

MIHARA
HIROSHIMA

ええ

ANBAI

広島県三原市 移住・定住のススメ

三原市
移住・定住のススメ



CONTENTS

- 4 みはら移住STORY 1
- 6 みはら移住STORY 2
- 8 私たち、みはらに移住して
こんなことをしています!
- 11 地域おこし協力隊
ホンネ座談会
- 16 数字でみる三原
- 17 住むと便利! 中心市街地MAP
- 18 子育て・教育について
- 19 仕事・移住支援制度について
- 20 移住Q&A
- 21 三原のあれこれ、
知りたいならこの人!
- 22 漫画家かめ、三原に行ってきた!
～タコとだるまと多島美と～
- 28 MIHARA AREA MAP



photo by:Jun Nakagawa

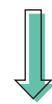
三原に暮らす人はよく言います
ここはちょうどいいまちだと
背伸びせず
肩の力を抜いて
ありのままの自分でいられる場所
きっとそう感じているから
ちょうどいいまちだと言うんでしょう
そう「ええあんばい(塩梅)」
あなたにとって
ちょうどいいまちはどこですか?

U・I・Jターンの定義



Uターン

生まれ育った故郷から進学や就職を機に都会へ移住した後、再び地元へ戻ってくること。



Iターン

生まれ育った故郷から、進学や就職を機に別の地域へ移り住むこと。



Jターン

生まれ育った故郷から進学や就職を機に都会へ移住した後、故郷に近い地域に移住すること。

実際に足を運んで、

そこで暮らす自分や家族を思い浮かべてみる

それが一番楽しい時間です



みはら移住 STORY

1



伊藤 健志さん

IT企業会社員(リモートワーク)
Jターン 6ヶ月

働き方と子育てが
移住のきっかけに

天気の良い休日の朝、JR三原駅のメイン通り「マリノロード」で地元名物のタコ天ぶらを買う親子連れ。その足で三原港に向かい、高速艇で13分の「佐木島」へ。

「家族みんな、この島が好きなんです。船を下りたら、決まってそこから歩いて5分程の大野浦海水浴場へ行きます。タコ天を食べながら、いつもお昼ごろまでのんびりと遊んでいますね。」

そう話すのは伊藤健志さん。2022年8月、奥さんと2歳半の娘さんと一緒に大阪市から移住してきた。

伊藤さんはIT企業の会社員。仕事柄、以前よりリモートワークが中心だったが、コロナ禍が重なったことで、居住場所に制限を掛けない「ロケーションフリー制度」を会社が新設。全国どこに住んでも働ける環境が整えられた。ちょうどその頃、娘が生まれたこともあり、子育てを含めた大阪での暮らしを見直すきっかけとなった。

「大阪での移動は、満員の電車やバスが中心でした。子ども連れで出掛ける時にはベビーカーで乗車するんですが、これが大変。しかもスケジュールを組んで動いていましたので、どこへ行くにも疲れましたね。」

そもそも、伊藤さん夫妻は揃って広島県内の出身。2人とも中心地から少し離れた山や川がある地域で生まれ育った。

「娘も、自然豊かな環境で育てたいと思っていました。僕たち夫婦の暮ら



のベースには「自然」があるんだと思います。だから、いつかは広島に戻りたいねと話していました。それにお互いの実家もあります。孫の成長を見ても良かったので、先々の親の介護も気になっていました。」

移住を後押しする会社の新たな制度、そして、子どもを含めた家族での新たな暮らし。これら2つが移住の決め手となった。

伊藤家にとつての譲れない 3つのポイント

それからは、広島県内の温暖な瀬戸内エリアに的を絞って、移住先の検討を開始。その際、判断の軸となるポイントが3つあった。

「三原は、移住者を孤立させない街だと思っています。地域の人が受け入れてくれて、いる感覚がありますね。」

そう笑顔で話す伊藤さん。今後は、移住者仲間が増えるような取り組みにも積極的に参加していきたいと思っている。自らがそうだったように、実際に足を運んで、「そこに暮らす自分や家族」を思い浮かべてみる楽しさも伝えていきたい。

「三原、いいところですよ。」その言葉が、伊藤さん家族の今を、丸ごと物語っている。



の便利さは、これまでと差を感じることはほとんどない。それ以上に、身近な場所で生活の基盤を築けることに魅力を感じている。

仕事面では、大阪にいた頃からリモートワークが続いている。その中で大きな違いは、仕事の合間に自宅マンションのペランダから眺める風景だ。瀬戸内海を眺めながら一息つける。

「一番の変化は、時間の使い方でですね。気持ちにゆとりを持つようになりました。以前は、自分のスイッチをオフにするのも難しかったです。」

三原で暮らすまでには、移住コイデイナーターをはじめ、伴奏してくれる人たちのサポートが心強かった。しかも、彼らとの繋がりは今も続いている。また、近所の方とも気軽に挨拶を



まず1つ目は「海や島の近く」。瀬戸内で育ち、愛着のある伊藤さん夫妻が最初に挙げたポイントだ。
2つ目は「交通の便の良さ」。仕事出張する機会が多く、また旅行好きでもある伊藤さん家族には、新幹線や飛行機が利用しやすい地域というのも外せないポイント。
そして3つ目は「生活のしやすさ」。都会過ぎず、かと言って生活には困らない「ちょうど良さ」を感じられる場所だということ。
「移住イベントにも参加しました。いくつか候補地もあったので、実際に足を運んで自分の目で確かめるうちに、移住の際にこれだけは譲れないというポイントが絞られていった感じです。そして、それが全てが揃っていたのが三原市でした。」

移住して半年 三原は移住者を 孤立させない街です

伊藤さん家族は現在、JR三原駅から徒歩圏内で生活している。大阪と同じ家賃を支払っても、余裕を持てる広さの家に住めるのが嬉しい。

「それから、駅周辺の過ごしやすさは移住の決め手にもなりました。駅前には人混みがあるわけではなく程よい人の数。図書館や児童館も目の前にあり、家族で楽しめるのでよく利用しています。ショッピングセンターも近くですし、生活する上での「ちょうど良さ」を感じています。」
駅の近くに家を構えたことで、暮らし



少し前の日本が残るこの島で、
皆さんに頼りながら

心豊かに暮らしています



みはら移住
STORY

2



竹内 ひとみさん

さぎしまキッチン 店主
Iターン 11ヶ月

「これを仕事にしたい。」

月日が経ち、「発酵食」の認知度が高まるのと歩調を合わせるように、オープンした発酵食レストランは女性を中心に人気の店に。

「やっぱり、食べると体の調子が良くなるようで、リピーターも多かったです。」

しかし、年を追うごとに「尾道での暮らし」に迷いが出てきた。

「観光客が増え、街の様子が変わっていききました。お客さんが増えたのは良かったです。でも同時に、私も含め、昔から住んでいる方が暮らしにくい街になった気がしました。」

2度目の移住、 行き先は離島「佐木島」

それから数年間、事情で尾道を離れた竹内さん。再び瀬戸内に戻ろうと決めた時、選んだのは「本土から橋で繋がっていない離島」だった。つまり2度目の移住。

佐木島、笠岡諸島、大崎上島…、瀬戸内の離島を巡った。ある島では、家も見つかり移住の準備にも取り掛かっていた。

「でも、何年後かにそこに住んでいる私の姿を想像できなかつたんです。」

自分の直感に従い、全てを白紙に戻して再び訪れた佐木島。そして出会って10分、ほぼ直感で移住を決意するに

いつか住みたかった
瀬戸内へ

「ひとみちゃん、これ食べてね。」
取材の途中、近所のおばあちゃんから畑で採れた柑橘が届けられた。両手でやっさと持てるくらい大きく育った艶々の晩白柚（ばんぺいゆ）だ。

「旬の柑橘や野菜、よかったですね。早くも届けてあるなんてこともあります。」

2022年5月に三原市の離島「佐木島」に移住した竹内ひとみさんは、そんな日常が大好きだ。

雪深い福井県生まれの竹内さんが温暖な瀬戸内に惹かれ、20代の頃に旅行で初めて訪れたのは、三原市のお



隣、尾道市。

「いつか必ず、ここに住みたい。」
数年後、仕事が一段落したのを機に再び尾道へ。今回は「家探し」を目的とした旅行だった。

「はなから移住するつもりで訪れました。でも、家を探すとみると、思った以上に難しかったですね。」

今でこそ、尾道といえは移住の街というイメージが定着しているが、その頃は、住まいを見つけないのも「苦労」。市内の不動産会社ほぼ全てに問い合わせ、ようやく1軒のアパートに辿り着いた。

体の不調から 発酵食レストランオープンへ

新しい土地で、結婚式場のスタッフとして働き始めた竹内さんだったが、多忙を極める毎日だった。当然、食べることも後回しになり、次第に体の不調を感じるようになった。

「どうとう腸閉塞を起こしたんです。病院の先生にも叱られましたね。このままだと命にも関わるぞって。だから、まずは食生活を見直そうと思って、本を読み漁りました。そして発酵食に出会ったんです。」

「発酵食」という言葉すら聞きなれない当時、とにかく毎日、ヨーグルトやチーズなどを食べ始め、麹も利用するように。すると徐々に腸の調子が改善し、長年悩まされていた肌のトラブルもなくなっていく。

そしたら、誰かが駆けつけてくれるんです。」

圧倒的に高齢者が多いこの島だが、困っている人を放っておけないおせっかい気質と、ここならではの暮らしの知恵に何度も助けられてきた。

竹内さんにとって、佐木島は心の豊かさをもたらしてくれる場所だ。ないものも挙げればきりが無い。けれども、日々、自由に楽しく過ごせる生活は何事にも代えがたい。

「いつか行きたい。いつかやりたい。でもその（いつか）って、行動を起こさないと一生やって来ないんです。だったら、今行動したほうがいい。心をオープンにして（ありが）どうって言葉れば、なんだってできます。」



至ったのが、現在の住居兼、発酵食のレストラン「さぎしまキッチン」を営む古民家だった。

「以前住んでいた方の荷物はそのままです。タヌキや鳩も住み着いていたようで、片付けは大変でした。畳も真っ黒でしたしね。」

島の有志や大家さんに協力してもらいながらのスタートとなったが、人の何十倍もせつかな竹内さんの性格もあり、周囲の人も驚くほど、みるみるうちに「住まい」が変わっていった。突然天井板が落ちてきたり、扉が開かないというハプニングも続出したが、その度に島の人たちの助けがあった。

「私、最初から全て1人でできるとは思っていないんです。だから、困ったことがあったらすぐに声を挙げる。」



私たち、みはらに移住して
こんなことをしています！

こどもとおとなの絵本屋 テンキアメ
店主

森 伸子さん

▶ 現在の仕事や活動は？

書店でパートタイマーとして働きながら、2022年9月から絵本専門店を経営しています。「子どもだけでなく大人にも絵本を」をテーマに新刊絵本、中古絵本、雑貨、焼き菓子などを販売しています。

▶ 移住して思うことは？

我が家の窓からは、山陽本線や呉線の電車、新幹線、それから船や飛行機も見ることができます。こんな場所は三原以外にはないのではないかと思います。交通の便が良いです。生活に必要なお店も揃っていて便利な環境ですし、子どもたちと歩いて通える子育て支援センターもいくつかあって、とても助かりました。

▶ 移住して良かったことは？

絵本専門店を開くことにチャレンジできたことです。以前住んでいた岡山や尾道では難しかったと思います。三原は個人商店が少なく、類似店もないので実現できました。子育て中に移住したので、知り合いがおらず寂しかったのですが、今ではママ友やパート仲間、絵本屋関連の知人もどんどん増えて楽しくなっています。海が近く、島にもすぐ行けることも気に入っています。



1ターン
5年目



1ターン
14年目



株式会社NEJIRO
代表取締役

岡田 光弘さん

▶ 現在の仕事や活動は？

アンティーク家具やお茶の古道具の買い取り、古民家の再生を主な生業としています。古民家の再生に関しては、1軒丸ごと買い取り、リノベーションを施しています。その後、賃貸物件や宿泊施設として活用しています。会社名の「NEJIRO」には、交流の〈根城〉に、という思いを込めています。

▶ 移住して思うことは？

三原に戻るまでは、関西圏で古道具屋と店舗の改装などを10年程手掛け、最後に暮らした伊勢では、カフェの運営も行っていました。仕事に関して言えば、ここは関西圏に比べて商人の数が少なく、あまり刺激はないですが、逆に「程よい」ところが良いと感じています。

▶ 移住の前と後での変化は？

大学進学で三原を離れてからも、いつも心には故郷の海の景色がありました。幼い頃から慣れ親しんだ穏やかな瀬戸内の海です。生まれ育った土地に帰ってきて、生活していて安心感があります。移住前は仕事に忙殺されていたので、ストレスがなくなったことが一番嬉しい変化です。



私たち、みはらに移住してこんなことをしています！

三原で活躍する先輩移住者さんの仕事や暮らしについてインタビュー。
移住して良かったことや移住前と移住後の変化など、何か移住のヒントになるかも？

古民家カフェ&宿 むすび
むすびスイーツ/むすびカフェBETTEI

田中 裕士さん 咲子さん

▶ 現在の仕事や活動は？

2019年に古民家を改装したカフェと宿をオープンしました。1年後にコロナ禍となり、お弁当のデリバリーをスタートしました。困っている方のために始めたサービスでしたが、お客様に「大変だろうけど頑張っただけ！」と言葉を掛けていただき、人の温かさに触れることができました。その後も、おうち時間で退屈している方をスイーツで笑顔にできればと思い、全国通販のECサイトを立ち上げました。FMみはらのパーソナリティや地元を盛り上げるグループに参加し、三原に恩返しできればと微力ながら活動しています。

▶ 移住した感想は？

私たちは東京や大阪など「都会」と言われる場所で暮らしてきました。三原に移住し、最初に驚いたのは野菜や魚が美味しいこと。それから、三原の人たちの人柄も大好きです。誰も知り合いがない中で引っ越してきましたが、今では笑って話せる友人や先輩、仕事仲間がたくさんできました。

▶ 移住の前と後での変化は？

移住前は無理をしながらの付き合いも多かったんですが、ここに移ったことで心機一転できました。好きな人と食事を楽しみながら、自然豊かな三原で暮らしていきたいと思い、永住を決意しています。



1ターン
5年目



1ターン
2年目



広島国際空港株式会社
地域連携本部 営業企画部

林 祐介さん

▶ 現在の仕事や活動は？

広告の管理や営業、空港見学ツアーの業務を担当しています。見学ツアーでは、空港の制限区域と呼ばれる、普段は入ることができないエリアへお客様をご案内しています。滑走路のすぐ側まで行ったり、空港にしかない消防車なども見学することができます。

▶ 移住の前と後での変化は？

移住前に住んでいた東京は街中が常にせわしく、私にとって落ち着ける場所ではありませんでした。しかも、平日休日問わず仕事に追われ、気が休まりませんでした。今はのんびりと時間が過ぎていき、余裕が生まれました。仕事と休みの区別もできるようになり、休日は趣味に時間を使ったり、友人と旅行を楽しめるようになりました。

▶ 移住して良かったことは？

三原市の観光パンフレットには「海・山・空 夢ひらくまち三原」とあるのですが、四季を通して自然を楽しみながら穏やかに過ごせています。春は桜、夏は瀬戸内の涼やかな海、秋は山の多い広島ならではの一面の紅葉を楽しめます。冬の雪化粧した多島美と海霧も息を呑む美しさです。都会の喧騒から離れて、改めて三原の良さを感じています。



地域おこし協力隊 ホンネ座談会

私たち、みはらに移住して
こんなことをしています！



今ここをどう暮らす？



地域のために、

自分のために、



農家
こいちゃんファーム
小泉 甲祐さん 三鈴さん

▶ 現在の仕事や活動は？

オーガニック栽培で農業を営んでいます。月に数日は、市外のイベントにも出店しています。出店するようになって3年が過ぎ、皆さんに認知されるようになってきたと感じています。そこでは販売だけではなく、自分自身が感じた食の大切さを皆さんに伝えています。

▶ 移住の前と後での変化は？

サラリーマンから農家に転身し、食の大切さを知ったことで生活が大きく変わりました。オーガニック栽培を選んだのは、人の身体にとって安心安全だからという理由だけではなく、生態系を守ることができると感じたからです。私たち人間だけではなく、水や空気、土、虫、動植物なども含め、同じ環境で共存しているあらゆるものの未来を考え、オーガニック栽培に興味を持つ方が増えると嬉しいです。

▶ 移住して良かったことは？

「人は生きるために食べる」。自然豊かなこの場所で、食物を育て消費者へ届けるという、生きる上での根っことなる仕事にたどり着いたことです。自然の中での農業なので、うまくいかないこともあります。学ぶことが多い環境に身を置くことができて良かったと思っています。



嫁ターン
6年目



自然に寄り添った、
ここならではの暮らし

—— まずは皆さんの自己紹介と、現在の活動について教えていただけますか？

中村 出身は東京です。地元でサラリーマンを5年、茨城で農業を10年やっています。ここでは、子どもたちのフリースクールにも関わっていました。現在は佐木島に住み、有機農法で野菜を育てています。昨年夏には茨城からフリースクールの子どもたち34人を招いて合宿も行いました。

真野 私は生まれも育ちも大阪です。社会人になって数年後に海外に出て、オーストラリアやカナダ等のオーガニックレストランで働いていました。コロナ感染の拡大が始まって帰国し、今は八幡町で農業や山仕事をしながら、古民家の改装中です。

中園 私も出身は大阪です。地元と広島(世羅)でパン屋に勤めた後に栃木で過ごし、佐木島に移ってきました。ここでパン屋を営もうと思いい、古民家を改修しながら、暮らしの基盤づくりをしているところです。今は島の空き店舗を利用してお惣菜やパンを売ったり、中村さんと一緒に柑橘畑の管理なども行っています。

—— 地域おこし協力隊(※以下「協力隊」として三原を選んだ経緯を聞かせてください)。

中園 以前からパン屋を生業にしたいと思っていたんですが、都会で営むというビジョンが見えず、実現できる場所を探している時、ここに出会いました。

真野 海外での経験もあって、自然な暮らしをしたいと思っていました。友人から協力隊の制度を聞き、どこがいいかと探していて三原のことを知りました。

中村 茨城で農業を10年やって、僕としてはある程度結果が出せたなと思っただけです。なので別の場所に移ろうと思い、出会ったのが三原でした。

—— 皆さん、偶然に三原という場所に出会ったようですね。

さて、ここで暮らし始めて、それぞれ期間は違いますが、今の生活はいかがですか？

真野 今の古民家も見つけられましたし、豊かな生活ができていますね。愛犬と一緒に山を駆け回って自然に寄り添った日々を過ごしています。助けてくれる地域の方もいて、納得できる暮らしです。

中園 私はこの場所と巡り会えたこと、そして店作りができていくことが嬉しいです。それから、目の前の海でひじきや牡蠣

地域おこし協力隊とは？

都市地域から人口減少や高齢化等の進行が著しい地域に移住して、地域ブランドや地場産品の開発・販売・PR等の地域おこし支援や、農林水産業への従事、住民支援などの「地域協力活動」を行いながら、その地域への定住・定着を図る取り組みです。活動内容や条件、待遇は募集自治体により様々で、任期は概ね1年以上～3年以内です。

移住情報をもっと知りたい方はこちらをチェック！



三原市の移住ポータルサイト。
移住に関する情報をワンストップで提供しています。



佐木島の移住情報サイト。島の情報や生活、プロジェクトなどを発信しています。



瀬戸内のちょうどまんなかに位置する広島県三原市の
魅力や情報、また移住定住の取り組みを発信しています。



ひろしま移住で広がる人生の可能性を発信する、
広島県移住サポートメディアです。



2年目

中村 淳さん

「移住する」ということは…
— 3人とも充実した毎日を過ごしているようですが、逆に、これまでとは違う環境で、戸惑うことはありますか？
中村 そうですね。ここに住んでみて、少しずつ島の課題が見えてきました。協力隊の方は皆さん同じだと思うんですが、「地域のために何かやりたい！」と思って活動を始めるんですね。でも、やっていくうちに、地域の方の考えとのギャップに気付いて、自分たちの思いがなかなか伝わらないと感じることもあります。昨年、島全体を巻き込んで、島の皆さんと一緒に1つのイベントをやるかと企画しました。内容もどなたでも簡単に関われるようなものだったんですが、実際には、「皆で一緒に」というのは難しかったですね。
中村 私は「地域おこし協力隊」への期待の高さにびっくりしています。そのネーミングもあって「島のために何かやってくれる」と思われていたりしますし、私としては、協力隊に加わることは「移住への第一歩」と考えていたんですが、

真野 確かに、地域には色々な考えの方がいますね。もちろん協力してくださる方もいます。三原で生活するようになって3年目ですが、地域の方との会話の中で、私ができることを探って行動していくことが大事なのかなと思っています。そうすることで、協力してくれる方も増えますし、とにかく、自分ができることを淡々とやっていくこと

とです。

— なるほど。皆さんや地域の方たちそれぞれで、「地域おこし協力隊」に対する認識の違いがあるようですね。
「移住」そのものに難しさを感じることはありますか？
中村 実は佐木島は、これまで若者定住率が0%なんです。この状況をどうすればいいのか、島内でもなかなか議論されていない現状があります。
中村 私も同じ島で暮らしていて思うんですが、私たち若者だけでこの現状を変えるというのは、正直難しいですね。もし移住や定住を増やそうとするなら、地域の内側から発案した取り組みを行った方が、上手くいくような気がしています。今は、行政や企業など外部の組織が企画したものをを行うことが多く、これではあまり変わらないかもしれません。

— 移住、定住する人を増やそうと思ったら、仕掛けのようなものや、受け入れ側である、地域の方の意識を変えることも鍵になるようですね。
地域の方との関わりについては、どう感じていますか？
真野 移住者にとっては、まずは地域を知る、地域に馴染むことからですね。そして、そこに暮らす方と私たち移住者、お互いの意識のバランスも大切だと思っています。両方のバランスが取れた時に、良い暮らしができるような気がします。
中村 そのバランス、難しいですね。地域おこしに関しても、僕たちだけが走りすぎてもダメです。地域の方たちから拳がった声に対して、僕たちができることでサポートするというのが、バランスの取れる形なんじゃないかと思っています。

自らやりたいことをやっていく、それがいつか地域のために

— 協力隊や地域の方など、そこに暮らす人たちが、お互いに意識を共有することも、移住には大切なんですね。
では、これから協力隊を目指す人たちに何かを伝えるとしたら？

中園 移住する際に、あまり気負わなくてもいいと思っています。自分のフリーリングが合うところをゆっくり

2年目

中園 唯花さん

探すことがとても大切です。そのフリーリングって、本人にしか分かりませんしね。
真野 誰かのために何かをやるのではなく、自分のためにやったことが、結局は地域活性につながっていく。まず、そのことを知ってもらいたいです。
中村 皆んなそこに行きつきますね。「地域のために、地域の方のために」という気持ちも持ちつつ、自分のやりたいことをやっていく。後に続く協力隊員のためにもそれがいい気がします。それから、移住前に、移住先の状況を知った方がいい。中園さんが言ったように、フリーリングが合って「住みたい」と思ったら、その時に決めたらいいんです。もう一つ、自分の世界観を持つことも生活を楽しむには大切。その世界観をSNS等で発信すれば、興味を持つ人は必ず増えます。

— まずは「自分」と向き合うことからですね。では最後に、皆さんのこれから

中園 まずは、ここでの暮らしの基盤づくり。それから自分が望むようなパン屋を作りたいです。私自身、どんなパン屋になりたいのかわからず、ここに来るまで色んな場所で経験を重ねました。その中で一番しっくりきたのが、暮らしをベースにした生業としてのパン屋。つまり、お金で全てを解決するのではなく、自分で作れるものは作り、必要最低限のものだけを生業で賄う。パンというのは私にとって収益を上げるための道具ではなく、何かを伝える表現の

手段なんです。なので、その思いを実現できるようなパン屋ができればと思っています。

中村 僕は農業を継続しながら、本島で苦しんでいる子どもたちを受け入れたい、ドロップアウトした子どもたちに「大丈夫だよ」と言ってあげられるフリースクールを作りたいと思っています。

真野 自然体験を楽しめる農家民宿を営んで、それが、移住を考えている方にも三原を知ってもらうきっかけになればと思っています。おこがましいですが、私が住んでいる場所が、お互いを思いやれる価値観を持つ人たちが集う地域になればと思います。それから、これまで私が体験したことを伝えることで、徐々にですが、移住促進のお手伝いもしていきたいですね。

— パン屋、農業、フリースクール、農家民宿など、皆さんがここ三原でそれぞれの夢を実現できるよう応援しています。本日は、ありがとうございます。

聞き手・福島和加子

※2023年4月現在の情報です。

地域おこし協力隊の活動の様子は三原市公式noteをチェック!



3年目
真野 郁子さん



Setouchi Mihara



photo by:Jun Nakagawa

—— 島あり。街あり。高原あり。

住むと便利！

中心市街地 MAP

“コンパクトシティ三原”をご紹介！

新幹線が止まるJR三原駅を中心とした徒歩約10分圏内は、多世代に便利な機能（大型SCや医療、介護、学校、市役所、図書館等）がぎゅっつとつまったエリアとなっています。



SPOT 1 **三原市役所**

JR三原駅から徒歩約10分。三原市の情報を知りたい方は三原市役所まで。開庁時間は午前8時30分から午後5時15分まで。※土曜、日曜、祝日、年末年始は除く

SPOT 2 **三原市立中央図書館**

JR三原駅のすぐ目の前。児童書や絵本をはじめ、子育てやビジネス関連の本も充実しており、幅広い世代の人が楽しめます。有料の多目的室もあり、イベントや講座の活用もできます。

SPOT 3 **ショッピングセンター**

中心市街地にはJR三原駅から徒歩や自転車で行ける大型SCが4ヶ所あります。多くのまちはSCが郊外に設置されていますが、コンパクトなまちづくりを目指す三原市は、中心市街地に集中しています。

広島県のほぼ中央部！多様な交通手段が揃う自然豊かなまち、三原市。そんな三原市のことを数字で見てみましょう！

数字でみる三原

面積
471 km²
(2023)
広島県の**5.6%**
人口密度
189 人 / km²

人口 (2023.1)
89,051 人
38,997 世帯

祭りのまち
三原 4 大祭り

神明市(2月) さつき祭り(5月)
やっさ祭り(8月) 浮城まつり(11月)

日本 1
神明市の
大だるま

3.9 m

降水量 (2021)
南部 **1,679** mm
北部 **1,794** mm

県内でも温暖で小雨な地域

新幹線駅から1番近い離島

佐木島 港から本土まで 三原駅

13 分

日平均気温 (2021)
南部 **15.9** °C 最高 34.0 °C
最低 -4.4 °C
北部 **14.6** °C 最高 34.6 °C
最低 -8.3 °C

引用：広島地方気象台「広島県の気象2021年報」/南部(竹原)・北部(本郷)

飼養羽数
約半数！
県内シェア **46%**

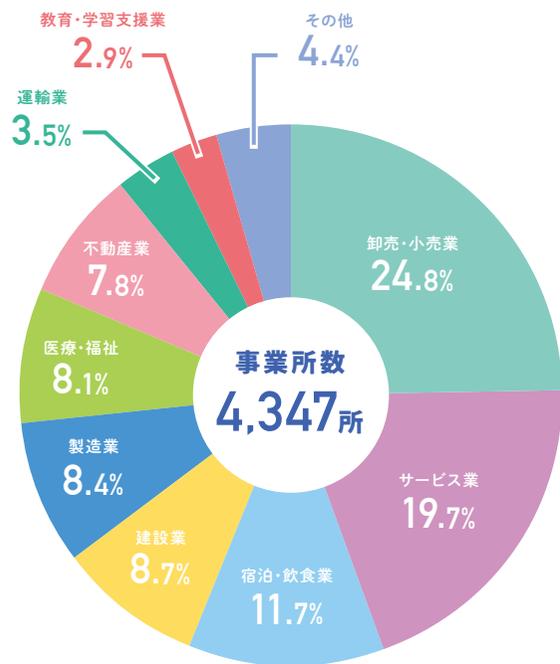
みかん収穫量
(2006)
広島県 **4** 位
年間 **2,040** t

たこ収穫量 (2022)
やっさタコ
年間 **10.8** t

※本統計データについては、まちづくり三原調べとします。

▶ 仕事について

製造業、サービス業、卸売・小売業、運輸業など
ビジネスチャンスをもたらす業種が集まっています。



資料：総務省「経済センサス-基礎調査(2016年)」を加工して作成

● サテライトオフィス



建築家隈研吾氏の監修によりリノベーションされた交流スペースのほか、シャワールームなども完備。徒歩圏内の白電湖スポーツ公園でのアクティビティや農業体験、サイクリングを楽しみながらのワーク環境を試すことが可能です。

● 創業相談窓口(まちづくり三原内)



三原で新しく事業を始めたい方やお店を持ちたい方など、創業を予定されている方と創業して5年以内の事業者の方のための創業相談窓口です。創業に関する疑問にコーディネーターがお答えします。ご相談は無料です。お気軽にご利用ください。

市内企業50社の情報を集めた

三原お仕事ハンドブック2022

実際に働く若手社員のインタビューを通じて、仕事のやりがいや企業の特徴、職場の様子などを紹介しています。是非市内での就職のご参考にご覧ください。



▶ 移住支援制度について

※2023年3月時点の情報です。

▶ 住まいについて

● ファーストマイホーム応援事業補助金



市内において新たに住宅の取得を行う若年層(40歳未満の夫婦及び子育て世帯)の移住者及び定住者に対し、住宅取得にかかる経費の一部を支援します。(最大100万円)

● 空き家改修等支援事業補助金



市外からの移住者に対する空き家改修費用の補助制度を設けています。周辺地域における空き家の流動化を促進し、移住者の増加を図るため、空き家の改修費及び家財整理に要する経費に対し、補助金を交付します。

● 空き家バンク制度

市内の空き家で売買や賃貸可能なものを登録しています。市外から移住される場合は改修補助制度もあります。

登録物件情報は
こちら！



▶ お試し移住について

① まずはオンラインで相談！

無料・予約制の個別相談会で、市職員が顔の見える形でご対応いたします。まずは、お気軽にお問い合わせください。



② 片道交通費支援制度を申請



東京圏(埼玉県、千葉県、東京都、神奈川県)にお住いの方を対象に、広島県への来訪(事前調査等)に要する片道交通費を支援します。

※広島県の支援制度。別途支給要件あり。詳しくは「ひろしま暮らしサポートセンター」へお問い合わせください。

③ 宿泊費+レンタカーの補助を申請

お試し住居等もご案内できます。その他の補助については「すんでみはら。」の支援制度ページをご覧ください。



▶ 子育て・教育について

妊娠
出産

＼ 待機児童ゼロ！ /

三原市の教育・保育施設

(2022年4月時点)



保育所 12所



幼稚園 11園



認定こども園 11園

6歳

小学校 22校

12歳

中学校 13校

15歳

高校 5校

18歳

大学 1校

● 全ての放課後児童クラブが6年生まで利用できます。

● 生後6ヶ月から6年生までファミリー・サポート・センターを利用できます。

● 佐木島には小規模校入学特別認可制度(特認校)の鷺浦小学校があります。

● 三原市内の全公立小中学校にICT端末(クロームブック)が導入されています。

● 高校生まで医療費が1回500円！
院外処方の場合の薬代は無料となります。
※保護者の所得制限があります。

子育て世代包括支援センター すくすく



三原市子育て世代包括支援センター「すくすく」は、妊娠期から子育て期にわたるワンストップ相談拠点です。ママはもちろん、ご家族の人々のさまざまな相談に対して、保健師・助産師・保育士・家庭児童相談員などの専門職がフォロー。電話やメールのほか、家庭訪問・面談などを通して、安心して妊娠・出産・子育てを行うことができるようサポートします。教室や各種講座も実施。

18歳まで使用可能な子ども児童館 ラフラフ



令和2年8月にオープンした新しい児童館。18歳までの子どもと保護者なら誰でも予約不要で利用できます。授乳スペースやおむつ替えコーナーを備えた乳幼児ルームのほか、三原の海をイメージしたボルダリングコーナーがある遊戯室、大型の鏡の前でダンスや演劇の練習ができるスポーツ室、座っておしゃべりが楽しめる談話ホール、学習室や図書コーナーなど、子どもたちの意見を聞きながら一緒に作り上げました。

子育てに関する情報はこちら！



子育て関連の支援情報や保育サービス、教育、文化など目的や成長に合わせて調べることができるサイトです。

まちのことを知りたい!



(株)まちづくり三原
統括マネージャー

泉 太貴さん

「まちづくり」に関すること
ならまずはこの人!
まちなかや、商店街の活動
について知りたい、関わりた
い人はぜひ!

三原のあれこれ、 知りたいならこの人!

三原の「ひと」と繋がりたい!

(株)MCAT
三原市 移住サポーター

上吉 宏美さん
清水 昌宏さん



地元ケーブルテレビ局での
ノウハウを活かし、幅広い人
脈を活かした手厚いサポー
トでもてなします!

三原のことを総合的に知りたい!

三原市 経営企画部 地域企画課



移住・定住に関わる分からないこ
と、気になることがあれば、まず
は地域企画課へ相談!あなたの
「みはら暮らし」を応援します!

島について知りたい!

島時間「鷺邸」 オーナー
白須 克子さん



佐木島でゲストハウス
「鷺邸」を運営しながら、
島に移住した方や来客をも
てなす、島のお母さん
的存在です!

食と農について知りたい!

体験型八百屋コクラサン
オーナー

森塚 佳世子さん



野菜ソムリエプロの資格を持ちながら、農産物を通じた地域活性に
取り組んでいます。合言葉は「元気モリモリ、森塚です!」

移住について相談したい!

広島県 移住コーディネーター

本田 あやさん



自身の移住体験を活かして、
移住相談やセミナーなどで
移住希望者のサポートを行
なっています。
お気軽にご相談ください!

この人と繋がりたい!と思ったら..
「すんでみはら。」のコンタクトフォームから
ご連絡ください!



素朴な疑問、お答えします! 移住 Q & A



Q 車は必要ですか?

A 三原駅周辺は徒歩や自転
車でも生活することに困
りません。一方、車がない
と不便なエリアもあるので、
移住後に免許取得や
車を購入される方もい
らっしゃいます。

三原駅周辺についてはP.17へ▶

Q 1年を通してどのような
気候ですか?

A 瀬戸内式気候区に属し、
総じて暮らしやすい気候
です。年平均気温は南部
で15~16℃、北部で13~
14℃、特に南部は県内でも
温暖で小雨な地域と
なっています。

気候についてはP.16へ▶

Q 雪は降りますか?

A 市街地や島エリアは年に
数回降る程度で、積もる
ことは滅多にありません。
中山間エリアとなる久井
町や大和町などは積雪す
るため、対策が必要かも
しれません。

気温についてはP.16へ▶

Q 観光できる場所は
ありますか?

A 三原駅周辺は城跡や城下
町の面影を感じることが
でき、筆影山からは瀬戸
内海の多島美を一望する
ことができます。また隣接
の尾道市や竹原市にも気
軽に遊びに行けます。

観光についてはP.22へ▶

Q ネット環境は
どうですか?

A 一部地域を除き、市内ほぼ
全域で光回線によるイン
ターネットをご利用いた
できます。エリアによって異
なりしますので、詳しくは該
当地域のサービス内容を
ご確認ください。

仕事についてはP.19へ▶

Q 就職先はどんな所が
ありますか?

A 製造業、医療、介護、農
業、飲食業といった様々
な働き口があります。最近
ではリモートワークで働
かれる方やフリーランス
で活動される方も増えて
きています。

Q 移住者の話を聞く機会
はありますか?

A 話を聞いてみたい移住者
さんとお繋ぎいたします。
またオンラインでお話す
ことも可能です。
市街地のことはまちづく
り三原が案内させていただきますよ!

移住相談についてはP.21へ▶

Q 移住前に準備しておく
いい事は何ですか?

A まずは移住のイメージを
膨らませるため移住フェ
アやセミナーに参加して
みましょう。先輩移住者と
交流することで何かヒ
ントを得られるかもしれ
ません。

移住情報についてはP.10へ▶

Q 子どもが遊べる場所
はありますか?

A 広島空港をサイクリング
ロードと日本庭園で取り
囲む中央森林公園や、大
型複合遊具が揃うやまみ
運動公園などがありま
す。その他各地域にも公
園があります。

子育てについてはP.18へ▶

Q 都心より生活費が
安くなりますか?

A 家賃は都心よりも抑えら
れると思いますが、自動車
など活用するとあまり大
差がないかもしれません。
ただ、中山間や島などは
野菜や柑橘などのおすそ
分けがもらえることも?

移住者インタビューはP.4から▶

Q ご近所付き合いは
ありますか?

A 中心市街地でも地域活動
に興味があれば商店街の
人などと触れ合う機会が
あるかもしれません。一方
中山間地域や島エリアは
ご近所同士の付き合いが
多くなるかと思えます。

Q 農業に興味があるの
ですが。

A 農業の経験がない場合は
いくつか農業法人があるの
で、お手伝いから始めてみ
ても良いかもしれません。
農業をしている先輩移住
者さんにもいますので、ま
ずは相談してみませんか?

移住相談についてはP.21へ▶



え！タコ天
なっつが！



おはぎの店
こたま
うまさうな店



駅からすぐの
マリノロード商店街へ
タコ
かわいい



鳥居がずらりと
連立した神社、
『大島神社』へ
これは
映える！
坂の上にあり
見晴らしも良い！



近くの『あびす家』で中に
タコが入った珍しい
もみじまんじゅうも購入
たこまが
生地は
ふわふわ!!
甘じよっぱくて
うまい



長すぎるタコ天を
堪能し...
衣がふわふわで
うまい!!
モモ



三原名物のタコが入った
「びんご焼き」を注文!
タコがたっぷり
食べごたえがある!



お昼ご飯
食べましょー!!
フーイー!

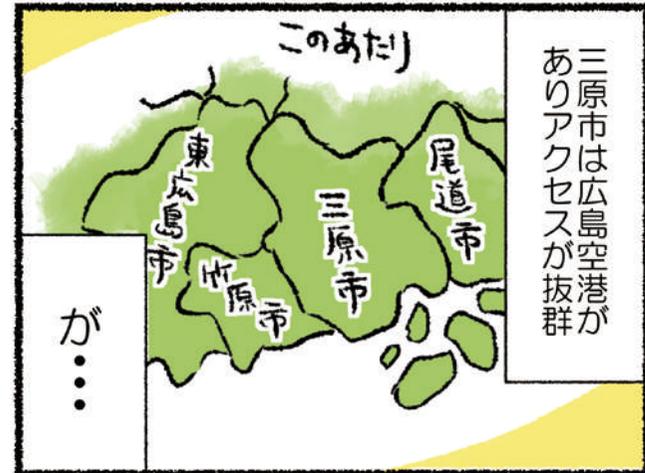


強欲
全てがうまく
いきますように...

漫画家
かるめ

三原に行ってきた!

～タコとだるまと多島美と～



このあたり
尾道市
三原市
三原市は広島空港が
ありアクセスが抜群
が...



旅行大好き
漫画家かるめ
三原観光
初めてだ
わく
わく
わく
今回は広島県三原市へ
行くことに



三原の
移住
コーディネーター
本田さん
大変わ待たせ
しましたー!
いえいえ
大変でしたね!



急遽新幹線で
行くことに
ナンテコッタ
三原は
新幹線の駅も
あって便利!



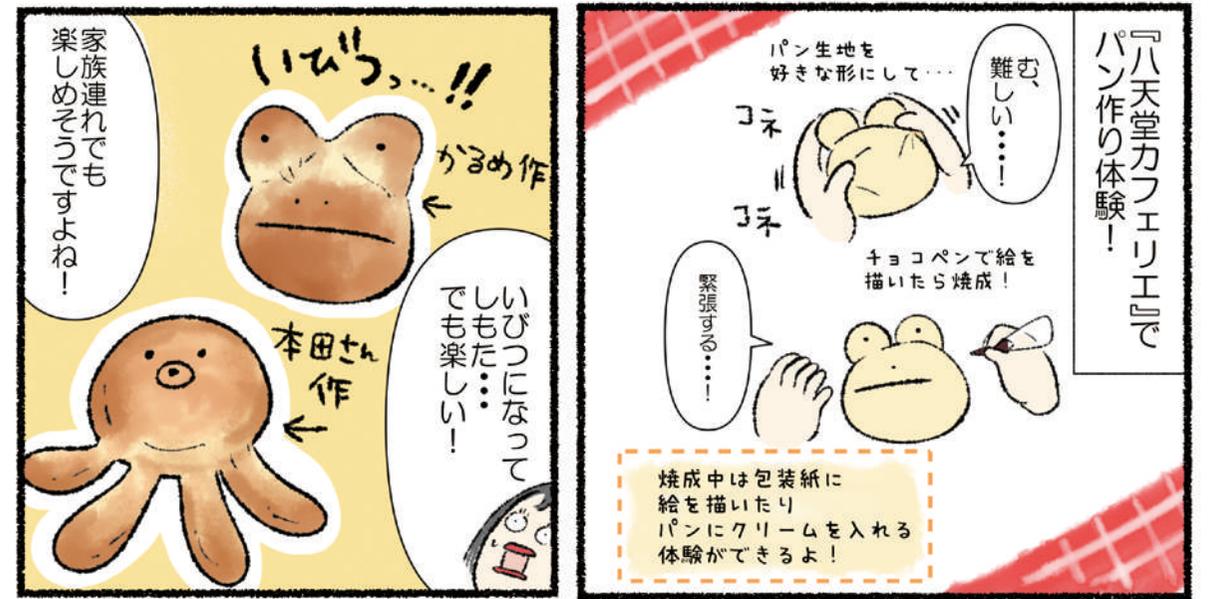
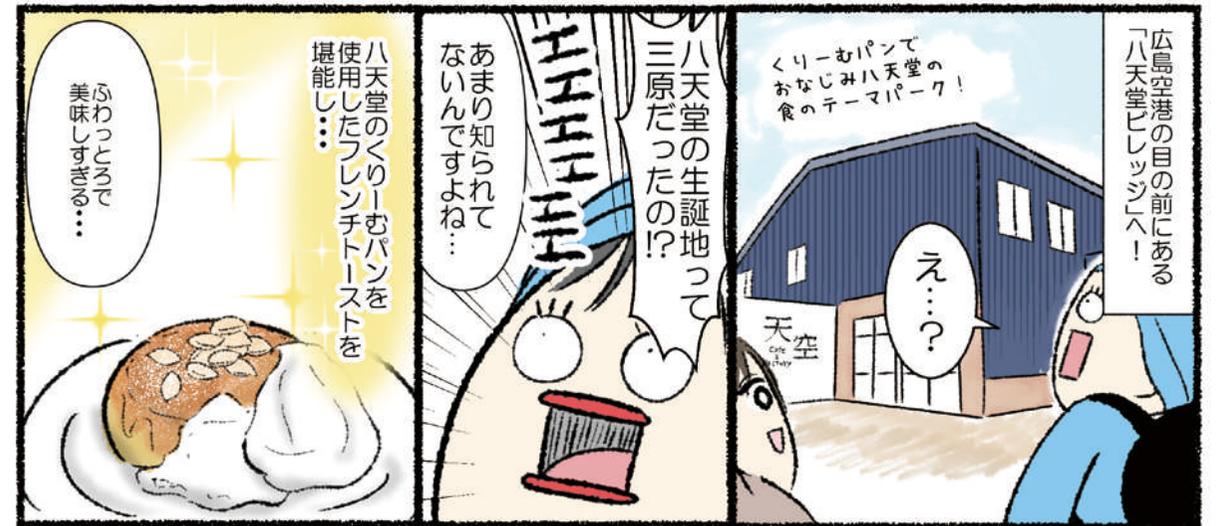
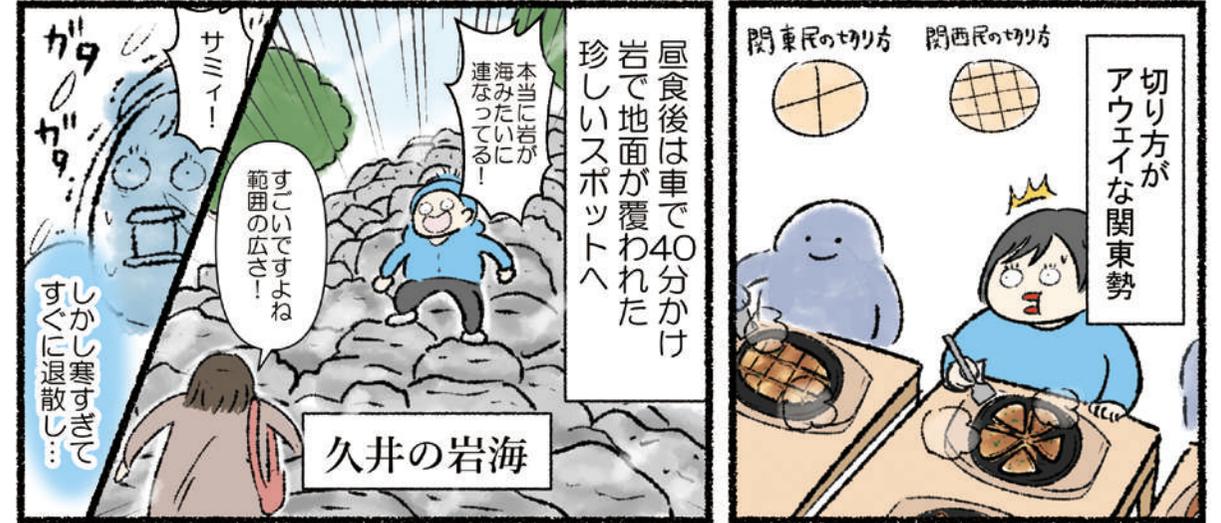
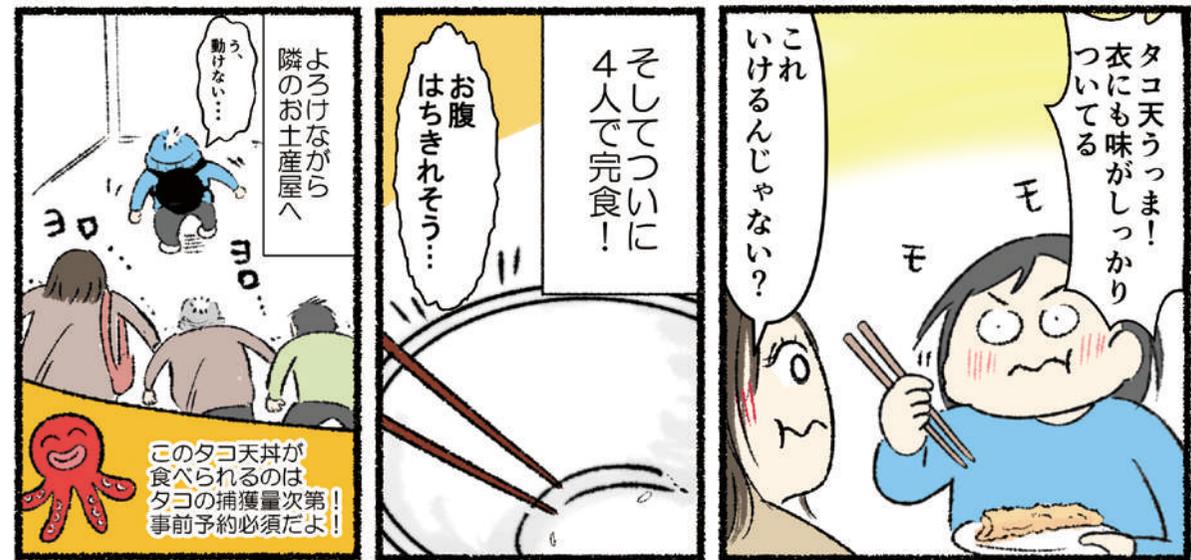
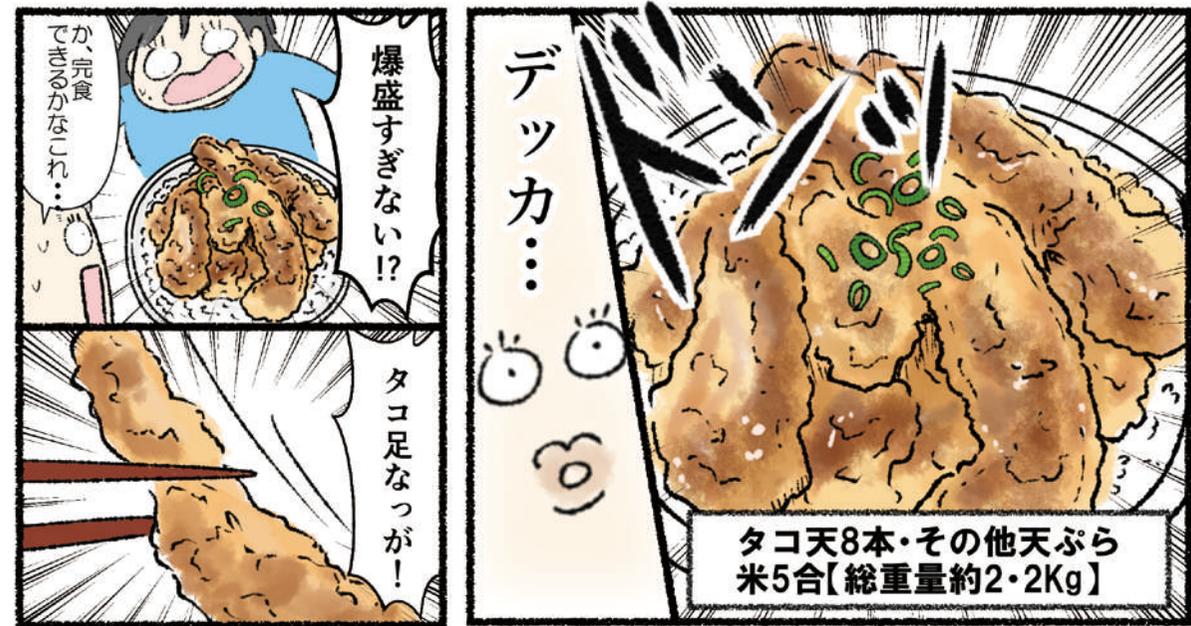
三原では滅多に降らない
雪で空港に着陸できず
飛行機が欠航
そんなこと
ある...?

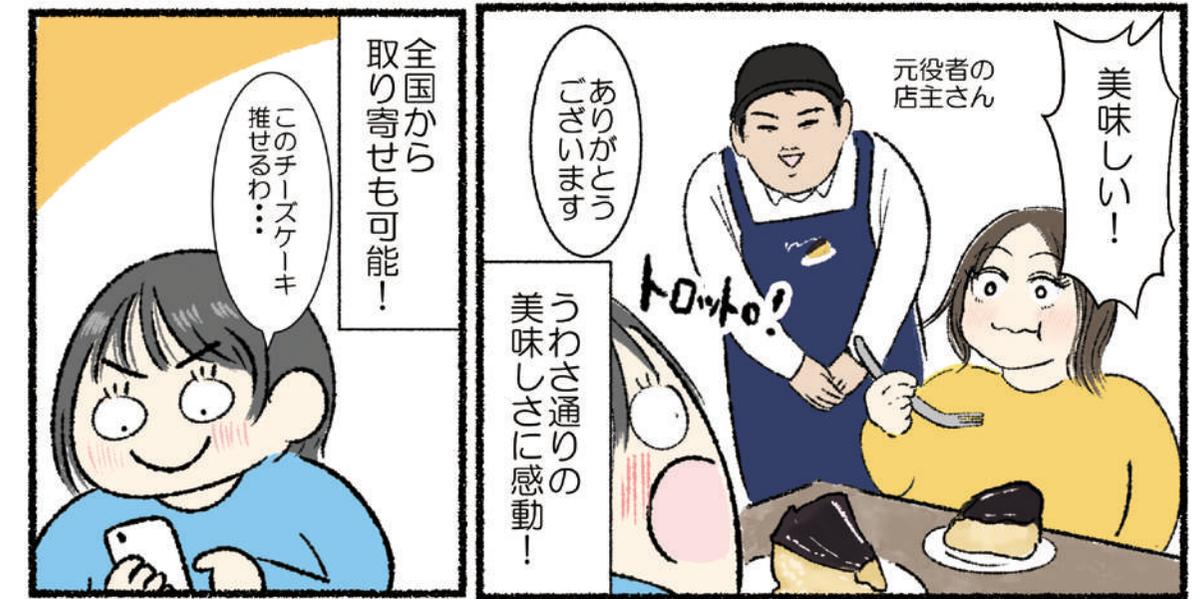
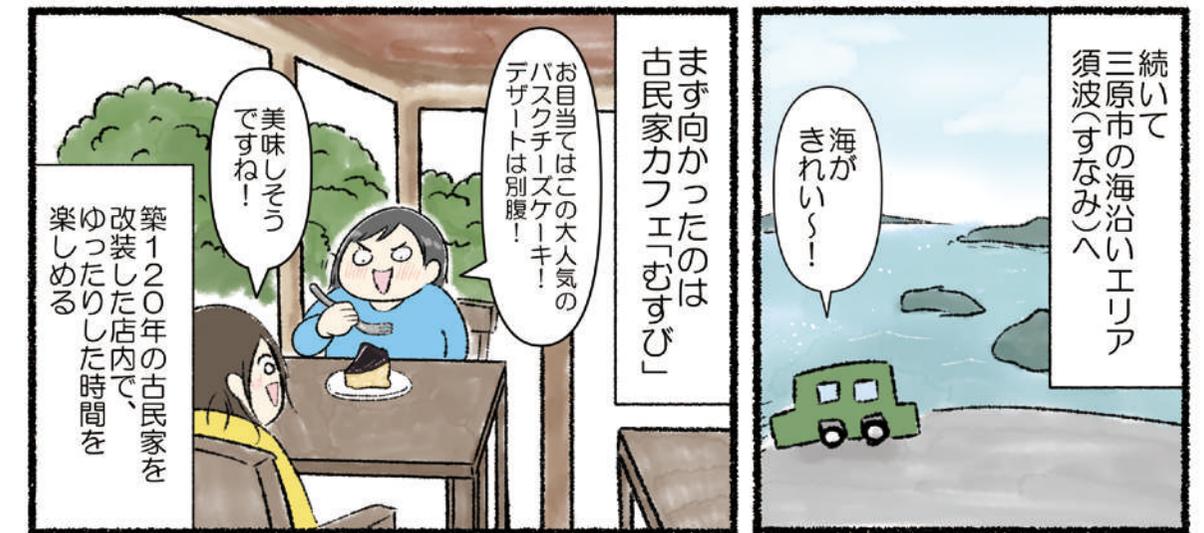
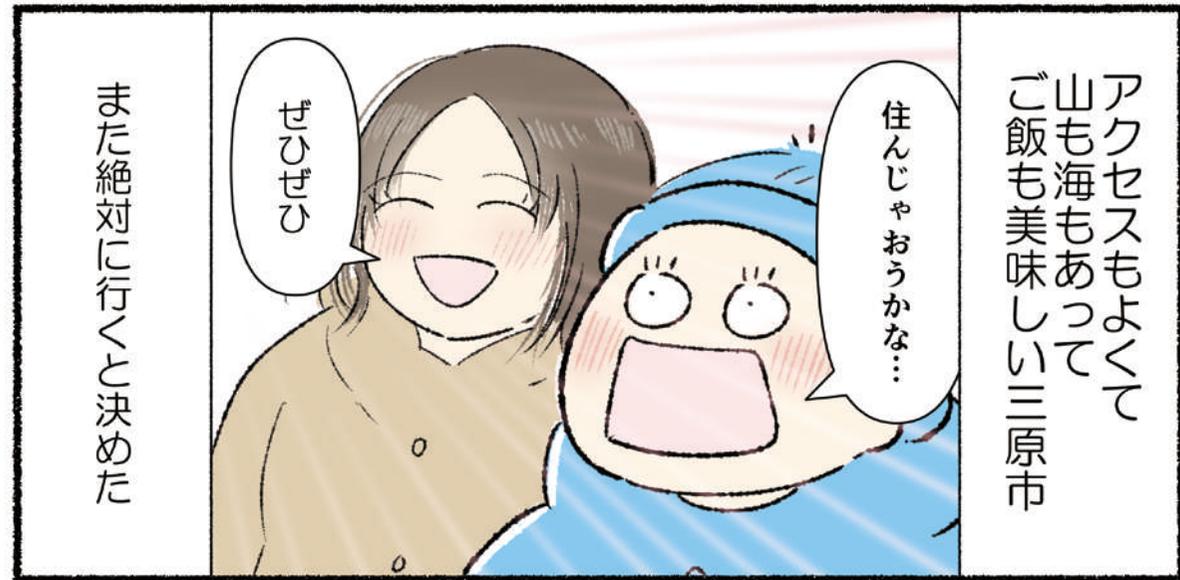
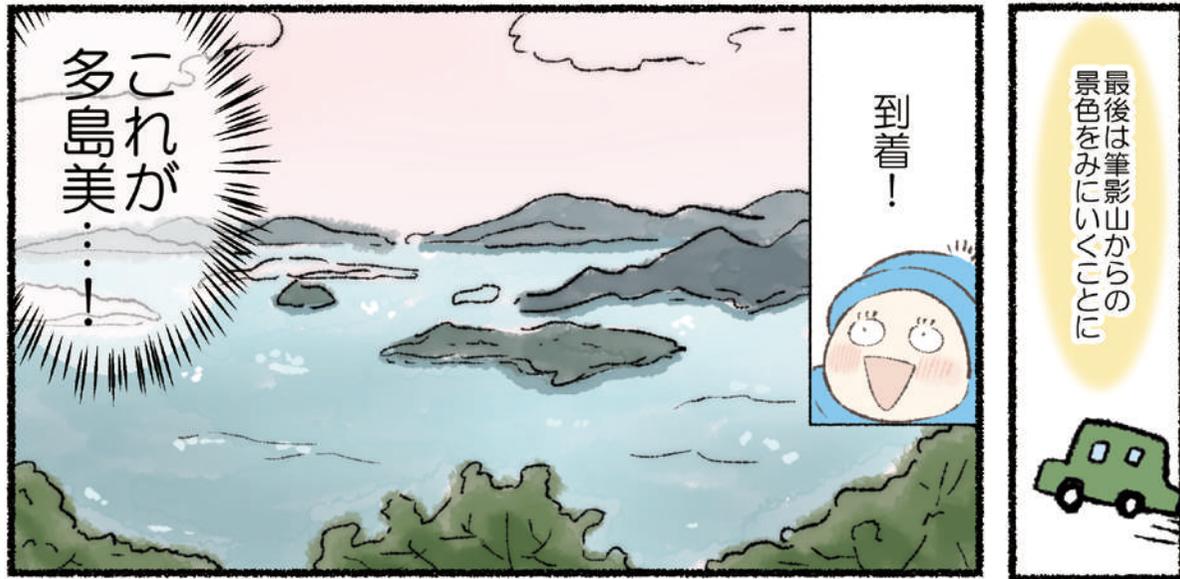


三原駅は新幹線を開通すべく
三原城跡の一部を
壊して作られたんです
文明の犠牲になった
三原城跡に
思いを馳せてる



今回は本田さんに
三原の案内をして
いただいた
この3つが
三原の名物って
とこですかね!
やっさ祭り
三原だるま
三原駅周辺に
あるもの
へえー!





≪ 単行本も発売中です! ≫
今日も飯がうまい!
 ~食べる幸せあるある~

(KADOKAWA)



かるめライフ

かるめトラベル

三原市はここに
あります



三原市は大きく3つのエリアに分かれています！

1 さとやまエリア

中心市街地から車で約30分。山・川・田園と自然に囲まれた生活が楽しめます。広島空港も近く利便性は意外とGOOD！

2 まちエリア

JR三原駅周辺は日常生活に便利な施設がほとんど揃っており、通勤・通学にも便利な生活がしやすいエリアです。

3 しまエリア

日本一新幹線の駅から近い離島「佐木島」は、温暖なエリアで柑橘類などが有名。地元の人とのつながりを感じられる場所です。

ACCESS

飛行機
羽田空港 約85分 広島空港

新幹線
東京駅 約4時間 三原駅

新大阪駅 約90分 三原駅

博多駅 約100分 三原駅

佐木島への行き方

高速船
三原港 約13分 鷺港

フェリー
須波港 約17分 向田港

MIHARA AREA MAP

陸・海・空の玄関口、三原市。
瀬戸内海の温暖な気候と豊かな自然に
囲まれた、穏やかで暮らしやすいまちです。
こちらのMAPでは三原の名物や
観光スポットをイラストでご紹介。
移住者さんの生活エリアも要チェック！



小泉さん P.10

岡田さん P.9

伊藤さん P.4

林さん P.8

森さん P.9

田中さん P.8

竹内さん P.6

ええ
ANBAI

制作メンバー紹介

制作メンバーも全員移住者！
三原を中心に活躍するクリエイターたちの
協力により完成した1冊です。

Uターン



編集長・デザイン
ホンダアヤ

デザイナー・イラストレーター。
移住後、雑貨ブランド「みはらモノ
トコ」を立ち上げる。三原のまち
が楽しくなるよう試行錯誤中。



Uターン



カメラマン
Little things

三原のみなさんにワクワクを！
三原を中心に出張撮影を行なっ
ています。日常にころがる小さな
幸せ、残しませんか？



Iターン



インタビュー・ライター
福島 和加子

文字や文章を通して、ヒト・モノ・
マチの魅力を表現しています。
「伝える舎」の屋号で、背景を深掘
りするライターとして活動中。



Uターン



表紙・アイコンデザイン
ノアカノ

あなたノアカノ。地元ノアカノ。たの
しいノアカノ。うれしいノアカノ。がん
ばるノアカノ。ノアカノは、人や物を
デザインでつないでいきます。



Uターン&Iターン



イラストマップデザイン・似顔絵
パンパカンパニ

備後地域で活動するデザイン
チーム。ジャンルを問わず、まちを
明るくするクリエイティブワーク
を行っています。



photo by Jun Nakagawa

どうでしたか？

「ええあんばんい」の三原暮らし

あなたがもし

ふわっとでもここでの暮らしに惹かれたのなら

どうぞ肩の力を抜いてお越しください

いつでもあなたをお待ちしています

