



Handbook



はじめに

私たちの生活や価値観は、昭和・平成の頃と比べて大きく変化し、多様な考え方や価値観が育まれています。

中でも、コロナ禍は私たちのライフスタイルに多大な影響を及ぼしました。

リモートワークが浸透し、毎日、長い時間をかけて通勤するという都市部の一般的なライフスタイルから、自宅や自由な場所で働くこと、都市にこだわらず地方を生活拠点にすること、中山間地域で暮らしつつ都会で刺激的な生活をするなど、人々がより自由に自分の暮らす場所を選べるようになってきています。

このハンドブックは、様々な可能性の中で、都市や地方などを往来しながら新しい個性的ライフスタイルを様々な地域で実現していく「二地域居住」にフォーカスします。

はじめて聞いた方にも魅力が伝わるように、また、実際に「二地域居住」を始めるまでの手順やノウハウなどについてご紹介します。

二地域居住を
初めて
知る方へ！

STEP 1

二地域居住の基礎

二地域居住がどんなライフスタイルなのか、
どんな魅力があるのかチェック。

3p ~ 6p

自分にピッタリの
二地域居住の
スタイルを
知りたい方へ！

STEP 2

二地域居住のイロイロ。

多様なライフスタイルから
あなたにあった二地域居住がわかります。

7p ~ 8p

二地域居住の
暮らしぶりを
知りたい方へ！

STEP 3

二地域居住のリアルなおはなし。

実際に二地域居住をしている先輩方にお話を伺います。

9p ~ 20p

二地域居住を
はじめることに
不安を感じて
いる方へ！

STEP 4

さあ、二地域居住をはじめよう。

二地域で居住するために準備すること、チェックすること。

21p ~ 26p



STEP 1

二地域居住ってどんなコト？

二地域居住とは、主な生活拠点とは別の地域に生活の拠点をもうける暮らし方。「二地域」としていますが、2つ以上の地域に生活の拠点を持つことを指します。「多地域居住」と言われることもあります。このハンドブックでは、“複数の地域に生活の拠点がある暮らし方”を「二地域居住」としています。

これまでの二地域居住は、“都市で生活している人が時々地方の生活をする”といった考え方が主流でした。しかし、コロナ禍を機にリモートワークが浸透し、会社のルールや企業の人たちの意識が変わるなど社会の環境も整ってきたことから、“地方に拠点をもちながら必要に応じて都市での仕事や生活を営む”といった方も増えています。

さらに、複数の農山漁村に生活拠点を持つスタイルや、2つの家だけでなく、ホテルやシェアハウスなどを頻繁に活用するスタイルなど、二地域居住の形態はますます多様になっています。

このような、私たちが居心地の良い場所で、自身や家族にとって理想のライフスタイルを実現する一つの選択肢として、そして地域にとっても、その人たちとの交流を通して魅力が増し、幸せに暮らし続けていける環境の維持・創出につながる意味でも、「二地域居住」には大きな可能性があります。

二地域居住がめざすこと

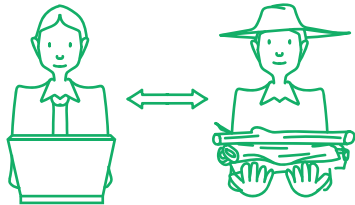
- ① 二地域居住をする人が、仕事をする場所や地域の環境、地域とのつながり、子育ての方法などを自由に組み合わせることで、自身が希望するライフスタイルを叶えられます。
- ② 二地域居住をする人が、複数の地域でいたいことや得意なことをすることで、
 - 1) 生きがいを感じながら、生計も立てながら、より豊かに暮らしていけます。
 - 2) 地域の人たちも、新しい交流によって楽しさが広がるだけでなく、困りごとを助けてくれる人や探していた人材が見つかることで課題解決につながることもあり、より豊かに暮らしていけます。ひとりの人が、様々な地域で生活を通して活躍する。そのようなライフスタイルの広がりが期待されます。

STEP 1

二地域居住のよいところ

新しい体験・多様な経験

都市でも地方でも
 それぞれの地域の良さを享受できる
 新たな出会いや体験が待っています。



新たなコミュニティに参加

今までいた場所では出会えなかった
 コミュニティに参加できるかもしれません。
 多様な趣味のサークルやご近所づきあいなど
 人や場とのつながりが身近に。



働き方・暮らし方・生き方の 充実や実現

自身の志向や感性に応じて、時間や場所を
 選択できるライフスタイルです。
 地域の自然や食、歴史文化、レジャーなどを
 日常的に味わうことが可能になり、
 充実した生活を営めます。



地域に必要とされる 存在・自己実現

自身の趣味や特技、培った経験を
 多様な地域で発揮することで、
 その地域の助けとなるとともに、
 やりがいや生きがいにつながります。



災害時等のいざというときの 避難場所として

日本はいつ災害に見舞われるかわからない
 災害列島です。
 二地域居住をしていれば、いざというときに
 住み慣れた地域へ避難することができます。



将来の移住に向けて

現在の拠点を残しながら、
 別の地域での生活をお試し。
 移住に比べて、かかわりを残しながら、
 新たな生活スタイルを
 取り込めるのが良いところ。



STEP 1

なぜいま「二地域居住」が注目されているの？

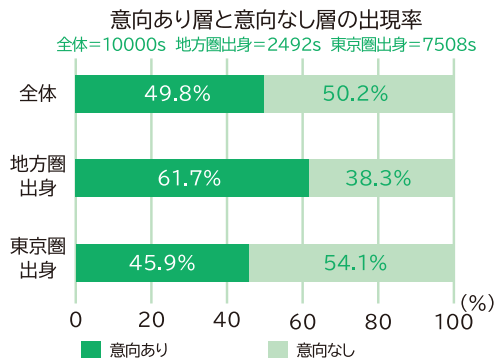
「二地域居住」に興味を持つ、取り組む人が確実に増えているようです。

メディアなどでも目や耳にすることも増えたのではないのでしょうか？

ここでは二地域居住が注目される理由について、データを交えてご紹介します。

「地方暮らし」への関心の高まり

東京圏に暮らす方々に聞いた「地方暮らしへの関心度」の調査では、東京圏在住者(20～59歳)の49.8%が「地方暮らし」に関心を持っていること、地方圏出身の方が東京圏出身者よりも関心が高いこと、全体的に若者の方が関心を持っていることなどが伺えます。

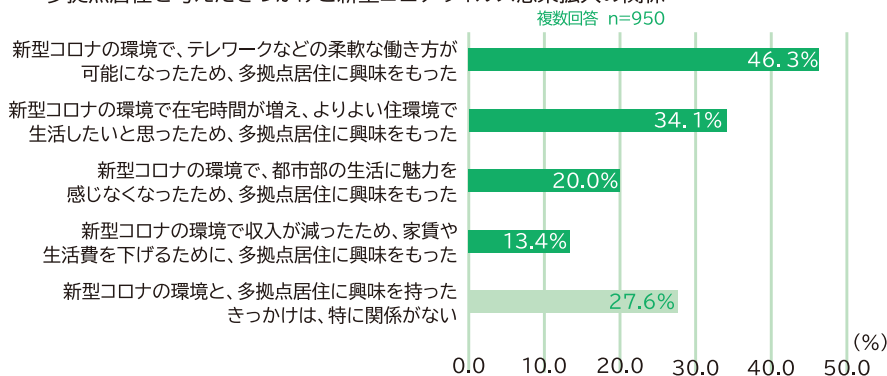


出典/内閣官房 まち・ひと・しごと創生本部事務局「東京圏以外の地域(地方圏)での暮らし」の意識・行動を把握するためのWEBアンケート調査(令和2年1月)

コロナ禍以降の二地域居住への関心の高まり

二地域居住を考えたきっかけと新型コロナウイルス感染拡大の関係については、テレワークや在宅時間が増加したことで興味を持ったという回答が多くなっています。

多拠点居住を考えたきっかけと新型コロナウイルス感染拡大の関係



出典/リクルート「地方移住および多拠点居住の考え方についてのアンケート調査」(調査期間:2021年8月10日～18日)

STEP 1

なぜいま「二地域居住」が注目されているの？

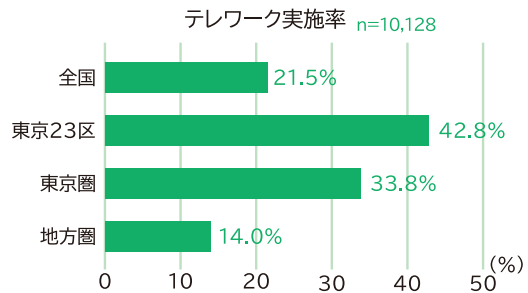
テレワーク実施率の上昇

コロナ禍以降、全国では21.5%、東京都23区では4割以上の方がテレワークを経験しています。

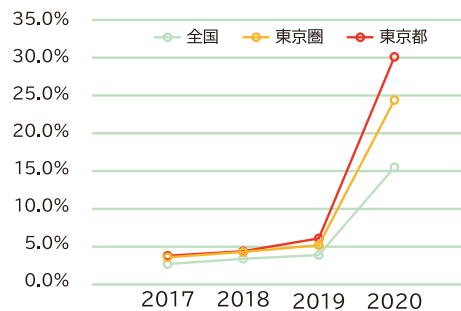
(出典)内閣府「新型コロナウイルス感染症の影響下における生活意識・行動の変化に関する調査」(2020年12月11日~12月17日にインターネット調査を実施)

テレワーク実施率を時系列に見ると、全国的に2019年から2020年で伸びており、東京圏、中でも特に東京都の伸び率が高くなっています。

テレワークに関する企業の取組が進み、国民の意識・行動も変化している中で、「場所を問わない暮らし」が現実的になったことから、地方に目が向く機会が増えたといえます。



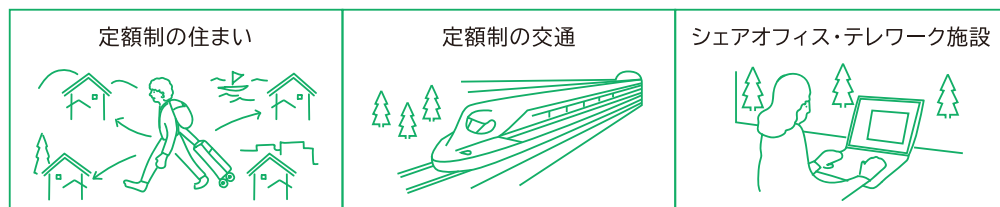
勤務地別のテレワーク実施率の推移



(出典)mifベースニック調査・三菱総合研究所・2017~2020年(各年6月実施)

二地域居住を助けるサービスがより身近なものに

近年、定額制居住サービスをはじめとして、生活の拠点を設けるための費用を軽減できるサービス、自由に住み替えることを可能にするサービスが増えています。そのようなサービスが浸透しつつあり、二地域居住を気軽に始められる土壌が整ってきています。



STEP 2

あなたにあった二地域居住

二地域居住にもイロイロなスタイルがあります。
あなたにあった二地域居住のスタイルは、どんなものがあるでしょうか？

地方に住みつつ都市にも居場所を持ち
感性を磨きたい！視野を広げたい！

Toyama

富山県富山市

平日は、フリーランスのIT技術者として働いています。

Tokyo

東京都

週末はプライベートで読書会を開催しています。



おおおもて
大表さんの
ライフスタイル

⇒ 9p

Aichi

愛知県田原市

家業である直売所の経営のほか、創作活動を行っています。地域の人が集まるマルシェを開くことが夢です。

Tokyo

東京都

保険会社のアルバイトをしながら独自にイベント出店などに挑戦し、料理の腕や自分の感性を磨いています。



こもだ
菰田さんの
ライフスタイル

⇒ 10p

自然や人とのつながりを感じ、
自分らしく心地のよい生活をしたい！

Nagano

長野県白馬村

フリーランスのデザイナーとして、仕事をテレワークで行っています。主なクライアントは東京にいらっしゃいます。

こばやし
小林さんのライフスタイル



⇒ 13p

東京都

仕事仲間やクライアントとの打合せ、撮影のお仕事、実家への帰省などで定期的に通っています。

Tokyo

地域に貢献できる自分にピッタリの
仕事や働き方に出会いたい！

Free Address

多地域居住

土地と家を持たないフリーランス農家です。全国各地の畑に赴き、農家さんのお手伝いをしています。ライターとして農業に関する情報を発信するほか、農泊コーディネーター、ワーケーションの企画などにも携わっています。



こばまつ
小葉松さんのライフスタイル ⇒ 19p

STEP 2

あなたにあった二地域居住

二地域居住にもイロイロなスタイルがあります。

あなたにあった二地域居住のスタイルは、どんなものがあるでしょうか？

家族や友達と、週末に豊かな時間を過ごしたい！

Tokyo

東京都

妻と娘と住んでいます。税理士として勤務していて、平日は毎日出社しています。

たむら
田村さんの
ライフスタイル



Nagano

長野県小谷村

ペンションを譲り受け、副業として経営しています。冬はスノボなど仲間と楽しんでいます。

⇒ 15p

仕事は完全リモートワーク。探求心の赴くままに、アクティブに旅するように暮らしたい！

Free Address

多地域居住

東京の会社員で、デザイナーとして働いています。コロナをきっかけに完全にリモートワークとなったので、東京を離れて、「多地域居住×ワーケーション」の暮らしを実践中です。



ささき
佐々木さんの
ライフスタイル ⇒ 17p

自ら地域で新しいビジネスを創りとことん追求したい！

Nagano

長野県富士見町

起業して、地域の事業者の経営支援を行っています。

たかやなぎ
高柳さんの
ライフスタイル



⇒ 11p

Tokyo

東京都

長野での事業を東京にいる仲間と展開しています。東京が商品の販路にもなっています。

地域の人とのご縁や交流を大切にしたい！
田舎ならではの生業を学びたい！

Free Address

多地域居住

東京の大学3年生です。コロナで大学の講義やゼミをオンラインで受けることができるようになったので、賃貸の家を解約し、全国各地の田舎に中長期で滞在して一次産業のお手伝いをして楽しく学んでいます。



わしず
鷺巣さんの
ライフスタイル ⇒ 16p

STEP 3

二地域居住のリアルなおはなし。

地方に住みつつ都市にも居場所を持ち感性を磨きたい！視野を広げたい！

Toyama

富山県富山市

平日は、フリーランスのIT技術者として働いています。

Tokyo

東京都

週末はプライベートで読書会を開催しています。



おおおもて まさと
大表 正人さん

1995年生まれ
二地域居住1年目

Story

わたしの二地域居住ストーリー

富山の高専を卒業後、上京してWebエンジニアとして就職しました。会社の交流会がきっかけで、都内で開かれている読書会にプライベートで参加しました。その読書会が学びの機会になり、たくさんの本に出会い、仲間と意見交換しあい、視野を広げる経験になりました。

個人事業主として独立することが自分の描いていた夢だったため、その後、会社を辞めて独立しました。今は地元の富山にメ

インの拠点を移し、平日はフレックスのスタイルで働いています。未来志向の人と出会えるのは、東京ならではの経験であるため、土日は東京に移動し、読書会の開催や仕事仲間と共に過ごすことを通じて、地元では得にくい最先端の目線を得ています。

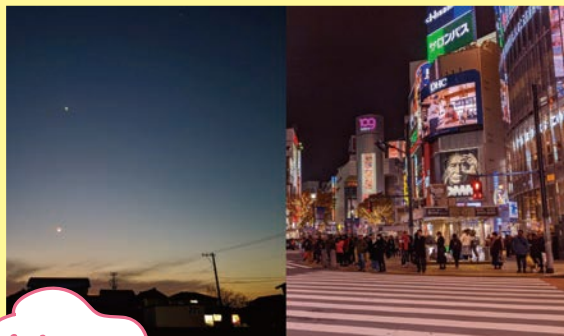
これからは、東京で開いている読書会のように、人を集めて学びの場をつくることを富山でもやりたい。そして富山と東京の架け橋になりたいと考えています！

二地域居住をやって良かったこと

東京で暮らした年数が長い分、富山にいる家族や友人と近い場所で暮らせることを嬉しく感じます。やはり、家族が遠く離れていると心配に感じる事が多々あったので、いつも会える状態にしておくことは良いことだと思います。

また、二地域居住を始めてから、富山の友人とともに車やバイクの趣味を楽しむようになりました！車やバイクを所有して満足に走らせるということは、東京ではなかなかハードルが高くて難しいです。しかし、地方であれば楽しみやすい趣味だと思います。車やバイクに対して一般的にはあまり良い

印象がないかもしれませんが、それをクリーンなイメージと捉えたうえで、田舎でしか味わえないような娯楽を楽しむのはとても充実した暮らしになるのでオススメです！



Advice

実は、効率を求める人には二地域居住は向いていないと感じます。どうしても行き来の手間がかかるからです。それさえ気にならなければ、やりたいことや好きなことをしやすいため、素敵な二地域居住の第一歩が踏み出せるのではないのでしょうか。



STEP 3

二地域居住のリアルなおはなし。

地方に住みつつ都市にも居場所を持ち感性を磨きたい！視野を広げたい！

Aichi

愛知県田原市

家業である直売所の経営のほか、創作活動を行っています。地域の人が集まるマルシェを開くことが夢です。

Tokyo

東京都

保険会社のアルバイトをしながら独自にイベント出店などに挑戦し、料理の腕や自分の感性を磨いています。



こもだ やすひろ
菰田 康弘さん

1991年生まれ
二地域居住1年目

Story

なぜ二地域居住？

かつてオーストラリアを旅した時に、バイロンベイという地域のファーマーズマーケットに感銘を受けました。それ以来、自分が生まれ育った田原市を活気づけるために、ファーマーズマーケットを開き、子どもからお年寄りまで集まれる場をつくりたいという夢ができました。現在は、実家の直売所を手伝いつつ、その準備をしているところです。

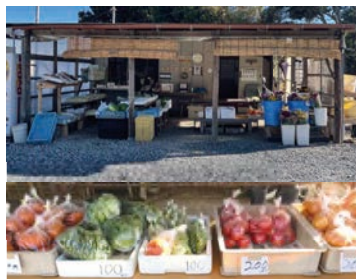
では、なぜ東京での暮らしをするのかというと、田原市だけに住むよりも東京に来て変わったものを知ることが自分のセン

スを磨くために大事だと考えているからです。例えば、お店の看板ひとつでも、東京には参考になるデザインがあって、愛知にいただけでは得られない情報や世界があります。だからこそ、自分の成長にとって必要な場所です。

東京では、自分がカレーパンをつくって出店してみたり、田原市の野菜を東京に持ってきて売ってみるなど、テストマーケティング的に色々なことを試す機会もあります。東京での経験を田原市に持ち帰って発揮したいと思っています。



東京でよく滞在中のゲストハウスでは、時々、ナイトマーケットのイベントが開催されるので、自分が作ったカレーパンや田原市の野菜を売っています。



直売所は父親がゼロから始めました。地域の人が野菜や果物など持ってきてくれます。



実家の倉庫は同級生と集まったり、直売所に置く椅子などを制作したりと、秘密基地のような場所になっています。広い空間があることや、近隣を気にせず音楽を楽しめるのも田舎ならではの暮らしだと感じています！

Cost

家賃

- ・東京は3.2万円/月(ゲストハウスに滞在)
- ・愛知は0円/月(実家のため)

交通費

- ・6.4万円/月
(アルバイト先の交通費支給あり)

Transportation

東京ー愛知間は新幹線を使っています。荷物は事前に移動先に郵送し、基本的にギター1本だけを持って移動しています！

Advice

僕の生まれ育った田原市は田舎なので田舎の人の感覚が分かるのですが、地元の人には、二地域居住している人をよそ者のように見えてしまう傾向が強いと思います。悲観的にならず、地域の人々の生活スタイルなどに対する理解と敬意が大事です。

STEP 3

二地域居住のリアルなおはなし。

自ら地域で新しいビジネスを創りとことん追求したい！

Nagano

長野県富士見町
起業して、地域の事業者
の経営支援を行っています。

Tokyo

東京都
長野での事業を東京にいる
仲間と展開しています。
東京が商品の販路に
なっています。



たかやなぎ ゆう と
高柳 祐人さん

1986年生まれ
二地域居住4年目

Story

わたしのライフスタイル

僕は東京と長野県富士見町で二地域居住をしています。富士見町では会社を設立し、地域の事業者を支援するローカルビジネスのコンサルティングをしています。東京には会社の社員や取引先がいるので、必要なタイミングで東京と富士見町を行き来しています。

二地域居住を始めたきっかけ

2014年に5年間勤めた会社から転職し、メディア企業の事業・商品企画の部署に勤務しました。そこで「就職」に関する仕事をする中で、求職者が自分の強みを生かすフィールドとして、地方で働くという選択肢に可能性があることを感じ始めました。

そんな思いから、都心の人材とローカルの企業とがつながる仕組みをつくることを模索していて、様々な地域に足を運びました。全国20か所くらいを訪問する中で、富士見町と出会いました。

富士見町には「富士見 森のオフィス」という、様々な人が交流

しながらテレワークができる施設が新しくできていました。自分のやりたいことができそうだと可能性を感じ、施設の運営に携わりながら、自身で起業をし、地域の産業の経営支援を行う事業を始めました。



「富士見 森のオフィス」
事務所としても、
宿泊施設としても利用できる施設。

ローカルの事業のおもしろさ

ローカルの仕事に関わることは、とても面白いです。地域の産業というのは、その源泉が土地にあって、自然に根差して成り立っていることが分かってきました。例えば、地域の事業者のお手伝いをする中で、うなぎの加工所でさばかせてもらったことをきっかけに、うなぎの歴史を深く調べていくと、その地域で何年も続いている文化そのものであって、本当の意味での地域のオリジナリティがある産業であることに気づかされました。

デジタルは簡単にコピーできますが、地域の産業は他の地域で簡単に真似できるものではありません。富士見町を含むこの諏訪・八ヶ岳エリアには魅力的な企業が多くあるので、その企業の方々と一緒に考えながら、地域内の様々な資源をつなげ、生態系をつくりあげるといったイメージを持って活動しています。



STEP 3

二地域居住のリアルなおはなし。

自ら地域で新しいビジネスを創りとことん追求したい！

たかやなぎ ゆう と
高柳 祐人さん

地元の人たちとの関係は、「友達以上家族未満」

僕の会社が支援している事業者とは、友達以上家族未満のような関係です。でも、初めからそうだったわけではありません。富士見町に住んで、徐々に地域の人と同じ目線で話せるようになってきました。地元の人との関係が深くなるにつれて、東京の価値観で東京と同じようなことをしようとしても、信頼関係が築けないことを知りました。正直地元の人から「最初は絡みづらかった」と言われたことも（笑）

これからの暮らし方の展望

現在会社で所有している土地に、来年には新しく建物が建つので、そこができれば移り住む予定です。

これからは、もっと長野での事業を育てて地域の人のための事業を発展させていきたいと考えています。そのために、東京のマーケットとつなぐことも大事です。二地域居住を通じて、東京と長野の双方向に情報やノウハウを行き来させながら、ローカルの可能性を広げていきます。

Monthly rent



住まいはどうしているの？

東京 13万円/月(賃貸)
長野県富士見町 6.5万~7万円/月(賃貸)

駅に近いことを重視していて、家賃が平均よりも高くなっています。気になる人はもっと安くできると思います。

今後、長野では会社の土地に事務所兼住居を建てる予定なので、コストは下がると思います。

Transportation



移動はどうしているの？

交通費は、1回往復1万円。不定期で、行き来しています。

長野ー東京間は特急電車で移動しているので、移動中は仕事もできますし、あっという間に到着します。

Home management



家の管理はどうしているの？

夏は問題ないですが、富士見町は冬場が寒いので、水道管が凍ると破裂してしまいます。

そのため、電熱線で水道管が凍らないマンションを選びました。

Advice



単純に憧れだけでは二地域居住を継続するのは難しいと思います。実際に僕の知り合いで、趣味をするために二地域居住を始めたものの、挫折した方もいらっしゃいました。

二地域居住はあくまでも手段なので、「その地域で自分が何をするのか」という目的を明確にすることが大事だと思います。

STEP 3

二地域居住のリアルなおはなし。

自然や人とのつながりを感じ、自分らしく心地のよい生活をしたい！

Nagano

長野県白馬村

フリーランスのデザイナーとして、仕事をテレワークで行っています。主なクライアントは東京です。

Tokyo

東京都

仕事仲間やお客さまとの打合せ、撮影のお仕事、実家への帰省などで定期的に通います。



こばやし な お
小林 奈生さん

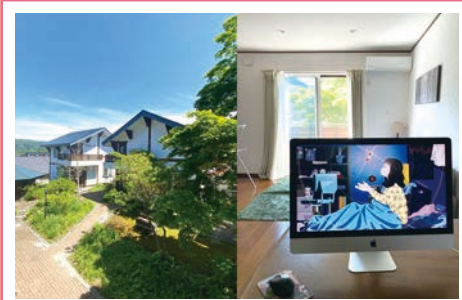
1985年生まれ
二地域居住1年目

Story

きっかけは、コロナ禍でのワーケーション体験

東京の家で、在宅で仕事をしていたころ、白馬に移住した大学時代の先輩が「ワーケーションにおいでよ」と誘ってくれたので、ワーケーションにチャレンジしました。すると、野菜や水や空気など、白馬の環境が自分の体に合うということがたった1~2週間で分かり、「これは自分にとって続けた方がいいというサインなんじゃないか」とすごく感じて、二地域居住を始めるに至りました！

最初に1か月半だけ
ワーケーションしたアパート。



二地域居住を始めたきっかけ

まず、より良い環境に身を置くことで、以前より集中して仕事ができていることに気づきました。東京にいた頃よりも作業効率が良くなったり、デザインにキレがでてきた気がするし、もっと丁寧に取り組めるようになった感覚がありました。

また、白馬にいて「自分は本当はどうしたいのか」を考える余裕ができたことも良かったことです。東京では忙しくて、自問自答する時間が無くなりがちでした。二地域居住をしてみても、おいしい野菜を白馬で買うようになり、お野菜を並べている農家の奥さんに「どう料理するんですか？」って話しかけるとか、自分はこんなに料理が好きだということを実感

することもできました。こういう暮らしこそが自分の心の栄養だということに気づけたのは二地域居住を始めたからです。



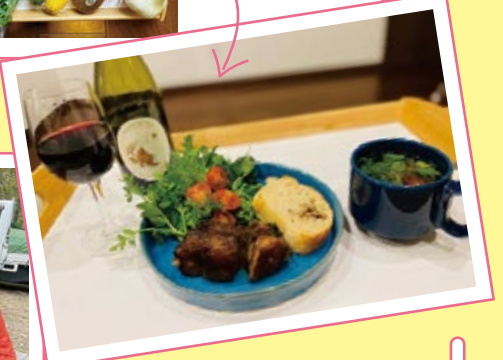
白馬で買った野菜と
白馬ポークでお料理！



ゲストハウス暮らししていた頃も、
いろんなお友達が増えて楽しかったです！



友人とキノコ狩りをしたときの写真です！



STEP 3

二地域居住のリアルなおはなし。

自然や人とのつながりを感じ、自分らしく心地のよい生活をしたい！

こばやし な お
小林 奈生さん

自分らしい暮らし方を求めて

私にとって二地域居住は、好きなこと続けていく努力をするということ。そして、そんな状態をキープするためには、誰かの意見に流されないように自分の感性を大切にしていける意思が必要だと思いました。特に女性であれば、パートナーの都合に振り回されたり言いなりになってしまわないように、自分自身の稼ぎがあることも大事になってくるかもしれません。



デザインのお仕事のお客様は東京がメインですが、白馬の方に依頼されてデザインを作成したものもあります。



Searching for houses



どのように白馬村で賃貸の家を見つけましたか？

初めはゲストハウスに滞在していましたが、賃貸の住まいはなかなか見つかりませんでした。そこで、いろんな人に「住みたいけど家がないんです！」と相談して回りました。そうしているうちにご縁があり、家主さんを紹介いただいて今のお家と巡り合えました！家主さんの中には知り合いにしか家を貸したくないという人が多くいます。良い物件の情報が流通していないことがよくあるので、知り合いを増やしながら紹介してもらうというのはとても有効な方法だと思います。



白馬で住み始めた新しい賃貸のお家です！

Advice



性格的に繊細な人や真面目な人ほどおすすめです。音や匂いに敏感なところがあったり、与えられた仕事をやり過ぎたりと、人一倍疲れるのではないのでしょうか？

そんな人ほど、今の環境から少し離れてワーケーションなどをして、2週間でもいいからチャレンジしてみることができたら、今の生活に足りないものや、本当にしたいことに気がつきかけになると思います！

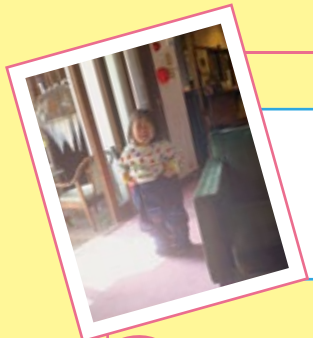
(逆に自分の年齢を気にする人は向いていないかも。年齢に関係なくいろんなコミュニティに飛び込む勇気が大事です！)



STEP 3

二地域居住のリアルなおはなし。

家族や友達と、週末に豊かな時間を過ごしたい！



Tokyo

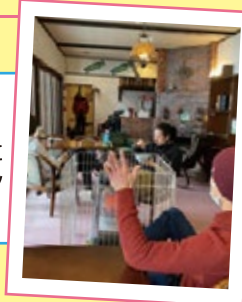
東京都

妻と娘と住んでいます。税理士として勤務していて、平日は毎日出社しています。

Nagano

長野県小谷村

ペンションを譲り受け、副業として経営しています。冬はスノボなど仲間と楽しんでます！



たむらちから
田村 力さん

1984年生まれ
二地域居住20年目

Story

きっかけは、大学時代にリゾートバイトで小谷村に来て働いたこと

高校時代にスノーボードにハマリ、大学生になったらリゾートバイトをすると決めていました。そして大学1年の時に、小谷村でスキー場のリゾートバイトをしたことがきっかけで、冬季は小谷村に長期滞在するようになりました。気づけばレンタルショップのビジネスを知り合いから引き継いだりして事業をや

るほどどっぷりに。

そんな生活をしているうちに、「古いペンションを買わないか」という話が舞い込みました。安かった上、仲間とシェアすれば何とか経営できると思い購入しました。今は東京で税理士をするかたわら、譲り受けたペンションを経営しています。

二地域居住して良かったこと

とにかく冬はスノボ、夏はマウンテンバイクや BBQ、新潟の海で釣りをするなど、家族や友人とアクティビティを楽しむのが最高です！

家族の理解

奥さんと娘がいますが、奥さんは東京で働き、娘は東京の保育園に通っています。奥さんが小谷村に来ることが好きなので一緒に来てくれることもありますし、僕一人だけで小谷村に行くことに対しても寛容なので感謝しています。

田舎で副業して良かったこと

自分の本業と副業は全く別世界ですが、意外とつながっていることがあり、とても役立っています。税理士としてコロナの補助金についてお客さんに提案することがありましたが、実際に自分がペンションの事業で補助金を使ってみて、「こうしたら失敗した」とか「この補助金は絶対使った方が良いでしょう」といった説得力のある提案ができるようになりました。そのような働き方をしているうちに、長野での税理士のクライアントも徐々に増えてきました。

Cost

移動のコスト

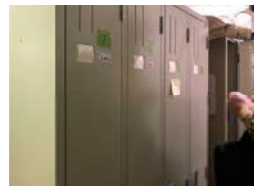
ガソリン代1万円、高速代3千円なので、往復約3万円。相当な額ですが、一緒に友達を乗せることが多く、一部負担してもらってます。

一緒に連れていく友達から「小谷村面白いね」「また来るね」と言ってもらえるので、ペンション利用のリピートにもつながっています。

地域との関係性

地元の人との関係は本当に大切です。小谷村の商工会と町内会に入っていますが、商工会からは地元の情報をいただくこともあります。地元の仲良しの知り合いに頼んで、雪かきしてもらうこともあり、とても助かっています。

自分が経営するペンションで、二地域居住者向けのサービスをしています！



二地域居住をしたいという人向けに貸しロッカーを置いています。貸しロッカーがあることで、滞在していない間も荷物を置いて重宝されています。ワーケーションをしている滞在者もいて楽しそうです。

STEP 3

二地域居住のリアルなおはなし。

地域の人とのご縁や交流を大切にしたい！田舎ならではの生業を学びたい！

Free Address

多地域居住

東京の大学3年生です。コロナで講義やゼミをオンラインで受けることができるようになったので、賃貸の家を解約し、全国各地の田舎に中長期で滞在して一次産業のお手伝いをして楽しく学んでいます！



わしず まほ
鷺巣 真穂 さん 2000年生まれ
二地域居住1年目

地域の産業に関わるライフスタイル



Story

私はゲストハウスに滞在している人に、面白いオーナーを紹介してもらって行き先を決めます。ゲストハウスのオーナーさんは地域の農家さんなどとのつながりがあるので紹介してもらい、

地域の農業、畜産業、水産業、林業などを地域づくりインターン活動の一環として無償でお手伝いさせてもらっています。

「1地域1か月以上」滞在する理由

これまで全国各地に行きましたが、長くて2か月、短くても1か月は滞在するのがマイルールです。以前、ある地域に2週間だけ住んだとき、地域の人と仲良くなれるものの、コミュニティに入れるようになるには2週間では足りず、1か月ほどかかると感じたからです。

1か月同じ地域に住んでいると地元の人のことを覚えられるようになるし、地元の人も私のことを覚えてくれます。田舎は顔が見える小さなコミュニティなので、スーパーで会うと声を掛けてくれる人もいて嬉しいです。

地域の人との交流

訪問した初日に自治会の飲み会に誘われて、お酒を交わしてもらえるおもてなしを受けたことがあります。自治会の集会所で飲み、2次会は地元の人のお家で飲んで、3次会で別の人の家で飲むハシゴをしました。



Cost

滞在費はどれくらいですか？

ゲストハウスの滞在費は、安くて1か月3万円、高いと5万円くらい。これまでに行ったゲストハウスではどこでも月払の長期滞在プランがありました。

baggage



荷物はどれくらいの量ですか？

基本はスーツケース1個に加えてリュックサックを背負って移動します。その他の荷物はコンビニで発送し、次の拠点近くのコンビニで受け取っています。(送料は千円程度。)



Transportation



移動はどうしていますか？

安さを優先して、夜行バスを多く利用しています。なるべく寝られるように3列シートバスを選んでいきます。

Advice



私は、自分と同じようなライフスタイルの人に囲まれているので、多地域居住者は世の中に多いという印象を持っています。皆、今の拠点を楽しみ、次の拠点に行くことにもワクワクしています。私は、人のバックグラウンドを知るのが大好きなので、おすすめでしかないです！やらなきゃもったいないくらいに。今しかできないことなので、興味があればとりあえずやってみてください！

problems?

困ることはありますか？

車を持っていないので、困った時は周りの人に助けを求めています。「持っていない」ということを周りに伝えると、誰かが親切にしてくれます。それ以外は不自由ないので、困ることはほぼありません。

STEP 3

二地域居住のリアルなおはなし。

仕事は完全リモートワーク。探求心の赴くままに、アクティブに旅するように暮らしたい!

Free Address

多地域居住

東京の会社員で、デザイナーとして働いています。コロナをきっかけに完全にリモートワークとなったので、東京を離れて、「多地域居住×ワーケーション」の暮らしを実践中です!



さ さ き れい
佐々木 励さん 1985年生まれ
二地域居住1年目

Story

実践している「多拠点ワーケーション」とは

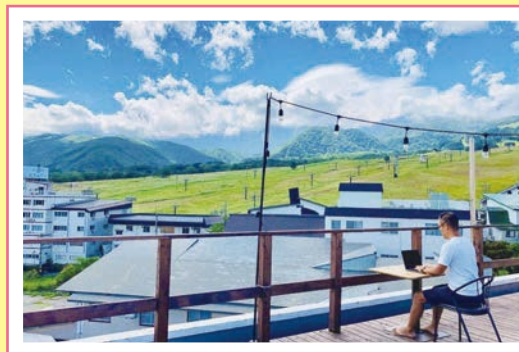
「多地域居住」と「ワーケーション」を組み合わせた造語です。全国を転々としながら、平日は働き、休日はローカルな生活を送っています。

会員の僕が多拠点ワーケーションに たどり着いた理由

僕は2021年の夏からワーケーションを開始しました。そのきっかけは、

- ① リモートワークが定着してきて、もはや同じ場所にいる必要性を感じなくなったから
- ② 仕事で煮詰まったとき、在宅ワークだと同じルーティンばかりで、突破口が見つからなかったから
- ③ 社会の変化、組織のカルチャー、個人の状況などから、論理的に思考するとワーケーションをしない理由がなかったから

思い立ったが吉日で、まず月10日間のワーケーション生活から始めました。そのような生活を半年ほど続けていると、家に帰るのが面倒になり、家賃がもったいなくなりました。そこで、東京の賃貸マンションを解約し、アドレスホッパーとして全国をめぐる暮らしがスタートしました。



ワーケーションによって生まれた自分自身の変化

昔は長期休暇があれば海外に行くというイメージを持っていましたが、この生活を始めてからは、国内でも、地域それぞれの特色や面白さがあることに気がつきました。

ワーケーションを始めて圧倒的に変化したのは、平日の朝活ウォーキングをするようになったことです。在宅ワークだとしても運動量が減ってしまうのでスポーツジムに通ったりもしましたが、マンネリ化することが課題でした。ところが、ワーケーション先で朝活ウォーキングをすると、毎日が刺激に満ちてきます。地域によって太陽の動きが違うことなども感じるんです。

例えば、長崎県の五島列島でワーケーションをしていた時に、今までに見たことのないような朝焼けを見て、感動してしまいました。また、北海道の白老町では、アイヌゆかりの「ポロト湖」で、朝の静けさの中、自然と呼吸が深くなりました。

いま僕は長野県白馬村にいますが、毎日、朝からスノーボードをしてから仕事をしています。



STEP 3

二地域居住のリアルなおはなし。

仕事は完全リモートワーク。探求心の赴くままに、アクティブに旅するように暮らしたい！

さ さ き れい
佐々木 励さん

いろいろなお店に
行って飲み比べ、
食べ比べができるのも
長期滞在の
楽しみです！



長期滞在だからこそ感じられる面白さ

僕は、1つの地域に最低1か月は滞在します。1か月暮らすと、地元の人とのつながりが生まれ、地元の人しか知らないバーに行ったりもできます。知り合いが増え、スキーの全国大会のスタッフのお手伝いに誘っていただけるなど、自分にとって面白い話が舞い込んでくるようになるのも、長期滞在ならではの魅力です！

ご当地料理のお店や地元の定食屋さんで、同じ料理を違うお店で食べ比べるのも楽しいです。日本三大うどんの1つである「五島うどん」も、お店ごとの微妙な味の違いが分かり、長期滞在ならではの食の探究ができました。



recommen-
-dation

多拠点ワーケーションは
どんな人におすすめですか？

「精神的に」豊かな生活をしたいという人にはオススメです！

この生活をしている中で、出会う人から「豊かな生活をしていますね」「こんな豊かな生活をしている大人に会ったのは初めてです」といった言葉をかけてもらうことがよくあります。

少なくとも日本においてワーケーションができる環境が整ったのは歴史上初めての出来事。コロナがきっかけですが、ピンチはチャンス。今逃したらもったいないですよ！！



住民票はどこに
置いていますか？

実家が宮城県仙台市なので、
実家に住民票を置いています。

baggage

荷物はどれくらいの量ですか？

最初は、荷物を捨てるのが大変でした。家電は知り合いにあげて、家具はほとんど捨てました。シーズンな服については全国どこからでも預けることができるサービスを利用しています。今は冬服を持ち歩いています。季節の変わり目に夏物と入れ替えます。

基本的にはスーツケースで移動しますが、僕は身軽に移動したいので、重い荷物はゆうパックで送っています。荷物のサイズが大きくなければ、飛行機の追加で預ける手荷物料金とあまり変わらないです。



Special
items

こだわりの持ち物はありますか？

電子調理器をどこに行くにも持って歩きます。これ一台あれば、炊飯も低温調理も煮込み料理もできる優れものです。毎週1週間分のカレーとラトウイユを作り置きするのが僕のルーティンです！常用しているタッパーやスパイス・ハーブ類は移動するときに郵送しています。



毎週つくる
ローストビーフ

多拠点ワーケーションを始めるのに、
会社の許可は必要でしたか？

私が勤務する会社は、リモートワークを積極的に推進しているわけでも反対しているわけでもなく、あくまでも中立的な立場だと思います。しかし、コロナを機にリモートワークが浸透したこともあり、僕自身が「多拠点ワーケーション」の生活を始めるにあたって問題は生じませんでした。勤怠はWEBで管理されていて、9～19時の裁量労働制の勤務形態です。会社の中で多地域居住をしている人は自分以外にはいないと思います。WEB会議をするときに「〇〇〇なう」という背景にして今暮らしている場所をお伝えすることも。僕の暮らしに関心を持ってくれる社員も数多くいます。



STEP 3

二地域居住のリアルなおはなし。

地域に貢献できる自分にピッタリの仕事や働き方に出会いたい！

Free Address

多地域居住

土地と家を持たないフリーランス農家です。全国各地の畑に赴き、農家さんのお手伝いをしています。ライターとして農業に関する情報を発信するほか、農泊コーディネーター、ワーケーションの企画などにも携わっています！



こばまつ まり
小葉松 真里さん 1990年生まれ
二地域居住4年目

Story

わたしがフリーランス農家になるまで

学校卒業後、地域に貢献する仕事がしたいと思い、地元新聞社や函館のまちづくり会社で、主に地域のイベント等の企画運営を行いました。仕事を通して、地域を支え続けてきた一次産業に可能性を感じ、農業の世界へ飛び込み、道内の農家さんのもとの2年間住み込みで働きました。その後、北海道栗山町地域おこし協力隊として、農業ツアーの企画やマルシェ出店、生産者と消費者の交流の場づくりとして間借り居酒屋などを行いました。

そんな中でずっと、「自分ならではの農との関わり方」ができないか試行錯誤しました。自分の強みや経験を生かしながら、就農する以外に農業に関わる働き方はないか考えた結果、「フリーランス農家」という働き方にたどり着きました。この働き方を実践し始めた当初は、うまくいくあては全くありませんでした。しかし「もううまくいかなければやめよう」と思い切って始めてみたところ、

気がつけばこの働き方を続けて4年目になっています。



主な経歴

- ・北海道の地方新聞社やまちづくりを支援する企業で働く
- ・北海道の農家に2年間住み込みで働く
- ・北海道栗山町地域おこし協力隊に参加
- ・現在はフリーランス農家として活動中

土地と家を持たないフリーランス農家のライフスタイルとは？

私が各地でどんなことをしているかという、全国の農家の農業繁忙期をお手伝いして渡り歩きながら、農業の課題解決や、魅力発信につながるようなお仕事もしています！
例えば…

- ◎北海道岩見沢市北村地域農泊推進協議会にてコーディネーターを行い、農村地域の資源を活用したツアーの企画・販売を行う。
- ◎農業就活サイトに連載を持ち、全国の面白い農家さんの紹介を行う。
- ◎地元農家のフルーツを使用したパフェの商品開発を行い、直売所にて販売。地産地消に貢献する。
- ◎農業支援を行う企業にて調査事業を行う。

このような取組にも携わってきました。



STEP 3

二地域居住のリアルなおはなし。

地域に貢献できる自分にピッタリの仕事や働き方に出会いたい！

こばまつ まり
小葉松 真里さん

長期滞在だからこそ感じられる面白さ

日頃から地域の人との関わりは多いです。例えば、アドレスホッパーでフリーランスの料理人が開いた食事会に行くと、新しい働き方をする人とのつながりができたり、ワーキングスペースに行くと地域の人との交流ができたりと、日々いろんな方との出会いに恵まれています！

二地域居住に関心のある人へ

最初はうまくいくという確信がなく始めたこのライフスタイルですが、徐々に生活のサイクルも安定してきました。実際にやってみると、自分よりもっと自由な人たちに会います。フリーランスのエンジニアやセラピストとして多地域生活を送っている人にも出会いました。私のようなライフスタイルをしたい！と言ってくれる人が周りに現れるようになりました。

自由気ままにいろいろなところに行き、新しい経験をできるのは自分の財産になりますよ！



Risk hedge

何か生活上や仕事上のリスクはありますか？

あまり心配はしていませんが、私の場合、貯蓄はコツコツしています！自分が病気を患って倒れてしまった場合などのリスクヘッジについては、考えておく必要があるかもしれません。フリーランスの保険があるので入っておくと、いざという時に安心かも。



income

フリーランス農家で、生活するのに十分な収入が得られているのですか？

農業のお手伝いと農泊コーディネーター、ライター業で、貯蓄ができる水準になっています。住み込みで働いたり、携わっている事業で宿泊費を充当できることもあるため、月々の固定費が少なく、支出をぐんと抑えられているのが良いところですよ！



Advice

はじめての方へのアドバイス

- ◎自分で交通費も宿泊費も出していたら費用がかさんで続かないと思います。誰かに「呼ばれる存在」になってその地域に行き、自分のスキルを地域に使ってもらえるという形が理想です！
- ◎交通費の助成などの支援制度がある地域を探すのも有効です。ワーケーションのモニターに参加すると交通費を出してくれる地域もあります。お試し感覚で地域に行くことができるのでぜひ活用したらよいと思います！
- ◎「ふるさとワーキングホリデー」を利用したことがあります。私は、宿代や車代が無償の環境の中で、1か月滞在できました。地域とつながるきっかけになりますよ。



小葉松さんが農作業をする日の1日の過ごし方の例

- 05:00 起きる
ごはんとお弁当を作る
- 07:00 ご飯を食べる
仕事の支度をする
- 08:00 農場に行き農業のお仕事をする
- 14:30 仕事を終える
- 15:00 夕方までライターの仕事をする
- 18:00 夕食
- 21:00 就寝



STEP 4

二地域居住のために準備することタイムライン

さあ、二地域居住を学び、先輩方のライフスタイルを見学した後は、実際にスタートする準備です。拠点づくりまでを行うことを順番にご紹介。このチェックリストを参考に、準備を整えましょう。

Time line

HOP

1

どんな二地域居住がしたいか考えよう！

- 自分や家族の理想のライフスタイルを思い描こう！
- これからの働き方について考えよう！



Step

2

候補地を検討しよう！

- 情報収集しよう！
- 地域を訪問し、地域を知ろう！
- 実現に向けて構想しよう！



Jump

3

住まい(拠点)を探そう！

- 住まいを探そう！
- 地域の決まりごとを確認しよう！



STEP 4

二地域居住のために準備することタイムライン

さあ、二地域居住を学び、先輩方のライフスタイルを見学した後は、実際にスタートする準備です。拠点づくりまでを行うことを順番にご紹介。このチェックリストを参考に、準備を整えましょう。

HOP

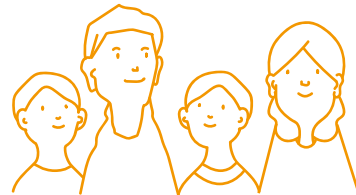
1

どんな二地域居住がしたいか考えよう！

☑ 自分や家族の理想のライフスタイルを思い描こう！

二地域居住を始めたら、それぞれの地域でどんなことをしたいですか？具体的なプランを考えてみましょう。(自然、食、レジャー・アクティビティ、住まい、子育て、医療、交通、教育、仕事、買い物などの観点から考えてみましょう)

「都会と田舎の両方の魅力をいっとこどりしたい」「自然に囲まれた環境でのびのびと子育てしたい」「地域に貢献できる仕事をしたい」「自分のお店を持ちたい」「夢のマイホームを建てたい」「農業がやりたい」「地産地消の安全で美味しいものが食べたい」「気軽に温泉に行ける日常を過ごしたい」「老後をゆったりと過ごしたい」など、いろんな考え方があるでしょう。



☑ これからの働き方について考えよう！

今の仕事を続けたまま実施する

テレワーク環境の充実などにより、転職することなく新たな拠点で二地域居住を始める例が見られます。働き方を柔軟に捉えて、働きやすい環境を整える企業も増えていますが、同じように自身の会社でも実施が可能なのか、仕事に支障が生じないのかなど確認する必要があります。出勤頻度や移動時間、通勤手当の有無、就業規則上可能なルール、今後のコロナの影響と会社の方針も考慮しながら、人事・給与担当者とも相談して検討しましょう。

新しい仕事を見つける・つながる

現在の仕事を続けながら、新たに仕事を探したり、副業・兼業を始める例が見られます。趣味や特技を活かしてお店を始めるケースや、交流を通じてスキルを必要としている人に出会うケース、クリエイティブな人たちが出会って新たな仕事が生まれるケースなど様々です。いろいろな人たちと、したいことやできることを話してみることで「新しい何かが起こる」可能性が広がります。サテライトオフィスや地域のコミュニティにいるキーパーソンを経由することで、円滑に話が進むことができるようです。

STEP 4

二地域居住のために準備することタイムライン

Step

2

候補地を検討しよう！

☑ 情報収集しよう！～見る・聞く～

自身の思い描く生活や活動を行うことができるのか、候補地の状況や自治体の支援内容等を知ることによって可能性が広がります。情報を的確に集めることが実践につながる近道です。

- インターネットやSNSで二地域居住をしている人を探し、どんなライフスタイルを送っているのか調べる
- 「ふるさと回帰支援センター」や「ニッポン移住・交流ナビJOIN」などの支援組織が開催する移住者向けの相談会に行く
- 各自治体や地域団体等が開くオンライン移住相談会などを、インターネットで調べて参加する
- 各自治体の移住相談窓口で電話や直接相談する

☑ 地域を訪問し、地域を知ろう！～体験する～

短期間でも実際に訪問し生活してみることで、地域の雰囲気や暮らしぶりを体験することができます。その土地の良い点も悪い点も知ることが大切です。(気軽に行くなら日帰り、地域の特徴を知るなら10日間、地域に知り合いをつくるなら1か月を目安として滞在してみるのはいかがでしょうか。)

日帰り～1泊程度

- 観光気分の日帰り訪問する
- 各自治体が企画する地方体験プログラムに参加する
- ワークেশョンのモニターツアーに参加する

10日～1ヶ月程度

- ふるさとワーキングホリデーに参加する
- ゲストハウスやホテル、旅館、農家民宿など、地域の宿泊施設に中長期で滞在してみる
- 「お試し住宅」で地域の暮らしを実体験する



地域の文化・食などの魅力を体験するだけでなく、地域に住む方と知り合うチャンスです！

☑ 実現に向けて構想しよう！

2つの生活環境を考える

現在の拠点と二地域居住先の生活をイメージすることが大切です。二地域居住先で必要となる生活必需品の準備や家屋等の維持管理、どのくらいの頻度で行き来するのか、人間関係や家族の都合、現在の生活の中から二地域居住を行うための時間を作れるのかなど、様々な状況や影響について考えましょう。

費用や移動手段を考える

必要な家財道具や光熱水費が2倍となること、移動手段やその時間・頻度・費用についても検討が必要です。DIYをしながら田舎暮らしを楽しむのも費用を抑える一つの方法ですが、家屋等の補修は安全性の面から専門的な知識が必要となる場合もあります。また、移動に時間と費用がかかるとそれが負担になることも。公共交通機関等の運行状況を確認し、場合によっては候補地を見直すことも大切です。



空き家の場合は市町村が改修支援やDIY講習等を実施していることもあります。また、市町村等が乗り合いタクシーや乗り合いバスを運行している場合もあります。

子育て・教育環境を考える

子どもがいる場合には、一緒に二地域居住を行うことが可能か否か、子どもの学校行事や部活、塾等の学習環境への影響、子どもの医療制度の確認、また、一緒に行わない場合でも、自身が不在になることで生じる影響等について考えてみるのが大切です。



出産や子どもの医療費などの支援制度は自治体によって異なります。住民票のない自治体の医療機関で支払った医療費についても支援を受けられる場合もあります。また、二地域居住先で一時的に子どもを預ける必要が生じた場合には、一時預かり事業を活用できる場合もあります。一時預かり事業の利用方法(申込み期限や利用期間など)は各市町村で異なりますので、各自治体の担当部署に確認しましょう。

STEP 4

二地域居住のために準備することタイムライン



3

住まい(拠点)を探そう！

住まいを探そう・見に行こう・契約しよう！

探す

購入や賃貸を検討する場合、まずはできるだけ多くの情報を集めることから始めましょう。不動産業者で物件を見つけることが一般的ですが、空き家を利用すれば、比較的安価な物件を探すこともできますので、ホームページなど参考にしてみてください。

- 不動産業者に問い合わせる
- 全国版空き家・空き地バンクや自治体の空き家・空き地バンクを見る
- 地域の人と仲良くなり、伝手で物件を紹介してもらう



Point
周辺環境も要チェックです。ライフスタイルに合わせてスーパーや病院、学校の場所、四季の様子、災害時の対策についても考慮しましょう。長く安心して住み続けるために、「ハザードマップ」等の防災情報も確認しておきましょう。

見に行く

空き家バンクの場合、自治体の職員が案内してくれることもあります。また自治体によって修繕・改修の補助を出してくれるところもありますので相談すると良いでしょう。



Point
希望どおりの立地環境や物件と出会うのはなかなか大変です。焦らずにじっくりと見極めましょう。

契約する

お気に入りの物件が決まったら、いよいよ契約です。契約するときには、後にトラブルとならないよう、耐震性や損傷具合等を確認し、契約書でしっかりと条件を明確にして、両者納得の上で契約しましょう。

中長期で滞在できる拠点を探そう！

住宅ではなく、宿泊施設やワーケーション施設等を利用して、中長期・断続的に暮らすことももちろん可能です。自分の居心地の良い宿泊先を見つけましょう。

施設によっては、中長期滞在プランがあるところもありますし、HPIに情報が出ていなくても電話で問合せをすると相談にのってくれることもあります。

費用やライフスタイルにも影響しますので、場所選びは大切です。

- インターネットやSNSで地域の旅館やゲストハウスなどを検索してみる
- どこかの地域に滞在している中で出会った人や、旅好きの知り合いなどに、おすすめの宿泊先を聞く(口コミの情報は信頼度が高く、安心です。)

地域の決まりごとを確認しよう！

地域には、そこでの生活を暮らしやすくするためのルールや決まり事があり、皆で協力しながら支えていくことが期待されています。

- 生活上の基本的なルールを市町村のホームページや相談窓口、不動産業者などに確認しましょう。
- ゴミ出しの方法は、自治会がルールを定めている場合があります。その他にも区費や自治会活動を求められることもあります。
- 集落等では昔ながらの慣習や共同作業、神社の維持管理等といった決まり事がある場合もあります。
- 末永く生活することができるよう、ルールや決まり事は必ず事前に確認しましょう。特に、二地域居住は不在となることが多いため、地域の方々の理解を得ることがとても大切です。



心配ごと、
気になること。
Q&Aで
チェック！



STEP 4

気になることをチェック

二地域居住のよくある質問や疑問点をまとめました。実践者の体験談やよく見られる事例などから対応方法の例を整理してみましたので、チェックしてください。

Q1 住宅を2つ借りるのは負担が大きいのでは？

A1 都市で家賃15万円の物件で暮らしていた家族が、地方で同程度の広さの家を家賃7万円で借り、都市の住まいを家賃7万円のワンルームに変更することで家賃が減ったという例があります。また、空き家を利用することでも負担を抑えることができるかもしれません。どのような生活をするのかで状況は異なりますが、しっかり情報を収集して検討してみるとよいでしょう。

Q2 自動車は必要ですか？

A2 地域によっては公共交通機関がなく、自家用車がないと移動が困難なところもあります。市町村が運営する乗り合いタクシーや乗り合いバスの運行、シェアサイクルやシェアカーのサービス等があれば、その利用についても検討してみましょう。なお、長距離バスで移動して、駅前の無料駐車場を利用し、二地域居住先では自家用車で移動しているという例もあります。現地の状況を知ることによっていろんな方法が見えてくるかもしれません。

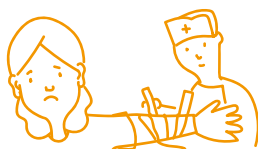
Q3 子どもと一緒に二地域居住できるの？

A3 地方に空き家を購入し、週末に子どもと趣味を楽しむという例や、地方を家族の拠点とし、自分は都市と地方を行き来する二地域居住をするなど、様々な例があります。また、子どもが義務教育期間中は、区域外就学制度を活用し、住所の存する市町村教育委員会との協議に基づき、他の市町村の教育委員会が受け入れを承諾した場合は、就学すべき学校を変更することが可能です^{*}。子どもの学校行事や友人関係など教育上の影響も考慮する必要がありますが、一緒に二地域居住をすることで、子どもにとってもかけがえのない経験につながるでしょう。

(※例えば徳島県ではデュアルスクールという取組を行っています。)

Q4 けがや病気になったときは？

A4 場所によっては、近くに病院がないこともあります。もしもの時を考え、救急対応をしてくれる病院やかかりつけ医となりそうな病院の位置などを事前に確認しておくといよいでしょう。また、障がいのある方や一人親家庭の子ども、小学生以下の子ども、乳幼児などに対して医療費の支援制度を設けている市町村があります。住民票のない市町村で医療を受けた場合でも申請できる場合もあるようです。その支援内容や対象は各市町村で異なるため、調べてみましょう。



Q5 支援制度はあるの？

A5 二地域居住者を対象にした空き家の購入費や移動交通費に支援金等を支給している市町村は一部ですがあります。また、移住者を対象とした支援金等も条件によっては利用できる場合もあるようです。民間事業者の中には、地方公共団体と連携し、お試し居住施設と運賃をサブスクリプションで提供しているケースもあります。二地域居住者を応援している市町村を候補地に考えてみるのも一案です。

心配ごと、
気になること。
Q&Aで
チェック!



STEP 4

気になることをチェック

二地域居住のよくある質問や疑問点をまとめました。実践者の体験談やよく見られる事例などから対応方法の例を整理してみましたので、チェックしてください。

Q6 住民票はどうしたらいいの？

A6 生活の拠点を二地域居住先とする場合には、住民票を移す必要が出てきますので、どうかたちで二地域居住をするのか、思い描く生活スタイルと照らして判断しましょう。なお、自治体によっては住民票の有無により、公共施設等の利用料金に差を設けている場合や、二地域居住でも移住と認められれば利用できる支援制度もあるようです。各自治体の制度を確認しつつ、理想のスタイルを考えてみるとよいでしょう。

Q7 家を空けるとき の注意点は？

A7 防犯のために戸締りを徹底しましょう。換気のために小さな窓を開けておくのも危険です。郵便受けにチラシなどが溜まっていると留守であることが分かってしまうこともありますので、不在になる期間が長くなる場合は管理業者に委託することやご近所さんをお願いするのも一案です。

Q8 郵便の受け取りは どうしたらいいの？

A8 最寄りの郵便局へ不在届を提出すると、最長30日後に預かっていた郵便物を郵送してもらえます。また、転居・転送サービスとして、届出日から1年間は転送してもらえるサービスもあります。更新も可能です。

Q9 電気や水道、ガスは どうしたらいいの？

A9 一般的に、電気や水道は休止手続きができ、都市ガスはできないことが多いようです。不在の間の電気や、水道・ガスなどの契約については、各事業者に問い合わせを行い、事情を話し、金額や安全性の面も考慮して、決めるとよいでしょう。

Q10 近所づきあいが不安です。 どのようにすれば仲良くなれますか？

A10 近所づきあいすることで、その地域のことがわかり、暮らしやすくなるとともに、防災・防犯面などいざという時にも安心です。「親子3代、土地と家を持って暮らしたらようやく仲間だ」という地域もあるくらいですから、無理してすぐに融け込もうとはせず、焦らずに関係性を深めていくことが大切です。

- ・転居のご挨拶に伺う、見かけたらあいさつをする
- ・地域のことをよく知る面倒見のいい人を探す
- ・地域のコミュニティやお店など、人が集まる場所に顔を出してみる

地方は都市に比べて人間関係が密接になると言われることがありますが、風習や助け合いの精神も含めて、そこの生活を楽しむことを心がけましょう。

Q11 地域のルールを守らなければ なりませんか？

A11 その地域で未永く暮らしていくためにはルールを守ることが大切です。同じ市町村でも、地域ごとにルールやその度合いが異なります。例えば、自治会活動が活発な地域では、二地域居住者でも自治会費を納め、地域の運動会や祭、防犯・防災・清掃活動等への参加を求められる場合もあります。草刈りの共同作業や神社の維持管理、農業の決まり事、冠婚葬祭の方法など昔からの慣習を大切にしているところもあります。特に二地域居住の場合は不在となることが多いため、事前に相談窓口やキーパーソンとなる方に確認することが大切です。





二地域居住ハンドブック

令和4年3月 第1版

国土交通省

※「令和3年度 新たな生活様式に沿った二地域居住の推進調査」により作成したものです。

本件に関するお問い合わせはこちら

国土交通省 国土政策局 地方振興課

〒100-8918 東京都千代田区霞が関 2-1-2 (中央合同庁舎2号館)

電話：03-5253-8404 (直通)