

神奈川県→高知市
Uターン

CASE 01 堀越 大智さん
家族構成／夫婦2人・子ども1人



仕事と子育てを
両立できる環境へ
子どもと過ごす時間は有限。

まるで綱渡り！共働き+子育ては想像以上にハードモード

「都会で共働きをしながら子どもを育てる事が、こんなに大変だったなんて。」堀越さんが、子どもが産まれたことで感じた率直な感想だ。大変だとは聞いていたが、夫婦ともにフルタイムで忙しく働きながら、子育てをすることで起きるドタバタは想像以上。



そんな堀越さん夫婦が忙しさのピークを迎えるのが、夕方の保育園へのお迎えから夕食、就寝まで。お互いのスケジュールを綿密に確認しながらその

日の担当を決め、毎日をなんとかこなしていたが、家事、育児、仕事と2人の抱えるタスクは増える一方だった。

そんな日々の中で喜びをもたらしてくれるのは、成長していく子どもの姿。幸せを感じながらも、家族の時間が十分に取れていないのではないかという焦燥感に駆られていた。

こうやって子育てできる時間は今だけだ。状況を変えるため、移住に向けて動きだした。

心にゆとりを持つ
子育てできています。



堀越さんの

高知暮らし

家庭も仕事も充実しています

家族で一緒に食事をして、週末にはお出かけ。仕事にも全力で取り組みながら、家族との時間を大切にできている今の暮らしは、堀越さんにとってかけがえのない宝物だ。

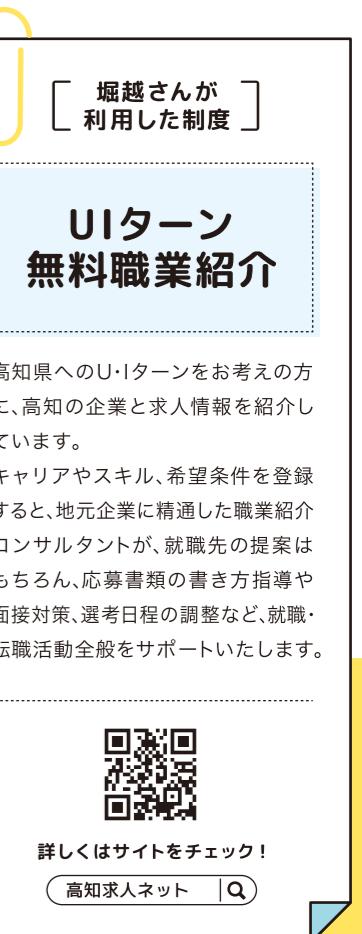
移住 BEFORE ▶ AFTER

『BEFORE』 『AFTER』

神奈川県 [住所] 高知市

会社員
(サービス業) [職業] 会社員
(製造業)

1LDK [間取り] 3LDK

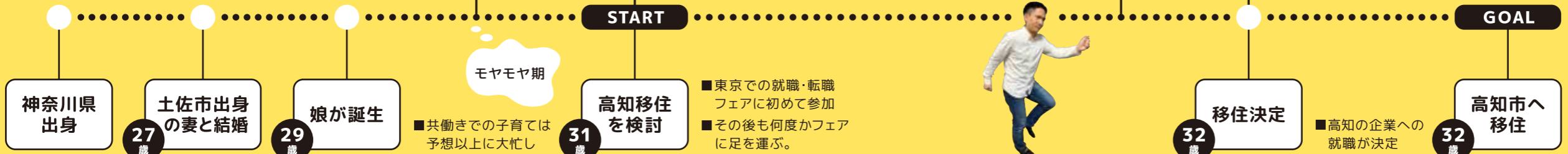


モヤモヤ期
移住前の暮らし
夫婦ともに多忙を極め、家族で過ごす時間が少ない日々。その限られた家族の時間でさえ、積み重なった疲労から十分に子どもに向き合えていないのでは？ そんな不安が頭をよぎる。

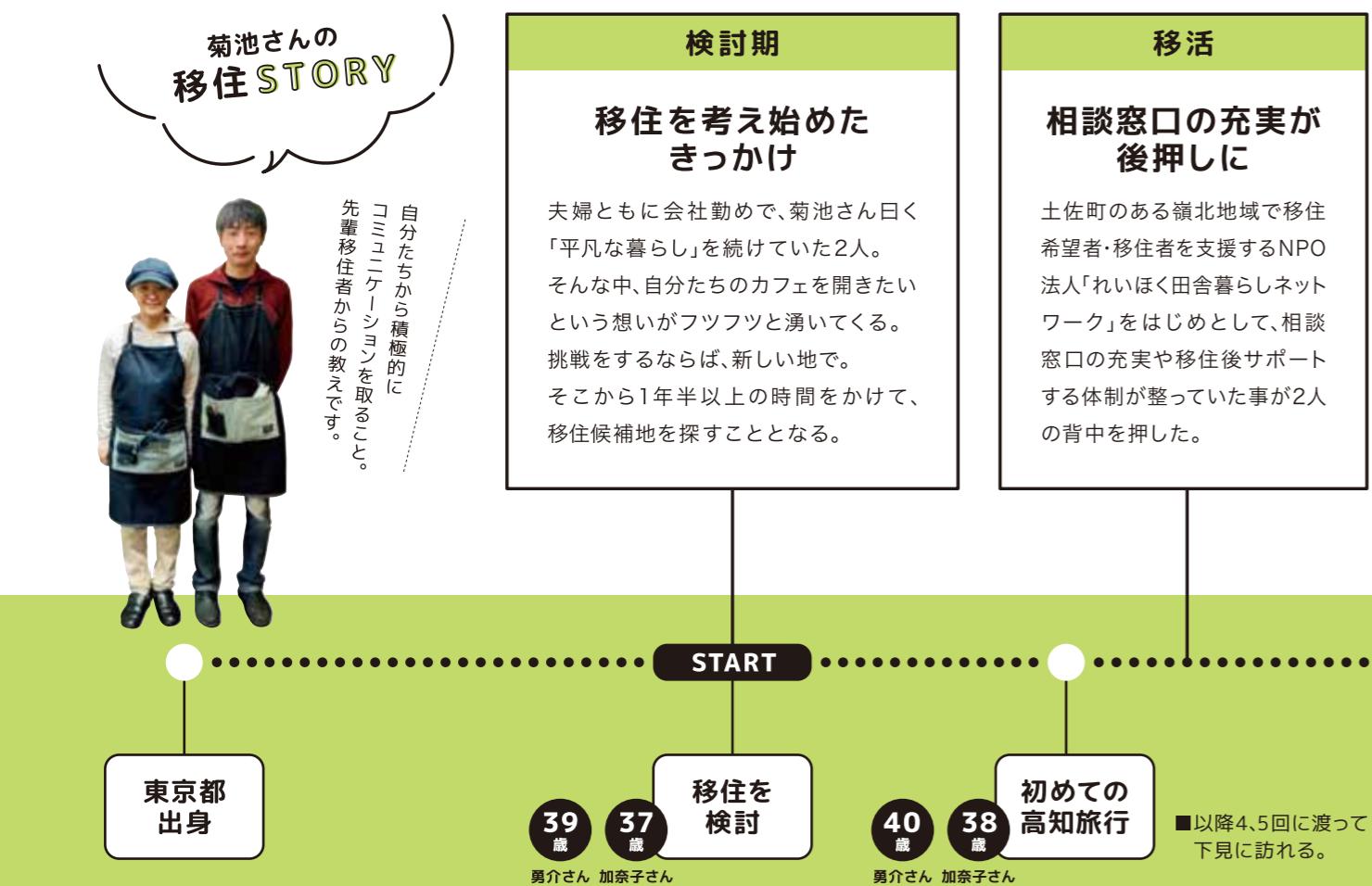
検討期
妻の故郷、高知を訪れる度に強くなる思い
高知県土佐市は妻の故郷。高知を訪れるたびに、その景色や豊かな食の魅力に惹かれていた。「こんな環境で子育てできたら」漠然とした想いは、夫婦の共通の目標に変わっていく。

移活
転職の相談ができるパートナーと出会う
東京で開催された就職・転職フェアに参加し、高知県UIターンサポートセンターのスタッフと出会う。その後も何度もフェアに足を運び、情報収集や面談を重ねた。

移住の決め手
高知での就職先が決定！
通訳・翻訳といった前職の経験やスキルを活かした仕事を第一希望として転職活動に取り組む。最後には、海上クレーンメーカーに転職が決まり、希望していた海外営業の職につくことができた。ポイントは、「絶対に転職先を決める」という強い気持ちで動いたこと。



詳しくはサイトをチェック！
[高知求人ネット](#)



夢を実現させるための場所探し

菊池さん夫婦の夢は、自分たちのカフェをオープンさせることだった。そんな2人が選んだのは土佐町。

親身になって相談にのってくれる移住相談窓口の担当者との出会いに導かれ、複数あった移住候補地が徐々に絞られ、気づけば何度も土佐町に足を運んでいた。最後の決め手となったのは、2人のチャレンジの受け皿となる店舗の整備だ。奇しくも、土佐町の中心部にあるチャレンジショップの第3期出店者が募集されるタイミング。パズルのピースがカチッとはまるように、この場所しかないと移住を決めた。

今はスタートラインに立ったばかり

夢であったカフェをオープンさせ、順調満帆な菊池さん夫婦だが、2人にとって今はまだスタートライン。田舎でビジネスを続けるには、しっかりとした基盤作りが何より大切だと語る。

まず取り組むべきは、お客様に愛されるお店づくりと商品づくり。スイーツ開発経験のある加奈子さんが中心となって、果物、味噌、酒粕など地元の食材を取り入れたお菓子づくりを行い、食事メニューの開発は勇介さんが担当する。

一人一人を大切にする接客を心がけ、地域のお客様はもちろん、地域外から足を運ぶお客様も獲得している。目の前の課題にコツコツと向き合い、自分たちの足元を搖るぎないものへと固めていこうと努力する姿勢が、2人の理想を実現へと引き寄せている。

菊池さんの 高知暮らし

だんだんと地域の一員になっています

ご近所さんから抱え切れないほどの野菜をもらったり、地域で暮らす一員として「道づくり」と呼ばれる草刈りに参加したり。こうした日々の出来事の一つ一つから、だんだんと「地域の人」になっていっているんだなあと感じられる。大切に紡いでいきたい瞬間だ。

移住 BEFORE ▶ AFTER

『BEFORE』	『AFTER』
神奈川県 埼玉県	【住所】 土佐町
会社員	【職業】 自営業 (103cafe)
1DK/1K	【間取り】 3K



菊池さんが利用した制度

起業支援・チャレンジショップ

『KOCHI STARTUP PARK』では、高知で起業を目指す方を支援しています。まだアイデアが具体的でない方から、既に事業を進めている方まで、段階に応じたプログラムやメンタリングを通して事業推進をサポートいたします。空き店舗探しやチャレンジショップ情報は『こうち創業Village』もご活用下さい。

詳しくはサイトをチェック!

-
- こうちスタートアップパーク | [Q](#)
-
- こうち創業Village | [Q](#)





CASE
03
みやがわまゆこ
宮川真由子さん
家族構成／夫婦2人・子ども1人・義母

目的は「高知で根ざし、暮らすこと」。

ただの「高知好き」だった はずだけど…

大阪での暮らしに大きな不満はないものの、このままでいいのだろうかという漠然とした思いを持っていた宮川さん。旅行で何度も高知へ足を運ぶ「高知好き」ではあったものの、移住となると遠い世界の話のように感じていた。そんな宮川さんが偶然目にした「高知家で暮らす。」のホームページ。暮らしや仕事の情報、相談窓口などの充実ぶりに「高知で暮らしたい」という思いがふっと心に芽生える。

そうなってからは早かった。宮川さんは、不安よりもワクワクが勝る性格。好奇心いっぱいに高知暮らしに向かって進みだした。

地域おこし協力隊と 任期後の仕事探し

地域おこし協力隊として黒潮町に移住することになった宮川さん。地域おこし協力隊のミッションは「移住相談業務」だった。不安はあったが、移住経験者として実体験を織り交ぜた親身な対応を心がけた。この期間を通じて黒潮町を知り、友人や知り合いもたくさんできた。しかし、協力隊の任期は3年。周りの仲間が卒業し、カフェを開いたり、ゲストハウスを開いたりとしていく中で、「自分のしたいことは何か」を模索する時期があった。

そしてたどり着いたのが、宮川さんが高知に移住した当初の想い。「高知に根ざし、暮らすこと」。その想いが明確になったことで、迷うことなく保育士として再び働き始めることを決めた。

宮川さんの
高知暮らし

黒潮町で働き、暮らしています

家族ができ、現在子育てに奮闘中の宮川さん。黒潮町の海や川で遊び、成長していく子どもの姿を楽しみにしている。黒潮町で暮らし始めて早6年。一日、そしてまた一日と暮らしを積み重ね、根をしっかりと張っていく。

移住 BEFORE ▶ AFTER

『BEFORE』	『AFTER』
大阪府	【住所】 黒潮町
保育士	【職業】 保育士
1K	【間取り】 3LDK

高知に移住して
家族ができました。



宮川さんの 移住STORY



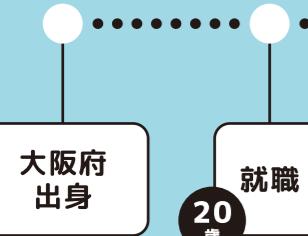
「高知が好き」という気持ち
からすべてが始まりました。

安定した大阪期

大阪暮らしに不満ナシ！
大阪で生まれ育ち、小さい頃からの夢であった保育士として働く日々。10年以上のキャリアを積み、資格取得にも積極的に取り組んだ。大阪での暮らしや仕事に大きな不満や不安があったわけではない。一方で、数年後の自分の未来が想像できてしまうことに、だんだん面白さを感じられなくなっていた。

検討期

偶然に移住の相談窓口を知る
行きつけのカフェのオーナーと高知の話で意気投合。高知旅行の情報交換をする中で「高知家で暮らす。」のサイトを知る。暮らしの情報に触れるきっかけとなる。



26歳

初めての
高知旅行

■以降、年に2回ほど
旅行で訪れるように



移住の決め手

「地域おこし協力隊」の制度を活用して、
仕事探しと家探しが一度に解決



地方での仕事探しを不安に思っていた宮川さん。地域おこし協力隊ならば、仕事と住居が役場から提供されるので、安心して移住できると応募を決意する。



地域おこし 協力隊

1~3年の一定期間、都市部の人材が隊員として地方に移り住み、地方自治体の委託を受け、地域の問題解決や発展のための活動を行うものです。募集する人材や從事する仕事内容、報酬は各自治体によって様々。フルタイム勤務もあれば、副業や起業準備が出来るフリーシフト勤務もあり、若者に人気の制度です。



詳しくはサイトをチェック！
高知家で暮らす。 |Q|



“土佐町暮らし”は最高です！

最初は、地元民の歓迎があまりにも熱烈で驚いた河端さん。大阪ナンバーの車でガソリンスタンドに行くと「もしかして移住された方？！」。釣りをした翌日には、「昨日〇〇で釣りしとったらしいな～」と声をかけられた。開業前から新聞にも取り上げてもらい、ニュースになるという初めての経験をし、とてもありがたかったという。みんなが知ってくれて、喜んでくれて、手を貸してくれる。そんな人々の関わり方こそが、河端さんが求めた田舎暮らしの醍醐味だったのかもしれない。

連日満席！地元食材を使って地域活性化も！

土佐はちきん地鶏とゆずを使った塩ラーメンが大人気！スープの味・価格・量…すべて、近所のおじいちゃんおばあちゃんが一人でも気軽に食べに来られるようにと試行錯誤を重ねたものだ。地元の無農薬にこだわった農家様とコラボした期間限定「オニオンラーメン」は、土佐町の新鮮食材をPRするよい機会になったという。

「今後もラーメン屋を通して、地元の活性化に繋がる活動を増やしていきたい」と、さらなる夢と地域への想いを語ってくれた。

▶Instagram「ラーメン土佐町439」で検索！

河端さんの

高知暮らし



家族のおかげ！心から感謝

「いつかは田舎暮らしをする！」と話していたので家族の理解は早かった。」と答える河端さん。奥様は中学生のお子様と大阪に残るために仕事をパートから正社員に替え、ひた走るご主人を支えたそうだ。「今があるのは“家族”的おかげ。心から感謝している。」現在は、家の前を沢が流れる山奥の一軒家（空き家を改装）で、理想の田舎暮らしを手に入れている。

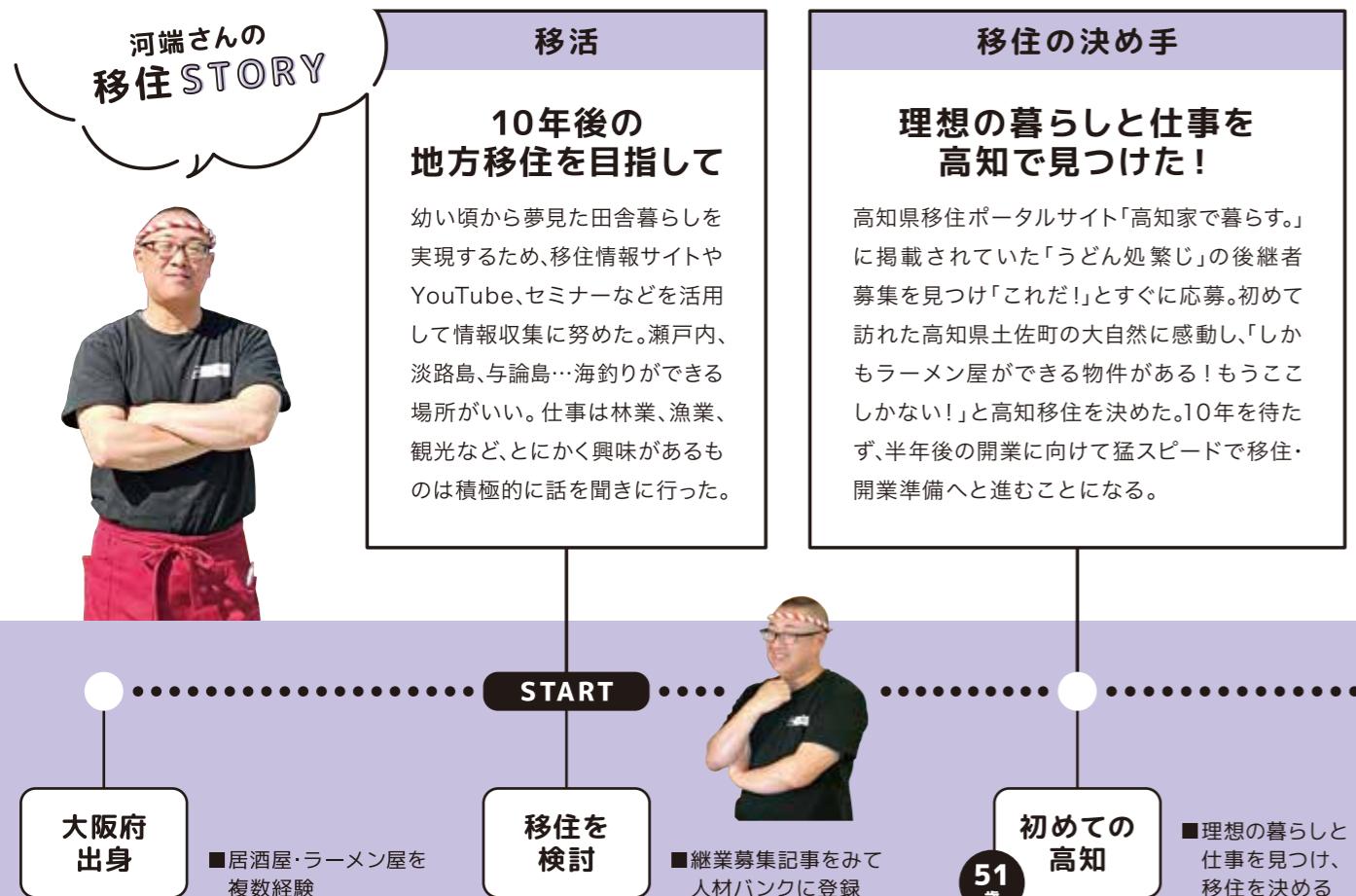
移住 BEFORE ▶ AFTER

『BEFORE』 『AFTER』

大阪市 [住所] 土佐町

会社員
(飲食業) [職業] 自営業
(ラーメン屋)

マンション [間取り] 古民家
一軒家



河端さんが利用した制度

高知県事業承継・引継ぎ支援センター

高知県内の後継者不在でお悩みの事業者と、事業承継を希望する方とのマッチングを支援しています。
「後継者不在の事業所を譲り受けたい」「いいお店があれば引き継ぎたい」方は、後継者バンクへご登録下さい。



詳しくはサイトをチェック！

高知県事業承継・引継ぎ支援センター |