

令和元年度  
転入女性が暮らしやすい  
福島づくりプロジェクト  
活動報告書

この事業は「2019年度ふくしま未来基金（公益財団法人パブリックリソース財団）」と  
「令和元年度「福島に来て。」頑張る地域応援事業補助金（福島県）」の助成を受けて実施しました。

令和元年度  
転入女性が暮らしやすい福島づくりプロジェクト  
活動報告書

【発行日】 2020年5月

【制作・発行】 ベルフォンテ

<http://belfonte.info>

<http://tenten-f.info>

belfonte.fukushima@gmail.com



ベルフォンテ

## 転入女性が暮らしやすい福島を目指して

「孤独」や「焦り」を感じている転入女性が一人でも少なくなるように。  
そしてこの福島に居場所ができて自分らしくいきいきと生活できるように。

そんな思い一つで昨年度「転入女性が暮らしやすい福島づくりプロジェクト」をスタート。

活動を応援してくださる方のおかげで、「WELCOMEワークショップ」「転入女性のしゃべり場」を開催することができました。それぞれのイベントでは、参加者がお互いに悩みを話し、情報交換を行い、福島の良さを伝えあう様子を見るたびにプロジェクトの必要性を実感しました。

プロジェクト独自のWebサイト「tenten fukushima」を立ち上げ、私たち転入女性がライターとなり、外からの視点で福島の暮らしの情報発信を開始し、活動の基盤を作ることができました。

活動の2年目となる令和元年度は、より多くの福島県に住む転入女性にプロジェクトを知ってもらい、参加してもらうために、福島市を中心に実施していた「転入女性のしゃべり場」改め「tenten cafe」の開催場所を広げること、「tenten fukushima」で情報発信するライターを増やすこと、そして仕事づくりの活動を始める事を目標に活動しました。

白河や南会津、そして東京でも「tenten cafe」を開催させていただき、のべ人数149名の方がプロジェクトに参加していただきました。

広がり始めた転入女性コミュニティ。

コミュニティメンバーで仕事を受託したり、転出したメンバーと福島の架け橋となる活動をしたことにより、コミュニティの更なる可能性を見つけることができた1年でした。

そして、転入女性が暮らしやすい福島を目指すことは、転入女性と地域が良い関係を築き、win-winの関係になることだと気付かせてもらいました。

「福島に来てよかったです」

「あの人気が福島に来てくれてよかったです」

そういう声にあふれる福島を目指して、今後も活動していきたいと思います。



令和2年5月

ベルフォンテ 代表 藤本菜月

### 目 次

あいさつ、目次	
プロジェクトについて	1
実施報告①WELCOMEワークショップ	2~3
実施報告②tenten cafe (福島市、郡山市、白河市、南会津町、東京)	4~6
実施報告③クラウドソーシングセミナー	7
実施報告④tenten fukushima	8~9
プロジェクトのアウトカム	10
参加者の声、地域の人の声	11
富山視察報告、(参考) プロジェクトのロジックモデル	12
受託業務について	13

## 転入女性が暮らしやすい福島づくりプロジェクトとは…

パートナーの転勤や結婚により福島に転入した女性を対象として、

- ・福島の魅力を体験するワークショップや座談会を開催し、仲間づくりや情報交換を行う場
- ・よそ者視点、様々な土地に住んだ経験、豊富な職歴やスキルといった転入女性の特徴を生かした活躍の場を作るプロジェクトです。

不安や孤独で孤立しがちな転入女性が、仲間、情報、地域、社会と繋がり、暮らしやすいいきいきと楽しく福島で生活できる環境を作ることを目指しています。

### なぜこのプロジェクトを行うのか…

福島県に転入する女性は毎年約 25,000 人。

福島県の調査(※)によると、転入の理由は、転勤や結婚が 45% を占めています。

そのような転入女性の中には、

「外部との関わりを持ちにくく孤独を抱えている」

「仲間がないために口コミ的な情報を聞ける相手がおらず地域の生活情報を入手にくい」

「キャリアをリセットして転入したこと、特に転勤族の場合やお子さんが未就学児の場合、定職に就くことが難しく社会とのつながりを持ちにくい」

というネガティブな状況に置かれている方が多く見られます。

当プロジェクトは、福島に対してポジティブな印象を持ち、いきいきと楽しい福島生活を送る転入女性を増やすことを目的とします。

それはひいては定住する女性が増えること、またいざれ福島から転出した後でも、福島のファンであり続け、福島との繋がりを持つ関係人口が増えることに繋がっていくと考えています。

(P12 ロジックモデル参照)

(※)平成 30 年度福島県 UI ターン実態調査事業調査報告書

### 本プロジェクトでは

「仲間づくり」「仕事づくり」を2本柱に、4つの取り組みを行っています。



### 令和元年度 プロジェクトの沿革

令和元年 5月 20 日	tenten cafe@白河市①
令和元年 5月 21 日	tenten cafe@福島市①
令和元年 6月 18 日	WELCOMEワークショップ初夏開催①
令和元年 7月 1 日	tenten cafe@白河市②
令和元年 7月 2 日	WELCOMEワークショップ初夏開催②
令和元年 7月 9 日	tenten cafe@福島市②
令和元年 7月 16 日	WELCOMEワークショップ初夏開催③
令和元年 9月 13 日	tenten cafe@郡山市①
令和元年 9月 17 日	WELCOMEワークショップ初秋開催①
令和元年 9月 26 日	tentenライターフォローアップ講座@福島市
令和元年 9月 28 日	tenten cafe@福島市③
令和元年 10月 1 日	WELCOMEワークショップ初秋開催②
令和元年 10月 3日~4日	クラウドソーシングセミナー
令和元年 10月 5 日	tenten cafe@白河市③
令和元年 10月 17 日	tentenライターライター講座@福島市①
令和元年 10月 24 日	tentenライターライター講座@福島市②
令和元年 10月 30 日	WELCOMEワークショップ初秋開催③
令和元年 11月 1 日	tenten cafe@郡山市②
令和元年 11月 6 日	tenten cafe@南会津町
令和元年 11月 7 日	tentenライターライター講座@福島市③
令和元年 11月 8 日	tentenライターライター講座@郡山市①
令和元年 11月 17 日	tenten cafe@東京
※福島県主催「くらし仕事フェア2019」内で実施	
令和元年 11月 21 日	tentenライターライター講座@福島市④
令和元年 11月 22 日	tentenライターライター講座@郡山市②
令和元年 11月 28日~29日	富山県転勤ノオト視察、転勤族ママ会@富山にゲスト参加
令和元年 12月 5 日	tentenライターライター講座@郡山市③
令和元年 12月 10 日	tenten忘年会@福島市
令和元年 12月 19 日	tentenライターライター講座@郡山市④

※この他毎週月曜日にtenten fukushimaの情報発信

## 県北ふくしま転入女性対象 WELCOMEワークショップ

結婚やパートナーの転勤などで県北地方に転入された方を対象にした、県北地方の魅力がつまった3回連続のワークショップです。楽しく地域のことを学びながら仲間づくりをして、少しでも早く県北地方での生活を楽しんでもらうことを目的としています。

■初夏開催 ■参加者:15名 ■会場:働く婦人の家

■第1回 お互いを知り仲間作り ■日時:令和元年6月18日(火) ■講師:子育て支援hanaso 吉田暁子さん、寺崎裕美さん

スケッチブックを使って自己紹介をした後は参加者それぞれの決めたニックネームを使用します。  
アイスブレイク(初対面の人同士が出会うとき、その緊張をときほぐすための手法)を行い、後半のグループワークの最後には福島のいいところを書き出して参加者同士でシェアしました。



■第2回 金水晶の酒粕を使ったパック&石鹼作り ■日時:令和元年7月2日(火) ■講師:aroma-nature 長澤恵さん

福島の素材を使ったワークショップができるかと講師の長澤さんに依頼し、何回も打合せを重ねた結果、福島市唯一の蔵元である金水晶酒造店の酒粕を使ったワークショップの開催が実現しました。

作業工程や酒粕の美容効果等を説明いただいた後、金水晶の酒粕を使った手練り石鹼とフェイスパック作りを行いました。



■第3回 福島の桃を使ったカレー作り ■日時:令和元年7月16日(火) ■講師:Curry dining bar 笑夢 芳賀真さん

講師の芳賀さんには笑夢で大人気のバーチキンカレーに福島の桃で作ったチャツネを隠し味に入れるカレーを教えていただきました。レシピだけでなく、家庭での応用法まで惜しみなくご指導いただき、とても充実したワークショップになりました。試食では、どのテーブルでも美味しい!と好評で、皆さん家でも挑戦してみたいと言われていました。最後には連絡先の交換をされる方が多く、この初夏開催のLINEグループもできたことで参加者同士が今後もつながることができました。



### 感想

- 参加するか迷っていたけど、こうやってみんなと仲良くなれて参加してよかった。
- 転勤族で正直大変なことも多かったけど、こんな機会に出会えて転勤族でよかったと思った。
- tentenがあることで福島が移住しやすいところになっていくといいなと思った。
- 家族以外とのつながりが欲しくて参加したら、同じ思いの人が多いことがわかり安心した。
- 私にもやれることがあったら、チャレンジしていきたいと思えた。
- 福島のあらゆる情報を知ることができて、今後福島で暮らす上で少し不安が減った。
- 同じ境遇の友達と知り合えたことで、心強い気持ちになれた。
- 実家や地元の友達と電話で話すしかなく、次第にこの境遇になったことに対しストレスを感じていた。参加してみてみんな同じように緊張しているから話しやすかった。
- 今まではどうせ3年くらいでまた転勤だろと諦めていたところがあった。ワークショップに参加した日はいつも以上に子どもに優しくできていたり、気持ちも満たされた。
- ワークショップの内容に興味があり参加したが、その内容以上に得られるものがあった。
- 島に住む一人の女性として、転入女性の助けもしていきたい。
- 今回知った福島の良さをもっといろんな人に知ってほしいと思った。
- どうしてかわからないが、このワークショップが開催されただけで、自分たちのつながりが強くなる気がした。
- これからも福島で暮らす上での参考になるかなと感じた。



■初秋開催 ■参加者:13名 ■会場:働く婦人の家

■第1回 お互いを知り仲間作り ■日時:令和元年9月17日(火) ■講師:子育て支援hanaso 吉田暁子さん、寺崎裕美さん

初夏開催同様、アイスブレイクでお互いの緊張を解きほぐしました。グループ対抗のゲームで、みんな童心に戻り大盛り上がり!  
最後にグループ内で「福島のいいところ・来てよかったこと」を書き出してシェアしました。

今回はワークショップ開始から終了まで福島中央テレビ(FCT)に取材していただきました。



■第2回 福島の郷土料理いかにんじんと太巻き作り ■日時:令和元年10月1日(火) ■講師:Moriai underground Lunch & Sushibar 江戸政 佐藤賢一さん

講師の佐藤さんより「いかにんじん」を家庭で簡単に美味しく作る方法を教えてもらいました。  
とても簡単な工程で「家でもやってみよう!」「食べ頃になるのが楽しみ!」との声をいただきました。  
続いて太巻きづくり。デモンストレーションで巻き方のコツを解説していただきながら、佐藤さんの職人技を見せていただきました。太巻きの食材には、福島県産のきゅうりや卵、福島で作られたお揚げやたくあんなどを準備していただきました。美味しいいかにんじんと太巻きを食べながら、各グループ話が止まらず、賑やかな会食となりました。



■第3回 福島の春を詰め込んだボトルフラワー作り ■日時:令和元年10月30日(火)(台風19号の影響で延期開催) ■講師:anemos 長澤友美子さん

花見山で有名な福島市。福島の春に咲く花桃・レンギョウ・ゆきやなぎなどのドライフラワーを自由にガラス瓶に配置しインテリアとして楽しむボトルフラワーを作りました。まさに「福島の春」を詰め込んだ作品です。使用した花材の花は、様々な方の協力やお花の提供をいただき、長澤さんにドライフラワーにしてもらいました。作業に入る前に花材について説明と作り方のアドバイスをもらいながらイメージを膨らませ、花材選び、ボトルへ詰めていきました。

ボトルフラワーが出来上がったら全部を並べ、撮影会がスタート。どれ一つと同じものではなく、個性あふれるボトルフラワーをみなさんいろいろな角度から撮影していました。



### 感想

- 女性同士、たくさん話せて楽しかった。
- 福島にまだ住んでいるだけでは福島のことを知るきっかけはないから、このワークショップがあつてよかった。
- ワークショップが3回で終わることがさみしい。また集まりたい。
- 親戚、職場以外でつながりができる嬉しい。
- 今回のボトルフラワーをやりたくて、参加申し込みをした。いかにんじんを教えてくださった江戸政さんにも食事に行ったり、ワークショップがきっかけとなり視野が広がった。
- 同じ境遇の人がこんなにいて心強く、これからもつながり続けたい。
- 台風の時にこのワークショップメンバーとのつながりがあって安心した。
- すでに引っ越しすることが決まっているが、引っ越し越したところでも福島の良さを発信したいと思うようになった。





## tenten cafe

仲間作りと情報交換を目的とした座談会。毎回トークテーマを決め、地元菓子店のお茶菓子を準備し、参加者が話しやすい雰囲気づくりを心掛けました。病院、幼稚園・保育園・学童、グルメの情報などの情報交換が活発に行われました。

### tenten cafe@福島市(全4回)



#### 第1回 福島に転入して驚いた事

日時:令和元年5月21日(火) 参加者:12名  
会場:働く婦人の家

#### 第2回 帰省時のお土産について

日時:令和元年7月9日(火) 参加者:7名  
会場:ベルフォンテオフィス

今回は昨年度と今年度の活動に参加された方を対象に、忘年会を兼ねて杉妻会館のお弁当を食べながらの開催を企画しました。

昨年や今年のWELCOMEワークショップに参加した方やtenten cafeに参加したことがある方など初対面同士でも、美味しいお弁当を食べながら交流されていました。



↑スケッチブックを使って自己紹介。出身地やこれまで住んできた地について紹介します。

↑病院やグルメの情報など、それぞれが聞きたいことを情報交換しています。

↑キャリアコンサルタントの鶴原あゆみさんにファシリテーションをしていただきキャリアアンカーという自己診断テストを行いました。キャリアが途切れても、自分は何を大切に仕事を探していくべきかそのヒントとなりました。

### 感想

- 病院のことなど自分では調べられなかった情報を知ることができてよかった。
- 転入あるあるの話面白かった。福島情報を聞いてためになつた。
- 皮膚科情報を得られた。共感してもらえて、友達もできてよかった。
- 自分はほぼ地元なので、他の方の話を聞くのが新鮮だった。
- たくさんいろんなお話を聞いて良かった。話し足りなかつたくらい。
- 福島のことに絞られていて話が盛り上がり、楽しかった。
- 知らないお土産をたくさん知ることができよかったです。
- 郡山出身でも知らないこと、初めて知ることが多くなつた。
- 全く知らなかった情報を得られて、とても有意義な時間だった。
- いろいろな情報や繋がりができる、参加して本当に良かった。

### tenten cafe@郡山市(全2回)



#### 第1回 県中に転入して良かった事、困った事、驚いた事

日時:令和元年9月13日(金) 参加者:11名



←郡山市だけでなく、須賀川市や田村市からも転入女性が集まってくれました。「子育て支援に手厚い」「野菜やお米が美味しい」「直売所(はたけんば)に行くのが楽しい」「お店が一通り揃っていて便利」「新幹線が通っていて東京に出やすい。空港も近くで便利。」といい所の話が出た半面、「坂道が多くて自転車に乗っての移動が辛い、冬の運転も怖い」「渋滞が多い」などの困った事が出了ました。



←郡山市でのおすすめの過ごし方の話題では、「おすすめのジム」「おすすめの美容院」「子どもの一時預かり」などの情報を交換。郡山市の地図を広げて、話題に出たお店や施設の場所などを確認しました。中には真剣にメモを取る参加者も。

#### 第2回:県中でのおすすめの一日の過ごし方

日時:令和元年11月1日(金) 参加者:7名

【会場:ミューカルがくと館】

### 感想

- 郡山の事を再発見できだし、他の地域の事も知ることができてよかった。
- tenten cafeがきっかけで、色々な情報を教えてもらい出かける機会が増えた。郡山での生活が最近楽しい!
- 皆さんに情報を提供できてよかった。
- すごく楽しかった。しゃべりすぎてのどが渴いたのは久しぶりだった。
- 少人数で情報が共有できてよかった。
- 楽しかった。いろいろな情報が聞けて勉強になった。
- また、お話する機会が欲しい。また会いたい。
- 家にとじこもることなく、外出できる場所は大事なので継続は大事だと思う。
- 外に出て、話をする機会ができてよかった。
- 共感してもらえることがとても大切だと思った。
- もっと頻繁に開催して欲しい。事業を継続して欲しい。

### tenten cafe@白河(全3回) ◆主催:福島県県南地方振興局



#### 第1回 白河に転入して良かった事、困った事、驚いた事

日時:令和元年5月20日(月) 参加者:6名

#### 第2回 白河での一日の過ごし方

日時:令和元年7月1日(月) 参加者:10名

#### 第3回 転入によってリセットされたキャリアについて

★お子様連れNGの大人会

日時:令和元年10月5日(土) 参加者:6名

【会場:コミュニティ・カフェ emanon】



←「市街地であれば自転車で生活ができる」「東京が近い」「思ったほど雪が降らない」「近場にレジャースポットが多い」など転入して良かった事のコメントがあった半面、困ったことについて「病院の待ち時間が長い」「道が狭くて複雑」「働く場所がない」などの声が上がりました。



お茶菓子はラクラスクシカわさんが白河名物南湖餅子を準備してくれました。



←一日の過ごし方については「午前中はおひさま広場など子育支援施設へ行き、午後はわんぱーく」「幼稚園のお迎えの後は関の森公園へ」と子育て中のママの過ごし方を教えてもらいました。休日は、那須方面へ出かけている方が多く、ベットを飼っている方がドッグラン情報を交換する場面も。



←第3回は転勤転入を経てどんなキャリアを歩んできたかを共有し、キャリアについての自己診断テスト「キャリアアンカー」を実施。一旦キャリアがリセットされた転入女性が、何を軸に仕事を探していくべきなのか、そのヒントになってもらえたという思いで実施しました。

### 感想

- 楽しかった!気持ちが救われた。
- 引っ越してきてから初めて家族以外とゆっくり話ができる。
- 沢山の白河情報を聞いて、とても有意義で充実した時間を過ごす事ができた。
- 同じ境遇の方たちと共感できることが多くて嬉しかった。旦那以外の人と話す事ができ、気分転換になった。
- また、このような場があったら参加したい。
- 転入して来た方の今までの仕事の事、色々な悩みを聞いてそれぞれのストーリーがあるんだなと思うと心強く思った。
- 色々なキャリアをお持ちの方のお話を聞いて楽しかった!自分自身の価値観を見直すきっかけにもなった。
- キャリアアンカーが面白かった!自分の求めている物は何なのか少し前のモヤモヤが晴れてきたような気がする。
- キャリアアンカーのテストの結果がどんしおでビックリした!
- 仕事をちゃんとと考えて話したことが無かつたので、話せてよかった。皆さんの話を聞いて、悩みを共有できた。

## tenten cafe@南会津 ◆主催:福島県南会津地方振興局

## 南会津に転入して良かった事、困った事、驚いた事

日時:令和元年11月6日(水) 参加者:9名  
会場:御蔵入交流館

## 感想

- 2時間があつた。冬に他の人がどこで遊んでいるのかもっと情報交換したい。
- みんなの色々な思いを知れて楽しかった。色々活動されている方がいて刺激的だった。
- とても楽しかった。地域を細かくしてtenten cafeを開催していただきたい!
- 初めて参加して、自分と同じ思いの人がたくさんいるのを知って安心した、また参加したい。

tenten cafe@東京 ◆主催:福島県  
(福島くらし&しごとフェア2019にて開催)

## 福島への移住で不安に思っている事、知りたい事

日時:令和元年11月17日(日)  
参加者:4名  
会場:東京交通会館(有楽町)

## ワークショップコーナー

伝統の会津木綿で作ろう!  
「山マグネット制作体験」



福島から東京へ移住し、27年経つてUターンを検討している方、福島出身の旦那さんが地元へ帰りたいと言っている方、自分の福島の実家近くへUターンをしたいと思っている方、参加者の状況は三者三様でした。

不安に思っている事については、「中学校以降の福島の教育環境」「東京と福島のママ友関係の違い」「助産師としての仕事を見つけられるか」といった不安についてアドバイザーがリアルな情報や考えをお話しました。



## 参加者より感想

- 子育て環境などについて生の声を聞いて良かった。福島で子育てするメリットを感じた。
- ずっと気になっていたことを、実際に福島に住んでいる方や住んでいた方に聞けてよかった。
- 福島の事をみんなで話せて楽しかった。Uターンに対して前向きにとらえられるようになった。

## 首都圏在住tentenメンバーより感想

- 私が今日話したことは私の主観の意見であるが、子どもが生きる力を付けられるのは東京より福島だと思っている。
- 私は千葉に家を建ててしまったので、もう福島には戻れないが、いつも福島に帰りたいと思っている。福島の良さを伝えられて今日は自分もとても嬉しかった。

## 同席した秋田女性コミュニティ作りの関係者より感想

移住フェアではスーパーマンの話が多い。今日のtenten-cafeのように同じ目線の当事者の話を聞ける場はとてもいい。こういう場が私たちには必要。



当日は、会津木綿を使って福島の山をモチーフにしたマグネット作りのワークショップも担当しました。

基礎の基礎から始める  
クラウドソーシングセミナー

日 時:令和元年10月3日(木)~4日(金)

参 加 者:11名

会 場:ベルフォンテオフィス

講 師:マルチクリエイター 筒井響子さん

## 内 容

## 1日目:「クラウドソーシング基礎講座」

クラウドソーシングについて、仕事の種類や報酬について、登録の仕方や実際の仕事の受注方法についてなど、筒井さんがご自身の経験を踏まえて分かりやすく説明してくれました。2日目のWebライターエクスペリエンスに向けて簡単な宿題も出されました。



←講師の筒井さんは、いわき市出身  
神奈川県在住の転勤族の奥さん。  
ご自身の経験も踏まえて、クラウド  
ソーシングで仕事を行うことのメリッ  
トデメリットなどもお話ししていただ  
きました。

## 2日目:「Webライターエクスペリエンス基礎講座」

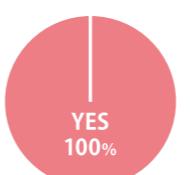
Webライターの仕事について、簡単な記事の書き方について学び、記事の構成を考えるワークショップを実施しました。



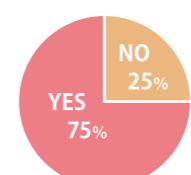
↑実際に記事を書く前に行う構成を考える作業のワークショップを行いました。  
その場で発表を行い、筒井さんより講評とアドバイスをいただきました。

## アンケート結果

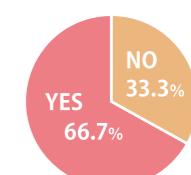
Q1 クラウドソーシングサイトを使つてみたいと思いましたか?



Q2 受講後、クラウドソーシングサイトに登録しましたか?



Q3 クラウドソーシングサイトを介して、実際に仕事をしましたか?



Q4 Q3で実際に仕事をされた方はどんな仕事ですか?

- 婚活に関する記事を数件執筆
- 短い文章の入力
- イラストや写真のトレース、画像加工等

## 感想

同じ目線の方が教えてくれたことで私も出来そうだと思った。旦那が新天地で楽しく仕事をしている中で、自分も働きたいという思いが強くなってきた中、いいものに出会えた。少しづつ始めたいと思う。

主人の転勤で福島に来て2ヶ月。転勤を機に仕事を辞めてずっとスイッチがOFFだったが、またスイッチが入った。

通訳翻訳で活躍したいと思っていた。そのキャリアをスタートする第一歩になった。自分の未来を思うとワクワクが止まらない。

転勤族や子育て世代はなかなか定職についたりが難しく、また転入者だと会社に勤められてもお客様に地元の人じゃないの?と言われたり、じゃあ分からないでしょと言われたりすることもある(経験あり)。クラウドサービスを利用して在宅でお仕事することはきっと転入女性にとってメリットは大きいので、伝えていきたいお仕事を作っていきたい!

まだ実施してませんが、参加したことは、とても良かった。転職を考えたときに、以前の仕事のキャリアを含め、自分の可能性を狭めることなく、社会と繋がる仕事を選ぶことができるためだ。また、周りで妊娠中・育児中で今の現状に困っている方にも勧めやすいので、いい助け話にも繋がった。

自分の今までの経験が仕事に繋がり、そして少しですが収入になるので、本当に講座を受けてよかったです。

自分の作業から、定期的に記事執筆をお願いしたいと言われて、モチベーションアップにもつながった。ありがとうございました。

## tenten fukushimaの運営

<http://tenten-f.info>



福島に移住・転入した女性が、福島の暮らしの情報を発信するサイト「tenten fukushima」を平成30年10月に立ち上げ、平成31年1月より、毎週月曜日に記事を更新しています。15名のライターが交代で記事を執筆し、現在(令和2年5月)までに60件の記事を公開しました。  
このサイトでは、観光情報ではなく転入女性目線で福島のリアルな暮らしの情報を発信しています。  
令和元年10月には、一般社団法人Bridge for Fukushimaやホールアース自然学校との共同プロジェクトとして、台風19号の福島県内の被害状況をまとめた記事や転入女性の避難経験インタビューも掲載しました。  
ライターとして独立することを視野に、ライター講座でライティングの基礎的な知識を習得し、tenten fukushimaでOJT(オンザジョブトレーニング)を積むことを目的としています。



### ◆ 記事一覧

- 平成31年1月7日 毎日の買い物はここで決まり！福島市の人気スーパー特集
- 平成31年1月14日 車がなくても大丈夫！？自転車だけで福島市の生活を乗りきるためのヒント5つ
- 平成31年1月21日 さあどうしよう。引っ越しで出た大量のゴミ！福島市のゴミ処理の仕方についてまとめてみました！
- 平成31年1月28日 こんなのはずっと欲しかった！一目でわかる福島市地域名マップを作成してみました！
- 平成31年2月4日 不動産屋さんに聞いた！福島市内の家賃相場とファミリー世帯におすすめの地域4選
- 平成31年2月11日 家族で楽しめる！県内初の道の駅でいちご狩り！「伊達の郷りようぜん」のいちご狩りに行ってみた！
- 平成31年2月18日 新鮮野菜くだもの宝庫！安心・安全な食材を扱うJA農産物直売所「ここら」をご紹介！
- 季節のおいしさを楽しめるベストスポット！
- 平成31年2月25日 本を借りただけではもったいない！家族みんなが満足する福島市の図書館の楽しみ方5選！
- 平成31年3月4日 子どもと今日はどこへ行こう！？福島市の屋内遊び場について調べてみました！その①
- 平成31年3月11日 知っておいて損はない！福島駅周辺の主要建物を一挙ご紹介！
- 平成31年3月18日 【福島市内の幼稚園情報】給食は？プレスクールは？在園ママの生の声を集めました！！
- 平成31年3月25日 転勤決定！実録・ほぼワンオペ引越し！やるべきこと記録①～転勤決定から引越しまでの流れ
- 平成31年4月1日 新生活にも要チェック！福島市内の100均マップ、作ってみました！
- 平成31年4月8日 ふくしま転入女性tentenインタビューvol1 實國法子さん
- ～人と人の繋がりをもとに「新天地福島」が「心地のいい場所」に変わるもの～
- 平成31年4月15日 転勤決定！実録・ほぼワンオペ引越し！やるべきこと記録②～引越し直前から引越し後～
- 平成31年4月22日 行ったことある？！福島市の中央にある信夫山の楽しみ方を教えてます！
- 令和元年5月13日 郡山市の転入女性必見！現在参加者募集中の郡山市へ引越ししてきた女性のための「はやまーゼ教室」について調べてきました！
- 令和元年5月20日 子どもと今日はどこへ行こう！？伊達市の屋内遊び場について調べてみました！その①～パレオパーク～
- 令和元年5月27日 ふくしま転入女性tentenインタビューvol2 山本香苗さん～への転勤についていく。それでも仕事は続けたい。～
- 令和元年6月3日 「ふくしま」のすてきなモノやヒトとの出会いを探しているならマーケストへ！
- 令和元年6月10日 福島市の大ホタルスポット「新田茂川（しんたもがわ）」ホタルの里でホタルの乱舞を観賞しよう！
- 令和元年6月17日 子どもにもっとアート体験を！福島市で子ども対象のアートプログラムを集めました
- 令和元年6月24日 子どもの遊び場、子育て相談、行政窓口まで揃った郡山市のニコニコこども館の魅力を徹底調査！
- 令和元年7月1日 大人もこどももホッとする念願のカフェ「大人とこどものカフェflower」福島市に登場！
- 令和元年7月8日 脱マンネリ化・福島の美味しい帰省土産について調べてみました！
- 令和元年7月15日 もしもの時は大丈夫！？郡山市の水害防災対策について調べました！
- 令和元年7月22日 市場に行こう！市場を知ろう！福島市公設地方卸売市場には意外と身近なサービスがいっぱい♪
- 令和元年8月26日 転入女性の味方！郡市立中央公民館主催の「はやまーゼ」教室体験談！
- 令和元年9月2日 いよいよ芸術の秋到来！一日限定のイベント「ワークショップマート」を120%楽しむ方法を大公開
- 令和元年9月9日 かわいい子には旅をさせよ！？
- 令和元年9月17日 引越しなどの環境が変わる時の子どもの対応はどうしたらいい？
- この夏、ANAのジュニアパイロットを利用して子どもを一人で飛行機に乗せてみました！
- 郡山ザベリオ学園幼稚園の園長先生にお伺いしました！

## tentenライター講座（福島市、郡山市）

今年度もtentenを発展させるために、第2期tentenライターを募集しました。

福島市と郡山市の2会場で第1期ライター2名にメンターとなっていましたいただき、全4回のライター講座（託児付き）を実施。

tentenライター講座の特徴は実践型の講座であること。

基本的な知識を身に付けた後、受講者には実際に記事を書いてもらいます。その記事を講師に校正していただき、

校正された理由や、どのように書けばいい記事になるのかを講座の中で受講生全員にシェアすることで学びを深めました。

第2期は9名がtentenライターとしてデビューしました。

### 福島市 会場：ベルフォンテオフィス

日時：令和元年10月17日（木）、10月24日（木）、11月7日（木）、11月21日（木）

### 郡山市 会場：郡山市中央公民館

日時：令和元年11月8日（金）、11月22日（金）、12月5日（木）、12月19日（木）

#### 講 師

株式会社ハタフル  
代表取締役 白井翼さん、村上瑞恵さん



みな真剣にハタフルさんの講義を聞いています。  
(上:福島会場、下:郡山会場)



第2期tentenライターの皆さん（福島会場）

#### 1回目 ● Web媒体について ● Webライターの仕事とは？

- 記事ってどうやって作るの？（書き方のポイントや構成について）
- 伝わりやすい記事とは？ ●記事のネタ出し

##### 【宿題① 記事構成案を作成、記事執筆】

#### 2回目 ●宿題①のフィードバック

#### 3回目 ●インタビューについての講義

##### 【宿題② 各自分がインタビューしたい人を決め、記事構成案を考えてくる】

#### 4回目 ●宿題①の再フィードバック

#### ●宿題②インタビュー記事構成案のフィードバック、まとめ



宿題として実際に記事を書くためのネタ出しのワークショップも行いました。

## tentenライター第1期フォローアップ講座

日時：令和元年9月26日（木）

講師：株式会社ハタフル 代表取締役 白井翼さん

会場：ベルフォンテオフィス



第1期生のtentenライター5名は、事前にインタビュー記事を作成し、講師の白井さんに提出した後、フォローアップ講座に臨みました。講義ではインタビューにおいて重要なポイントやリサーチ方法、インタビュー中に深掘りするポイントなど、実践的な方法を教えていただきました。講義を踏まえて各記事の講評を行い、インタビュー記事で大事なポイントを振り返りながらより良い記事に磨き上げるべく意見交換を重ねました。tentenふくしまで10か月間記事執筆を重ねてきた第1期生たちも、今回の講座を受けてよりパワーアップしました。

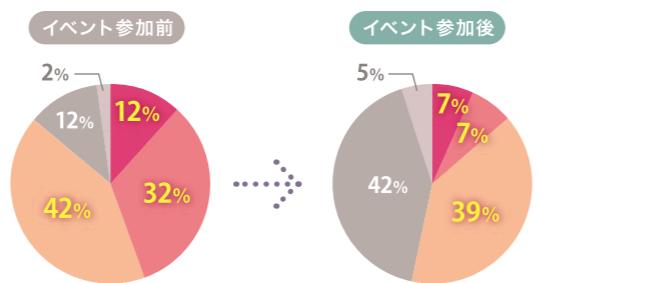
## プロジェクトのアウトカム

コミュニティ所属者数 168名→270名

WELCOMEワークショップ・tenten cafe参加者へのアンケート結果（令和2年3月実施・回答数43）

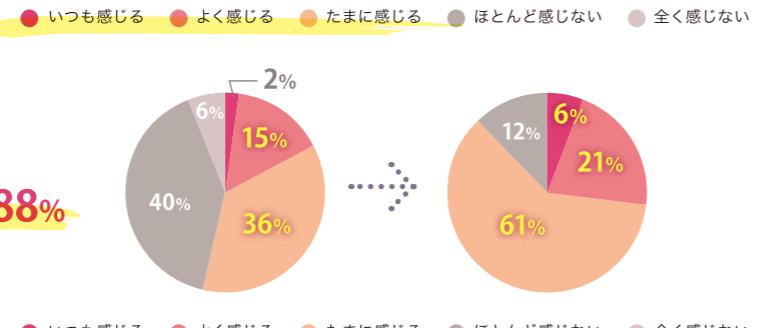
Q 「不安」や「孤独」をどの程度感じていますか？

✓ 不安や孤独を感じる割合 86%→53%  
(特に「よく感じる」の割合が大幅減)



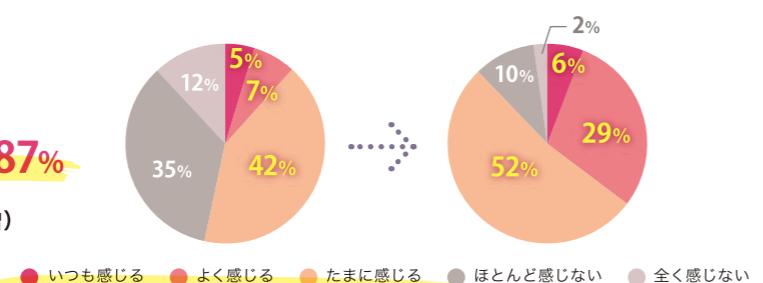
Q 「地域の情報」を得やすいく感じていましたか？

✓ 情報を得やすくなったと感じる割合 53%→88%



Q 福島で「自分らしく」いきいきと生活できていると感じていますか？

✓ 福島で自分らしく生活できていると感じる割合 54%→87%  
(特に「よく感じる」の割合が大幅増)



Q tentenのイベントに参加したことで起きた暮らしや生活の変化を教えてください。

- 福島をもっと知ろう、好きになってみよう前向きになり、むしろよそ者を活かせる方向に考えてみようと思えるようになった。
- 愚痴や困ったことを話すことができる友人ができたことで、だいぶ暮らしが楽になった。
- ライターを始めて仕事の楽しさを再確認でき、あらゆる情報に対してアンテナを張るようになった。
- 距外感や孤独を感じているのは自分だけではないと分かり安心した。

- 定期的にお茶をする友人もでき、希薄になりがちな人間関係が豊かになった。
- 福島のイベントやおすすめのお店を紹介してもらったりして行くようになった。
- 転勤が多くても、そういう人が参加できる場所があることを知り、気持ちが楽になった。
- イベントに気負いせずに参加できるようになった！
- もっと、自分らしく過ごそう、自分がやりたいように行動しようと思った。

## 感想

- ワークショップでは貴重な経験をさせていただいた。人との繋がりはもちろん、今まで知らなかつた福島を知るきっかけにもなった。
- 福島の良いところを知り、地域とのつながりを深めていくからと思った。
- 居住年数が進むにつれ、転入の頃のアクティブさがなくなり同じ人としか会わなくなってきたので、新たな出会いや新たな情報も入り嬉しかった。

- tenten参加の少し前から、地域の女性(1ターンの奥さん達)を集めて部会を開設した所だった。tentenに参加した事で、新たな地域の方々とも繋がる事が出来て、さらに楽しくなった。
- 今回の異動はたまたま自分の地元への転居で地域情報などは詳しいので、他の転入者の方がいたら、積極的に声かけなり出来ることをしたいと思っている。
- 台風19号の時情報が役に立った。
- 転入歴が長くなってきてので、今度は自ら発信出来る側になればなと思った。

## 参加者の声



主人の勧めで参加しました。  
わたしのように福島に来て孤独でモヤモヤしている人にはぜひ参加してほしいです!!  
皆で何かを作るということも楽しく有意義な時間を過ごせました。このワークショップのおかげで福島に友人もでき、生活がとても楽しくなりました。

■ 松森朝子さん  
welcomeワークショップ、tenten cafe@福島に参加



大人になってから友達を作るって想像以上に大変…。  
結婚を機に転入しましたが地元じゃないからと何となく他人事でうつむき加減だったように思います。みんぽうTimeコラムにてtentenの存在を知った時、私に必要なのはこのコミュニティだ!とビビッときました。参加者同士でのトークは、ファシリテーターの力で盛り上がり、それはもう楽しかったの一言!嫁でも母親でもなく「私」として居られる事がすごく嬉しかったのを覚えています。転入理由やライフスタイルも様々で、福島県で頑張る方たちとお話しするこのような機会は、とても良い刺激をもらい、以前の私のように

■ 伊藤梨乃さん  
tenten cafe@郡山に参加



震災後に家族が暮らしている土地とはいえ、私にとっては「知らない街」だった白河。知り合いも何の繋がりもなく、モヤモヤしていた時に紹介してもらったのがtentenでした。私は転勤族の方々とはまた少し違った理由での転入でしたが、それでもtentenではすごく楽しい時間を過ごせました。白河にはこんなに他の土地から来ている人がいるんだというのも驚きましたし、他の参加者の方が白河にくるまでの経緯にもそれぞれストーリーがあって、また勉強になりました。実は近所に住んでいるという方に出会えたり、

■ 若月美里さん  
tenten cafe@白河、クラウドソーシングセミナーに参加



福島で出産し、初めての育児をしながら今後の働き方に悩んでいました。“時間に融通が効いて、興味のある仕事をしたい”と思っていましたが、求人にあるのはフルタイムで専門的な仕事や一般事務がほとんど。そのような時にクラウドソーシングセミナーが開催される事を知りました。Webライターについても学べるとあって、迷わず申し込みました。セミナーで印象に残っている事は、自分の好きな分野でライターになると良いという講師の言葉です。自分の興味を深めていけるWebライターをやってみたいとセ

■ 宍戸叶恵さん  
クラウドソーシングセミナー、tentenライター講座に参加

## 地域の人の声



結婚を機に南会津町田島へ越してきて、今年で3年になります。  
主人が営むカフェは、田島でオープンして13年、私が営んでいた雑貨屋と引っ越しを機に一緒に営業しています。嫁という立場で、この町に腰を据えることになり、小さな町ならではのいい所、面倒な所、日々学んでいます。  
今回、地元側で、tenten cafeに参加させていただきました。お店をやっていく中で、転勤で来る方と出会

■ 五十嵐史織さん  
CAFE JI MAMA/hitotsubu店主  
tenten cafe@南会津に参加

藤本さんと西村さんの行動力には頭が下がります。わたしも少し見習って新しいことにチャレンジしてみようと思っています。

ただ暮らしているだけでは体験できませんでした。  
2回目のtenten cafeも迷わず参加。改めて自分の住んでいる福島県の魅力を知り、そこでどんな風に生きていきたいという思いまで感じることが出来ました。tentenで知り合った仲間とその後もランチしたり情報交換したりしています。今ではこの土地や住む人が好きになり、もっと知りたいと思うようになりました。転入女性も胸を張って自分らしくあれば良いんだと感じています。私の生活に彩をくれたtentenに感謝しかありません。

いろんな情報を交換して新しい発見があったりと、参加するたびに白河での生活が少しづつ楽しくなっていくを感じていました。転入女性だからこそ悩みを共有して、情報を交換し合う場所は特に転勤族が多い土地では必要だと思います。tentenは素敵なお会いが広がって、気持ちも豊かになれる場所だと思っています。転入女性の方はぜひ一度参加してみてほしいです。

ミナーを通して感じました。その後、自分のスキルアップを目指してtentenライター講座に挑戦することにしました。ライター講座では、実際にネタ出しから記事を書くまでの流れを体験し、更に添削もして頂いたので、より実践的な学びができます。  
tentenふくしまで実際にライターの仕事を始めて、転入女性の知りたい事はなんだろうと日常的に福島について調べることが増えました。これからもアンテナを広く張って、転入女性の皆さんに役に立てるよう頑張って行きたいです。

うともたくさんあります。数年経つと見送る。そんな繰り返しの中で、今回ちゃんとお話をすることで、転勤の経験がない私にとって、とてもいい機会になりました。みなさんがどんな気持ちでいるのか、具体的に何が大変なのか、少しですが歩み寄れた気がします。そして、店がみなさんにとっての、ひとつの居場所となり、住まいがどこにあろうとも、この場所が繋がりの場となればいいなど、店としての新たな役割のようなものを感じました。

## 富山県転勤ノオト視察、転勤族ママ会@富山にゲスト参加



【日 時】  
令和元年  
11月28日(木)~29日(金)



富山県庁



### 訪問先 《お聞きした話の主な内容》

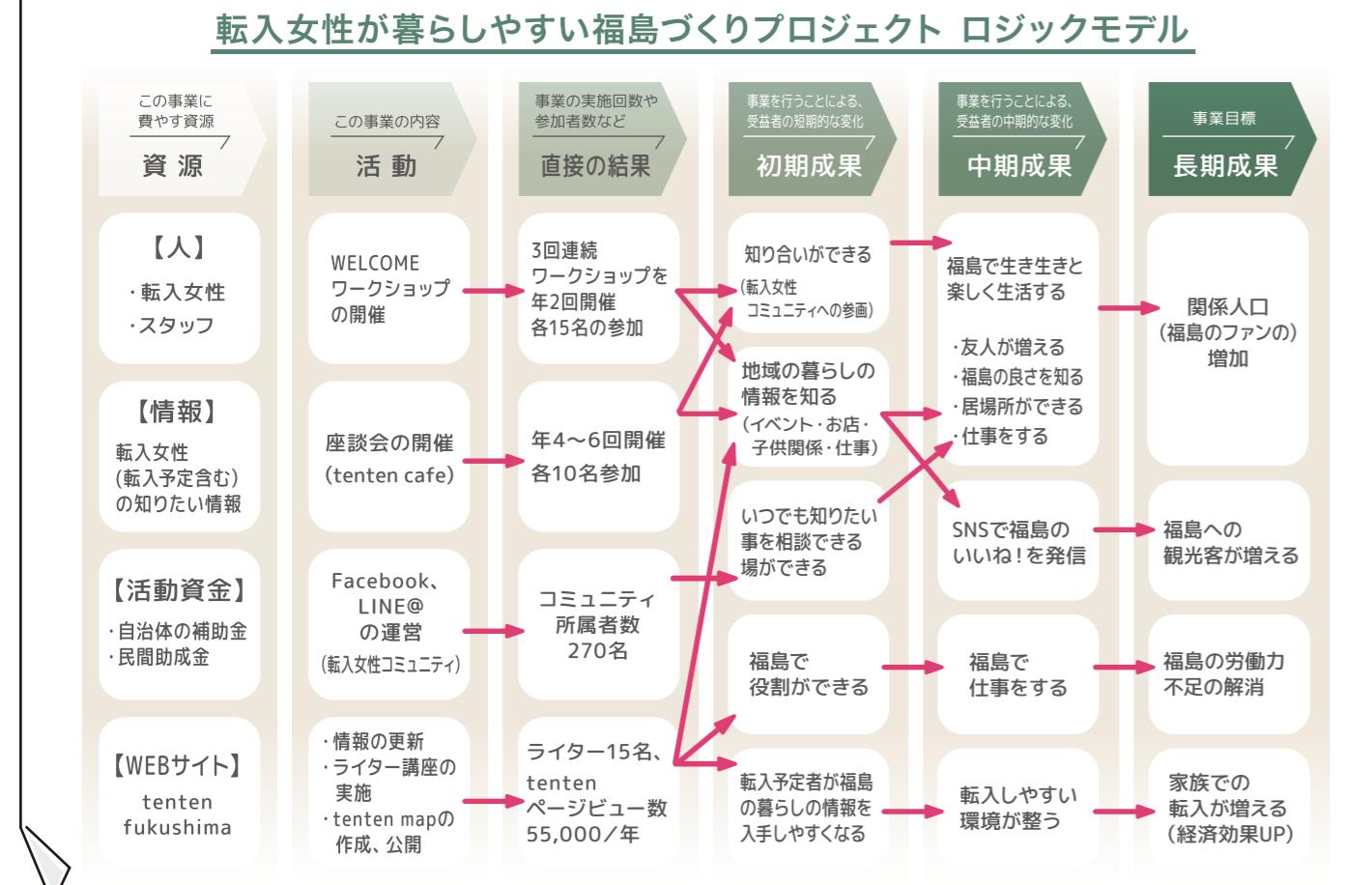
- 転勤ノオト  
《転勤族ママのコミュニティづくり、仕事づくりについて》
- 富山県総合政策局移住・UIJターン促進課  
《富山県の移住施策、転勤族についての考え方について》
- 富山県総合政策局少子化対策・県民生活課  
《富山県の子育て中ママや転勤族への仕事斡旋事業について》
- 株式会社マスキー  
《コミュニティ運営とビジネスについて、転勤族ママ会について》
- フリーランスママと子育てママをつなぐ応援団 cocomama  
《移住者として、移住先で始めた活動について》
- 株式会社 笑農和  
《転勤族ママを雇用した企業として、転勤族を雇用するメリットについて》

### まとめ

● 転勤ノオトの活動目的は転勤族をはじめとする外部要因により働きなくても働けない人(子育て中のママ、お子様が障がいを持つ方、介護をしている方)が自分らしく働く環境を作ること。ベルフォンテも現在はコミュニティ作りから仕事作りに活動をステップアップしていきたいと思っていたので、転勤ノオトさんの仕事のマッチングの仕方などは大変参考になった。

● 転勤ノオトの徹底的なニーズ調査とそのニーズに基づいた活動、さらにその先を見据えた活動の戦略作りは見習うべき点が多かった。

## 転入女性が暮らしやすい福島づくりプロジェクト ロジックモデル



## 受託業務(一例)

さまざまな経験やスキルを持つコミュニティメンバーや、tentenライターへのお仕事の依頼を7件受注しました。その一例を紹介します。

### ❖ 福島民報情報ナビTime コラム「転入女性のtentenだより」執筆(月1回)

「転入女性のtentenだより」と題して、外からの視点で福島の暮らしの中で見つけた福島の魅力を取材して紹介するコラム。月1回、tentenライター3人で執筆しました。

#### 【コラムテーマ】

平成31年4月	ランドセルの体操服入れ	令和元年11月	音楽都市・郡山
令和元年5月	方言(せっかくどうも)	令和元年12月	保護者の送迎
令和元年6月	ちまき	令和2年1月	厄払い文化
令和元年7月	ナツトモ(小学校夏休みの宿題)	令和2年2月	こたつから伸びるホース
令和元年8月	湖水浴	令和2年3月	ご当地アイドル
令和元年9月	運動が優しい福島		
令和元年10月	ふくしま駅伝		



### ❖ プロジェクト報告書作成

(一般社団法人Bridge for Fukushima からのご依頼)

転入女性でチームを組み、tentenライターがページ構成・原稿作成、デザイン経験のあるメンバーがページデザインを担当し、NPOの活動報告書を作成しました。



### ❖ チラシ作成・モニター記事執筆

(横山行政書士事務所からのご依頼)

横山行政書士事務所主催の「縁結び家系図や」で行っている家系図作成のモニターをtentenライターが体験し、tentenライターがモニター記事を執筆しました。



こんな活動も…

### ❖ 福島から転出したコミュニティメンバーからお預かりした義援金を被災地に

台風19号で大きな被害を受けた伊達市梁川町。今回、以前福島市にお住まいですが現在は神奈川県在住の永尾さまよりお申し出をいただき、被害が大きかった梁川町の困っている方へと義援金をお預かりしていました。床上浸水し、多くのおもちゃや家具が使えなくなってしまった梁川中央保育園。tentenとして、今回の義援金を子ども達の生活を取り戻すために使っていただこうと、寄付先をこちらの保育園にさせていただき、スタッフの西村さんが園に届けました。



## Special thanks

### ❖ WELCOMEワークショップ

- ・一般財団法人 ふくしま未来研究会  
【講師】  
・子育て支援hanaso 吉田暁子さん、寺崎裕美さん  
・aroma-nature 長澤恵さん  
・Curry dining bar 笑夢 芳賀眞さん  
・Moriai underground Lunch & Sushibar 江戸政 佐藤賢一さん  
・anemos 長澤友美子さん  
【酒粕の提供】  
・金水晶酒造店  
【ボトルフラワーの花材提供】  
・飯坂温泉観光協会  
・福島市観光コンベンション協会  
・河野裕之さん  
・樺山果樹園  
【託児】  
・子育てサークルtsunago

### ❖ tenten cafe

- ・福島県県南地方振興局  
・福島県南会津地方振興局  
・福島県企画調整部地域づくり総室地域振興課
- ❖ クラウドソーシングセミナー  
・マルチクリエイター 筒井響子さん
- ❖ ライター講座  
【講師】・株式会社ハタフル 白井翼さん、村上瑞恵さん  
【託児】・ボレボレ-ねうばらふくしま- (福島会場)  
・託児クラブ (郡山会場)
- ❖ 富山視察  
・転勤ノオト 松田悠さん