

ふるさとに  
したくなるまち



浜田の「魅力」は  
どこにある？



INTERVIEW

先輩移住者の暮らし

半田浩一郎さん

布施 千暁さん

座談会

若者 × 移住者

海や山の美しい自然、  
そこから生まれた文化と歴史。  
田舎にしかないものはすべてある。  
少しの不便を置いとけば、  
あなたの望む暮らしはきっとある。

浜田市に住んでみませんか？

心よりお待ちしております。



浜田市

島根県

乗用車

- ◎松江・出雲市方面より  
出雲IC→国道9号 90分
- ◎山口方面より  
小郡IC→国道9号 150分
- ◎関西・九州・広島方面より  
広島IC→浜田道→浜田IC 90分

鉄道・バス

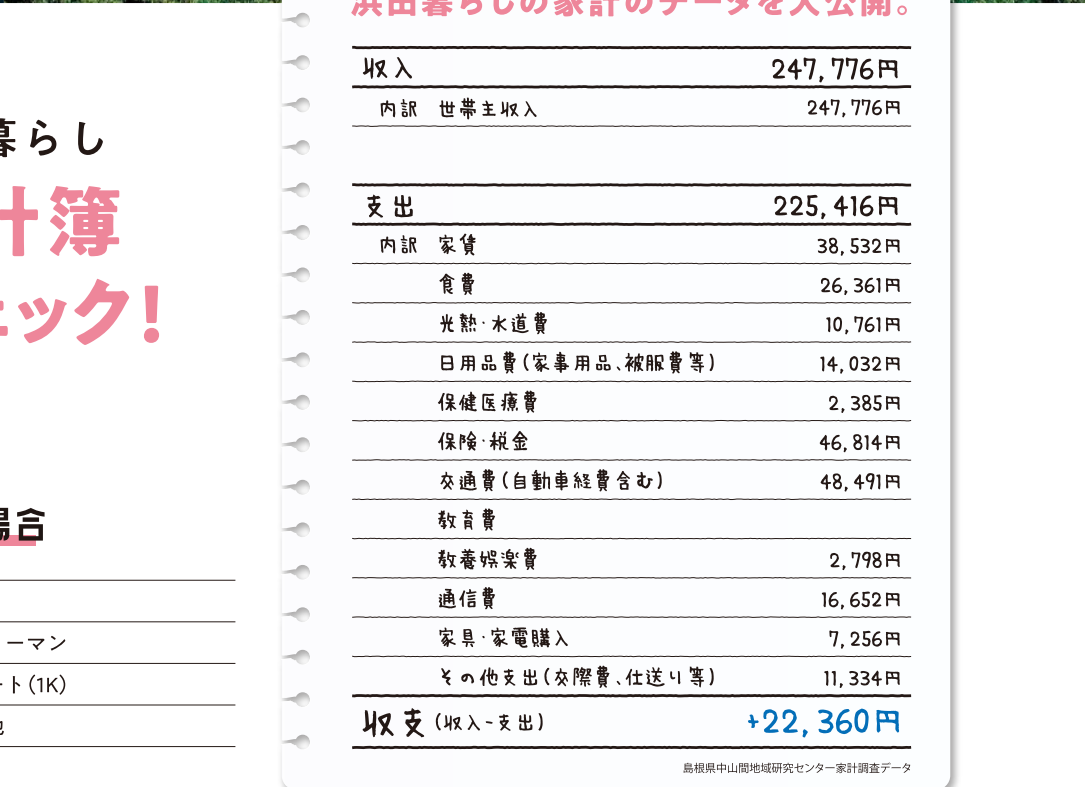
- ◎松江・出雲市方面より  
松江駅→(JR特急)→浜田駅 90分  
出雲市駅→(JR特急)→浜田駅 75分
- ◎九州・山口方面より  
新山口駅→(JR特急)→浜田駅 140分
- ◎新幹線 東京方面より  
東京・品川駅→JR新幹線(広島新幹線口)→高速バス広浜線→浜田駅 360分
- ◎新幹線 大阪方面より  
新大阪駅→JR新幹線(広島新幹線口)→高速バス広浜線→浜田駅 210分
- ◎新幹線 九州方面より  
博多駅→JR新幹線(広島新幹線口)→高速バス広浜線→JR浜田駅 210分

飛行機

- ◎羽田空港(JAL)→(出雲空港)→(JR特急)→JR浜田駅 185分
- ◎羽田空港(ANA)→(萩・石見空港)→(JR特急)→JR浜田駅 135分
- ◎伊丹空港(ANA)→(萩・石見空港)→(JR特急)→JR浜田駅 105分

バス

- ◎広島駅→高速バス広浜線→JR浜田駅 120分



ひと月の  
浜田暮らし  
**家計簿  
チェック!**

**20代独身の場合**

家族構成	単身
仕事(世帯主)	サラリーマン
住宅の形態	アパート(1K)
住居の地域	市街地
車	軽自1

**一番気になる支出と収入!  
浜田暮らしの家計のデータを大公開。**

<b>収入</b>	<b>247,776円</b>
内訳 世帯主収入	247,776円
<b>支出</b>	<b>225,416円</b>
内訳 家賃	38,532円
食費	26,361円
光熱・水道費	10,761円
日用品費(家事用品、被服費等)	14,032円
保健医療費	2,385円
保険・税金	46,814円
交通費(自動車経費含む)	48,491円
教育費	
教養娯楽費	2,798円
通信費	16,652円
家具・家電購入	7,256円
その他支出(交際費、仕送り等)	11,334円
<b>収支(収入-支出)</b>	<b>+22,360円</b>

島根県中山間地域研究センター家計調査データ

# INTERVIEW 01

先輩移住者の暮らし

Uターン

林業、木工、カフェ・ギャラリーKIYA運営

半田浩一郎さん（浜田市出身／2017年に移住）



## 古民家セルフリノベで週末限定のカフェを運営

### 都会の仕事に悩んでいたとき 父の病気がきっかけでUターン

浜田の高校を卒業後、神戸で警備やホテルマンとしての仕事をしていました。ホテルの仕事は時間が不規則で、自宅マンションと職場を行き来するだけのハードな毎日。せっかくの神戸ライフを楽しむ余裕もありませんでした。「この先、自分の一生の仕事なのかな」と悩み、仕事をしていても、お客様からいただく「ありがとう」の言葉も、胸に響かなくなってしまっていたんです。そんな時に浜田に住む父が脳梗塞で倒れました。長男なので「いつかは地元に戻る」という意識がずっとありましたから、このタイミングで浜田の実家にUターンしました。

浜田に戻ったら自然の中で仕事がたくて、林業の仕事を見つけました。林業

### 就業後にできた時間を利用して 新しいこと、好きなことにチャレンジ。

ある時、「その古民家でカフェをやれば？」と林業の同僚が言うんです。彼は元調理師で「オムハヤシやパスタくらいなら作れるから手伝う」と言ってくれて。私は陶器や絵画、工芸品が好きなので、地元作家のそうした作品を展示販売しながら、地元食材でカフェをするのはよさそうだなと、さらにリノベーションを進め週末だけのカフェ「KIYA」を2017年にオープンしました。オープン時は地元のホテルや飲食店などのチラシを置かせてもらいSNSでも発信。作家さんとも直接交渉しました。作品の展示販売スペースを広く取り、カフェスペースは私達に対応できるテーブル数しか置いていません。基本的に予約制です。

オムハヤシのソースは1週間前から仕込み、地元のお茶屋さんの抹茶で作るデザートプリン、地元野菜のサラダ、そしてじっくり淹れるアームズ式コーヒーなどメニューは少ないのですが、一つ一つにこだわっています。お客様はおしゃべりや景色を楽しみながらゆっくり過ごしていただき、お客様がお帰りになる時には自然に「ありがとう」という言葉が行き交います。

### 「ありがとう」の重みを再認識 浜田はやはり温かい町だった

平日の林業は体力仕事で、仕事が終わった夕方以降は木工作业や作家さんとの打ち合わせ。土日はカフェの仕事で、休みらしい休みはありません。だけど自分のやりたかったことができ、自分の思うような時間の過ごし方ができるから、神戸時代のような疲労感は全

く感じていないんです。むしろ人と人との関わりが近く濃く、わざわざこのカフェに足を運んで下さるお客様に対して本当にありがたく感じています。ホテルマン時代に空虚に感じていた「ありがとう」の重みが変わってきた気がします。

都会の仕事を辞めてUターンすることがどこかネガティブで、地元の友人や家族に対して恥ずかしさのようなものもあったのですが、実際に帰ってみると「おー！ おかえり！」と拍子抜けするくらい気軽に受け入れてくれた。それがありがたかったですね。やはり浜田の人は温かいなと改めて感じました。

神戸で働いているとき「何のために働いているのか」と疑問を感じていたこともありますが、浜田で林業とカフェのWワークはそれを感じる暇がないほど楽しく、充実しています。

もし今、浜田への移住を考えているなら、一度試しにチャレンジしてみれば良いと思います。仕事もありますし、受け入れてくれる町ですよ。

### 移住前後の変化について

#### 移居前

住所	神戸市
職業	ホテルマン、ボクサー
家賃	6万円くらい
通勤時間	片道1時間30分(電車)

#### 移住後

住所	島根県浜田市
職業	木こり、カフェマン
家賃	持ち家なので0円
通勤時間	片道5分(車)

は月曜から金曜まで。夕方の定時に仕事が終わるので、自分の自由な時間はたくさんある。だからその時間を利用して父の実家であるこの築80年の古民家をセルフリノベしてみたんです。建具を外し、畳を剥がして床を張り替えました。もともと祖父が組子を作る木工職人でその影響があっただけで、私もアウトドアや木工が好き。だからとても楽しかったですね。



# INTERVIEW 02

先輩移住者の暮らし

Uターン

モデル、グラフィックデザイナー、アロマセラピスト

布施 千暁さん（浜田市出身／2019年に移住）



## 自分だけのキャリアを携えて浜田で確立できたワーク・アズ・ライフ

### 「ない」なら作ればいい それが浜田のポテンシャル

高校卒業後、福岡のデザイン系専門学校へ進学。在学中、福岡のモデル事務所にスカウトされました。その後、転職をし浜田市で働きながらアロマセラピストの資格を取得。福岡に就職しました。しかしその3ヶ月後に母の深刻な病気が発覚。迷わず仕事をやめて再び浜田に戻りました。2019年のことです。その半年後に母は亡くなり、私はそのまま浜田に残ることにしました。

それまでの私は2年おきに転職と引越しを繰り返していて、「どこを拠点に暮らしていくのか」「自分らしい生活とは？」「私はその場所に何を求めているのか」と自問自答の日々でした。モデル、グラフィックデザイン、アロマセラピストという複数のキャリアはありますが、何者でもないというコンプレックスもありました。それでも浜田に残った理由は、人口や情報が少ないということポジティブに捉えようと、今までのキャリアが生かせると思えたり、ないものが多いからこそ自らで作り上げることもできる。持っているキャラクターを発揮しやすく、そうしたことを浜田から発信することに価値があると思えたんです。

そこで実家の一室にアロマサロンを開設。グラフィックデザインやモデル業などをこなしながら、自分のペースで暮らしていこうと決意しました。

### 趣味と仕事、人脈が広がり 人生が豊かに、鮮やかに

浜田に戻って一番の変化は、趣味ができたことかな。これまで趣味らしい趣味を持っていなかったのですが、友人を介して知ったテントサウナに今、どっぷりハマっています。これは河原

や海辺に張ったテントの中で薪ストーブを焚いて、高温にしたテント内に一定時間入ります。その後、すぐに川にダイブ！！静かに水面に浮かんだ後は、アウトドアチェアに座ってリラックス。このルーティンを気が済むまで何度も繰り返しています。サウナの気持ち良さは格別で、仲間から「やるよ」と誘われれば車を走らせてどこでも出かけてしまいます。自然の中で遊ぶことはもちろん、そこで知り合った仲間との広がりも楽しくて。サウナ活動の延長で知り合った方が初められた、里山再生作業にも参加しています。その方



が購入した大田市の山の木を伐採して草を抜き、田んぼを作る……。この先何十年の先を見越して里山を再生しているという取り組みなんです。

いずれも山陰の豊かな自然を生かした趣味であり、同時に普段では決して知り合えない人と仲間になれ、その人たちと新しい仕事やプロジェクトに発展することもある。そこが面白いですね。どこにどんな出会いがあるのかわからない。だから時間さえあれば、車で出かけ、人に会い、話しをしています。浜田に帰って行動範囲が広くなり、人脈が広がったことは間違いありませんね。

「寝ている時間以外は全て仕事であり趣味である」という意味を持つ「ワークアズライフ」という言葉があるんですが、まさに、浜田でそんな生き方をしたいと思っています。それがどこま

でできるのか、まだ試行錯誤中ではありません。

### 自分しかできないことを 発信していきたい

アロマセラピーはお客様に施術することが主ですが、教育機関や自治体で学生たちにワークショップとして教えています。モデルやグラフィックデザインは山陰の魅力を知っていただくための印刷物やWEBの仕事が中心。それに「自分らしく生きる」という課題で学校での選択授業の講師になったこともあり、活動の幅は広がりつつあります。これからも自分にしかできないこと、自分しか発信できないことを浜田で進めていく、唯一無二の存在になりたいですね。

これまで、うまくいかないことがあると自分以外の何かのせいにして転職・転居を繰り返してずっと逃げてきました。それは自分自身を守るための行動であったにも関わらず、心が満たされることはありませんでした。でも浜田で暮らし始めてようやく自己肯定感が高まったような気がします。

### 移住前後の変化について

#### 移居前

住所	福岡県福岡市
職業	アロマセラピスト
家賃	43,000円
通勤時間	20分(バス)

#### 移住後

住所	島根県浜田市
職業	アロマセラピスト、モデル、 グラフィックデザイナー
家賃	無し(実家)
通勤時間	無し

# 座談会 若者×移住者

浜田に移住した若者たちに、  
実際に暮らしてみた印象を  
語ってもらいました！

## 仕事

**半田さん:** 前職は大阪で営業をしていたのですが、もう疲れちゃって。それで人の少ない島根に戻ってきました。田舎でしかできない都会に勝てる仕事ってなんだろうと考えたときに林業にたどり着きました。平日は作業員として木材会社に勤め、休日はこの古民家カフェ\*を開いています。もうあの満員電車に乗って通勤しなくてもいいと思うと最高です！

**古石さん:** それ、めちゃくちゃわかります。電車が混むのが嫌なので、私も高校生の時は始発に乗って通学していました。

感動しました。フラダンスグループを主宰している私ですが、国府海岸の景色は、もはやフラの聖地ハワイと一緒にです。

**山本さん:** 僕はその国府で育ちました。たしかに、広島の人たちはわざわざ浜田にサーフィンしたり泳いだりしに来られますもんね。県外に出るまでは、海はこれがスタンダードだと勘違いしていました（笑）

**半田 浩一郎 さん**  
大阪よりUターン／木材  
会社勤務／週末に雑貨&  
古民家カフェを経営



**半田さん:** 自然がいっぱいというのは大変な面もありますよ。例えば草刈り。草木の生命力といたらすごいですからね。人間が草の成長に勝つか負けるかのせめぎ合いです（笑）

**布施さん:** この間、久しぶりに三宮神社に夜神楽を観に行きました。境内に立ち込める火薬の匂いや囃子のリズムがたまりませんでした。石見神楽は浜田の一押しコンテンツです。

**古石さん:** 実は私、まだ観たことないんです。普通、伝統芸能といえば後継者不足の問題がありそうなのに、たくさん社中（団体）があって若い人もいて、すごいと思います。

**山本 伊織 さん**  
広島よりUターン／  
看護師／2児のパパ



**山本さん:** 演目のストーリーがわかりやすいのも魅力だと思います。

ます。子どもの頃は、神楽が始まる前に場所取りに行き、毛布に包まりながら朝まで神楽を観ていました。

**ヒナさん:** 浜田のソウルミュージックは、神楽の八調子ビートです（笑）

**半田さん:** あと、食べ物が美味しいです。特に魚の新鮮さは抜群だし、日本海側は魚種も多い。浜田の魚に食べ慣れていたので、県外の居酒屋で出てきた刺身の盛合わせ（なんか量が少ないし、色も悪い…）にショックを受けたのを覚えています。

## 子育て

**山本さん:** 僕は自分たちが育った地元で子育てをしたいと思いUターンをしました。実は妻も浜田出身なので、妻にとっては親が近くにいるというのは心強いと思います。

**ヒナさん:** 地域の人とのつながりが強いのは、子育てをするうえではいいのかもしれませんが。子どもたちは平気で道行く人にあいさつしますよね。あれは衝撃でした。都会だと危ないですもん。最初は人との距離の近さに抵抗がありましたが、地域に見守られている安心感というのはあります。

**hina (ヒナ) さん**  
広島よりUターン／フ  
ラダンス教室主宰／  
3児のママ



**ヒナさん:** そうそう、出会うのは人ではなくクマという危険性もありますよね。学校で子どもたちにクマよけの鈴が配られる



**布施 千暁 さん**  
福岡よりUターン／フ  
リーモデル／アロマセ  
ラピーサロン経営

**布施さん:** 私はフリーのモデルをしたり、アロマセラピーサロンを開いたりしています。何もないからこそビジネスチャンスを感じますし、人と繋がりがやすいというのも魅力だと思います。

**古石さん:** それは学生の立場からも共感できます。地域のキーパーソンや社長さんにすぐ会えるし、私たちが大事にしてください。個が埋もれないというか、活躍できる場が地域にあるという点は、島根県立大学のいいところだと思います。

## 生活

**ヒナさん:** 私は結婚を機に移住しましたが、ビーチの美しさに



なんてびっくりしました。

**布施さん:** 考えてみたら、都会の子どもたちは、ランドセルにかわいいキーホルダーをぶら下げているんだろうけど、こっちはガチの鈴って面白いですね。

**山本さん:** アクアス（水族館）や石見海浜公園のような子どもと遊べる大きな施設があるのは子育て世代としてはうれしいポイントです。

**ヒナさん** 反対に、これは田舎だからなのかもしれないですが、住宅地に公園がないのがちょっと不満かなあ。普段子どもたちが近所で遊べるちょっとした公園があればもっといいと思います。

## 遊び

**布施さん:** 個人的には、おしゃれなカフェやランチのお店がもっとあれば嬉しい。素敵な場

所や施設がせっかくあるのに、十分に活かされていらないのでもったいないと感じます。

**山本さん:** お店や遊ぶところが少ないのは否めないですね（苦笑）僕の場合は、仕事が休みの日は、ドライブがてら、子どもを連れて少し遠出することが多いです。どこへ行くにしても車を出すことになるので、すべてがお出かけ気分になって楽しいですよ。



**古石 葵さん**

大阪より1ターン／島根県立大学2年／学生団体カケハシ共同代表

**古石さん:** 車で1時間半なので、買い物は広島ですするという学生も結構います。それに、今どきネットで揃わないものはほとんどないですし、日々の暮ら

しで不自由は感じていないです。

**布施さん:** となると、余計に自然豊かな田舎で暮らすことのメリットが大きくなると思います。この夏は地域の方や大学生と一緒にデイキャンプイベントを企画しています。

**半田さん:** 楽しそう。都会じゃ庭先でバーベキューもできないですが、こっちはアウトドアし放題です。海も山もあって、本当にいいところです。



\*座談会は、暮らしの雑貨&古民家カフェKIYAで行いました。



## 移住 Q & A

よく寄せられるご質問にお答えします



## 暮らし

**Q** 日本海側は雪が積もるイメージがありますが、気候はどうか。  
スタッドレスタイヤは必要ですか。

**A** 1年をとおして、浜田市の気温は東京都とそれほど変わりません。  
冬は、市街地では日本海の沿岸部に面しているため、雪が降っても積もることはほとんどありませんが、広島県境の山間地では、20～30cm程度の雪が年に数回積もります。  
しかし、雪が降ると、早朝から主要道路を中心に除雪されるため、交通機関が麻痺するようなことはありません。  
ただし、冬場の道路は凍結しますので、車の運転にはスタッドレスタイヤが必要になります。

**Q** 浜田市で暮らすには、自家用車が必要ですか。

**A** 浜田市は市域が広く、公共交通事情は地域により若干異なります。  
鉄道や路線バスのほかに、市営バスや予約型乗合タクシーもありますが、山間地域は運行便数が減りますので、自家用車があると便利です。

**Q** 休日の楽しみはどんなことがありますか。

**A** マリンスポーツや釣り、キャンプ、フルーツ狩り、ホテル観賞など、自然豊かな浜田市ならではの遊びを楽しむことができます。車で30分圏内で目的地に行けることも魅力です。  
また、お出かけをしなくても、家庭菜園や家で友達とバーベキューをしたりと、工夫次第でお金をかけずにゆっくりと休日を楽しむこともできます。U・Iターナーの声から、浜田市の魅力は、すぐに人と繋がることができ、やりたいことが実現してしまうところだとよく聞きます。新たなコミュニティをつくり、自分たちで遊びを見つけて楽しむ。そういった暮らし方がおもしろいようです。

**Q** 仕事や住まいを探しに浜田市へ行きたいです。  
交通費助成など何か支援はありますか。

**A** 交通費や宿泊費に関する支援があります。  
なお、訪問前に、事前申請や登録が必要ですので、お早めにご相談ください。

- ① 交通費補助（(公財)ふるさと島根定住財団）  
島根県外にお住まいの方で、会社見学・面接などで来県する際、片道分の交通費助成を受けることができます。  
※上限2万円、年度内2回まで
- ② U・Iターナー希望者滞在費補助（浜田市）  
移住相談や就職活動のために市内で宿泊する際に、宿泊費の一部を補助します。  
対象者：浜田市へのU・Iターナーを検討している方とその家族  
補助金額：1人あたり1泊2,000円（1家族上限2万円）  
（1泊につき飲食代を除き、1人あたり2,000円以上の宿泊料金で宿泊した場合に限る。）
- ③ 萩・石見空港運賃助成（萩・石見空港利用拡大促進協議会）  
定住相談等や進学・就職活動のために萩・石見空港を利用する際、運賃を助成します。  
助成金額：3,000円片道/人 ※自治体による証明が必要





## 住居

### Q 家賃相場はどのくらいですか。

**A** 平成 30 年総務省「住宅・土地統計調査」の結果では、浜田市は間取りが 1K の場合、38,116 円です。2DK や 3DK などの家賃は 1K に比べると高くなりますが、雇用促進住宅や市営住宅といった 1 万円台からの安価な家賃で住むことができる住宅もあります。

### Q 賃貸できる空き家はありますか。あれば空き家の相場はどのくらいですか。

**A** 浜田市では、空き家バンク制度を実施していますので、まずはご相談ください。  
空き家バンク制度とは、市内にある空き家を売却または賃貸を希望する方に登録していただき、浜田市への定住等を希望される方に紹介するしくみです。  
空き家の家賃は、物件の間取りや状況などによって 1 万円～ 10 万円以上（空き家バンク登録賃貸物件の実績）と大きく家賃が異なるため、自分に合った物件を探してみましょう。



## 医療／健康

### Q 浜田市の医療体制について知りたいです。

**A** 浜田市には、島根県西部地区の基幹病院となる「浜田医療センター」のほか、約 50 の病院・医院・診療所があります。日々、医師会と浜田医療センター（総合病院）が連携しながら、円滑な医療を行っています。また、浜田市では中山間地域の医療を確保するため、「浜田市国保診療所連合体」で連携し、浜田医療センターや各地区あわせて 5 つの医療機関と市役所が協働して、浜田市の総合診療、地域医療を支えています。

### Q 休日や夜間でも診てくれる病院はありますか。

**A** 病床数が 365 床ある島根県西部地区の基幹病院の「浜田医療センター」があります。夜間診療やドクターヘリによる搬送など、24 時間体制で患者の受入れを行っており、地域の救急医療を担っています。  
また、日曜日・祝日には、休日応急診療所を開設しています。



## 仕事

### Q 仕事を探しています。どうやって情報収集したらいいですか。

**A** 全国どこからでも、「ハローワークインターネットサービス」により、浜田市の最新の求人情報を閲覧することができます。また、「働こう@はまだ」では、市内の企業の求人情報に加え、企業理念や若手社員のインタビュー記事などを掲載していますので、会社の雰囲気や仕事のやりがいなどにも触れることができます。上記のような情報収集に限らず、仕事について聞きたいことなどがありましたら、定住相談員が承りますので、お気軽にご相談ください。

### Q 浜田市で農業を始めたいのですが、何か支援はありますか。

**A** 浜田市では、農業研修生制度を実施しています。農業を新たに始めたいと考えている場合、まずは研修をしてみましょう。

#### 浜田市ふるさと農業研修生制度

就農を考えている方を対象に、地元の先進的な実践農業者のもとで農業研修を受けることができます。

研修期間：1 年以内 ※条件によって、さらに 2 年間の助成事業もあります。

研修手当：15 万円 / 月（ふるさと島根定住財団からの 12 万円助成含む）

住宅手当：家賃の 1/2 補助（最大 2 万円）

# 浜田市の移住支援情報

## 浜田 de しごと体験

浜田市内の企業での仕事体験プログラムを設けています。また、相談に応じて定住相談員より浜田市の文化や自然、暮らしぶりをご案内することも可能です。

【問合せ先】

定住関係人口推進課

TEL 0855-25-9511

## UI ターン希望者 滞在支援補助金

浜田市への定住を検討中の方に市内での宿泊費の一部（1人あたり1泊2,000円）を補助します。定住相談をはじめ就職活動または住居探しなど具体的な情報収集等のためにご利用いただけます。

【問合せ先】

定住関係人口推進課

TEL 0855-25-9511

## 創業・起業支援

市内で、創業・起業する方に対し、それに要する経費の一部補助を行っています。また、小売店等の開業及び事業承継、移動販売等についても支援しています。

【問合せ先】

商工労働課

TEL 0855-25-9500



移住の  
トリセツ

## 移住までのステップ

ROAD TO HAMADA

移住したい・・・  
と、考え始めたら。



ステップ 01

移住を考え始めたら  
まずは家族に相談しましょう。

ステップ 02

浜田市について  
事前に調べてみましょう。



ステップ 03

浜田市の定住相談員や  
支援機関に相談しましょう。

ステップ 04

浜田市に  
来てみましょう。



ステップ 05

浜田市に移住するかどうか  
具体的に検討します。

ステップ 06

仕事や住まいを探して  
引っ越しをしましょう。



ステップ 07

引っ越しのあいさつを  
しましょう。



ふるさとに  
したくなるまち

◎お問い合わせ先

浜田市 地域政策部  
定住関係人口推進課

島根県浜田市殿町1番地

TEL 0855-25-9511

Email : teiju@city.hamada.lg.jp



はまだ暮らし

検索