3大都市圏とのアクセス

北陸新幹線 東京⇄金沢 約2時間30分

東京

○**飛行機**
- 小松空港 ⇔ 羽田 …… 約１時間
- のと里山空港 ⇔ 羽田 …… 約１時間

○**JR 東京⇔金沢**
- 北陸新幹線「かがやき」…… 約２時間30分
- 「はくたか」…… 約３時間
- 東海道新幹線(米原乗り換え)「ひかり」&「しらさぎ」 約４時間30分

○**高速バス** …… 約７時間30分

大阪

○**JR　大阪⇔金沢**
- 特急「サンダーバード」 …… 約２時間30分

○**高速バス** …… 約４時間30分

名古屋

○**JR 名古屋⇔金沢**
- 東海道新幹線(米原乗り換え)
- 「ひかり」＆「しらさぎ」…… 約２時間30分
- 特急「しらさぎ」…… 約３時間

○**高速バス** …… 約４時間

空のアクセス (2017年3月現在)

小松空港

国内線(所要時間)		国際線(所要時間)	
羽田	約１時間	ソウル	約１時間45分
成田	約１時間20分	上　海	約２時間
札幌	約１時間30分	台　北	約２時間40分
仙台	約１時間		
福岡	約１時間15分		
那覇	約２時間10分		

のと里山空港

国内線(所要時間)	
羽田	約１時間

いしかわ「第二のふるさと」推進実行委員会
(石川県企画振興部地域振興課内)

〒920-8580 石川県金沢市鞍月1丁目1番地
TEL：076-225-1312　FAX：076-225-1328
［Email］iju@pref.ishikawa.lg.jp

石川県
子育て世帯向け
移住・UIターンガイド

楽しく

いしかわ 移住 子育て

石川県で暮らす

奥能登 1

3 金沢近郊

中能登 2

4 加賀·白山

ゆったり流れる家族の時間

きゅうくつな生活や、ゆとりのない暮らしだと感じたら

石川県で暮らすことを考えてみませんか。

広大な日本海、里山里海が広がる風景、歴史を感じる街並みや文化。

白山の山々を望む豊かな自然に恵まれながら

都心へのアクセスもよく、まちもコンパクトで生活にとっても便利！

のんびりした石川では家族の時間もゆっくり流れ

子育てや教育、住宅、食など

家族にとって豊かな暮らしがここにあります。

1 奥 能 登（輪島市、珠洲市、穴水町、能登町）

能登半島の先端部にあたる奥能登には、世界農業遺産にも認定された豊かな里山里海が広がり、農林水産業をはじめとした土地に根ざした人々のなりわいや暮らしが今も息づいています。

2 中 能 登（七尾市、羽咋市、志賀町、宝達志水町、中能登町）

能登半島国定公園を代表する景勝地に恵まれ、観光だけでなく企業立地も活発。エリアの多くが金沢市街地から車で約90分圏内にあり、金沢への通勤者も多い地域です。

3 金沢近郊（金沢市、かほく市、野々市市、津幡町、内灘町）

石川県の人口（約115万人）のほぼ半分がこのエリアに住んでいます。社会インフラが整備され、生活アメニティーが充実。文化的な施設や大学などの高等教育機関が集積しています。

4 加賀·白山（小松市、加賀市、白山市、能美市、川北町）

機械や電子、伝統工芸などモノづくりが盛んなエリア。白山の豊かな水を生かして農業や食品産業も発達。温泉地が多く点在するほか、パラグライダーや登山、スキー、釣りなど四季折々にレジャーを楽しめます。

content

移住ママに聞いてみました
石川県ってどんなところ？…… 4-10P
移住ママも安心！
託児·交流も充実しています…… 11P
石川県·市町の支援制度 …… 12-14P
子どもと行きたいおすすめスポット……15P

移住ママに聞 いてみました！

石川県ってどんなところ？

神奈川県出身
（能美市在住）
北村 明子さん

自然豊かで、子育て環境が整っている。

子育て支援も充実している！

埼玉県出身
（津幡町在住）
宮城 摩奈美さん

芸術活動がとても盛んです。

兵庫県出身
（加賀市在住）
白澤 純実さん

福井県出身
（野々市市在住）
上野 美由樹さん

歴史を感じる街並みもとってもキレイ。

大阪府出身
（かほく市在住）
河本　美里さん

図書館や子育て支援センターなどの施設も充実！

茨城県身
（中能登町在住）
上杉 亜由子さん

街の雰囲気が好きです。

時間がゆっくりと流れます。

東京都出身
（金沢市在住）
豊岡 幸子さん

魚や野菜が新鮮で食べ物がとにかく美味しい！

東京都出身
（宝達志水町在住）
岡山 のぞみさん

季節の移ろいがとてもキレイ。

京都府出身
（金沢市在住）
丹羽 明那さん

たくさんのママ友と仲良くなれました。

富山県出身
（金沢市在住）
加納 郁江さん

子どもの学力が高いのが驚きです。

子どもがのびのびと遊べる環境。

山形県出身
（津幡町在住）
中村 琴恵さん

子どもの習い事の種類も充実しています。

新潟県出身
（金沢市在住）
森 麻衣さん

温泉地も多くて日帰り温泉で癒されます。

広々とした住宅環境でゆったり生活！

滋賀県出身
（野々市市在住）
日下部 斎姫さん

海や山が身近にあって気軽にレジャーを楽しめる。

京都府出身
（白山市在住）
林 伊都子さん

岡山 のぞみさん
●前所在地／東京都　●現所在地／宝達志水町在住
●移住暦／1年　●職業／事務職
●家族構成／ご夫婦、子ども（2歳）

Q 石川県への移住のきっかけと就活について教えてください。

A ILACのサポートが充実。家族で過ごす時間が増えました。

余裕のない東京での生活や子育てに不安を感じて、夫の故郷である石川県に移住を決めました。東京育ちの私が馴染めるか夫は心配していましたが、何度も来て良い所なのは知っていたので心配はありませんでした。夫は「いしかわ就職・定住総合サポートセンター（ILAC）」をはじめ、様々な転職サービスを利用し就活しましたが、親身になってこまめに連絡をいただけるので仕事探しは順調でした。今は自然に恵まれた環境で、周囲の人とも温かい関係を築きながら暮らしています。家族で過ごす時間もたくさん増えました。

吉田 春名さん
●前所在地／東京都　●現所在地／金沢市在住
●移住暦／半年　●職業／パート
●家族構成／ご夫婦、子ども（3歳）

Q 石川県で子育てをしてみて感じることは？

A 待機児童ゼロは嬉しい。子育て環境も良く安心して暮らせます！

石川県は教育熱心な園が多く、東京に比べて通わせたいと思うところがたくさんありました。娘が3歳になったら幼稚園に預けたいと思っていたので、気に入ったところに4月から問題なく入れることになり、ホッとしてます。一時保育もすんなり受け入れてくれるので、今は週2回預かってもらい、移住前と同じようにパートとして働いています。

また、驚いたのは病院があまり混んでいないこと。東京では100人待ちの時もありました。何をするにもスムーズなので毎日の生活が助かります。

北島 舞さん
●前所在地／神奈川県　●現所在地／金沢市在住
●移住暦／2年　●職業／旅行業
●家族構成／ご夫婦、子ども（8歳、6歳、4歳、2歳）

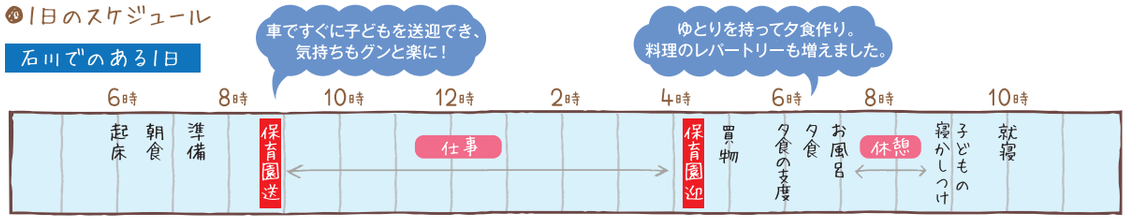
Q 移住して毎日の時間の使い方はどう変わりましたか？

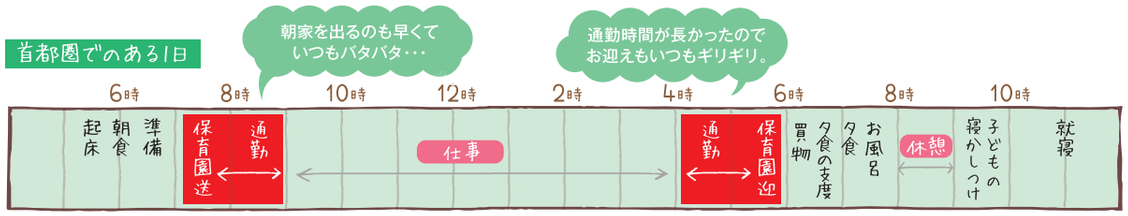
A 女性が働ける環境が整い、時間を有効に使えます。

私が石川県に来た時は何もわからず、インターネットで仕事を探しました。今は仕事と暮らしのワンストップ窓口である「いしかわ就職・定住総合サポートセンター（ILAC）」をはじめ、様々な支援があって羨ましいですね。

神奈川県にいる時は1時間半かけて通勤していました。保育園へ行くにも車は使えず、4人連れて歩いての送迎はさすがに大変でした。今は車で送れますし、通勤時間もかからないのでその分時間を有効に使えます。石川の女性はとてもアグレッシブな印象です。働いている人はもちろん、ママサークルも多く、いろいろな活動をしていて刺激を受けます。

1日のスケジュール





待機児童 0ゼロ

充実した子育て支援と安心の子育て環境

石川県は、早くから保育所の整備や、数々の先進的な取り組みを推進し、全国的にも子育て支援の進んでいる自治体です。

●保育所普及率
全国6位
※H27年総務省「国勢調査」
H28年度厚生労働省
「保育所等入所待機児童数等調査」）

人口あたり ●延長保育実施保育所数
全国4位
※H29年版石川県県民文化局県民交流統計情報室
「石川100の指標」
石川県63.4%、全国34.6%

●一時預かり実施率
全国1位
※H27年国勢調査報告、
H27年度国庫補助事業交付決定数（厚生労働省まとめ）
石川県4.2箇所、全国1.6箇所

子育てしながら安心して働ける環境

女性就業率 全国2位

全国的に見ても夫婦で働く割合が高い石川県。充実した子育て支援があるため女性にとって働きやすい環境が整っています。

女性就業者数 15歳以上人口	
石川県	51.8%
全国平均	48.3%

※総務省［2015年国勢調査］

その中でも働くママは？

25歳～44歳の育児をしている女性の有業率	
石川県	68.2%
全国平均	52.4%

※総務省［2012年就業構造基本調査］

有効求人倍率 全国3位

北陸新幹線開業で求人増 !!　**有効求人倍率 1.85**
※平成29年平均　厚生労働省調べ

得永 教子さん
●前所在地／東京都　●現所在地／金沢市在住
●移住暦／4年半　●職業／主婦
●家族構成／ご夫婦、子ども（3歳）

Q 移住して、意外だったところは？

A 石川県の子どもの学力が高いことがわかって驚きです。

石川県の学校のレベルが全然わからなくて不安でしたが、小・中学生が、全国学力・学習状況調査で常に全国トップクラスに入っていると聞いて正直驚きました。どの学校も小学生から学力向上の取り組みが熱心だと聞き、学校での授業や宿題をきちんとしていれば早々から塾に行かなくても大丈夫かなと思っています。また、子どもの教育で大切にしたいのは礼儀。小学校ではあいさつ運動なども熱心らしいので安心しています。

周辺にはいろいろな習い事も多く、そろばんなどの教室も東京に比べて多い印象があります。もう少し大きくなったら、息子にはスイミングを習わせたいと思っています。

向井 如恵さん
●前所在地／東京都　●現所在地／金沢市在住
●移住暦／8年　●職業／事務職
●家族構成／ご夫婦、子ども（6歳、6ヶ月）

Q 石川県での暮らしやすさを実感しますか？

A 物価も安いし、子どもが伸び伸びできる一戸建てでストレスのない暮らしです。

石川県は物価が安くて助かりますね。車で買い物ができるのは助かります。東京にも激安スーパーはありますが、すぐに売り切れるし、駐車場もベビー用カートもなく、赤ちゃんを連れての買い物は大変でした。家族でどこに行くのも電車代×人数分で結構お金がかかります。小さい子どもがいると荷物が多くて持ち運びも大変でした。

今は交通に便利な場所で一戸建てに住んでいます。子どもが大きな音を出しても周りを気にしなくて良いのでストレスになりません。東京ではこの生活は難しいですね。町内には県外から来た若い方が多くて、いろいろと交流しながら楽しく暮らしています。

学力全国でトップクラス

教育環境も充実で子どもの学力UP

文部科学省の学力調査(2017年度全国学力・学習状況調査)で全国トップクラス。石川県では学力向上への取り組みにも力を入れています。

文化・芸術に親しむ県民が多い

茶道やクラシック音楽に親しむ人の割合が高く、人口あたりの美術館・博物館などの文化施設数は全国5位とトップクラス。輪島塗や九谷焼、山中漆器など伝統工芸も盛んで、人口あたりの人間国宝数は全国1位です。

多くの大学が集まる“学都石川”

人口あたりの大学等の数は全国2位。大学の垣根を越えた石川ならではのプログラムや学生同士の交流も活発です。

幸福度ランキング 全国3位

住みよい環境でゆとりのある暮らしを

（出典）法政大学大学院幸福度指数研究会「47都道府県の幸福度」をランキング化したもの。

「生活」「雇用」「安全」「医療」など40の指標から各都道府県の幸せ度をランキング化した「幸福度ランキング」では全国第3位の石川県。ゆったりとした生活ができ、全国でもトップクラスの暮らしやすさが魅力です。

広々とした住宅（居住面積）

石川県 29.6㎡
全国平均 24.7㎡

※総務省「2013年 住宅・土地統計調査」
住宅地価は東京都の1/7！（金沢の場合）

物価が安い

石川県（金沢市） 95.8
東京都（区部平均） 100

※総務省「2013年 平均消費者物価指数地域差指数」

通勤時間が短い

通勤時間30分未満の割合
石川県 71.3%
関東大都市圏 31.5%

石川で生活すると東京より約1700万円多くお金が貯まる!?

石 川 金沢市内 2500万円
東 京 練馬区 800万円

※大卒で就職し、1戸建てに住み、共働きで2人の子どもを大学まで行かせる場合

住みよさランキング2017
（東洋経済新報社）
※全国791市と東京23区（計814）が対象
第4位 かほく市、第5位 野々市市、第9位 能美市
（計6市（ほか白山市、七尾市、小松市）が50位以内にランクイン）

住みたい田舎ベストランキング（平成29年度）
（宝島社「田舎暮らしの本」 ※全国671市町村の回答）
〈大きなまち〉
総合部門 第７位
白山市（子育て世代が住みたい田舎部門 第3位）
〈小さなまち〉
総合部門 第31位
七尾市（シニア世代が住みたい田舎部門 第13位など）

働く世代が住みやすい都市ランキング
（平成28年 日経ビジネス）
※全国813市区が対象
第2位 能美市、第4位 かほく市、第7位 野々市市
（ほか3市が100位以内にランクイン）

壁屋 理恵さん
●前所在地／東京都　●現所在地／七尾市在住
●移住暦／8ヶ月　●職業／主婦
●家族構成／ご夫婦、子ども（2歳）

Q 東京との子育て環境の違いを感じますか？

A いつも人が優しく話しかけてくれ、公園も安全で安心して遊べます。

能登はとても親切な人が多く、どこでも声をかけてもらったり助けてもらったりしています。移住したら話す人もいなくて孤独なのかなと心配していたのが信じられないくらいに、毎日家族以外の誰かとお話ししています。

東京では保育園などに園庭のないところが多いので、小さい息子を連れて公園に行くと、大きなお兄ちゃんやお姉ちゃんたちがたくさん遊んでいて少し困りましたね。電車やエレベータに乗るにも周りの人に気を使いました。こちらでは公園でもゆったりと遊べるし、車の運転に慣れてからは出かけるのも楽しくなりました。能登は意外と面白いお店が多いんですよ。

高森 もも子さん
●前所在地／東京都　●現所在地／小松市在住
●移住暦／6年　●職業／事務職
●家族構成／ご夫婦、子ども（6歳、2歳）

Q 移住して良かったと思うことを教えてください。

A 子どもは自然の中で宝探しに夢中。伝統文化も身近に触れ合えます。

現在住んでいる地域には、山・海・川と自然豊かな遊び場がたくさんあります。子どもたちも自然の中でいろいろなものに触れ合って、まるで宝探しでもしているよう。湧き水を汲んで生活水にしたり、お米もご近所さんが丹精込めて作っているものをいただいています。また、シーズンになると歩いていける距離にホタルが見れるのも最高ですね。

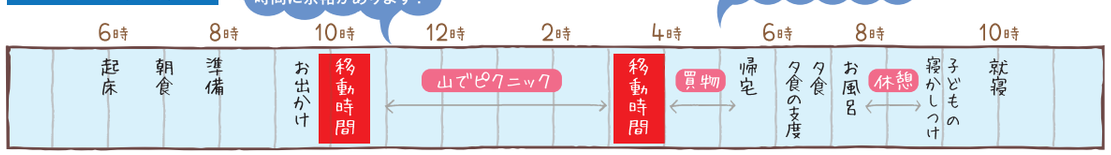
小松は「子供歌舞伎」、能登は「祭り」など、石川県には古き良き文化がたくさんあります。また、新しい施設もたくさんできているので、子どもたちが遊んだり学んだりするのに最適です。

1日のスケジュール

石川でのある休日

海や山も近くにあるため気軽に行けて時間に余裕があります！

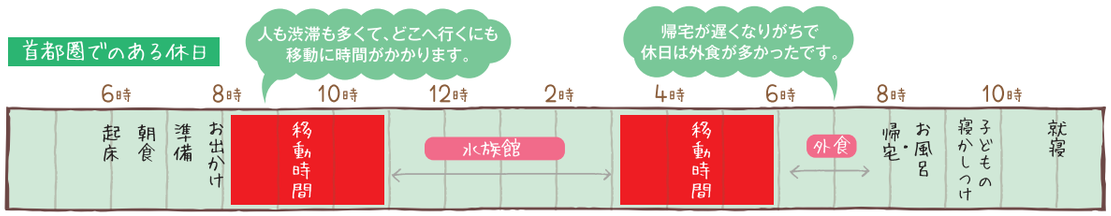
移動時間が短かい分他のことをする余裕も！



首都圏でのある休日

人も渋滞も多くて、どこへ行くにも移動に時間がかかります。

帰宅が遅くなりがちで休日は外食が多かったです。



子育て世帯の移住幸福度ランキング 全国2位

（出典）「全47都道府県幸福度ランキング2016年版」東洋経済新報社

社会全体で子育て支援 プレミアム・パスポート

子育てを社会全体で支えることを目的に、妊娠中の子を含めて2人以上のお子さん(満18歳未満)がいる石川県内の家族を協賛企業が支援する制度です。プレミアム・パスポートを協賛企業の店舗で提示すると、割引などの特典が受けられます。

第2子以降の保育料、放課後児童クラブ利用料無料！

所得制限を設けつつ、第2子以降の保育料や放課後児童クラブ利用料無料化を図っています。
※市町によって実施状況は異なります。

友達ができるか心配　子どもを預ける所は？

移住ママも安心！ 一時預かり託児 & ママ友交流も充実しています

一時預かり

家庭で保育している方でも、本人が病気のときや冠婚葬祭のとき、あるいはＰＴＡ活動や習い事のあるとき、友達とリフレッシュしたいときなど、必要な時間だけ一時的に子どもを預かります。各認定こども園・保育所・幼稚園等で受け付けています。

ファミリー・サポート・センター

保育所等の送迎や一時保育などの育児援助を受けたい人と行いたい人が会員となり、育児に対して地域ぐるみで助け合う会員システムです。保護者が急な残業や親戚の法事等により、ちょっと子どもを預かってほしい時等に、仕事と家庭の両立、および子育て家庭の支援のために必要な援助を行っています。

〈金沢市の一例〉 **金沢市ファミリーサポートセンター**

託児

電話で希望に近い提供会員をご紹介し、幼稚園や保育所などの送迎や預かり、他にもママがリフレッシュしたい時の預かりなどもできます。

石川県金沢市富樫3-10-1教育プラザ富樫内　TEL.076-243-3410
［活動内容］
育児の相互援助活動、依頼会員と提供会員のマッチング
http://www.kanazawa-kosodate.net/daycare/famisup.html

代表者：アドバイザー橋本雅江さん

病児・病後児保育

子どもが病気になったり、回復が長引いたときなど、病気がしっかり回復するまで一時的に子どもを預かります。

放課後児童クラブ

放課後や夏休みなどに保護者が仕事などで家庭にいない小学生を対象に、家庭に代わる生活の場を確保し、児童の健全な育成と保護者の就労と子育ての両立を支援します。異年齢の集団活動によって、社会性などを身につける貴重な場にもなっています。

育児サークル

同じ年頃の子どもを持つ仲間が集まって自主的に活動しています。また、それらの活動を支援するため、（公財）いしかわ結婚・子育て支援財団では、各サークルからの要請に応じて育児サポーターを派遣しています。

育児教室

保育所や幼稚園、児童館などが施設を開放して、定期的に親子で遊んだり、子育てについて相談できる場を設けています。自由に参加できるものや、登録制で継続した指導が受けられるものがあります。

地域子育て支援拠点施設

主に3歳未満児の子どもとその保護者が気軽にかつ自由に利用し、交流をはかることができます。また専任のスタッフが育児に関する相談にのってくれたり、地域の子育て関連情報を得ることができます。

〈白山市の一例〉 **認定NPO法人 おやこの広場あさがお**

交流　託児

移り住んできた家族にとって、近くに頼れる人もおらず、風習も違うところでの子育てはとても不安。特に北陸特有の冬の環境に慣れないときには、自宅を訪問して様子を伺ったり、気分が晴れるような情報や同じような環境の仲間との出会いの場を提供したりしています。

石川県白山市西新町170-1（4月より白山市殿町39に移転）　TEL.076-275-8677
［活動内容］
地域子育て支援拠点事業、利用者支援事業、一時預かり、訪問支援、育児サークル支援、父親支援、小児科医・助産師等による相談、親支援プログラム（BPやNP など）
http://oyako-asagao.com/

理事・事務局長：川上 由枝さん

このほか

子育てに関する様々な情報は「（公財）いしかわ結婚・子育て支援財団HP」から

石川県・市町の子育て支援制度

各市町によって実施状況が異なる場合があります。また、各市町独自の助成制度もありますので、詳しくは各市町のホームページをご覧ください。

プレミアム・パスポート

妊娠中の子どもを含めて**2人以上のお子さん**（満18歳未満）がいる石川県内のご家族を協賛企業が支援する制度です。
各協賛企業の店舗で提示すると商品割引やポイントサービスなどの特典が受けられます。

子ども医療費の軽減

中学3年生まで（市町によっては高校3年生まで）のお子さんが、病気やけがで医療機関を受診したときに、**医療費の一部負担金を助成**します。

小松市、輪島市、加賀市、羽咋市、かほく市、珠洲市、能美市、川北町、白山市、志賀町、宝達志水町、中能登町、穴水町、能登町など多くの市町では**「子ども医療費無料化」**を行っています。

不妊治療費の助成

不妊治療をおこなっているご夫婦に対し、治療費の助成をおこなっています。
一般不妊治療：5万円／年助成
特定不妊治療：1出産に月6回まで、1回の治療につき15万円まで助成（初回は30万円）
男性不妊治療：特定不妊治療の一環として実施した治療を15万円まで助成

出産一時金

出産一時金として**1産児あたり42万円**支給されます。（健康保険加入の場合）

出産祝金の交付

出産された方に**出産祝金または商品券や記念品を贈呈**します。

中能登町：（第1子）10万円（第2子）20万円（第3子）30万円（第4子）40万円（第5子以降）50万円
穴水町：（第1子）5万円（第2子）10万円（第3子目以降）20万円
※津幡町、志賀町、宝達志水町、七尾市、羽咋市、かほく市、輪島市、能登町は金券または商品券・記念品を贈呈

県外での妊産婦乳児健康診査費の助成

里帰り出産などのために、石川県外の医療機関・助産所で妊婦・産婦・乳児（1か月児）健診を受診された方は、**費用の一部が助成**されます。

マイ保育園制度

妊娠中から3歳未満程度の未就園児を持つ家庭で、近くの保育所などにおいて出産前は乳児保育の見学や育児体験、出産後は育児の専門家である保育士による育児相談、リフレッシュのための一時預かりをご利用いただけます。
一時預かり無料券（半日3回分）を交付
※金沢市では、マイ保育園制度に代わり、「金沢子育て夢ステーション事業」を実施

多子世帯の保育料軽減

第2子及び第3子以降の保育料を無料化　※所得制限あり

（加賀市の例）
所得条件に関係なく保育園等に2人のお子さんが入園している場合、2番目のお子さん（第2子）の保育料無料、小学生～18歳までの兄姉がいる世帯の1番目の保育園児（保育認定）の保育料半額

このほか、ほとんどの市町で独自の保育料減免を行っています。

多子世帯放課後児童クラブ利用料の支援

第2子以降の児童の放課後児童クラブ利用料を**無料**　※所得制限あり

ひとり親家庭の医療費軽減

ひとり親になった家庭の児童（18歳に達する日以降の最初の3月31日までの間にあるもの）およびその児童を養育するひとり親（父または母）の方に対し、医療費を助成します。
保険診療に係る医療費の自己負担分の1か月分の合計から1,000円を差し引いた額

羽咋市、かほく市、能美市、川北町、中能登町、穴水町では**全額助成**、小松市では**500円を差し引いた額**

ひとり親家庭の放課後児童クラブ利用料の支援

ひとり親の家庭の方の放課後児童クラブの利用料を助成します。
放課後児童クラブ利用料を児童一人あたり月3,000円まで補助

三世代同居・近居の支援

新たに三世代で同居または近居（親子と祖父母が居住する住宅の間の直線距離が2km以内）を始めるため、住宅の新築、購入、増築、改築または改修を行う場合、補助金を交付する制度です。
最大30万円など、県外からの転入者には上乗せあり

（実施市町）七尾市、小松市、輪島市、珠洲市、加賀市、羽咋市、かほく市、白山市、能美市、津幡町、内灘町、宝達志水町、中能登町、穴水町、能登町

移住に伴う経済的負担を軽減！
いしかわ移住パスポート「I（アイ）パス」

石川県へ移住されたい方、または移住後1年以内の方を対象に、移住のための引越しや住まいの賃貸、購入、レンタカー代金、宿泊費用、自動車購入費、自動車免許取得などを協賛事業者から割引・特典を受けられるパスポートを発行します。
※有効期限：交付から3年間（移住後は交付から2年間）

いしかわ空き家情報ナビ（ポータルサイト内）

県内市町の空き家バンクの物件情報が一覧できます。
http://iju.ishikawa.jp/akiya
いしかわ空き家　検索

民間の不動産情報をチェックしよう！

石川県宅地建物取引業協会の「8100（ハトまる）.jp」や全日本不動産協会の「ZeNNET」など都市部を中心に、民間の不動産会社が取り扱う物件を検索できるサイトを利用しましょう。

市町の住宅支援制度

ほとんどの市町で住宅の取得や賃貸に対する支援を行っています。

〈主なもの〉

[金 沢 市] まちなか住宅建築奨励金
（対象：まちなか区域 新築）
最大300万円（二世帯400万円）
@200万円（借入金の10%）＋UIJターン50万円
＋45歳未満50万円等
ほか「まちなか空き家活用促進補助金」「郊外部移住者住宅取得奨励金」等あり

[かほく市] 若者マイホーム取得奨励金
（対象：45歳未満 新築・中古）
最大200万円
@転入80万円（対象借入金の5%）＋県外50万円＋市内業者20万円＋新婚20万円＋3世代同居近居30万円

[志 賀 町] 移住定住促進住まいづくり奨励金
（対象：町外転入者 新築）
最大170万円
@80万円（単身40万円）＋子2人最大40万円
＋町内業者50万円

[能 登 町] ふるさと定住住宅助成金
（対象：町外転入者 新築・中古）
最大200万円＋家族人数×10万円

その他の支援については下記HPをご覧ください。

いしかわ暮らしに役立つ情報が満載！「いしかわ暮らし情報ひろば」
http://iju.ishikawa.jp　いしかわ暮らし　検索

短期で体感「能登・加賀」

仕事・暮らし体験

能登・加賀で暮らしてみたい。
でも、どんな暮らし・仕事があるのか不安。

そのような悩みを解消するために、暮らし・仕事を短期に体感できるプログラムをご用意。農業・漁業体験、観光に携わる民宿・ゲストハウス、伝統工芸など職人体験、今のスキルが活かせる仕事体験のほか、古民家や短期滞在住宅、民泊などの滞在先、地域の方々との交流などあなたに合わせた短期体験プランを提案します。

[期　間] ご希望に応じて最大1ヶ月
[対　象] 石川県外にお住まいで概ね40歳代までの方
（ご家族皆様での体験も可能）
[参加費用] 無料（但し、現地までの交通費、滞在中の食事等は自己負担で。また、ご希望によっては別途宿泊費がかかる場合があります。）

〈お問い合わせ〉
[能登]一般社団法人 能登定住・交流機構
TEL.0768-76-0600
[E-mail] ota@bunanomori.com
（お申込み・ご相談はメールまたはお電話にて、担当 太田までご連絡ください）
[加賀]加賀白山定住機構
TEL.0761-71-0099　[E-mail] kikou@bunanomori.com
（お申込み・ご相談はメールまたはお電話にて、担当 高峰、朝倉までご連絡ください）

あなたのご都合・ご希望に合わせて仕事体験先、宿泊先、滞在プランを設定いたします。

その他、首都圏の子育て世帯向けの移住セミナーやオーダーメイドツアーも実施中。

移住したい人のポータルサイト イシカワノオト

石川県への移住・定住に役立つ情報を集めたポータルサイト「イシカワノオト」では、求人情報やイベント情報を発信しています。

いしかわの求人・イベント情報満載
イシカワノオト
https://ishikawa-note.jp
イシカワノオト　検索
Facebookもチェック

専任コーディネーターにおまかせ！

いしかわ就職・定住総合サポートセンター（ILAC）

新しい土地での仕事のこと、普段の暮らしのことなど気になることを、ILAC東京では一人一人に寄り添って石川での生活をサポートします！
どんなことでもお気軽にご相談ください！

専任のコーディネーターに相談できます！

ご希望に沿ったお仕事を探します！

移住に必要な情報を提供します！

いしかわ移住UIターン相談センター
（ILAC東京）

〒100-0004 東京都千代田区大手町2-6-2
日本ビル　※平成29年6月移転

[相談受付] 受付時間 10:00～19:00
火～土曜／年末年始 日・祝日除く
TEL.03-6734-1497（専用ダイヤル）
http://ishikawa-note.jp
[E-mail]support@ishikawa-note.jp

東京（大手町）

JR東京駅日本橋口　東京メトロ大手町駅（B8a出口）
日本橋駅（A1出口）　三越前駅（B2出口）

いしかわ就職・定住総合サポートセンター（ILAC）UIターンサポート石川

〒920-0935 石川県金沢市石引4-17-1
石川県本多の森庁舎1階

[相談受付] 受付時間 9:00～18:00
月～土曜／年末年始 日・祝日除く
TEL.076-235-4540
http://ishikawa-ilac.jp/

金沢駅東口バスターミナル7番乗り場からバスで約20分 出羽町下車 徒歩3分

石川

ふるさと回帰支援センター相談窓口

東京（有楽町）

〒100-0006
東京都千代田区有楽町2-10-1
東京交通会館8F

[相談受付]
受付時間 10:00～18:00
水～日曜／年末年始 祝日除く
TEL.090-1541-8786
[E-mail]
ishikawa@furusatokaiki.net

JR有楽町駅徒歩1分
東京メトロ 有楽町駅徒歩1分
銀座一丁目駅徒歩1分、銀座駅徒歩3分

働くママを応援！

移住者対談｜働く女性を応援する企業

移住者：中村 真二さん（山口県出身／移住10ヶ月）
共和電機工業㈱［H25年 石川県ワークライフバランス企業 認定］

×

移住ママ：北島 舞さん（東京都出身／移住2年）

北島　石川県に移住したきっかけは何ですか？

中村　就職してから転勤続きであちこちに移動していましたが、ずっと住みやすくて空気の良いところに移住したいと考えていました。そんな時、ちょうど富山に住んでいる長男夫婦に孫が生まれると聞いて、近くに住もうと石川県への移住を決意しました。

北島　大変だったことはなんですか？

中村　仕事がまだ決まっていないのに、気に入った家が見つかり、先に引越しが決まったのは焦りましたね（笑）

北島　そんな中、どんな方法で今の仕事を見つけられたんですか？

中村　ILAC（アイラック）さんに相談したところ、すぐに今の会社を紹介していただいてトントン拍子に決まりました。また、ILACさんは私が作成した資料を元に、これまでのキャリアを活かせるよう、技術に詳しい担当者に推薦してくれたので転職した後もすんなり職場に入れました。

北島　女性にとって働きやすい会社とお聞きしました。

中村　**弊社では時短制度もしっかりしていますし、子どもの病気などでの急な休みにも対応しています。産休も取りやすく、会社全体が子育て中の社員を受け入れる空気になっていますね。**

北島　すごく羨ましいですね。その分を他の社員でカバーできるということですね。

中村　**実際は大変なんですけれど、皆で協力してカバーしていくという体制が確立されていますね。**それが当たり前というか。**私たちも戻ってきてくれるのを期待していますし、会社としても貴重な人材を確保したいので、育休後も適した部署で活躍してもらいたいのではと思います。**

北島　石川県はどんなところが女性にとって働きやすい環境だと思いますか？

中村　**他の地域と比べると、結婚・出産後もずっと働き続けたいと思っている女性が多い気がします。**仕事に対しても前向きでとても優秀ですね。

北島　**きっと働き続けられる環境があるからですね。お友達の移住ママも、石川県に来てからは周りに専業主婦がいないことに最初は驚いていましたが、子どもを園に通わせて、自分にも働くチャンスができたと前向きに自分の道を進んでいます。**

中村　やる気さえあれば、技術は後々ついてくるものですから、働きやすい環境の中で女性が活躍してくれたら頼もしいですね。

子どもと行きたい

おすすめスポット

①鉢ヶ崎海水浴場
TEL.(0768)82-4322
青い海と白い砂浜、緑の松林が連なり、日本の渚・百選に選定された海岸。

②鴨ヶ浦
TEL.(0768)23-1146
海蝕によりできた白っぽい岩礁。夕日が美しく、磯遊びや釣りに最適。

③のと海洋ふれあいセンター
TEL.(0768)74-1919
能登の海と生きものについて触れ合い、楽しく学べます。

④親子ふれあい村「キャンプの森」
TEL.(0768)52-3401
穴水湾を一望できる、丘の上のキャンプ場。満天の星空を眺められます。

⑤のとじま水族館
TEL.(0767)84-1271
日本海側で唯一、ジンベエザメが見られる体験型水族館。

⑥世界一長いベンチ
TEL.(0767)32-1111
全長460.9mのベンチは1989年にギネスブックに掲載。夕日の名所です。

⑦古墳公園とりや
TEL.(0767)76-1848
古代の古墳や砦を模したユニークな公園。大池ではボートでも遊べます。

⑧コスモアイル羽咋
TEL.(0767)22-9888
宇宙やUFOにかかわるものが多数紹介されている宇宙科学博物館。

⑨千里浜なぎさドライブウェイ
宝達志水町：TEL.(0767)29-8250
羽 咋 市：TEL.(0767)22-1118
砂浜を自動車で走れる国内唯一の海岸。ドライブも海水浴も楽しめます。

⑩うみっこらんど七塚「海と渚の博物館」
TEL.(076)283-8880
「櫓こぎ」の疑似体験など遊びながら海と人の暮らしを学べます。

⑪石川県森林公園
TEL.(076)288-6449
シカやサルなど森に生息する動物たちを飼育し、触れ合うこともできます。

⑫ホリ牧場　夢ミルク館
TEL.(076)255-1369
ヤギや馬と触れ合ったり、広場で走り回って遊んだりできます。

⑬金沢21世紀美術館
TEL.(076)220-2800
空間やジャンルを超えた現代アートが楽しめる美術館です。

⑭いしかわ子ども交流センター
TEL.(076)243-6501
プラネタリウム、鉄道模型展示や図書室、昆虫コーナーなど盛りだくさんな施設。

⑮野々市中央公園
TEL.(076)227-6092
様々な遊具や椿展示施設などあり、運動施設も充実しています。

⑯川北町ふれあい健康センター
TEL.(076)277-1110
温泉や図書館、お食事処が一緒になった施設。家族で1日くつろげます。

⑰いしかわ動物園
TEL.(0761)51-8500
動物たち本来の生息環境を再現した「楽しく遊べ、学べる動物園」です。

⑱石川県立航空プラザ
TEL.(0761)23-4811
小型機からジェット戦闘機まで揃った日本海側唯一の航空博物館。

⑲加賀フルーツランド
TEL.(0761)72-1800
四季の旬のフルーツを見て・触って・収穫して・味わえます。

⑳白山一里野温泉スキー場
TEL.(076)256-7412
県内最大級の広々ゲレンデは、バリエーション豊かで家族みんな大満足！