾートを満喫できる。
- ・温泉も充実。日帰り温泉のはしごもできる。
- ・電圧やカップラーメンの味の違いなど東日本と西日本の文化が交差する。
- ・日本海から2000m超の山々までバリエーションに富んだ自然が身近に楽しめる。

湯沢・魚沼 エリア

魚沼市／南魚沼市／湯沢町／
津南町／十日町市

- ・雪と美しい田園風景で育まれる最高品質のお米が自慢。
- ・現代アート作品が日常に溶け込む。
- ・スキー場、キャンプ場などのアウトドアと温泉が同時に楽しめる。
- ・東京からいけば近い新潟県。

ホームゲレンデで思いっきり滑れる

以前住んでいた埼玉県はスキー場がほとんどなく、荷物を抱えて電車で県外まで移動するのが億劫になってしまい、スキーから遠ざかっていました。新潟に来てからは車で1時間半も走ればスキー場に行けるので、シーズン中はほぼ毎週通っているうちにホームゲレンデができました。近場で気軽に行け、混雑も激しくなく、家族と楽しく滑れています。これからはスノーボードにも挑戦しようかな。

(新潟市・40代)



四季を通じてキャンプを楽しむ

県内にはたくさんのキャンプ場があります。春や秋は森の中で焚き火を囲んだり、夏になると海の砂浜でキャンプをしたり、天の川を見ながら寝転んだり、雪が降ったら薪ストーブを使って雪中キャンプも出来ます。

スノーピークでは子供から大人まで楽しめる体験型のキャンプイベントも定期的に開催されていて、これからキャンプを始めてみたいという方にピッタリです。佐渡や粟島にもキャンプ場があるので船に荷物を詰め込んで島キャンプなんかもおすすめ。その土地の野菜や名産を買って料理するのも楽しみの一つです。

都会ではなかなか感じられないゆったりとした時間が贅沢に流れるキャンプを楽しんでみてはどうでしょうか？

(見附市・20代)



新潟暮らしの楽しみ方。

その2

私の楽しみ♪

都会すぎず、田舎すぎず。

そんな新潟ならではの暮らしの楽しさを教えてもらいました。

豊富な食材で、普段の食事也大満足！

海と山に囲まれた佐渡は、タラやアンコウ、寒ブリ、牡蠣といった海産物や、魚沼産コシヒカリと並び称される佐渡のお米、ジュシーで甘みのあるおけさ柿など豊かな食材が食卓に並びます。

特にイカは水揚げの時期になると、食べきれないほどの量に…！近所の人にあげたり、冷凍や塩漬にして保存することもあります。新鮮な食材がたくさん手に入るのは、生活している身としてはすごく有難いですね。

(佐渡市・20代)



音楽好きにはたまらない♪フェスが充実



野外で開催されているフェスでは子供を遊ばせながらライブが聴けるし、ママ友と家族ぐるみで遊びに行っています！大規模なフェスのほか、子連れでも楽しめちゃうようないい規模のフェスも多いですし、ジャンルもメジャーなものからレゲエやクラブなど幅広いです。色々なジャンルの演奏者がいて、フェスに出演するほかにも有名プレイヤーを呼んだり、新潟には音楽が根付いていると感じます。行政がPRに関わったりチャトルバスを出したりしているのもスゴイ！

(新潟市・30代)



週末は日帰り温泉ぜんまい

車で1時間以内の日帰り温泉に家族で出かけ、美味しいものを食べて帰ってくるのが週末の楽しみです。出身地の京都にも温泉はありますが、硫黄系やしょっぱい系、油臭い系、お肌つるつる系など、近距離圏内でバラエティ豊かな温泉が楽しめること、温泉成分の濃さといった泉質のよさ、そして山・海・川と様々なレジャーを楽しめるのが、新潟の温泉の素敵なおとこだと思います。

(新潟市・30代)

きっと見つかるお気に入りの個人店

個人でこだわりを持って経営されているお店も多い新潟。スピードやコスパ重視ではない、お気に入りのお店を見つければ、他にない充実した自分の時間が過ごせます。なんといっても店主に地域のおすすめを聞いたり、通って顔を覚えてもらったりしやすいのが魅力。お気に入りの個人店たちのおかげで、とても楽しい新潟ライフを送れています。

(長岡市・20代)



東京でも買えます！

新潟のいっぴん。

ちょっと自慢したくなる新潟生まれのかわいいものをご紹介します。



猫ちぐら

100%天然のわらを使用し、すべて手作りで編まれた関川村の伝統民芸品。製作にかかる日数は約一週間。昔から暮らしの中で使われてきたわら細工を生かして作ったぬくもりある猫のおうちです。

関川村 猫ちぐらの会
tel.0254-64-3311



G.F.G.S.の オーダーボーダー

古くからニット産業が盛んな加茂市のファクトリーブランド「G.F.G.S.」。ピュアオーガニックコットンを100%使用し、1着ずつ丁寧に作られるボーダーシャツを、ボディスリーブ・袖丈・ボーダー幅・カラーの組み合わせを選ぶだけで簡単にオーダーできます。

G.F.G.S.
tel.0256-46-8798



グッドデザインな 日本酒「錦鯉」

ボトルを専用箱に入れると錦鯉を鑑賞できる遊び心のあるパッケージで、世界各国のデザイン賞を受賞。「泳ぐ宝石」ともいわれる錦鯉をモチーフにした華やかな見た目はお土産やギフトにもぴったり。

今代司酒造
tel.025-245-3231



「リロンデル」の鋳物鍋

ものづくりのまち・燕の職人によって作り上げられる、世界初のステンレス製鋳物鍋。高い保温性や気密性といった鋳物鍋ならではの機能のほか、そのままテーブルに出せるかわいい色も魅力です。

新潟精密鋳造株式会社
L'hirondelle
tel.0256-64-8776



糸魚川の綿花をふくんだ aoのベビー服

aoは糸魚川市に自社の縫製工場をもつファクトリーブランド。コットンそのものの柔らかさを感じられる製品を生み出しています。糸魚川で栽培した綿花をふくむベビー肌着を赤ちゃんにプレゼントする「いといわコットンプロジェクト」も手掛けています。

ao daikanyama
tel.03-3461-2468



ヒッコリースリー トラベラーズの浮き星

金平糖にも似た、小さいあられに砂糖蜜をかけた甘いお菓子。お湯を注ぐとぶかりと浮いてくる様子から名付けられました。味や容器のバリエーションもたくさん。結婚式や二次会のプチギフトでオリジナル浮き星を作ることができます。

hickory03travelers
tel.025-228-5739



ツバメコーヒーのドリップバッグ

本を読みながらリラックスできるカフェ「ツバメコーヒー」の味を楽しめるドリップバッグ。中身は中煎りでマイルドな「ツバメブレンド」、深煎りでほろ苦の「イヌワシブレンド」の2種類。コーヒー好きなあの人へのちょっとしたプレゼントにいかが？

ツバメコーヒー
tel.0256-77-8781



「プポン」のオリジナル子供服

三条市のセレクトショップが手がけるオリジナルブランド「mimi poupons (ミミプポン)」はかわいさはもちろん着心地にもこだわりあり。シルクニットを使ったベビー服ブランド「うぶ」もスタート。

ベビーからママまでのセレクトショップ
POUPONS
tel.0256-35-2075



会いに行ける新潟。

にいがたじかんを体験できるところをご紹介します。



越後三大花火 (柏崎市・長岡市・小千谷市)

- ・ぎおん柏崎まつり海の大火火大会.....2020年7月26日(日)
- ・長岡まつり大花火大会.....2020年8月2日(日)・3日(月)
- ・片貝まつり 浅原神社秋季例大祭奉納大煙火.....2020年9月9日(水)・10日(木)

新潟は7月から9月にかけて様々な花火大会が開催される花火王国。中でも「越後三大花火」として県内外から多くの観客が集まるのが、打ち上げ場所の特徴により「海の柏崎」「川の長岡」「山の片貝」と呼ばれる3つの花火です。世界に誇る新潟の花火をご覧ください!

●問い合わせ

ぎおん柏崎まつり協賛会
(柏崎市商業観光課)
tel.0257-21-2334



長岡花火財団
tel.0258-39-0823



片貝町煙火協会
tel.0258-84-3900
(開設期間:4月1日~9月30日、
土・日・祝日休み)



沼垂テラス商店街 (新潟市中央区)

かつて市場として使われていた長屋がリノベーションにより、雑貨店やカフェ、古本屋やコワーキングスペースなど個性なお店が集まる商店街に生まれ変わりました。のんびり散策しながら、お気に入りが見つかるはず。

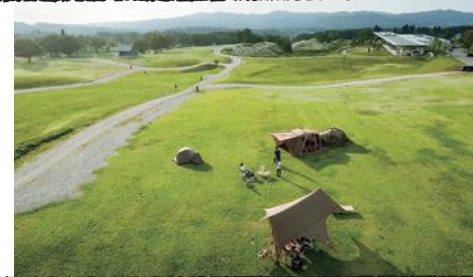
●問い合わせ/株式会社テラスオフィス
tel.025-384-4010



スノーピーク Headquarters キャンプフィールド (三条市)

スノーピーク本社に併設する直営ストアとキャンプ場。約5万坪の広大な敷地はどこにテントを張ろうか迷うほど。レンタル品の貸し出しや、テント設置・撤収のアドバイスも行っており、初心者でも安心して利用できます。

●問い合わせ/スノーピーク
tel.0256-41-2222



写真提供: EC実行委員会

アース・セレブレーション (佐渡市)

アース・セレブレーション2020

■日程:2020年8月21日(金)~23日(日) ■会場:小木みなと公園ほか
30年を超える国内でも歴史ある佐渡での国際芸術祭。鼓童が国内外で出会ったアーティストを鼓童の本拠地・佐渡に招き、鼓童とゲストによる野外ライブや、佐渡の豊かな自然・文化・食などを体験できる3日間のフェスティバルです。

●問い合わせ/アース・セレブレーション実行委員会
tel.0259-81-4100



革間彌生「花咲ける妻有」Photo by Osamu Nakamura

大地の芸術祭

越後妻有アートトリエンナーレ (十日町市・津南町)

越後妻有地域を舞台にした3年に一度開催される大規模アートイベント。数多くの常設作品や、郷土の味や家庭料理にアレンジを加えた惣菜レストランなど、会期外に訪れても楽しめる場所がたくさんあります。

●問い合わせ/NPO法人越後妻有里山協働機構事務局
tel.025-761-7767



赤倉観光ホテル (妙高市)

1937年創業のクラシカルな高原ホテル。標高1,000mからの壮大な景観に抱かれながらリゾートステイを満喫できます。最上階のアクアテラスでは湧き水を湛えた水盤越しに、たなびく雲海や美しい朝焼けなどの幻想的な眺望が広がります。

●問い合わせ/赤倉観光ホテル
tel.0255-87-2501



カーブドッチワイナリー

(新潟市西蒲区)

山のふもとに広がる広大なぶどう畑は圧巻。醸造所の見学、ワインの試飲や購入のほか、レストランでのランチやスパ、ショップでのお買い物など、新潟の自然を感じながらゆったりとした休日をご過ごせます。

●問い合わせ/カーブドッチワイナリー
tel.0256-77-2288



ミズベリング信濃川やすらぎ堤 (新潟市中央区)

水都・新潟を象徴する信濃川やすらぎ堤で夏季の約3ヶ月間を中心に開催。地元飲食店などが出店し、水辺の解放感とさわやかな風を感じながらの食事や様々なイベントを楽しめます。

●問い合わせ/新潟市都市政策部まちづくり推進課
tel.025-228-1000



むらかみ宵の竹灯籠まつり (村上市)

■日程:2020年10月10日(土)・11日(日)

20,000本の竹灯籠が城下町村上上の小路を照らし、琴、三味線などの和楽器が奏でられる秋のイベント。異次元空間に迷い込んだような非日常的な世界に、大勢の人が酔いしれます。

●問い合わせ/むらかみ宵の竹灯籠まつり実行委員会
@toraya_scnami@sky.plala.or.jp



新潟とつながる

新潟での暮らしに興味が出てきたら、こんなところをチェックしてみては？
そこに集う人たちに気になることを聞いてみたり、もしかしたら仲良くなれるかも！



気になる地域の ゲストハウスで 10日間試住してみる

- よはくや
新潟県村上市細工町 4-23
<https://www.yohakuya.com/>

私が運営する村上の宿「よはくや」が移住を検討している人の受け皿になれば嬉しいです。ゲストハウスのような地域に根ざす宿で10日間過ごしてみたら、その地域の特性が見えてくると思います。村上の人や物件を紹介することもできるので、「よはくや」もそんな風に使って欲しいです。他には、長年続く飲み屋さんに行ってみるのもおすすめ。お客さん同士繋げてくれるし、その地域の気質みたいなものも分かると思いますよ。

(東京都→村上市・30代)

新たな活動をしたい人の 背中を押す場

- 共場 糸魚川コモンズ
新潟県糸魚川市新鉄 1-4-1

糸魚川に新しくできた「共場 糸魚川コモンズ」は、新たな挑戦をしたい人の実験スペース。オーナーは東京から移住してきた夫婦で、「地域の人と共にある場」の意味を込めて「共場」と名付けたとのこと。今はハンドメイド作家やカフェを立ち上げたい人などエネルギーのある人が集まり、実験的にイベントを開催しています。面白い人が集まっているので、刺激になります。

(東京都→糸魚川市・30代)



生協・コープの 産地交流がおすすめ！

- 新潟県のコープ・生協
生活協同組合コープクルコ

宅配サービスが嬉しい、コープ・生協ですが、実は組合員になると、産地交流会、たんぼの学校など食や環境に関するイベントに参加できます。私の加入している生協では、毎月イベントがあり、しかも保育付き！先日は子どもと一緒にナシ狩りに。生産者と出会えたり、参加者同士の繋がりも生まれる良い場だと思います。

(東京都→見附市・30代)



参加者同士が一緒に 取り組める、ゲームや ワークショップやアートイベント！

- ボードゲームカフェ Quasta (クアスタ)
新潟市中央区蒲原町 9-9 <https://quasta.jp/>
- 水と土の芸術祭などのアートイベント

オススメは「ボードゲームカフェ」。ゲームを通じて初対面の人でも仲良くなれますよ。また、県内各地で開催されている芸術祭もオススメ！アートツアーやワークショップなどのイベントに参加すると、参加者同士や地元の人ともつながりができます。新潟市「水と土の芸術祭」の演劇ワークショップで知り合った県外の友達と、数年後に佐渡と一緒に遊びに行くなどつながりがひろがりました。

(東京都→新潟市・20代)

新潟市に関わる交流会も！ 移住者同士の繋がりが 生まれる場

- HAPPYターン交流会
ミチシルベ 新潟市移住者応援有志の会
<http://michishirube-ngt.com/>
[Facebook] @michishirube.niigata

新潟に来てからミチシルベが新潟市役所新潟暮らし推進室と共催している「HAPPYターン交流会」に何回か参加しました。新潟に親戚がいるわけでも、知り合いがいるわけでもないで、こうやって繋がりができる場があって安心しました。みなさん気さくで優しい方ばかりなので、イベントに参加する度に楽しく話をさせていただきます。

(千葉県→新潟市・20代)



都内にいながら、 SNSや移住イベントで つながりをつくる

- 新潟のつかいかた <https://howtoniigata.jp/>
[Facebook] @howtoniigata [Twitter] @HowToNiigata
- ニッポン移住・交流ナビ(JOIN) <https://www.iju-join.jp/>

「新潟のつかいかた」は、WEBサイトの写真がオシャレで、行ってみたい新潟の情報が満載！新潟に遊びに来る友達に教えています。また、ニッポン移住・交流ナビ(JOIN)で広報されている新潟の移住イベントは、都内にいながら新潟の人や移住を検討している人ともつながれる貴重な場！私も移住を決めてから何度か参加し、新潟の人とつながりができました。いろんな団体がイベントをしているのでぜひ足を運んでみては？

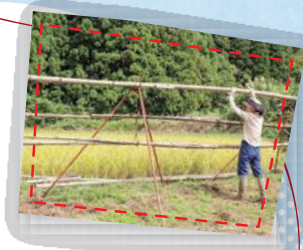
(神奈川県→長岡市・20代)

農業体験で、 農のある暮らしの リアルを感じる

- ふるさとラボ大賀

「ふるさとラボ大賀」では、村民と交流しながら一緒に農作物を育てたり、草刈りをしたりと、農家の暮らしを体験することができます。私も山菜採りや米作りなど四季と共に暮らす集落の人を見て「こんな人間らしい暮らしをしたい」と思い、移住を決めました。実際に集落と関わることで農のある暮らしをリアルに感じられると思いますよ。

(東京都→上越市・40代)



離れて暮らす
家族が心配…

実家の家業も
継ぐべき？

結婚しなくても
やっていけるけど、
このままずっと一人？

この人に
ついていって
いいのかな

私ができる仕事、
私にしかできない
仕事ってなんだろう？

もっと別の道が
あるんじゃないの
かな？

もっと、にいがたじかんを感じたいなら。

「今の暮らし、このままでいいのかな？」

今の日々に不安や疑問を感じたことはないですか？

最初は小さな「？」でも、

いずれ暮らしを変えるきっかけになるかもしれません。

次のページから、新潟へ移住した人達の
体験談をご紹介します。

フルタイムで働いても
保育園に
預けられなかったら…
この環境で、
子育てって可能なの？

庭付きの戸建てで
ガーデニングも
やりたい！

家族で住むには
今の家は狭いなあ

なんだかとても
疲れたな…

朝夕のラッシュで
毎日みくちゃ！
もっとゆったり
通勤したい

自然を
身近に感じながら
暮らしたい

農業もやっていきたいけど
今の環境だと無理…

にいがた暮らしを覗いてみよう

住まい編

アパート・一人暮らし

東京と同じ家賃なら、 間違いなく贅沢な部屋に住める！

東京では駅徒歩15分で、家賃7万2千円、1K、7畳、バス・トイレ一緒。今は7万円で1LDK、10畳と6畳間にウォークインクローゼット、バス・トイレ別で洗面台、駐車場つきです！駅近くを選んだので家賃は高めですが、飲みに行けるお店や、おしゃれなカフェなどに徒歩で行ける場所を優先しました。

(東京都→新潟市・20代)

実家暮らし

実家暮らしでも、 車で一人だけの空間を

移住後は実家に戻ったので、家賃などの固定費はかなり抑えられました。ただ、ずっと一人暮らしをしていたので誰かと暮らすことに慣れてしまう日もありました。そんなときは車に乗って一人で過ごすなど自分ならではのストレス解消法を見つけていました。

(東京都→村上市・30代)



一戸建て・一人暮らし

豪雪でも住環境が良ければ、 あまり苦になりません

長岡市山古志地域の一軒家で人生初めての一人暮らしをしています。雪が不安でしたが、落雪式の家屋や除雪車のおかげで思ったより困っていません。ただ、冬場の暖房費は覚悟が必要かも。コンビニが近くになく買い物不自由な分、自炊の腕が上がったり、近所の人から野菜やおかずの差し入れをもらったり嬉しいこともたくさんありますよ。

(神奈川県→長岡市・20代)



実家暮らし

離れていた家族と 一緒に過ごす幸せ

実家に戻って来て、今は両親と一緒に暮らしています。家の前で、野菜を育てたりと地方ならではの暮らしを楽しんでいます。野菜を育てるのも一筋縄ではいきません。最初は私が育てていたのですが、気づけば父が「そんなじゃ駄目だ」と手伝ってくれるようになりました。しばらく離れて暮らしていたので、こうして一緒に過ごせるのも嬉しいですね。

(東京都→系魚川市・30代)



新築・家族4人暮らし

家にいる時間が 楽しくなりました

土地代も手頃で、交通の便の良い見附市に新築で家を建てました。東京ではワンルームに家族4人でひしめき合って暮らしていました。ストレスも多く、家に居るのが嫌で、よく外に子どもを連れてでかけていました。今は、ガーデニングができる庭付きの一戸建て。子どもが走り回っていても気にならず、夫も趣味の部屋を持てたりと、のびのびと生活できています。

(東京都→見附市・30代)



新築・家族3人暮らし

自分たちが暮らしやすい 家をつくる

自分たちの住居を考えたときにまず検討したのは、空き家でした。しかし、空き家がちょうどなかったので、新築の家を建てることに。転職後すぐにローンを組むのは大変でしたが、除雪や断熱を考えて高床にしたり、薪ストーブを楽しんだり自分たちの暮らしやすいような家をつくることができました。

(東京都→上越市・40代)

アパート・一人暮らし

関東よりも 家賃を抑えながら、 駅近&車なしで生活！

今は新潟駅から徒歩圏内に住んでいて、管理費込みで5万3千円です。ワンルーム+ベットが置けるサービスルームと、一人で生活するには十分な広さです。地元千葉県で同じような物件を探すと、1~2万円ほど高くなってしまいます。また、車がなくてもバスや自転車を活用すれば、万代や古町、イオン新潟南にもいけるので、不便なく生活しています。

(千葉県→新潟市・20代)



あなたのにいがた暮らしをサポートします！

にいがたU・Iターン総合サイト
にいがた暮らし(住まい情報)



にいがた暮らしを覗いてみよう

仕事編

正社員・団体職員事務

満員電車ナシ!でも、 企業の口コミ情報は少ない

東京では金融系に勤務し、スーツ・ハイヒールで1時間以上かけての電車通勤。体力的にも厳しく、プライベートも確保できませんでした。新潟では公務員を中心に就職活動し、現在は教育機関の事務職をしています。給与は下がりましたが、服装はオフィスカジュアル、通勤時間は10分、残業も減り、将来子どもが生まれても働きやすいと思います。一方で、民間企業については口コミサイトなどの情報が少なく、どんな企業があるのか、実際にホワイトなのかブラックなのかわかりませんでした。

(東京都→新潟市・20代)

正社員・企画

地方での仕事は 任せられる裁量が大きい

東京で広告代理店の営業や雑貨・文具関連会社の広報として働いた後、27歳のときに家の事情でUターン。その後は村上市内の企業で働き始めました。仕事面での一番の違いは、裁量が大きくなったこと。顧客情報を管理する受注ソフトの変更を、転職後すぐに任せられるなんて、きっと大企業にいたら経験できなかったと思います。

(東京都→村上市・30代)

パート・イベント企画

子育てと、興味があった 農の仕事を両立

子育てをしながら、農業体験などのイベント企画をする仕事を週3日ほどしています。最初はその団体主催のイベントの参加者のひとりだったのですが、常連になるうちに「運営側をやってみない?」と声をかけていただきました。興味があった農業に関わる仕事ができやうがいを感じています。

(東京都→見附市・30代)

家業・飲食業

その土地の文化に触れて、 家業の価値に気づいた

会社員時代の趣味は、海外旅行に行くこと。様々な国に行くうちに歴史を受け継いで来た遺跡や文化に興味を湧くようになりました。でもふと振り返ってみると、家業である割烹にも伝統的な組子障子や器など多くの歴史と文化が残っています。関西への異動の辞令が出たこともあり、家業を手伝うことを決意。現在は、経理などの事務仕事や接客を担当しています。

(東京都→糸魚川市・30代)

正職員・福祉

就職活動は合説やUIターン 補助制度を使って効率よく!

新卒で縁もゆかりもない新潟市に移住してきました。現在は介護士として社会福祉法人で働いています。就職活動は大手の新卒向けの就活サイトに登録し、新潟で開催された医療・福祉業界限定の合同企業説明会にも参加。また、新潟県のUIターン学生への交通費補助制度も活用していました。今の職場は自転車で約15分、歩いても25分くらいです。雪でも通える距離なので、冬はそんなに心配していません。

(千葉県→新潟市・20代)

地域おこし協力隊

被災地から地域を発信する 仕事がしたい

東日本大震災の復興支援に関わり、日本の地域に関心を持ちました。被災地から地域を発信する仕事をしたいと、ニッポン移住・交流ナビ(JOIN)で地域おこし協力隊の募集を検索。関心ある地域の説明会などに出て、中越大地震の被災地「長岡市山古志」に出会いました。新潟県にきたことはありませんでしたが、ビジョンやサポート体制、移住の不安を素直に伝えると、それに対応してくれようとする温かい姿勢が決め手になりました。

(神奈川県→長岡市・20代)



起業・パタンナー

東京からの仕事を請け負いながら、 新潟ならではの仕事をつくる

元々東京でパタンナーをしていましたが、夫の日本酒の蔵人になりたいとの夢を叶えるため移住しました。現在はフリーランスのパタンナーとしての仕事を請け負いながら、亀田綿を使ったもんべ製作所も運営しています。平日はパタンナーとして働きながら、休日は家族三人で米作りや畑作業を楽しむ生活です。手に職があり、柔軟性がある人にとって中山間地は新しい挑戦の場に適していると思いますよ。

(東京都→上越市・40代)



あなたのにいがた暮らしをサポートします!

にいがたUターン
情報センター



新潟県U・Iターン
コンシェルジュ



にいがた暮らしを覗いてみよう

出会い・家族・子育て編

趣味を通じて 出会いました

28歳でUターンし、もともと農業に関心があったので畑仕事をするサークルを見つけて参加。そこで気の合う人と出会って30歳で結婚、31歳で長男を、34歳で次男を出産しました。今は、どこに住んだとしてもSNSを使えば関心が近い人を探せる時代。好きなことを楽しむことで、同じような志の人と出会うことができると思います。

(熊本県→新潟市・30代)



田舎ならではの関係性に 助けられることも

村上での子育てでは、子どもが様々な人と関わる環境です。アパートだと、親子だけの生活ですが、村上来たら親や同世代の子を持つ友人たちもいる。精神的に落ち着いて子育てをすることができるようになりました。ご近所付き合いなど地方特有の価値観に慣れるには少し時間が掛かりましたが、今では子どもをご近所さんに預けることもあったりと、田舎ならではの関係性に助けられています。

(東京都→村上市・30代)



エリアを選べば、 子どもの遊び友だちもたくさん

今は小学校1年生と4歳の子どもがいます。子どもを抱えての移住は転校や転園で環境が変わることが心配でしたが、すぐに馴染んでくれてひと安心。家を建てた宅地には、子育て世帯が多く、近くの公園にはいつも子どもの友だちが居るのも嬉しいです。子育て世帯の多い場所を選んで住めば「地方だと子どもの遊び相手に困る…」なんて心配もないかも! 車さえあれば医療機関も選べる範囲が広がるので特に困っていません。

(東京都→見附市・30代)



東京で子育てできる イメージがわきませんでした

まだ子どもはいませんが、Uターンした大きな理由は将来の子育てです。東京では電車生活で、仕事も時間的余裕がなく、この場所で子育てをしていけるイメージがわきませんでした。両親が近くに住みサポートがうけられますし、車移動の方が気軽に子連れでお出かけできると思います。住環境もよく、自然も近く、安心して子育てできると思います。

(東京都→新潟市・20代)



中山間地域だからこそ、 通学は重要な問題

私と夫、娘の3人で汗を流しながら畑仕事をしたり、収穫の喜びを一緒に味わえるのは、幸せなこと。自然の中で行う子育ての楽しさを実感しています。しかし、高校まで遠いので通学のが心配。市街地まで出るのに車でも1時間弱。通学するとすると金銭的にも負担が大きいと感じています。

(東京都→上越市・40代)



習い事の 送り迎えが大変

夫の転職で新潟県に来ました。来る前は、学校・塾などの教育環境が不安でした。実際に生活してみると、公共交通機関が使いにくいので、子どもの習い事をさせるのに、ほぼ親の送り迎えが必要となるのが不便です。また、基本的に価格競争が起これないので物価が高いように思います。

(神奈川県→燕市・30代)



あなたのにいがた暮らしをサポートします!

新潟県結婚・子育て
ポータルサイト ハビニイ



新潟県 婚活マッチングシステム
ハートマッチにいがた



にいがた暮らしのお財布事情。 From 移住者アンケート

支出 UP / DOWN

移住前後と比較して、家計の支出の増減を教えてくださいました。

ここが減った

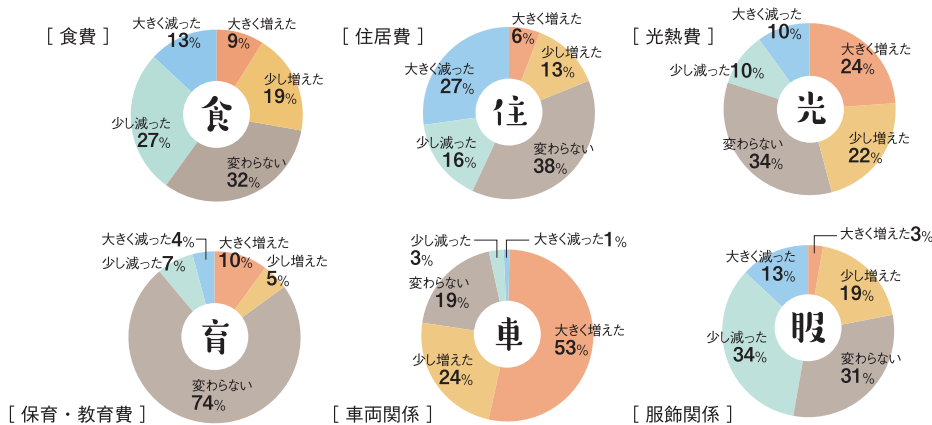
- 新鮮な野菜や魚を安く買うことができる。
東京都→長岡市 30代
- ショッピングにかけるお金が全体的に減った。
鹿児島県→妙高市 20代
- 見栄を張らなくていいので、そういう出費は減ったと思います。
東京都→長岡市 40代

ここが増えた

- 除雪用品(ダンプ・スコップなど)や灯油代は初期投資としてかかった。
京都府→長岡市 20代
- 交際費のようなものが少し増えたかも。
愛知県→長岡市 40代
- 町内会費等新しい出費が増えた。
福岡県→上越市 20代

移住者アンケートからの傾向

回答者 68名



理想のライフスタイル 支出シミュレーション

毎月どれくらいの支出がありそうか具体的にイメージしてみよう。

住まい	家賃(賃貸)	円
	持ち家購入(ローン)	円
	実家暮らし	円
光熱費	水道・ガス・電気	円
	灯油(冬季)※	円
車関係	車購入(ローン)	円
	ガソリン代※	円
	メンテナンス代(車検、定期点検等)	円
	税金・保険料	円
食費	自炊	円
	外食	円
交際費		円
通信費	携帯電話	円
	インターネット	円
服飾		円
日用品費		円
理美容費		円
医療費		円
教育費	保育料	円
	学費・授業料	円
	習い事	円
その他	ペット	円
合計		円

基本的に首都圏より安く、同じ家賃でも広い部屋に住める。市街地の駅前などでは家賃が高くなる傾向。

石油ファンヒーターを使用する場合は必要。

新潟は土地が広く、山間部に限らず、自家用車はあったほうが生活には便利。冬タイヤの購入も必要。市街地ではカーシェアリングや公共交通を利用している人も。

食材はスーパーマーケットのほか、直売所でも購入できる。ご近所とのやりとりが盛んな地域もあり。

アンケートでは「美容室のレベルが高い」との声も。

※灯油代・ガソリン代の目安

- 新潟県内の平均小売価格
- レギュラーガソリン…143.4円/L
- 店頭灯油…1,641円/18L
- 配達灯油…1,845円/18L
- (2019年11月18日時点・新潟県ホームページより)
- 家庭用灯油の世帯当たり年間購入量
- 北陸地域 349L
- (総務省統計局「家計調査(平成29年)」より)
- ※2人以上の世帯

ここを見れば新潟でのライフスタイルがわかる!

新潟県U・Iターン総合サイト「にいがた暮らし」
<https://niigatakurashi.com/>



「にいがた暮らし」へのご意見をお寄せください。バージョンアップやテーマを掘り下げた番外編のアイデア、この冊子にまつわるコミュニティづくりなど...ご意見をお待ちしています。メールアドレス: ngt030220@pref.niigata.lg.jp