移住転入者から見える
福島に関するアンケート

調査結果報告書

2025.6

一般社団法人tenten

報告事項

- 調査概要・目的
- 回答者の基本属性
- 福島に対する期待度・満足度とその推移
- 移住者が感じる福島の魅力
- 移住者が感じる福島の課題
- 移住者が考える福島県の移住促進でPRポイント
- 移住者が考える福島県の移住・定住施策について感じること
- 転勤族の転入について
- 調査結果のサマリー

調査概要・目的

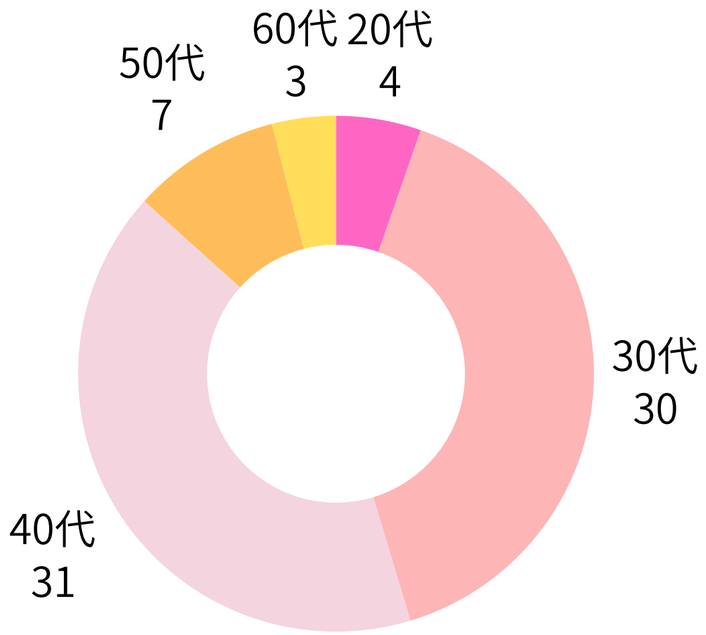
本アンケートは、福島県への移住者の視点から、福島の魅力や課題を明らかにすることを目的として実施しました。
昨今、地域活性化や人口減少対策の一環として移住促進の取り組みが広がる中で、実際に移住した方々の経験や本音を把握することは、より効果的な受け入れ施策の検討に欠かせません。
調査では、移住前に抱いていた期待、移住後の満足度、生活上の困りごと、良かったことなど、多角的な視点から回答を得ました。今後の移住支援の改善や、地域の魅力発信の参考資料とすることを想定しています。

- **調査対象：tentenコミュニティ（公式LINE）に登録している福島県に移住経験のある方（約580人）**
- **調査方法：Googleフォームによるオンラインアンケート**
- **実施期間：2025年4月1日～5月15日**
- **回答数：75名（回収率：13%）**

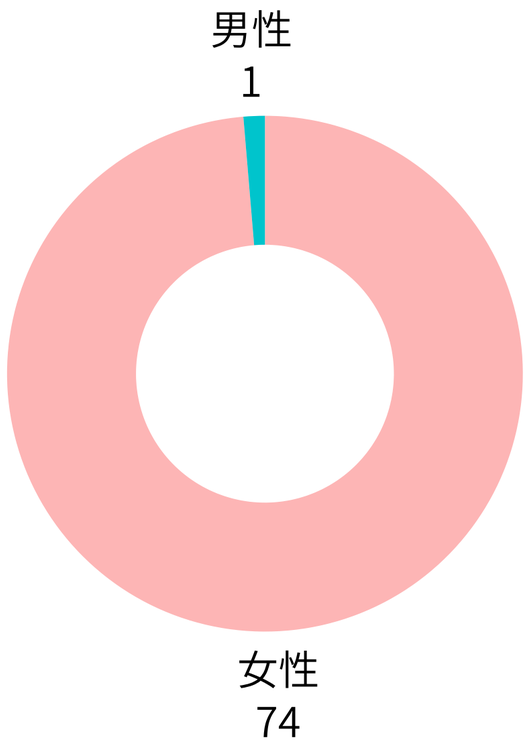
回答者の基本属性（年代・性別）

回答の属性は、30〜40代の女性が80%を占めている。

年代



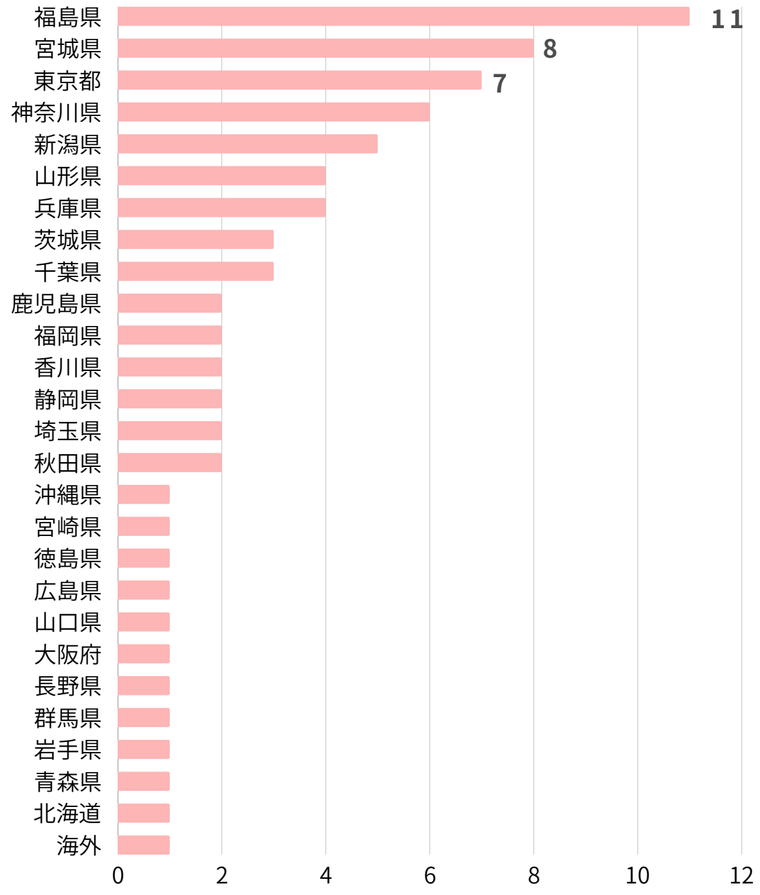
性別



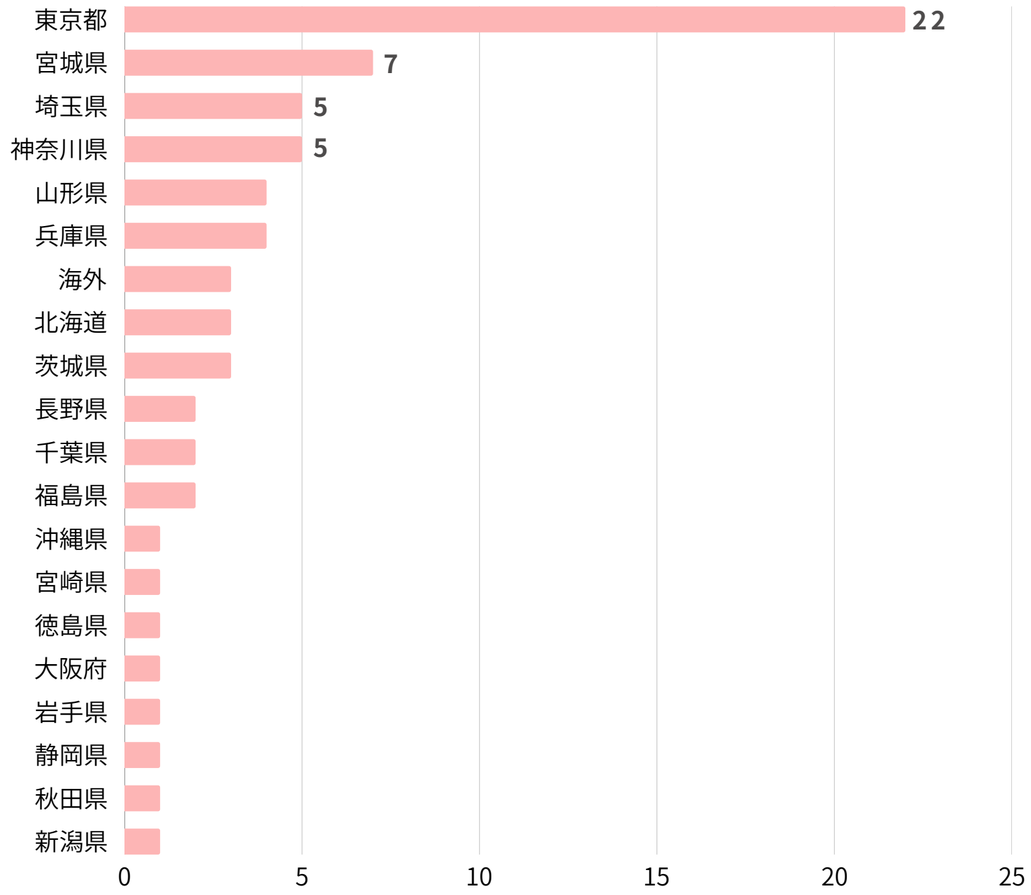
回答者の基本属性（出身県・移住前の居住県）

出身は福島県出身者（Uターン者）が最も多く（約15%）、東京・埼玉・神奈川の首都圏からの転入者が多い（約40%）。

出身県



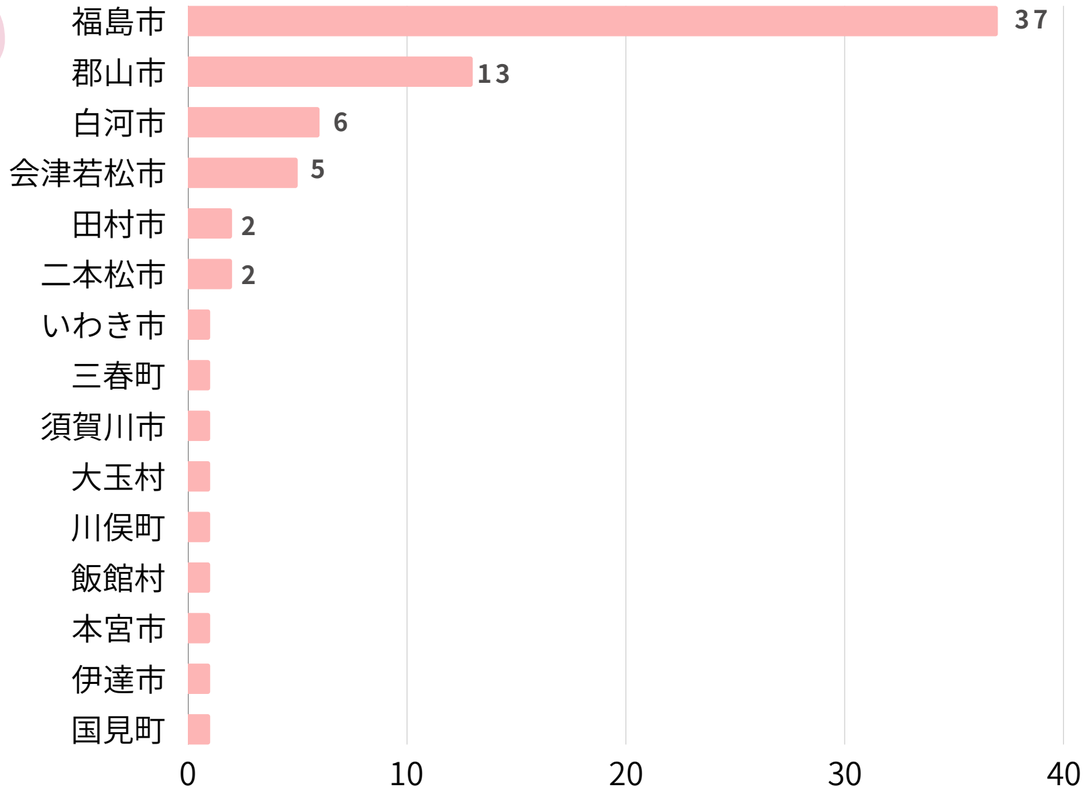
移住前の居住県



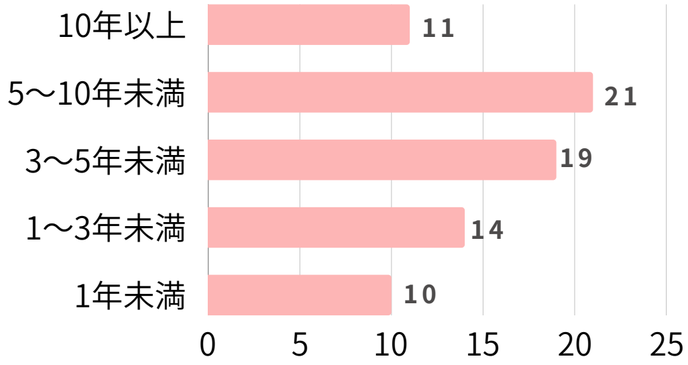
回答者の基本属性（現住所・居住年数）

現在、福島市に住んでいる人が最も多く（約50%）、居住年数は5年未満の方と5年以上の方で約半分ずつ。

現住所



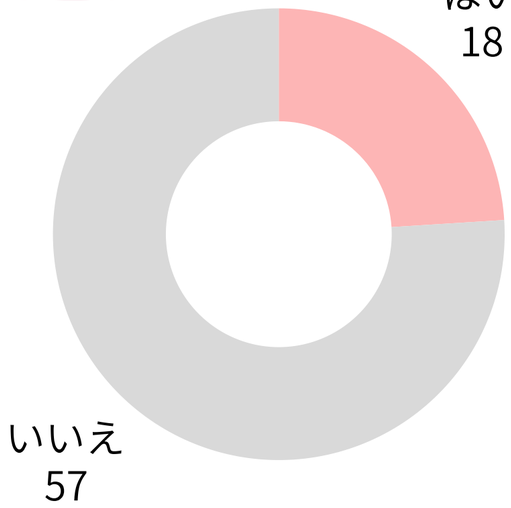
居住年数



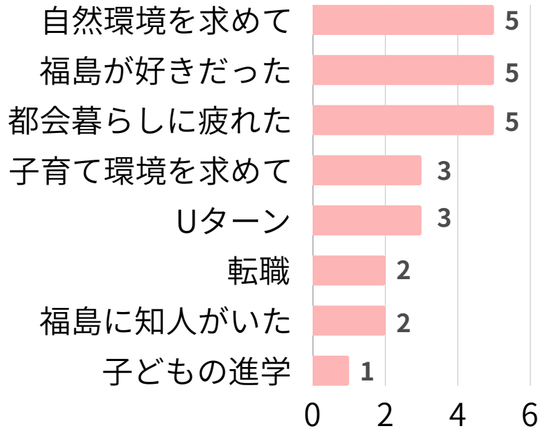
回答者の基本属性（移住の理由）

結婚やパートナーの転勤・転職・Uターンなど自分の意志ではなくパートナーとの関係で福島に移住した方が約70%。自分の意志で移住した方は、福島の自然環境を求めて、都会暮らしに疲れたなどの理由が多い。

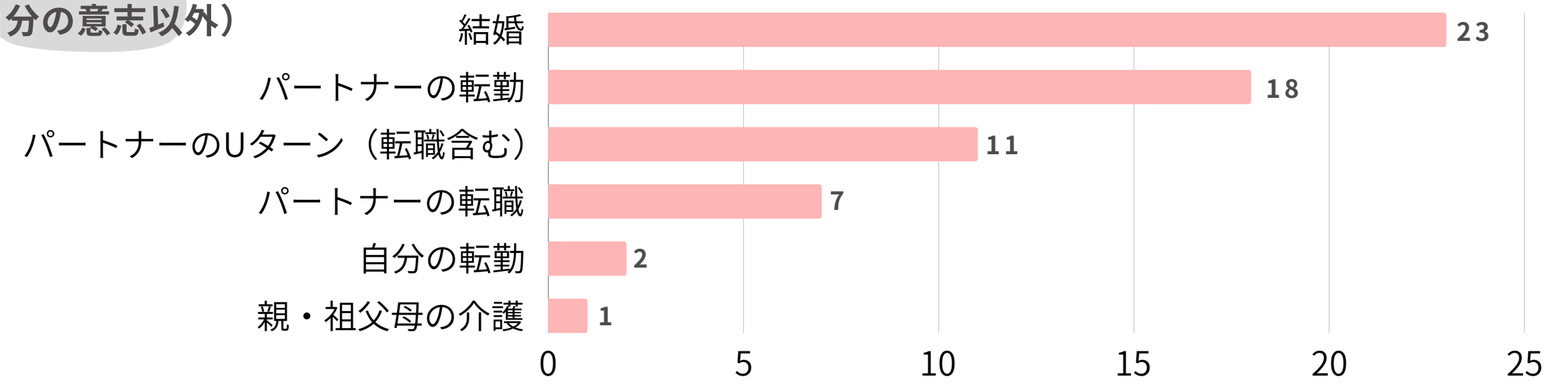
移住は自分の意思か



理由（自分の意志）



理由（自分の意志以外）

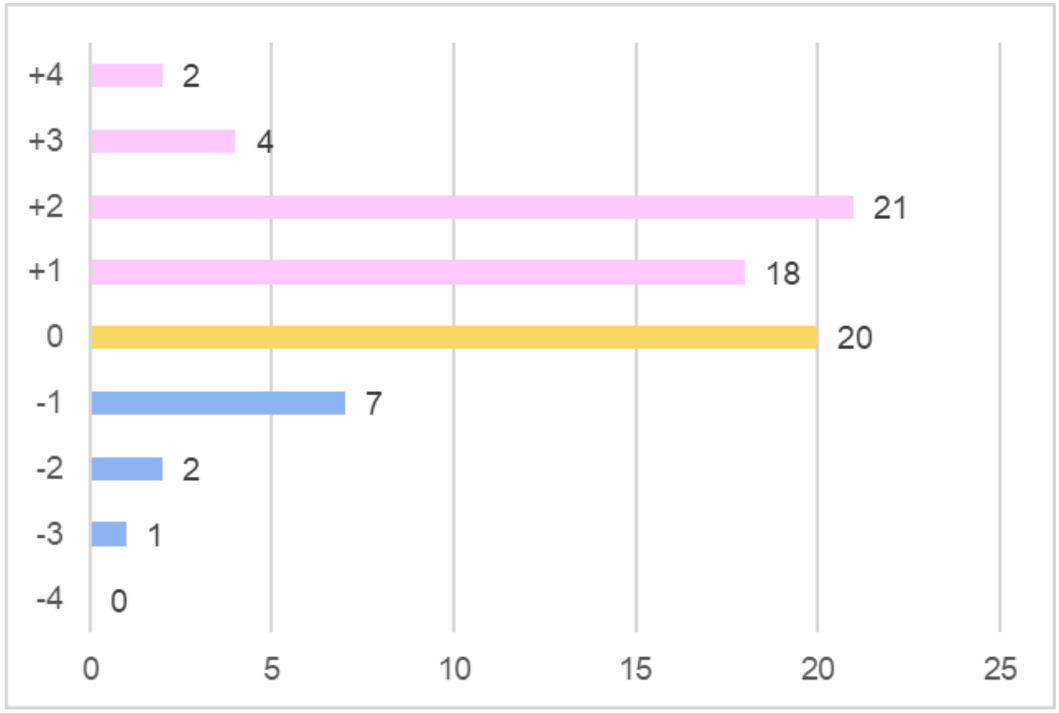


福島に対する期待度・満足度とその推移

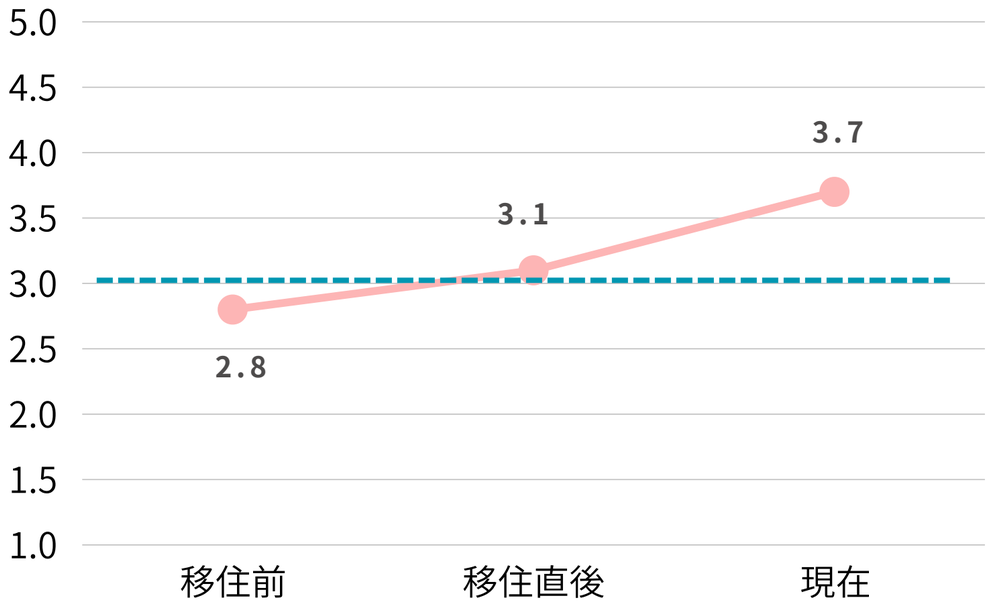
移住前と移住後で期待より満足度が高かった方が約50%、満足度が下がった方は約15%だった。移住後、実際に暮らすことにより福島の良さを感じている方が多い。

移住前の期待度～現在の満足度の差

5段階評価
（期待度：低1～５高）
（満足度：低1～５高）



期待度～満足度の平均値の推移



福島に対する期待度・満足度とその推移
（移住後の満足度が期待を上回った人の声）

移住初期は不安や孤立感があるが、時間の経過とともに満足度が向上するケースが多い。
具体的には、人とのつながり・仕事・自然やおいしい食べ物・人の良さに価値を見出す声が多い。

移住前：期待度１
子どもが小さかったこともあり、とにかく放射線について不安でした。外遊びをたくさんさせて育てることが夢だったので。

移住直後：満足度１
子どもと外にいたら、驚かれたり、公園に誰もいなかったりで、余計に不安が高まりました。子育て支援センターなどに通いましたが、なかなかそこが自分の居場所となる感覚はありませんでした。暴れん坊で、迷惑ばかりかけてしまう子どもの子育ての不安の上に、さらに知り合いもいないということで、自分としても気持ちが塞ぎ、自分からどんどん関わりを作ろうという気持ちにもなっていなかったのだと思います。

現在：満足度４
子どもが幼稚園、保育園に通うようになって、少しずつ話せる人が増えていき、気持ちも落ち着き、楽しくなってきたように思います。今は仕事も少しですが就くことができ、多少は貢献できているのかなと感じ、楽しく過ごせるようになりました。

移住前：期待度３
転入前は震災のイメージしかなく、何もわからない状態だった。

現在：満足度５
暮らしてみると食べ物は美味しいし、イメージしていた放射能で何かと大変なのでは？ということもなく良い意味で普通の暮らしができて拍子抜けした。現在は仕事を始めたことで福島県の人の良さを知ることができ、楽しく過ごせている。

福島に対する期待度・満足度とその推移
（移住後の満足度が期待を上回った人の声）

移住前：期待度３
仕事の都合で福島に引っ越すことが決まり、特別な期待や不安もなく、いわば「可もなく不可もなく」といった気持ちでいた。ただ、首都圏から地方への転居ということで、利便性や人とのつながりに関して多少の不安はあった。

移住直後：満足度 3
知り合いは職場の人しかいなかったが、同期も東京からの移住者だったため、生活面でも精神面でもサポートしてもらえた。会社のメンバーが引っ越しを手伝ってくれたり、職場の人の家族と一緒に食事に行く機会もあり、孤独を感じることはなかった。ただし、運転免許を持っていないため、ちょっとした買い物にも不便さを感じることが多かった。また、希少難病を抱えていることから、どこの病院に通えばよいのか分からず、医療体制に不安を感じる場面もあった。

現在：満足度 5
徐々に地域との関わりが増えてくると、状況が変わっていった。福島では、地域に密着したプロジェクトや、首都圏ではなかなか任せてもらえないような責任ある仕事を担当する機会があり、自分の存在意義やスキルが評価されている実感が持てるようになった。地域の人も親しみやすく、人間味があり、関係性を築きやすかった。 今では、福島に自分の居場所があると感じている。温泉など自然資源も豊富で、オンとオフの切り替えがしやすく、心身のバランスもとりやすい。都会と違って浮浪者もおらず、治安の良さや安心感も大きな魅力の一つ。仕事のやりがいとプライベートの充実、その両方が得られる環境に心から満足している。

移住前：期待度１
元々福島県への移住は一時的なものと考えていた(いずれ他の地域へ移ると考えていた)

移住直後：満足度１
転入して地域のコミュニティ支援の仕事についたが、よそ者という目で見られて自分らしさが出せず、辛いことが多かった。馴染めたなと思えるまで1年半かかった。

現在：満足度４
段々知り合いが増え、また子どももできたことで福島への永住の意志が固まり、自分のやりたいこととに向けても動き出したため自分の居場所ができつつある。子育て環境には満足している。

福島に対する期待度・満足度とその推移
（移住後の満足度が期待を上回った人の声（転勤族））

移住前：期待度１
福島への転勤が決まった時、こんな何もなさそうな場所に引っ越して、家族みんな楽しく暮らせるのか？友達はできるか？と不安だった。

移住直後：満足度３
現在：満足度５
イベントに参加したり、そのつながりで出会った人や、子どもを通して知り合った方がたなど、知り合いがたくさんでき、福島のいろんな情報を聞いて、自ら行動してさまざまな場所へ行ってみたことで、福島の良さを知ることができた。又、働き方に悩んでいた際にはtentenさんが相談に乗ってくださり、理想の働き方を叶えるサポートをしていただき、これまでの人生の中で一番楽しい日々を過ごせているなと感じている。

移住前：期待度２
転入前は福島の魅力を感じれる機会も少なく、それほど期待ももたず主人の転勤の為移住した。

移住直後：満足度４
転入した後コロナあけもあり子育てに関するイベントや地域のイベントが充実しており毎週どこにいこうか迷い、人の多さで疲れていた都会暮らしとは全く違い、心身共に充実した時間をすごせた。

現在：満足度４
果物も美味しいし、周りの人々は親切で温かい人が多い。また移住者の心に寄り添った場所を作っていただけるのはとても心強く、1人ではないという気持ちの余裕も生まれることができた。ただ幼児期には気軽に手厚く預かっていただける場所がたくさんあるが、まだ1人で留守番をさすせるのも不安な年代を預かっていただける場所がもっと多くあればとてもありがたいなと感じている。

移住前：期待度１
急に転勤が決まり、ほとんど情報収集できていなかったため、不安でいっぱい。

移住直後：満足度１
市役所やハローワークでの手続きで、方言やイントネーションから冷たい印象を受け、今後を考え、辛くなった。毎日泣いていた。

現在：満足度３
生活にも慣れ、地域活動で楽しみを見つけることができている。その反面、子どもがいないため、知り合いを見つけることが難しいと感じている。

福島に対する期待度・満足度とその推移
（移住後の満足度が期待を下回った人の声）

移住後に、車が必須である生活、子どもの転校への対応不足、地域情報情報不足、チャレンジの場の少なさ等により戸惑い、満足度が減っている。

移住前：期待値１
移住前は特に何も考えていなかった。

移住直後：満足度３
現在：満足度１
都会が当たり前だと思って暮らしていると買い物であったり車移動があたりまえということのギャップに悩みます。また若い人向けのスクールや習い事などが少なく、挑戦したいことができず、刺激がない毎日です。

移住前：期待値３
転入前は何も考えていなかったが

移住直後：満足度１
転入後学校(中学)の県外からの転校生に対しての受け皿がなかった、担任によるのかもしれないが、対応をちゃんとして欲しかった

現在：満足度３
現在は子供も学校生活を楽しみ、私も転入仲間が出来て普通に生活ができるようになった

移住前：期待値４
移住前は、子どもを自然で沢山遊ばせてあげたいと考えていた。

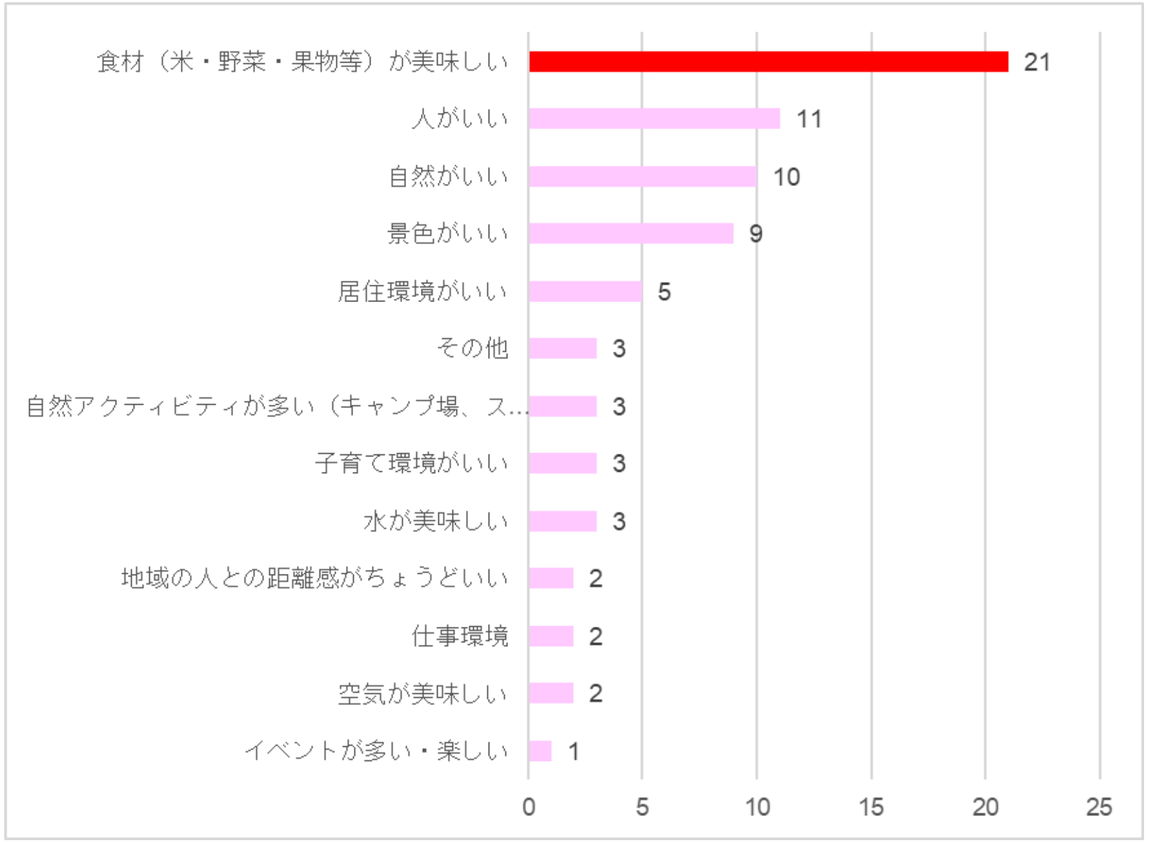
移住直後：満足度１
意外と遊び場や公園が少なく不便に感じた。

現在：満足度２
幼稚園に通ってから、知り合いも増え、情報交換をするようになってからは少し遊び場等の視野が広がりました。

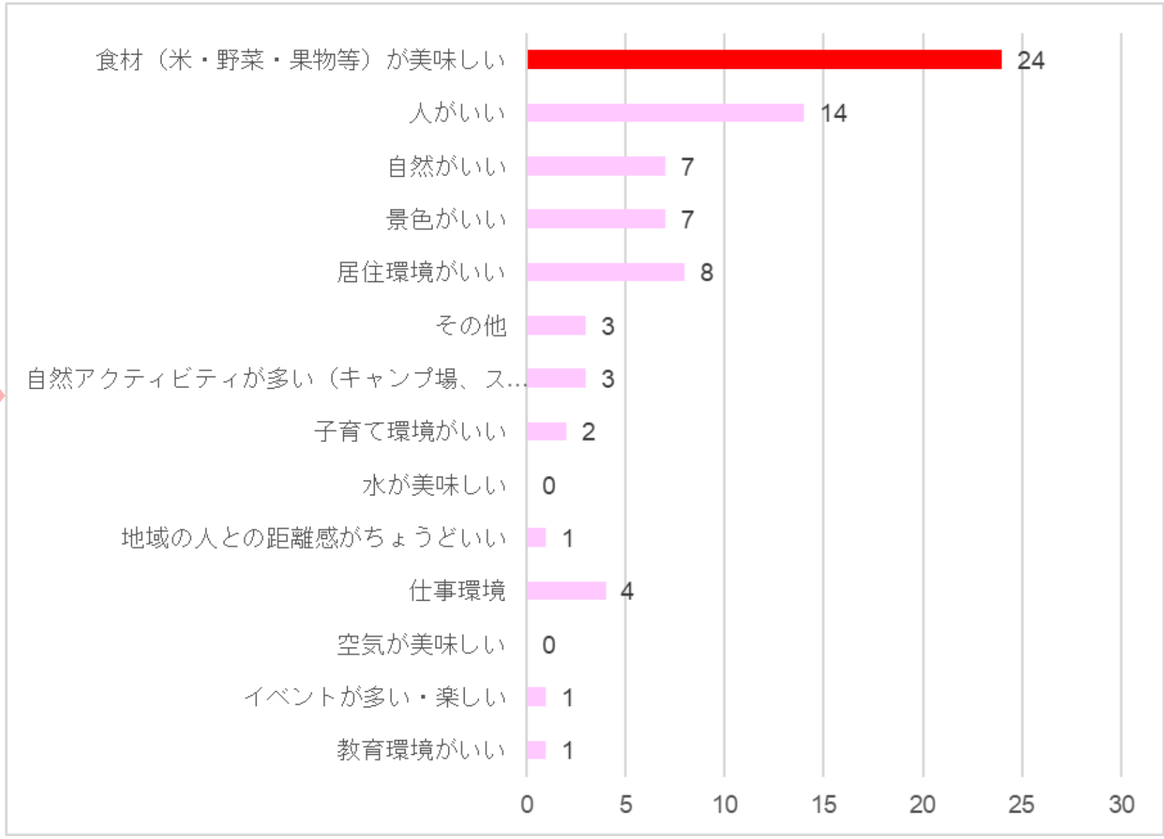
移住者が感じる福島の魅力

移住者は移住直後も住んでしばらくたった現在も、福島の食材のおいしさを魅力的と感じている。移住直後は自然や景色がいいと感じている人も多い。

移住直後、
一番いいと感じたこと



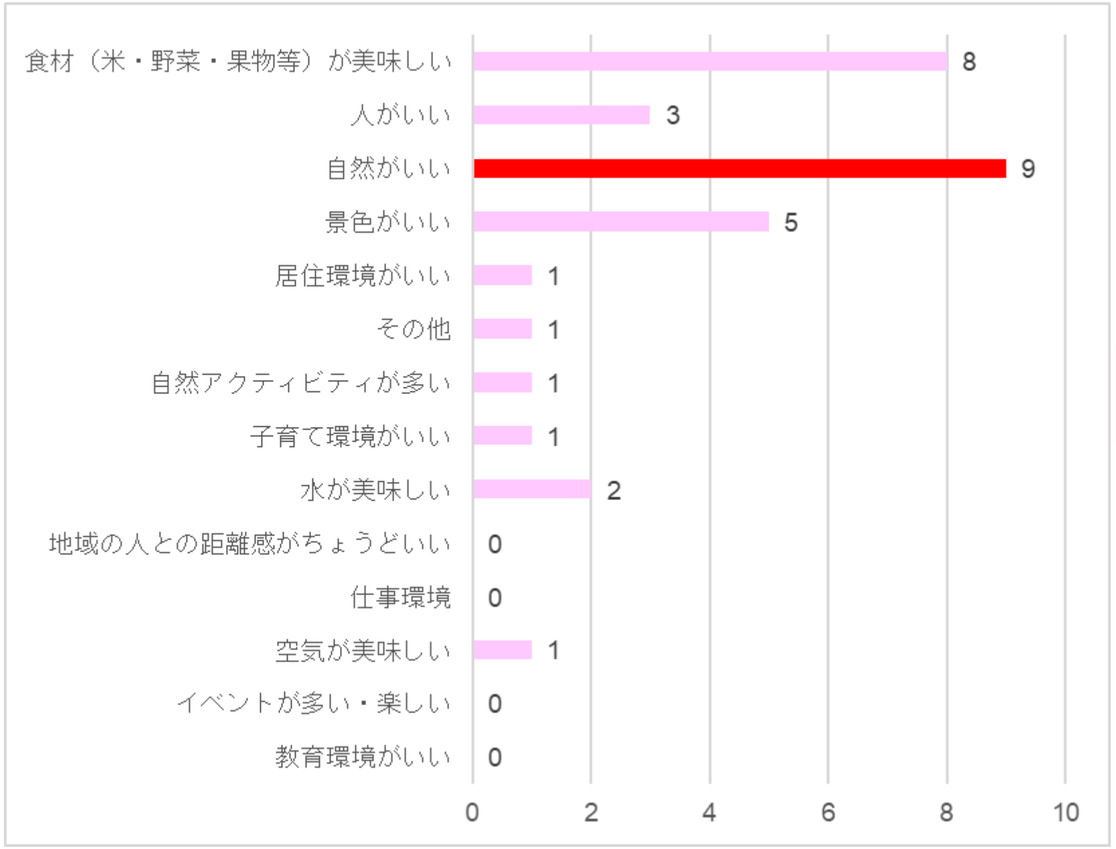
現在、
一番いいと感じていること



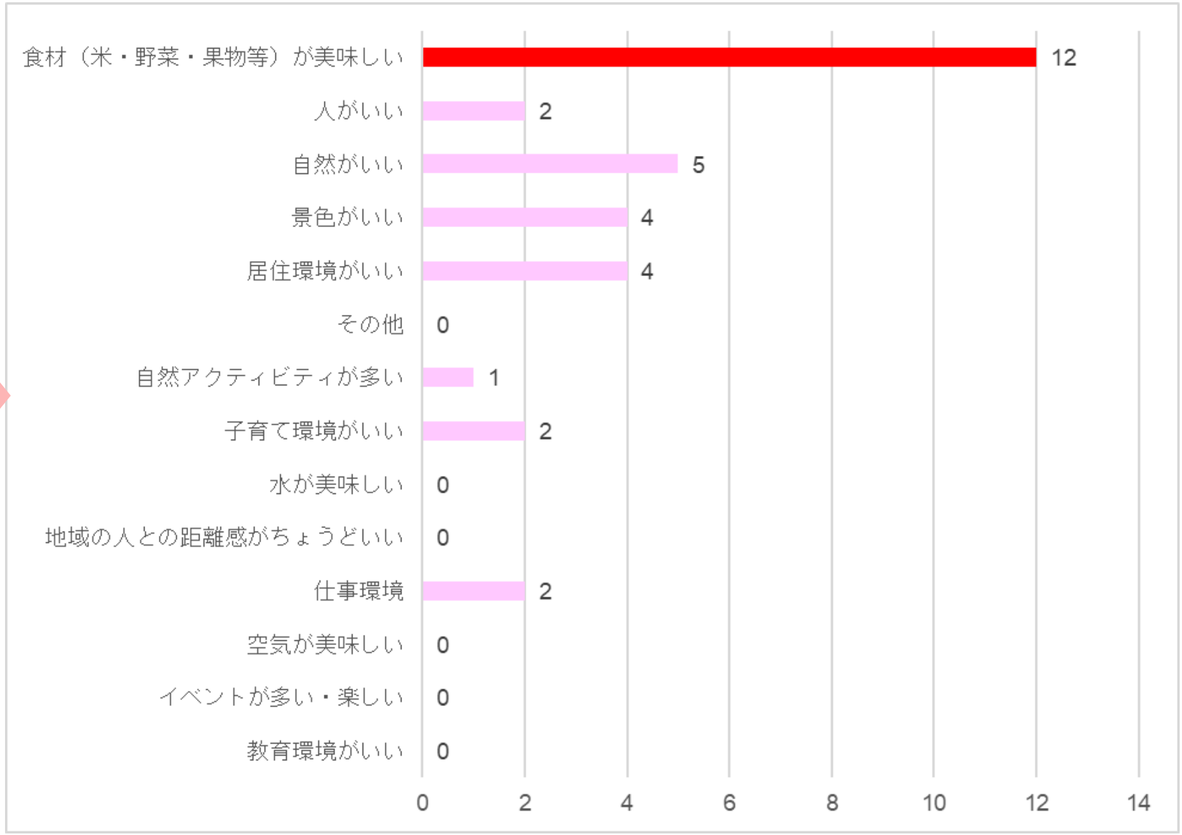
移住者が感じる福島の魅力（首都圏からの移住者32人）

首都圏からの移住者は、移住直後は自然がいいと感じている人が多く、その後、福島の食材のおいしさを一番魅力的と感じている人が多くなっている。

移住直後、
一番いいと感じたこと



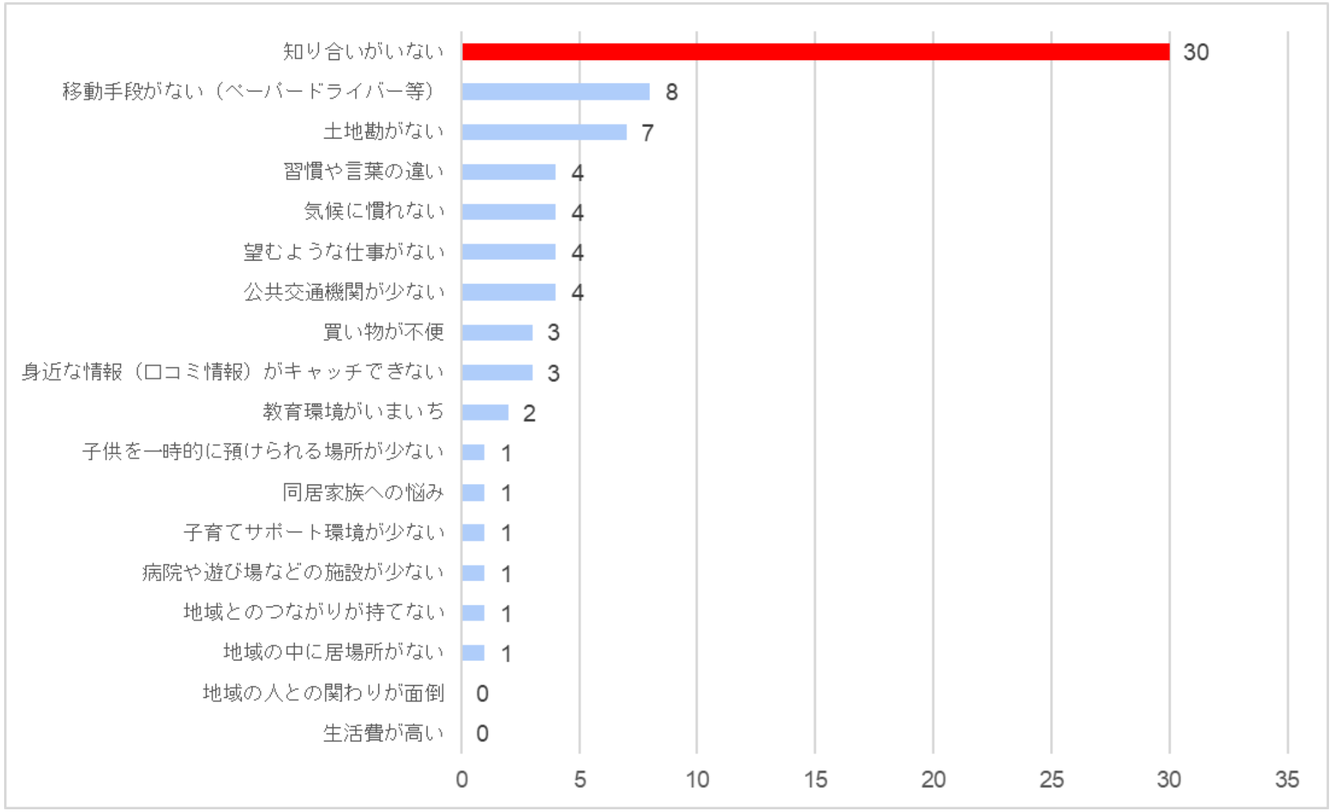
現在、
一番いいと感じていること



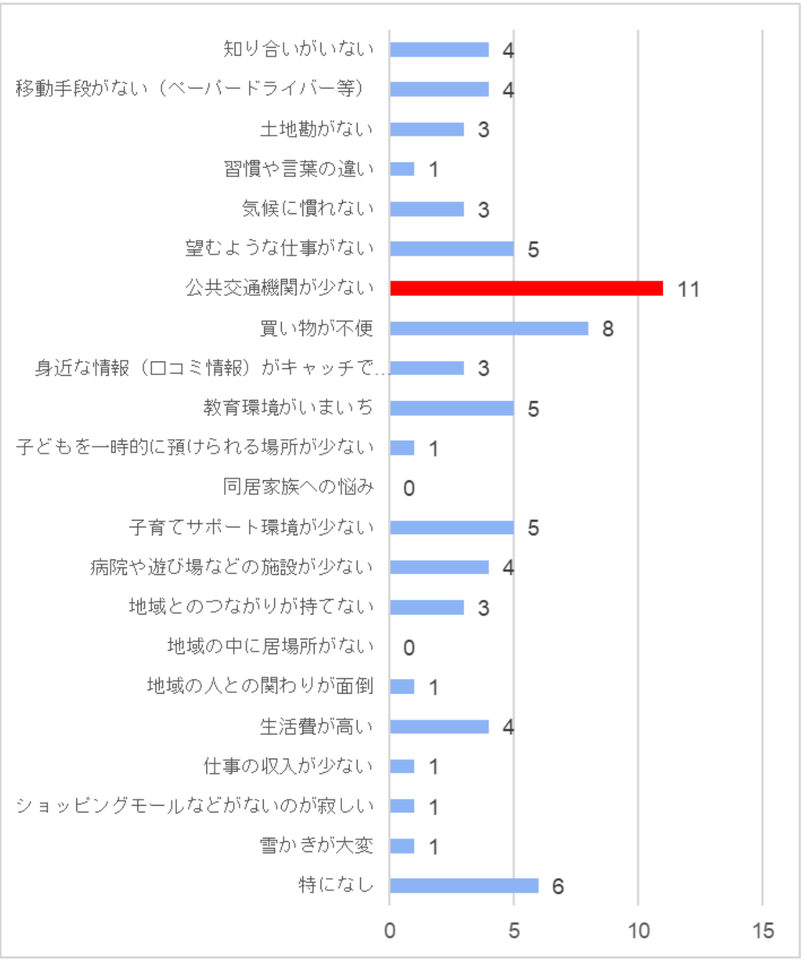
移住者が感じる福島での困りごと

移住者は、移住直後は知り合いがいないことに困っている人が多く、その後、公共交通機関が少ないことに困っている人が多くなっている。

移住直後、一番困ったこと



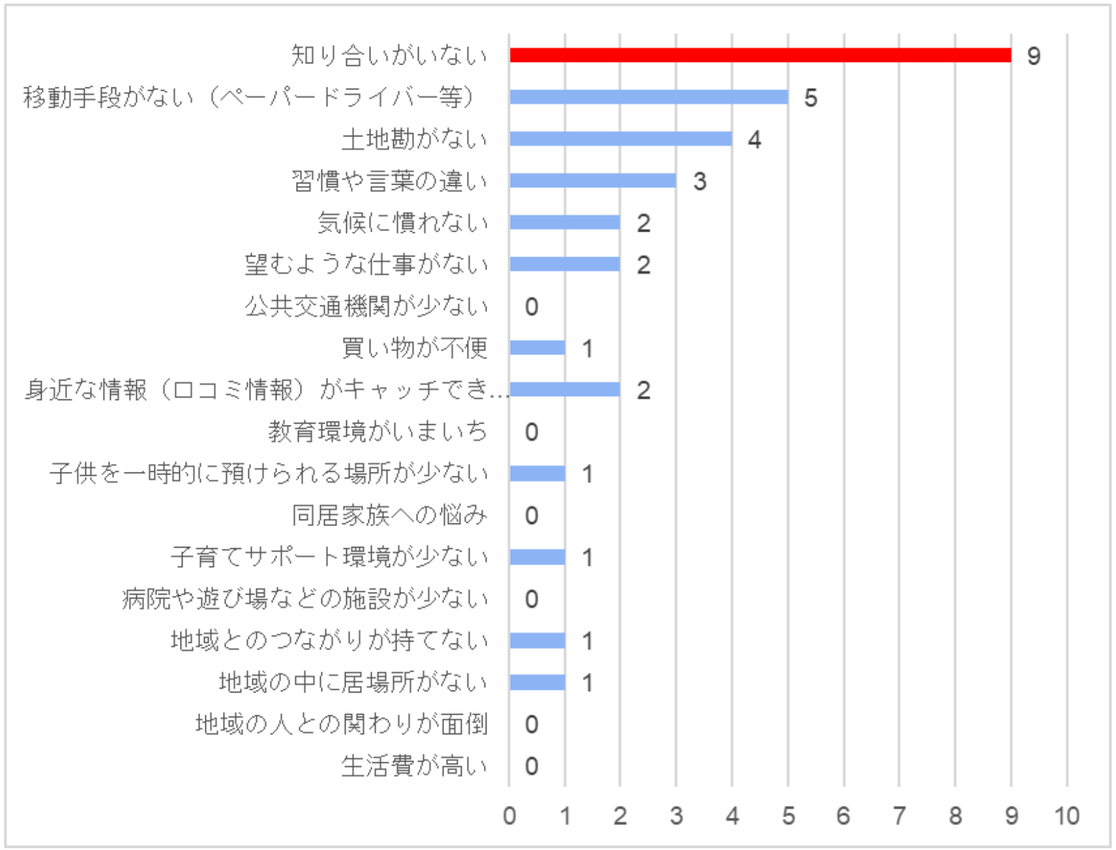
現在、一番困っていること



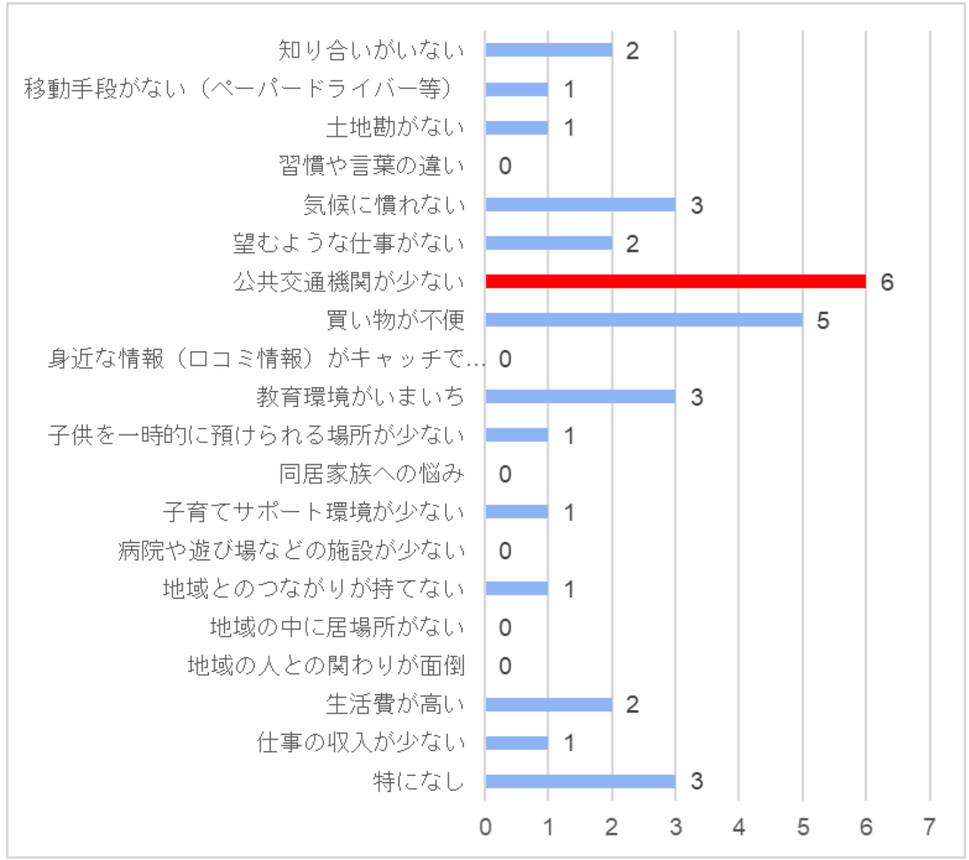
移住者が感じる福島での困りごと（首都圏からの移住者32人）

首都圏からの移住者も、移住直後は知り合いがいないことに困っている人が多く、その後、公共交通機関が少ないことに困っている人が多くなっている。

移住直後、一番困ったこと

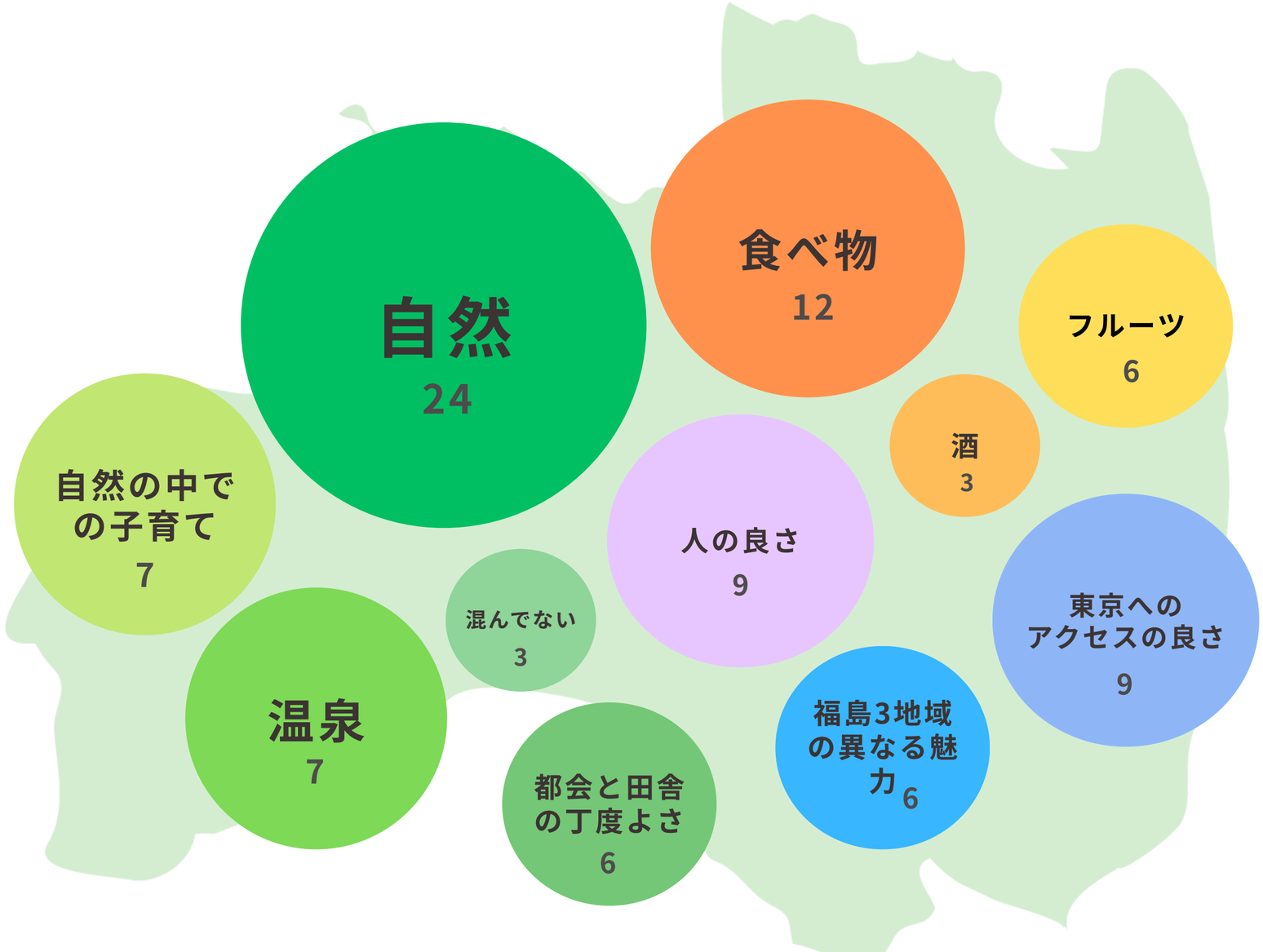


現在、一番困っていること



移住者が考える福島県の移住促進でPRポイント

「自然」「食べ物」「東京へのアクセスの良さ」「温泉」「自然の中での子育て」という意見が多い。



移住者が考える福島県の移住促進でPRポイント（実際の声）

自然・景色・温泉

・通勤で毎日山の景色の移り変わりを見られるって、とても癒される(しかも車だから自分だけの空間を楽しめる)。

・日常に温泉がある暮らし：生活圏内に温泉が多く、気軽に心身のリフレッシュや温泉療養ができる。

・山が毎日みれて、星が綺麗にみれます。東京では月は綺麗に見れましたが、星は見えないことが多かったです。

食べ物・フルーツ・酒

・とにかく果物（特に桃！）が食べ放題レベルなのにとっても美味しい！！

・お米も水も空気も美味しい！福島県民はもっと福島を誇りに思ってもらいたい！

・新鮮な野菜が食べられる。

・酒が上手い、酒に合う料理がある。

移住者が考える福島県の移住促進でPRポイント（実際の声）

人の良さ

・首都圏にいたころはいきなり知らない人から罵声を浴びたりすることがあったが、福島では一度もない。福島の人は根が優しいと思う。

・人が温かい

自然の中での子育て

・子育て環境が良い。公園や子どもの遊び場が充実していて、安い。そこまで混んでいない。広いようで狭いので、子どものつながりでどんどん交際範囲が広がる。

・子どもの遊び場が充実：広くて安全な公園や施設が多く、子育て家庭にとって安心して遊ばせられる環境。

・大きな！自然たっぷりの公園があり、親子で楽しめる所が多いです。

・子どもが楽しめる自然豊かなエリアも沢山あるので親子共々のびのびと暮らせます。

移住者が考える福島県の移住促進でPRポイント（実際の声）

都会と田舎のバランス

・ほどほどに田舎、そこそこ都会

・福島県全体で見ると、都会的な部分もあるし、自然溢れる部分があって、自分の気分によって、色んな楽しみ方ができる。

・オンオフの切り替えがしやすい暮らし：自然と都市機能のバランスが良く、心にゆとりを持って働ける・暮らせる。

・ちょっと自信をなくした時に小さな達成感を味わうのにちょうどよさそうな感じの高さの山が駅から自転車、なんなら歩きで行ける町中にある。

・ 治安の良さと安心感：浮浪者が少なく、全体的に落ち着いていて安全な地域環境。

移住者が考える福島県の移住・定住施策について感じること（実際の声）

移住施策

・歓迎されるのは若者か特技がある人のみと感じる。

・人口を維持するために女性や子育て世代を呼び寄せようという意識が透けて見える。

・少子化の時代で、少子化対策に予算を使わなければならないのは分かるのですが、若い世代の人の移住には補助金が出て、親と同居するためにUターンして来た私たちのような家族でも、引っ越して来れば、住民税を納めることになるので、子供は増えなくても税収は増えると思います。なので、幾らかでも、「よく引っ越して来てくれましたね補助金」がもらえたら嬉しいなと思います。

アフターフォロー

・移住転入者が孤立しやすい環境ではあると思う。県としてもっとサポートすべきだと思う。

・移住してきた知り合い(県外からの単身)を見て、アフターフォローがないと感じました。
引越しまでは、色々と情報を与えてくれるのですが、引越ししてきてからのフォローが欲しいと言っていました。

移住者が考える福島県の移住・定住施策について感じること（実際の声）

移住者に対する地域住民の意識

・移住者を歓迎する雰囲気が無い。

・「なんにもないよね～」で盛り上がるの、やめた方がいいと思います。

・行政は移住促進しているが、地域住民としては手放しに歓迎しているわけではない(地域に元気がない、賑わいを取り戻したいと思ってはいるが、新しい人が来て現状が変わることへの嫌悪感を持っている方が多い)気がする。その間をどう取り持つかが重要な気がします。

他県との差別化

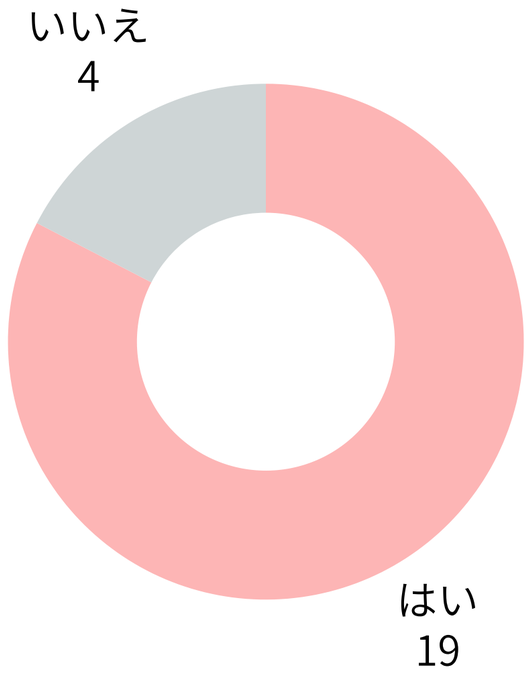
・北関東と同じことをしても東京からの距離がちかい北関東には太刀打ちできないと思う。
独自色が出しにくい分、目新しい施策も出しにくいけれど、今いる住民の満足度を上げることや、人が少ないからこそできること、自然や文化との触れ合いなどに重きを置くことがいいとおもう。

・FREIやイノベーションコースト構想に付随する領域関連の教育を県内各所でやってほしい。

転勤族の転入について（23名）

転勤で福島に来たことが、福島への見方が変わるきっかけになっている人が多い。多くが「福島に来て印象が良くなった」「魅力に気づいた」と回答。

**転勤で福島に来たことは
いい経験か？**



・震災なイメージが強かったが、暮らしてみると人は優しく、自然豊かで果物が美味しい！

・隣の宮城県出身でしたが、福島のこと全然知らずに育ちました。自然豊かで、果物や野菜が美味しくて、優しい人が多く過ごしやすいです。

・住まないと分からない、福島の魅力（人）を知れた。

・食べ物がおいしく、地域の方々いい人ばかりです。

・4年近く住んでいて、福島でしか見ることができない景色や、優しい人々にたくさん出逢えたからです。

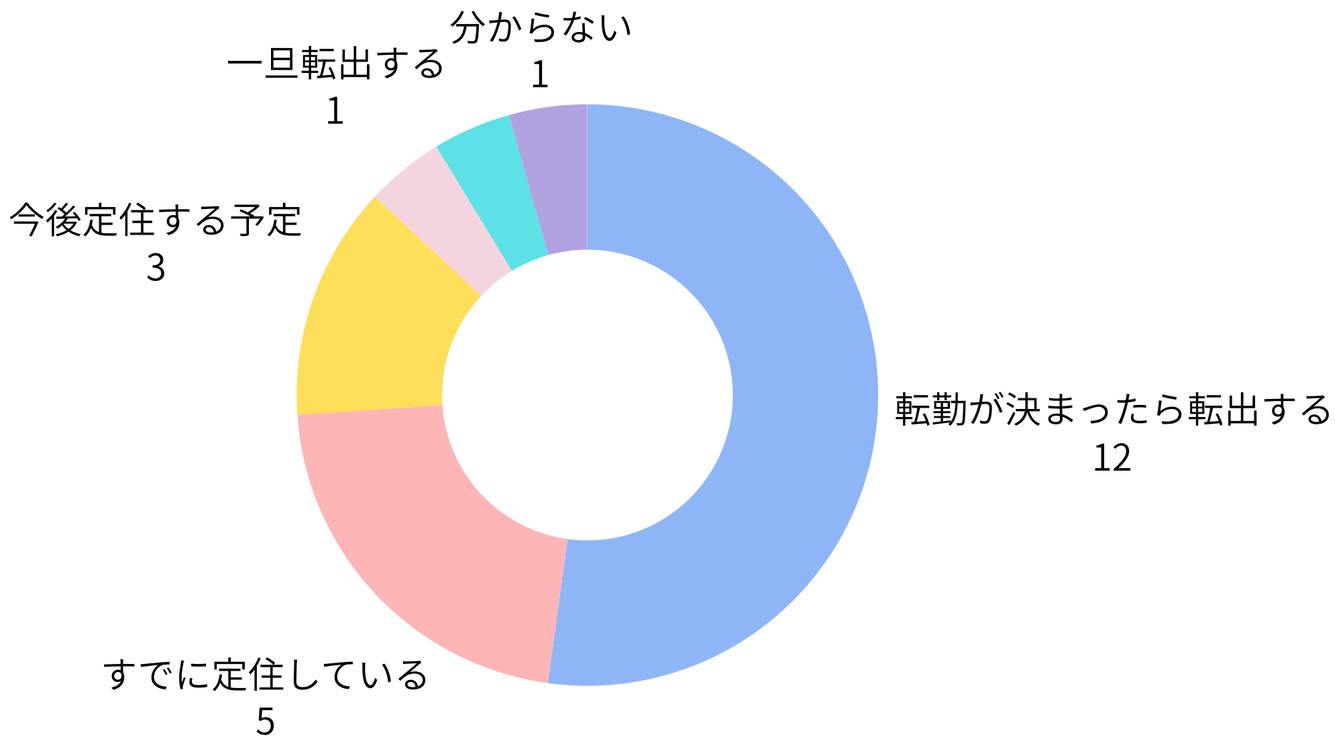
・子ども食堂の多さや困っている人たちへのサポートが市の職員だけでなく一般の方たちが温かくサポートしている土地であり、自分の人生の感性を変えてもらえた。

・最初は何も無いところだと思っていたけれど、だんだん色んな楽しいところを見つけて、なかなか楽しいところかも？と思えてきたので。

転勤族の転入について（23名）

転勤で福島に来た人のうち、65%は転勤が決まったら転出するが、35%はすでに定住しているか今後定住する予定。（夫の実家が福島、子どもが受験生という理由が多い）

今後の居住地は？



調査結果のサマリー

期待以上の満足度
移住者の約半数が移住前と移住後で期待より満足度が高かった。満足度は時間とともに向上する傾向。そのカギは、「人とのつながり」「人の良さ」「仕事などのやりがい」。

移住者が感じる福島の魅力は“自然・食・人”
移住者が強く実感しているのは「自然の豊かさ」「食材の美味しさ」「人の良さ」。首都圏からの移住者は特に「自然の豊かさ」に魅力を感じている。

初期の孤立感と交通の不便さが課題
移住直後の悩みは「知り合いがいない」「車社会への戸惑い」が多い。

移住PRの鍵は複合的な魅力
「自然」「温泉」「食」「東京へのアクセス」「都会と田舎の丁度よさ」などそれぞれ単体だと他県との競争になるが、すべてを満たす複合的な魅力があるのが福島のPRポイント。

地域側の「迎える気持ち」が今後のカギに
移住者は「受け入れられている実感」や「地域の人の福島に対する自信」を求めており、移住支援は地域の意識づくりも含めた仕組みが必要。

たまたま福島に移住した転勤族も福島を評価
転勤で来た人の多くが「住んで初めて福島の魅力に気づいた」と回答し、定住する人も。