

第3回 東北U・Iターン 大相談会

(青森県・岩手県・宮城県・秋田県・山形県・福島県)

暮らす・働く・楽しむ

2019年7月28日(日)
11:00～17:00

東京交通会館12階
カレアサロンA・B

入場無料
予約不要

主催：認定NPO法人ふるさと回帰支援センター

個別相談コーナー

ステージコーナー

暮らす



海のあるくらし
二地域居住OK！
体感/験
関係人口(ふれあい広場)

働く



就業
第1次産業
地域おこし協力隊
ものづくり

継業
起業・創業
(総合相談)

楽しむ



温泉好き集まれ！
美味しいものに囲まれる幸せ！
アウトドア好き集まれ！

～豊かな東北 魅力満載～

トークセッション 第1部
「東北ならではの
雪との付き合い方や食の奥深さ」

ステージイベント
「～人を幸せにできる、
はじめてのエクササイズ～
ジョセササイズとは？」



トークセッション 第2部
「東北で多様な生き方・暮らし方」

主催：認定NPO法人 ふるさと回帰支援センター 【東京】オフィス2019年第343回ふるさと暮らしセミナー

ステージコーナー

「東北の暮らしの魅力」を地域のキーパーソンの方々に語っていただくトークセッションと、雪国暮らしでの雪かきを楽しむ方法「ジョセササイズ」のステージイベントの全3部構成です。

11:30-12:20 トークセッション 第1部 「東北ならではの雪との付き合い方や食の奥深さ」

ゲスト

●青森県 平井義隆氏 ●岩手県二戸市 五日市綾子氏 ●山形県鶴岡市 丸山淳氏

12:30-13:20 ステージイベント 「～人を幸せにできる、はじめてのエクササイズ～ ジョセササイズとは？」日本ジョセササイズ協会

福島県西会津町で誕生したジョセササイズは、除雪は労働ではなくエクササイズであるという考え方で。ジョセササイズを通じて、雪国での暮らしを楽しむヒントや移住者の経験談などをご紹介します。ジョセササイズを体感してみませんか？ Let's enjoy ジョセササイズ！



13:30-14:20 トークセッション 第2部 「東北で多様な生き方・暮らし方」

ゲスト

●宮城県 石塚直樹氏 ●秋田県鹿角市 勝又奈緒子氏 ●福島県昭和村 海野正輝氏

第一部「東北ならではの雪との付き合い方や食の奥深さ」

ゲスト



平井義隆さん
青森県青森市

八甲田山に魅せられ青森へ移住。夏は南八甲田山麓で農業、冬は八甲田山のガイドと、毎日自然相手の生活を送る。2012年に新規就農し夏場の野菜作りをスタート。



五日市綾子さん
岩手県二戸市

神奈川県出身。移住体験ツアーで訪れた岩手県二戸市に2017年10月、二戸を拠点に東京などを行き来しながら出稼ぎ方式で仕事をしている傍ら、地元食材と美しい自然を気軽に楽しむのがコンセプトの「どこでもラウンジ」を主催。



丸山 淳さん
山形県鶴岡市

1974年生まれ。東京都多摩郡檜原村出身。21歳の時にスノーボードのプロを目指して山梨県御坂町に移住。2012年に嫁ターンで鶴岡市に移住。現在は月山振興公社に勤務し兼業で農家をしている。

第二部「東北で多様な生き方・暮らし方」

ゲスト



石塚直樹さん
宮城県仙台市

1980年新潟県佐渡島生まれ。2003年長岡造形大学卒業。2004年に被災した中越地震の復興に関わったのち、2012年に宮城県仙台市に移住。東日本大震災からの復興を契機とした地域づくりに関わっている。



勝又奈緒子さん
秋田県鹿角市

神奈川県出身。2017年に鹿角市の地域おこし協力隊に就任。SNS等を活用し、子育てママの目線で地域の魅力を発信するなど、鹿角市への移住・定住促進のため多岐にわたり活動中。



海野正輝さん
福島県昭和村

茨城県水戸市出身。都内で就職後、昭和村に移住。大学時代の友人と「みんなで共有する秘密基地」『SHAREBASE昭和村』を運営、地域活性化のために日々活動中。

コーディネーター



嵩 和雄

(ふるさと回帰支援センター副事務局長)

個別相談コーナー

東北エリアの自治体・団体が大集合！
具体的な地域が決まっていなくても、「暮らす・働く・楽しむ」のテーマごとにブースが並んでいるので、気になるテーマのところに足を運んで、お気軽にご相談ください。

秋田県

秋田県、秋田市、能代市、大館市、男鹿市、湯沢市、鹿角市、由利本荘市、北秋田市、にかほ市、八峰町、秋田県事業引継ぎ支援センター、NPO法人秋田花まるっグリーン・ツーリズム推進協議会

山形県

やまがた移住定住・人材確保推進協議会、鶴岡市、酒田市、上山市、村山市、天童市、尾花沢市、中山町、朝日町、小国町、白鷹町、庄内町、遊佐町

青森県

青森県(起業・創業・IT就業相談)、青森県(U・I・Jターン就職相談)、あおり移住・交流推進協議会、青森市、弘前市、八戸市、黒石市、十和田市、つがる市、七戸町

岩手県

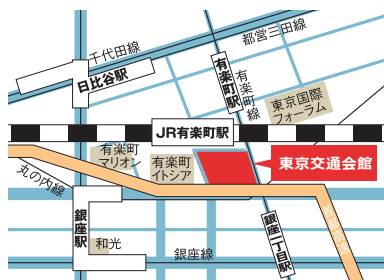
岩手県、盛岡市、大船渡市、奥州・北上・金ケ崎・西和賀定住自立圏、一関市、二戸市、八幡平市、雫石町、葛巻町、山田町、洋野町、一戸町

宮城県

宮城県、白石市、角田市、登米市、栗原市、七ヶ宿町、川崎町、加美町、南三陸町、日本政策金融公庫、宮城おおさき移住支援センター・くらす

福島県

福島県、県北地方振興局、県中地方振興局、会津地方振興局、南会津地方振興局、相双地方振興局、会津若松市、喜多方市、二本松市、伊達市、本宮市、只見町、天栄村、湯川村、会津美里町、石川町、IWAKIふるさと誘致センター、ラクラスしらかわ



会場 **東京交通会館12F カトレアサロンA・B**
東京都千代田区有楽町2-10-1

【会場までのアクセス】

JR 山手線・京浜東北線・有楽町線(京橋・中央口(銀座側))	徒歩1分
有楽町線 有楽町駅[D8]	徒歩1分
丸ノ内線 銀座駅[C9]	徒歩3分
日比谷線 銀座駅[C9]	徒歩3分
都営三田線 日比谷駅[D8]	徒歩5分
有楽町線 銀座一丁目駅[2]	徒歩1分
銀座線 銀座駅[C9]	徒歩3分
千代田線 日比谷駅[D8]	徒歩8分

認定NPO法人 ふるさと回帰支援センター

お問合せ先

TEL 03-6273-4401 E-mail ginza@furusatokaiki.net

東京都千代田区有楽町2-10-1 東京交通会館8階 営業時間 10:00~18:00 火~日曜日(定休:月曜日・祝日)