

東京圏に在住する若年層の移動に関する意識調査 (令和7年度) 報告書

内閣官房 地域未来戦略本部事務局

目次

1. 本件調査の実施概要	3
1. 1. 調査目的・調査方法	5
2. 有識者ヒアリング	7
2. 1. 有識者ヒアリング実施概要	
2. 1. 1. 実施概要	9
2. 1. 2. ヒアリング項目	10
2. 2. 有識者ヒアリング結果（サマリー）	14
2. 3. インタビュー調査への意見及び、主な反映内容	24
3. インタビュー調査	26
3. 1. インタビュー調査の実施概要	
3. 1. 1. 実施概要	28
3. 1. 2. 調査設計（スクリーニング調査）	29
3. 1. 3. 被験者の基本属性	30
3. 2. インタビュー調査の結果	
3. 2. 1. インタビュー調査の結果概要	33
3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細	36
3. 3. 地方移住の関心等に係る分析	
3. 3. 1. 地方移住の関心等に係る分析の実施概要	92
3. 3. 2. 地方移住の関心等に係る分析の結果概要	93
3. 3. 3. 地方移住の関心等に係る分析の結果詳細	95
4. 本件調査の結果	108

■ 用語の解説

東京圏	東京都、千葉県、埼玉県、神奈川県の一都三県をいう。
非東京圏	東京圏を除く43道府県をいう。
出生地	生まれた場所（当時、親がふだん住んでいた所）をいう。
出身地	生まれてから中学校を卒業するまでの間、最も長く住んでいた所をいう。

1. 本件調査の実施概要

1. 1. 調査目的・調査方法

■ 調査目的

地方創生の実現のために「地方の魅力」や「地方への転入希望」の的確な把握が必要。

令和6年度の「東京圏に在住する若年層の移動に関する意識調査」では、アンケート調査及びインタビュー調査（試行）を実施し、「地方暮らし」のイメージ、「地方移住」への関心等を調査・分析した。これにより「新型コロナウイルス感染症の5類感染症移行等を経て、東京圏在住の20代の『地方移住』への関心は若干低下したといえる」等の結果が得られたものの、関心変化のきっかけなど、背景の掘り下げについては調査・分析の余地が残る。そのため、令和7年度は、インタビュー調査を本格実施し、結果を分析することで、こうした背景の掘り下げを行う。

■ 調査方法

本調査では、インタビュー設計に係る有識者ヒアリングを実施し、その結果を踏まえてインタビュー調査を実施した。

有識者ヒアリング

- 本件調査に関連する専門的な知見等を持つ有識者にヒアリングを行い、地方移住の最新動向等、インタビュー調査の設計に向けた意見を収集する。

インタビュー調査

- 有識者ヒアリングを踏まえたインタビュー設計を行う。
- 東京圏に在住する若年層を対象にインタビュー調査を実施し、暮らしや移住に関する価値観、意見を引き出す。

とりまとめ

- 有識者ヒアリング及びインタビュー調査の結果を体系的に整理・分析する。

2. 有識者ヒアリング

2. 1. 1. 実施概要

■ ヒアリング調査実施の目的

東京圏在住者（20～29歳）に対するインタビュー調査実施にあたり、地方移住など本調査に関連する専門的な知見等を持つ有識者にヒアリングを行うことで、地方移住の最新動向等を把握し、インタビュー調査の設計に向けた意見を収集することを目的とした。

■ ヒアリング調査の有識者と実施日程・実施方法

ヒアリング調査は、2025年12月7日から12月23日にかけて、対面またはオンラインにて実施した。なお、有識者の所属は、ヒアリング調査当時のものである。

有識者名	所属 ※ヒアリング調査当時	実施日程	専門分野・ヒアリング目的
西原 理恵子	漫画家	12/7（日） 14:00-15:00	漫画家 <ul style="list-style-type: none">高知県から東京都に上京した経験を基に漫画を執筆しているほか、多数のメディアにおいて自身の経験を発信している。本調査においては、地方出身の若年層が上京を選択する際の要因等について、実体験に基づく知見を聴取し、インタビュー項目の検討などに活用することを目的とした。
寺村 絵里子	明海大学 経済学部経済学科 教授	12/10（水） 15:00-16:00	人的資源管理論、労働経済論、民間企業におけるジェンダー格差 <ul style="list-style-type: none">人的資源管理論、労働経済論、民間企業におけるジェンダー格差を専門とし、女性の働き方やキャリア形成に関する実証研究・国際比較分析を行っている。本調査においては、若年層や女性の働き方、ライフステージの変化が移住意識に与える影響について専門的視点から意見を聴取し、地方移住と仕事・働き方の関連性を把握するためのインタビュー項目の検討などに活用することを目的とした。
小田切 徳美	明治大学 農学部食料環境政策学科 教授	12/12（金） 11:00-12:00	環境・農学、農業社会構造 <ul style="list-style-type: none">日本の中山間地域を中心に移住や人口問題を研究しており、フィールドワークによる研究経験を多く有している。本調査においては、地方移住に関連する要素や、地域規模別の移住要因・阻害要因に関する知見を聴取し、調査設計上の重要視点を整理することを目的とした。
堀口 正裕	雑誌「TURNS」 プロデューサー	12/23（火） 10:00-11:00	地方移住、地方ぐらし <ul style="list-style-type: none">“これからの地域とのつながりかた”をコンセプトとしたローカルライフマガジン「TURNS」において、移住・地方創生・地域活性化を主眼に若者の生き方を提案・情報発信しており、実際に移住した人との接点を多数持つ。本調査においては、若者の移住・関係人口の最新動向や、移住しない理由・受入地域の特徴などに関する実務的視点を聴取し、近年の地方移住の状況を踏まえたインタビュー項目の検討などに活用することを目的とした。

2. 1. 2. ヒアリング項目

■ 西原 理恵子先生

大項目	質問
上京した際の実体験	19歳まで高知県で過ごされた中で、 <u>どのようなきっかけで上京を決意しましたか。</u>
	上京後、東京圏に住み続ける中で、 <u>どのような生活を送りたいと考えていましたか。</u>
	上京後、東京圏に住み続ける中で、 <u>地方暮らし（出身地及び他地域）に対してどのようなイメージを持っていましたか。</u>
	上京後から就職（漫画家として自立）、結婚、ご出産までの期間で、 <u>ご出身地や東京圏以外の地方に移住することに関心を持っていましたか。</u> 関心を持っていた場合、 <u>関心を持ったきっかけや、移住しなかった理由についても教えてください。</u>
地方暮らしのイメージ	<u>もし上京せずにご出身地に住み続けていた場合</u> 、今までどのような生活を送っていたと想像しますか。
	<u>もし上京後にご出身地へ移住していた場合</u> 、今までどのような生活を送っていたと想像しますか。
	<u>もし上京後にご出身地以外の地域へ移住していた場合</u> 、今までどのような生活を送っていたと想像しますか。
地方暮らしする上での課題 （ご自身の経験、執筆活動を通して）	<u>複雑な家庭環境で育った方が地方暮らしする場合の課題</u> について伺ったことはございますか。
	<u>人間関係に馴染めなかった方が地方暮らしする場合の課題</u> について伺ったことはございますか。
	<u>女性の方が地方暮らしする場合の課題</u> について伺ったことはございますか。
	<u>上記以外の理由で</u> 、地方暮らしする上で課題を抱えやすい方の特徴について教えてください。
	地方暮らしする上で課題を抱えている方に対して、 <u>望ましい支援についてお考えがあれば教えてください。</u>

2. 1. 2. ヒアリング項目

■ 寺村 絵里子先生

大項目	質問
女性の働き方	<u>若年層の女性の働き方</u> にはどのような特徴がございますか。
	<u>雇用形態（正規、非正規等）や職種</u> によって、女性の働き方にはどのような影響がございますか。
	<u>スキルやキャリア</u> によって、女性の働き方にはどのような影響がございますか。
	<u>勤務形態（フレックス、テレワーク等）や職場環境</u> によって、女性の働き方にはどのような影響がございますか。
	<u>東京圏と地方を比較した場合</u> 、女性の働き方にはどのような違いがありますか。
ライフステージ・ライフスタイルと仕事の関係性	<u>ライフステージ（結婚、子育て等）</u> と女性の働き方の間には、どのような関係性がございますか。
	<u>ライフスタイル（居住環境、趣味等）</u> と女性の働き方の間には、どのような関係性がございますか。
	<u>東京圏と地方を比較した場合</u> 、ライフステージ・ライフスタイルと仕事の関係性にはどのような違いがありますか。
地方移住・関係人口による仕事への影響	<u>別の地方に移住した場合</u> 、移住前の仕事と比較してどのような仕事に就くことが多いですか。 （地方→東京圏、東京圏→地方、地方A→地方B）
	<u>関係人口※1として別地域に関与すること</u> によって、現在の仕事を再検討することになった事例や、別地域の仕事を得ることになった事例はございますか。
本年度のインタビュー調査について	<u>ライフスタイルの全体像を把握するために</u> 、特に調査すべき項目があれば教えてください。
	<u>過年度調査※2を踏まえて</u> 、特に調査すべき点があれば教えてください。
	<u>被験者の本音を聞き出すために</u> 、特に工夫すべき点があれば教えてください。

※1 移住した「定住人口」でも、観光に来た「交流人口」でもない、地域と多様に関わる人々

※2 内閣官房新しい地方経済・生活環境創生本部事務局「東京圏に在住する若年層の移動に関する意識調査」（令和7年2月）

2. 1. 2. ヒアリング項目

■ 小田切 徳美先生

大項目	質問
地方移住について	若者が地方移住を検討する場合、 <u>どのような要素（生活、仕事、趣味など）を重視することが多いですか。</u>
	<u>若者や女性の東京圏への転入超過が多いですが</u> 、そのような背景にはどのような要因がございますか。
	<u>地方移住に関心があるにも関わらず、最終的に移住しない事例</u> では、どのような阻害要因があることが多いですか。
	<u>地方移住したことによって特に満足度が高まった事例</u> には、どのような特徴がございますか。
	過去10年間の動向の中で、 <u>近年の地方移住のトレンド</u> にはどのような特徴がございますか。
	<u>関係人口</u> は、地方移住に対してどのような役割を果たしていますか。
地方中核都市と農山漁村の違い	<u>若者が地方移住する目的や阻害要因において</u> 、地方中核都市と農山漁村でどのような違いがございますか。
	<u>関係人口を通して地方移住を検討し始める事例</u> は、地方中核都市と農山漁村のどちらが多いですか。
	<u>地方移住した後の地域コミュニティへのかかわり方</u> は、地方中核都市と農山漁村でどのような違いがございますか。
	<u>段階的に地方移住を進める場合</u> には、地方中核都市と農山漁村はどのような関係性にありますか。
本年度のインタビュー調査について	事務局内で検討しているインタビューの質問案に対して、 <u>改善すべき事項や重点的に調査すべき事項があれば教えてください。</u>
	<u>インタビュー中に若者の本音を聞き出す</u> ために、特に工夫すべきことがあれば教えてください。

2. 1. 2. ヒアリング項目

堀口 正裕先生

大項目	質問
近年の地方移住や関係人口創出現場における傾向全般について	若者が地方に関心を持つ背景や、社会の変化（コロナ前・コロナ中・コロナ後）による関心の変化について どのように考えられているか教えてください。
	関係人口は、地方移住に対してどのような役割 を果たしておりますでしょうか。
	地域への関わり方が多様化している中で、 特に若者や女性はどのような関わり方を志向する ようになっているのでしょうか。
実際に移住に踏み切る人の特徴、好事例や失敗事例の実態について	若者が地方移住を検討する場合、どのような要素（生活、仕事、趣味など）を重視する ことが多いですか。
	地方移住に関心があるにも関わらず、 最終的に移住しない事例 では、どのような阻害要因があることが多いですか。
	地方移住したことによって 特に満足度が高まった事例 には、どのような特徴がございますか。また、 失敗事例の特徴 についても教えてください。
	若者が地方移住を考えると、 どのような期待や誤解（ミスマッチ） があるとお考えでしょうか。
	移住のミスマッチを減らし、よい移住に繋げるためには、移住予備軍となる東京圏の若者に対してどのような働きかけをする のが望ましいか、お考えを教えてください。
移住行動に影響を与えていると想定される事項について	TURNSの取組で、体験ツアー等されていると存じますが、参加される方に共通の特徴などありましたら教えてください。
	学校での農山漁村体験など、 幼少期の経験が地方移住にもたらす影響 をどのように考えているか教えてください。
	地方移住の中でも、都市規模（中核都市、農山漁村等）では移住検討者にとって求めている要素が異なると考えております。 中核都市に移住を検討されている方と農山漁村に移住を検討されている方で、重視している要素 にどのような違いがあるか、お考えを教えてください。
	地方移住した後の 地域コミュニティへのかかわり方は、都市規模（中核都市、農山漁村等） でどのような違いがございますか。
事務局で設定した仮説について	現在事務局では、「 休みが取りやすく、社会貢献性がある仕事があれば、Iターンで移住する 」という仮説を立てております。堀口様から見た、この仮説の妥当性を教えてください。
	現在事務局では、「 進学・新卒で首都圏の生活に違和感を感じていると、Uターンで移住しやすい 」という仮説を立てております。堀口様から見た、この仮説の妥当性を教えてください。
	現在事務局では、「 趣味重視・一人で生活するために、首都圏に留まる 」という仮説を立てております。堀口様から見た、この仮説の妥当性を教えてください。
本年度のインタビュー調査について	事務局内で検討しているインタビューの質問案に対して、 地方移住への関心を引き出すために重点的に調査すべき事項や観点があれば 教えてください。
	インタビュー中に若者の本音を聞き出す ために、特に工夫すべきことがあれば教えてください。

2. 2. 有識者ヒアリング結果（サマリー） – （西原 理恵子先生）

大項目	質問	ご発言（議事録抜粋）
上京した際の実体験	19歳まで高知県で過ごされた中で、どのようなきっかけで上京を決意しましたか。	<p>高校を強制退学になった、父親が受験時に自死したことがきっかけだった。また、小さい頃より絵を仕事にしたいと思っており、東京の美術大学に入学すれば変わるのではないかと考えた。父親の生命保険料を受け取り、上京の費用に充てたが、将来は絵を描く仕事に就きたいと思っていた。出身は田舎なので、女性の生活に対する閉塞感があり、40年程前なので女性は大学に行かせてもらえない、勉強させてもらえない状況だった。さらに、高知県は最貧県であり、進学校自体も少ないという教育面の課題もあった。私自身、奨学金などの手続きも分からなかった。</p> <p>現代ではあり得ないかもしれないが、高知県で容姿がキレイな女性は、16歳で地域の不良と結婚・出産することが普通だった。高知県には、憧れの職業もなく離職率も高いため、男性はお酒飲みと不良がとにかく多かった。数少ない職業である公務員は、頭がよい人がする仕事というイメージがあり、地域内にあこがれとなるロールモデルがなかった。</p>
	上京後、東京圏に住み続ける中で、どのような生活を送りたいと考えていましたか。	武蔵野美大に入学すると、地方の中で絵が上手くても、東京では通用しないことを目の当たりにし、 東京の人の優秀さが辛かった 。東京の優秀な人が担わない仕事を探すしかないと考えて、成人向け雑誌の挿絵の仕事を始めました。汚れることを厭わなければ、仕事はいくらでもあると思った。
地方暮らしのイメージ	もし上京せずにご出身地に住み続けていた場合、今までどのような生活を送っていたと想像しますか。	東京圏に出版社と美術大学が集中していたので、美術をするなら東京に来ざるを得なかった 。もし、東京で暮らせなくなったら大阪で生活するつもりだった。いずれにしても、高知には絶対に帰らないと決めていた。東京で生活したいという気持ちよりも、絵で食べていきたい思いが強かった。
地方暮らしするうえでの課題（ご自身の経験、執筆活動を通じて）	上記以外の理由で、地方暮らしする上で課題を抱えやすい方の特徴について教えてください。	高知県の人は知り合った後には 距離感が非常に近くなる傾向 にあり、お酒を飲んだ場合は特に距離感が近くなる。 このような県民性に年寄りという要素が重なると、人間関係で苦勞する人が多い 。地域特有の人付き合いの仕方に慣れないといけない。それが難しい。
	地方暮らしする上で課題を抱えている方に対して、今後あると望ましい支援についてお考えがあれば教えてください。	<p>別の地域に住む機会は限られているため、お試し移住の制度があると移住を検討しやすくなる。</p> <p>税金（家賃、固定資産税、所得税、保育園の確保等）があまりにも高いので、地方移住による税金免除の仕組みがあるとよい。</p>

2. 2. 有識者ヒアリング結果（サマリー） – （寺村 絵里子先生1/2）

大項目	質問	ご発言（議事録）
女性の働き方	若年層の女性の働き方にはどのような特徴がございますか。	<p>出生動向基本調査によると、2015年から2021年にかけて結婚意欲と出産意欲が低下している。男女ともに家族形成を望まない若年層が大幅に増加しており、実際に家族を持たない人も増えている。</p> <p>国際比較調査によると、日本の女性は昇進意欲が低い傾向にある。男性も比較的昇進意欲は高くないが、特に女性の意欲が低い。女性がキャリア正社員として入社しても、入社後2～3年目に昇進意欲が急速に低下するという研究がある。20代の段階から昇進意欲が低い女性が多い。社会として女性管理職を増やそうとする動きがあるものの、本人側の昇進意欲が低いというギャップが存在する。</p> <p>その一方で、仕事満足度は高く、満足度とキャリア意識のパズルに個人的に注目し、研究を行っている。</p>
	雇用形態（正規、非正規等）や職種によって、女性の働き方にはどのような影響がございますか。	<p>女性管理職比率については「2030年に30%」という目標達成は困難である。ただし、介護・福祉業界は唯一女性管理職比率が50%を超える業界であり、地方でも必ずニーズがあるため、地方移住時の女性の就業を後押しし得る。一方で、処遇が十分ではないことから、どの女性も就きたがる職業ではなくジレンマがある。</p> <p>日本の核家族環境では若い夫婦がフルタイムで子育てすることは難しく、社会全体が疲弊している要因の一つである。台湾では祖父母が子育てを支えるケースが多く、日本でも北陸など一部地域では同様のモデルが残っている。日本では女性側の親が子育て支援を担い、台湾では男性側の親が担う傾向がある。</p> <p>IT業界もテレワークが多く、男女間賃金格差の小さい業界であることから女性の働き方として有望な選択肢であると考えている。</p>
	スキルやキャリアによって、女性の働き方にはどのような影響がございますか。	<p>女性のキャリアにおいては、退職後に復職できるかが重要であり、専門的スキルを持っている場合は正規職に復帰しやすい。そのため、女子学生の医学部人気の高まりなど、資格取得・専門スキル獲得を志向する女性が増えていると考えられる。</p> <p>サラリーマンとして復職できる可能性は、職種や業種よりも企業規模の影響が大きい。大企業は東京圏に集中しているため、東京圏は女性が働き続ける選択肢を持ちやすい環境になっており、優秀な地方出身女性が上京することを促進していることも考えられる。</p> <p>女性の働き方支援として、有価証券報告書で男女格差に関する3項目の掲載が義務化された点は大きい。一方で、中小企業は有価証券報告書の掲載が努力義務にとどまる部分もあり、企業規模による女性の働き方支援の格差が今後拡大する可能性がある。</p>

2. 2. 有識者ヒアリング結果（サマリー） – （寺村 絵里子先生2/2）

大項目	質問	ご発言（議事録）
女性の働き方	勤務形態（フレックス、テレワーク等）や職場環境によって、女性の働き方にはどのような影響がございませうか。	<p>テレワークは柔軟な働き方が可能であり、家事・育児・介護と仕事の両立を後押しする。</p> <p>テレワーク比率が高いのはIT業界であるものの、同業界の女性比率は約2割と低い。今後女性が増えればテレワーク比率もさらに高まる可能性がある。IT業界は女性の参入が少ないため、批判的な意見のある女性枠の設定も、女性の数を増やすために有用ではないかと考えている。</p>
ライフステージ・ライフスタイルと仕事の関係性	ライフステージ（結婚、子育て等）と女性の働き方の間には、どのような関係性がございませうか。	<p>「転勤したくない」と考える若者が増えていることから、大企業では、地域限定職での採用が増加している。近年の学生の志向から見ても不可欠な動きであり、企業側も変化に対応している。</p> <p>首都圏の住宅価格の大幅な高騰が将来の資産形成に影響を与えていると考えている。そのため、地方で良質な住宅供給があり、適切な仕事も提供された場合であれば、地方移住が選択肢になり得るのではないかと考えている。</p>
	ライフスタイルの全体像を把握するために、特に調査すべき項目があれば教えてください。	<p>「生活の楽しさ・面白さ」は、地方移住への関心に影響を与える可能性が高いため、東京圏での平日・休日の過ごし方や、価値観、健康面、ストレスなどをインタビューで確認できるとよい。地方移住によって「生活の楽しさ・面白さ」を求めているということは、首都圏の生活では「生活の楽しさ・面白さ」が得られていない可能性が考えられる。</p> <p>移住を検討したが断念した人、移住に関心があるが行動しなかった人の意見も聞くことが重要ではないか。「移住したかったけどやめた・行動に移せない」という人にインタビューを行うと、移住のハードルが明らかになるはず。</p>
	過年度調査を踏まえて、特に調査すべき点があれば教えてください。	<p>移住に対する意識については、「いつ意識が変わったのか」「何がきっかけで意識が変わったのか」といった転機について聞くことで、祖父母や出身地以外の新たな影響要因が見えてくる可能性がある。</p> <p>20代の移住に関する意識は、家族の影響も大きいのではないかと考えている。</p> <p>定量調査では20代の中で未婚者が8割を占めるため、全員未婚者を対象とした調査は妥当と考えられる。</p>
	被験者の本音を聞き出すために、特に工夫すべき点があれば教えてください。	<p>移住に対するやる気の程度、移住の可能性などのグラデーションを聞き取ることで、本音が出てくるのではないかと考えている。</p> <p>半構造化インタビューを用い、事前に質問事項を送付しておく。</p>

2. 2. 有識者ヒアリング結果（サマリー） – （小田切 徳美先生1/3）

大項目	質問	ご発言（議事録）
地方移住について	若者が地方移住を検討する場合、どのような要素（生活、仕事、趣味など）を重視することが多いですか。	<p>前提条件として移住をUターン・Iターンに分類すると、Uターンの割合が比較的大きい。鳥取県では経年的にデータを取っているが、UターンとIターンは概ね半々である。調査設計をするにあたってはUターンとIターンに分けて議論することが重要である。</p> <p>地方移住に関する要素は、「潜在的な要素（関心）」と「顕在化するインパクト」に分けて考えると整理しやすい。潜在的な要素は全体的な関心を指しているが、その関心が何かのインパクトによって顕在化する瞬間があることが多く、顕在化するきっかけを調査することは重要。24人のインタビュー設計にしても、この点を意識した設計が必要ではないか。</p> <p>Uターンの移住者については、昔ほど長男が出身地に帰らなければならないという感覚はないものの、出身地に何かしたいという気持ちは多くの人が持っているはず。その思いがUターンに結びつくためには、顕在化するためのインパクトが必要である。Uターンにおいては、地域への関心は昔からあるため、地域以外の要素では所得や仕事を中心になる。テレワーク等で仕事が続けられるかどうか、大幅な所得減少を前提に満足できる仕事に就けるか、という点に関心があるはず。Uターンの場合は地域よりも仕事の影響が強い。</p> <p>Iターンにおいては、移住を考える要素が潜在化するきっかけは様々ある。その潜在的要素が顕在化するの、仕事よりも地域に関する強烈な関心だと考えている。 例えば、地域で面白い人に出会うことや、今まで想定していた地域のイメージとは違った経験、自分の趣味と地域の特徴が合うことなどが影響している。Iターンでは仕事がある程度維持されることは前提としてあるが、地域への関心が要素になってくると考える。</p> <p>Uターンが移住者の半分を占め、一般的な想像よりも多いことを考えると、移住政策はIターンを想定しがちであるが、よりUターンに重点を置いた政策を検討してもよいのではないか。 国立社会保障・人口問題研究所の調査によると東京圏在住者の64%は東京圏生まれである。そう考えると、出生地が地方圏で今は東京圏にいる方がマイノリティになっているのは事実としてある。一方で、移住の受け入れ先で考えるとUターン・Iターンで半々になっている。そのように考えると、東京圏内から地方移住をする人の形態としてUターンの数はマイノリティになり始めているが、依然としてUターンにも焦点を当てていく価値はある。</p> <p>そもそも理想的なライフスタイルを持っているかについてまず確認した方がよい。日々の生活の中で、理想的な生活を考える時間を持っていない方もいるはずで、中身よりも理想的なライフスタイルを持っているかがポイントである。自分の物差し（基準）を持っている人であれば、物差しと今の生活を比べ考えることができるが、物差しを持っていない人は、なかなか答えにくいはず。自身も理想のライフスタイルを想像してみたが、率直に言えば特に思い浮かぶものは無かった。</p>

2. 2. 有識者ヒアリング結果（サマリー） – （小田切 徳美先生2/3）

大項目	質問	ご発言（議事録）
地方移住について	若者が地方移住を検討する場合、どのような要素（生活、仕事、趣味など）を重視することが多いですか。	<p>ネガティブな理由による地方移住においては、きつかけと行動が一対一で対応しないはず。仕事が不安定である一方、自分の趣味と合致していることによって移住を決める事例もあり、複数の要素を総合的に考える必要がある。仕事が不安定であることのみが要因にはならないはずで、仕事+aで考えるか検討が必要。つまりネガティブな要素で考えることも必要だが、選択する方向性は1つとは限らない。</p> <p>子育て環境を求めて移住する人が、今までインタビューした中では特に多く、中でも女性が多かった。農村の小規模学校で子育てしたいと希望されている女性もあり、子育てという要素は非常に重要で、一対一で対応し得るかもしれない。</p> <p>長野県で出会ったUターンをした人は、大手鉄道会社を辞めて、Uターンしたので、所得は大きく減少したが、もともともやもやしていたことと、家族の「Uターンしてもいい」という言葉をきっかけに移住を決めたと伺った。その意味では結婚している方にはこのようなケースもあり得る。</p>
	若者や女性の東京圏への転入超過が多いですが、そのような背景にはどのような要因がございませうか。	<p>地方には女性が好む仕事が少ないことは間違いないと考えている。一方で、人口減少の対策の場では、女性らしい仕事を現業的な仕事や二交代・三交代勤務の仕事ではないと考えてしまう傾向にあるが、女性の多い看護師などは二交代・三交代で勤務している実態がある。女性らしい仕事は現業的あるいは二交代・三交代ではない仕事だと決めつけること自体がアンコンシャスバイアスと、ある研究者から指摘された経験があった。問題は女性が働きやすい環境が整っていないことであり、仕事の種類が適していないわけではない。</p> <p>地方移住に対しての基礎的なハードルとして仕事・住宅・コミュニティの大きなハードルがあると考えている。</p>
	過去10年間の動向の中で、近年の地方移住のトレンドにはどのような特徴がございませうか。	<p>移住については、明らかに多様性がトレンドである。1970-80年代のIターンでは、有機農業や知らない田舎に憧れる若い男性による無鉄砲な移住が多かったが、それ以降は女性にも移住の動きが出てきて性別の広がりが出てきた。最近では高齢夫婦の移住など、年齢の広がりも出てきている。目的もハードルも様々であり、移住は多様化している傾向がある。</p>

2. 2. 有識者ヒアリング結果（サマリー） – （小田切 徳美先生3/3）

大項目	質問	ご発言（議事録）
地方移住について	関係人口は、地方移住に対してどのような役割を果たしていますか。	<p>関係人口の役割は大きく2つあると考えている。1つ目は、移住の裾野としての役割である。関係人口が厚く堆積している地域ほど、移住者も多いことが国土交通省の分析でも示されている。ただし、多様な関係人口の全てが移住に向かっているわけではなく、階段状でベクトルは様々なため無理に移住に誘導すべきではない点は注意が必要である。</p> <p>2つ目は、地域を賑やかにする存在としての役割である。にぎやかな過疎の重要な要素が関係人口である。観光、二拠点滞在、イベント参加など、関係人口が出入りしている状態そのものが、地域に活気を生み、Uターン・Iターンの心理的ハードルを下げる。Uターンについては、地元が想像していた姿より活気づいている、Iターンについては様々な人がいて頼もしいなど感じるのではないか。</p>
	地方移住に対する近年の政策・事業には、どのような課題があるとお考えでしょうか。	<p>移住政策がパッケージであることは重要であると考えている。観光庁が関係人口を意識した政策をしていることが典型的な例であるが、関係人口の入り口に観光があり、オーバーラップする部分も多いため、観光、関係人口、移住・定住、定住後の支援はシームレスにつながる対応が必要である。各省庁政策の見取り図を作る必要がある。</p>
		<p>Uターン特化政策が不足していると考えている。鳥取県のデータでも実際にもUターンとIターンの人数は半々であるが、政策の多くがIターンを前提に設計されており、Uターン者特有の心理に寄り添う施策が不足している。例えば、地元の情報を継続的に届けることや、ネオ県人会のような緩いつながりを維持する仕組によってUターンを意識して取り入れるべきである。</p>
		<p>地方移住において卒業時は重要なタイミングであり、現在よりも注力してもよいと考えている。また、35歳前後になると自分の人生が決まってくるという「35歳限界説」があり、検証は必要ではあるが、この年代に潜在している感情を抱えている人に情報が届くと、移住の顕在化につながる可能性がある。</p>
インタビュー調査について	インタビュー中に若者の本音を聞き出すために、特に工夫すべきことがあれば教えてください。	<p>願望を具体化する質問をする際は、被験者に寄り添う体制が必要だと考えている。ただし、誘導になってはいけない点は留意しないといけない。</p>

2. 2. 有識者ヒアリング結果（サマリー） – （堀口 正裕先生1/4）

大項目	質問	ご発言（議事録）
<p>近年の地方移住や関係人口創出現場における傾向全般について</p>	<p>若者が地方に関心を持つ背景や、社会の変化（コロナ前・コロナ中・コロナ後）による関心の変化についてどのように考えられているか教えてください。</p>	<p>「関係人口」という言葉が出てきており、地域とのかかわり方がさらに多様化している。様々な自治体の移住施策に関わっているが、あらゆる方向での関わり方を提示しないと、地域らしさが反映された移住政策はなかなか見えてこない。例えば国土交通省が力を入れている二地域居住であっても、二地域居住をする方のターゲットの設定が非常に多様化している。</p> <p>メディアの仕事を通じて、地方移住に関心を持つ、あるいは関係人口として地域に関わることに関心を持つ人は、明らかに増えていると感じる。一方で、その関わり方を作る側の視点に立つと、地域との関わり方が急速に多様化しており、関わり方の作り方を絞り込むのが難しいと実感している。</p> <p>URNSでは、東京のラジオ番組と共同で種子島の西之表市にある担い手不足に陥っている事業者と、移住に関心を持つ人をマッチングしようという趣旨の企画を行った。13人の移住希望者を西之表市にお連れし、そのうち4名がその場で内定を得て、既に2名が実際に移住した。事前ヒアリングを実施しサーフィンが好きな人や島が好きな人等、本気で移住を考えている人を集客しているので高い割合で移住者のマッチングが実現している。本気で移住を考えている方にご参加いただきたいとの思いで事前にオンラインでヒアリングをしてツアーに参加いただいている。冷やかして参加する人を一切入れない工夫が必要。移住の確度を上げたツアー設計としており、移住したい層に向け、本気で移住したい人を拾おうとすれば、ラジオなどのエンタメ番組であっても、やり方によっては移住者を獲得できる。</p> <p>移住相談を受ける際に、自身がやりたいことの棚卸ができていない方には厳しく指摘することもある。地域の人は人がいいと言うことがあるが、移住者が明確な目的を持っていないと、受け入れ側が助けてあげることも難しいし、地域の人の善意を消費することにもつながる。目的を持たず移住することは mismatch に繋がるので、移住してやりたいこと、自身ができることを明確にして移住しようと絶えず伝え続けている。明確な目的を持ったひとがURNSの周りに集まってきている可能性もあるが、 mismatch が減ってきていると感じる。</p> <p>目的を持って地方移住を考えている人たちが、どの地域なら自身が関わりやすい、働きやすい環境があるのかが可視化されたという意味で、関係人口が貢献していると考えている。</p>
	<p>地域への関わり方が多様化している中で、特に若者や女性はどのような関わり方を志向するようになっているのでしょうか。</p>	<p>人それぞれである。例えば、教育移住という言葉があるが、例えば義務教育を受ける期間は教育に力を入れている秋田県に移住するなど、教育が進んでいる地域で子育てをしたい場合は、教育に重点を置いて地域を選ぶ人もいる。自治体は移住から定住に繋がたい思いはあると思うが、自身の価値観の変化に合わせて移住地を変える人や、自分や家族のライフステージの変化に合わせて移住する人も増えてきている。また、様々な地域で多様な生き方に合わせた暮らし方や住まいを提案できる地域が増えてきている。</p>

2. 2. 有識者ヒアリング結果（サマリー） – （堀口 正裕先生2/4）

大項目	質問	ご発言（議事録）
<p>実際に移住に踏み切る人の特徴、好事例や失敗事例の実態について</p>	<p>若者が地方移住を検討する場合、どのような要素（生活、仕事、趣味など）を重視することが多いですか。</p>	<p>人それぞれである。東京は、人は多いが故に情報が届きにくく、発信した情報が埋没し興味を持ってもらえない側面がある。例えば地方で、移住者の女性が子育て・コミュニティカフェを作ると、一気に情報が広がり、そこから口コミが広がり、実際にお店に来てくれるという話をよく聞くことがある。地方の方が情報の伝達がしやすいことを好み事業をする人はいるかもしれない。</p> <p>マッチングとしては、来てから仕事を提示するのではなく、事業者と募集内容、住環境について提示した方が移住までは早く、事業者を見ている人も増えてきている。</p>
	<p>地方移住に関心があるにも関わらず、最終的に移住しない事例では、どのような阻害要因があることが多いですか。</p>	<p>コミュニティとの関係づくりを怖がる場合や、隣を歩いているとすぐ噂が広がることに抵抗を感じる人はいまだにいる。組合や消防団など、コミュニティの人との距離感に無理と感じる人は多いのではないかと。コミュニケーションをしっかりとれる人でないと、地方移住はなかなか難しい。コミュニティあつての地方であるため、静かに暮らしたい人は東京の防音がしっかりしているマンションが1番おすすめである、という話をすることもある。</p> <p>ぼやっとした田舎暮らしのイメージだけ先行していて、実は東京の暮らしも嫌いじゃない人も多い。特に女性には、古い考えを持つ年配の方が多地域や、排他的なコミュニティのある地域には行きたくないと感じている人も多い。排他的な人は都市部や田舎に関係なく存在するが、移住する側がその認識が無いまま移住すると失敗する。やりたいことがある人はどこで暮らしていようと、人間関係のトラブルはあると思える方が多く、どこでも活躍できると感じている。事前に排他的な人はどこにでもいると認識することが大切である。</p>
	<p>地方移住したことによって特に満足度が高まった事例には、どのような特徴がございますか。また、失敗事例の特徴についても教えてください。</p>	<p>失敗事例は情報を事前に収集していないケースがほとんどである。例えば、地域おこし協力隊で移住をしたはずなのに、住まいが気に入らず隣町に住み、各種トラブルにまで発展し、他の地域に移ってしまったケースもある。</p> <p>人生設計を持たずに移住し成功している人も多くいるが、移住は目的（ゴール）ではなく、目的を達成するための通過点（ツール）であるため、はき違えると、移住は失敗すると考えている。</p> <p>Uターン者向けの政策はある程度有効である。Uターン者は東京や都市で働くことにより、培った繋がりを地元にも広げて来る側面があり、効率がよい。移住しないまでも最初の関係人口になることも多くある。ふるさと納税など地域のファンづくりにおいては、Uターン者が貢献することも非常に大きい。</p>

2. 2. 有識者ヒアリング結果（サマリー） – （堀口 正裕先生3/4）

大項目	質問	ご発言（議事録）
<p>実際に移住に踏み切る人の特徴、好事例や失敗事例の実態について</p>	<p>地方移住したことによって特に満足度が高まった事例には、どのような特徴がございませうか。また、失敗事例の特徴についても教えてください。</p>	<p>若者は非常に多様化しており、まとめて考えるのは難しい。若者のことをひとくりにまとめて発信することで、偏ったイメージを持たれてしまうことも危険だと考えている。</p> <p>一方で、地域の見せ方のイメージは非常に重要だと思っている。有名な地域資源を活かしたビジネス事例を発信しても、「すごい」という感想で終わってしまうが、その情報に加え、その地域に移住する際の相談体制や働ける環境について、写真や動画を載せて発信するだけで反響が変わる。その上で、受入側として、地域の支援が明確になっている地域に若者が行くことが多いと感じている。</p> <p>移住を真剣に考えている人は、確認するところのチェック項目を作っている人が多く、情報が明確に提示されている地域に人が集まる。</p> <p>各地域で課題は違うが、来て欲しい人を明確にすることは重要である。加えて、地域からすると、未知の可能性を持つ人が来る可能性もあるため、事前にヒアリングを行い、準備をすることが重要である。</p>
<p>移住行動に影響を与えていると想定される事項について</p>	<p>学校での農山漁村体験など、幼少期の経験が地方移住にもたらす影響をどのように考えているか教えてください。</p> <p>中核都市に移住を検討されている方と農山漁村に移住を検討されている方で、重視している要素にどのような違いがあるか、お考えを教えてください。</p> <p>現在事務局では、「進学・新卒で首都圏の生活に違和感を感じていると、Uターンで移住しやすい」という仮説を立てております。堀口様から見た、この仮説の妥当性を教えてください。</p>	<p>影響はあると考えている。農山漁村体験など幼少期の思い出や記憶が都市に出て来て思い出され、子育てする立場になった際に、地方に暮らすのがよいとなる人が圧倒的に多い。UターンでもIターンでも、幼少期の体験・経験が子育てする環境を選ぶ際に、選択肢になる可能性は大きい。</p> <p>一方で、親世代の地域へのネガティブな印象により影響を受ける人もいる。弊社社員にも実家が農家であり、絶対に農家になりたくないと思い上京した人がいる。一方で、農業の在り方も変わってきているため、地元を離れたくて上京した人が、新たな働き方やスマート農業の実現を目指して起業し、地元に戻る例なども見えた。</p> <p>どのようなライフスタイルを求めるかで違う。高知県では二段階移住を推進しているが、移住者は最初に住む地域（高知市）で落ち着いてしまい、二段階目での移住に移行しないケースがある。高知市で都市的な生活をしながら、近隣の土佐町に出かけて美味しいカツオを楽しむなど、高知市を起点に田舎暮らしも楽しむという例もある。田舎暮らしを明確にイメージできない人にとっては、まず都市部で暮らししてみて、自然にアクセスできるという二段階移住の政策が、今でも響く人には響いている。</p> <p>仮説のような方をよく見てきたため間違いなく妥当な仮説である。</p>

2. 2. 有識者ヒアリング結果（サマリー） – （堀口 正裕先生4/4）

大項目	質問	ご発言（議事録）
本年度のインタビュー調査について	事務局内で検討しているインタビューの質問案に対して、改善すべき事項や重点的に調査すべき事項があれば教えてください。	移住する人は今の暮らしを変えたい人がほとんどである。 どのような暮らしをしたいかが自身の中にあつた際に、それと同じような暮らし方を実現できている人は必ずどこかにいるため、 イベント等では最後に必ず移住検討者に望んでいる暮らしがどのようなものかを問いかけている。
内閣官房からの質問	小田切教授からIターンとUターンは分けて考えるべきとご助言いただいたが、対象者に質問をする際に、Iターン・Uターンでそれぞれ質問すべき事項があればご助言いただきたい。	<p>対象者に移住を考えた時にIターン・Uターンどちらをしたいかは聞きたい。また、何故Uターンをしたくないのかの明確な理由を聞きたい。</p> <p>Uターンをしたくない理由が分かると、完全に地元が嫌な人なのか、昔の状況なら嫌だが現在は自身が働く、暮らす環境が整っているなら帰ってもよいと思っている人なのか分かり、どちらのタイプの人かによって発信する内容も異なるため、取材の際には気をつけて聞くようにしている。自身の移住したい地域の見方が、UターンなのかIターンなのか、やりたいことによって今の地域がどうなっているのかを知ることは重要な要素だと伝えている。地元の現状を知らずにイメージで答える人が意外と多い。</p> <p>情報交換や相談体制が充実したコミュニティは地元の行政、事業者、商工会等と良好な関係を築いており、逆にコミュニティのみで進んでいる地域はうまくいかない印象がある。また、地域に根を張る事業の3代目や4代目など、急激に変化・多様化する時代に合わせた地元企業の在り方を探求し、新たな事業を創出している経営者（事業者）が集まってできたコミュニティには人が集まってきている。</p>

2. 3. インタビュー調査への意見及び、主な反映内容

有識者から得られた意見を受け、インタビュー調査の設計に反映した。主な内容は以下のとおり。

大項目名	本調査への反映内容
被験者の対象設計	<ul style="list-style-type: none"> 20代では未婚者が多数を占める一方、既婚者と未婚者では移住に対する考え方や移住を検討する契機にライフスタイルの違いが影響し得るとの意見が得られた。このため本調査では、既婚者と未婚者の比較が可能となるよう、被験者の選定にあたり各セグメントを既婚者1名・未婚者2名とする設計方針とした。
インタビュー項目	<ul style="list-style-type: none"> 非東京圏出身者の上京理由には、自律・他律を含む多様な要因が存在するとの意見が得られた。このため本調査では、特に非東京圏出身で現状のライフスタイルに満足していない被験者を対象に、「一都三県への引越は希望に沿うものであったか」を確認する項目を設定し、上京理由・目的（自律要因・他律要因、離れる／留まる希望）の深掘りを可能とする設計とした。 地方移住に関心がある場合は、首都圏の生活では楽しさ・面白さが得られていない可能性があるとの意見が得られた。このため本調査では、「現在のライフスタイルの満足度や、楽しさ・面白さ」について確認できる項目を設定し、首都圏の生活の満足度と地方移住への関心の関係を分析できる設計とした。 フルタイムで働く夫婦の子育てに対する負担は大きく、両親の子育て支援を求めている可能性があるとの意見が得られた。このため本調査では、「子育てを行った場合に、どのような生活を送りたいと考えているか」について調査できる項目を設定し、子育てに対する考えと地方移住の関心との関係を分析できる設計とした。 地方移住の主なハードルは仕事・住宅・コミュニティであり、地方移住のハードルを明らかにするため、移住を断念した人や「移住関心あり・行動なし」の人の意見を聞くことが重要との意見が得られた。このため本調査では、被験者全員に対して「移住に関心を持つことに対する阻害要因」について、質問項目を設定し、地方移住に対するハードルを把握できる設計とした。 移住関心を持つきっかけは様々であり、UターンとIターンを分けて議論することが重要であるとの意見が得られた。このため本調査では、UターンとIターンに対する関心について調査できる項目を設定し、UターンとIターンの関心やきっかけを比較できる設計とした。 地方移住に対する潜在的な関心は、様々なきっかけ（インパクト）によって顕在化する場合があるとの意見が得られた。このため本調査では、地方移住に対する関心の理由やきっかけについて調査する項目を設定し、関心が顕在化するインパクトを把握できる設計とした。 理想的なライフスタイルの質問について、被験者が理想を持っていない場合、回答が得られない可能性があるとの意見が得られた。このため本調査では、理想的なライフスタイルの内容だけでなく、理想的なライフスタイルを持っているか確認できる設計とした。 地方移住する目的が明確でない場合は、移住先とのミスマッチに繋がる可能性があるとの意見が得られた。このため本調査では、地方移住に関する関心の理由を把握できる項目を設定し、被験者が地方移住する目的を把握できる設計とした。 地方移住する前に移住先での仕事や住環境が明確になっている方が移住しやすいとの意見が得られた。このため本調査では、移住関心あり・行動ありの被験者に対して、地方移住に向けた行動について詳細に把握できる設計とした。 幼少期の経験が子育て環境の選択に影響を与える可能性があるとの意見が得られた。このため本調査では、地方暮らしでイメージする地方について、被験者とのつながり（過去の訪問経験等）を把握できる設計とした。 非東京圏出身者がUターンをしたくない理由は明確に聞く必要があるとの意見が得られた。このため本調査では、非東京圏出身者で移住関心が無い被験者に対して、その理由を確認する項目を設定する設計とした。

3. インタビュー調査

3. 1. 1. 実施概要

■ 調査目的

人口移動の動向と、その背景にある人々の意識等に関し、東京圏に在住する若年層の意見を引き出すこと、「地方暮らし」のイメージ、「地方移住」への関心等の背景を掘り下げ、暮らしや移住に関する価値観や意見を引き出すことを目的とする。

■ 調査方法

オンラインデプスインタビュー

■ 調査対象

スクリーニング調査により、対象者の候補（東京圏在住、20代の男女）を抽出し、「地方移住」への関心・行動（関心あり・行動あり、関心なし）、出身地（東京圏、非東京圏）、性別（男性、女性）等に基づいて24名を抽出した。

■ 調査時間

1名ごとに60分程度

■ 調査項目

令和6年度調査や有識者ヒアリングを踏まえ、関心変化のきっかけなど、背景の掘り下げのために、被験者の属性・ライフヒストリー、現在のライフスタイル、理想のライフスタイル、イメージする地方暮らしを調査項目とした。

被験者の属性・ライフヒストリー	現在のライフスタイル	理想のライフスタイル	イメージする地方暮らし
<ul style="list-style-type: none">基本属性実家の家族構成、現在の家族構成出身地・生い立ち（移動歴とその理由）	<ul style="list-style-type: none">現在のライフスタイル（生活・住まい、仕事、趣味・その他活動など）現在のライフスタイルの満足度	<ul style="list-style-type: none">理想のライフスタイルの有無理想のライフスタイル（生活・住まい、仕事、趣味・その他活動など）理想のライフスタイルを考えたきっかけ生活・仕事・趣味や人間関係の中で重視する要素	<ul style="list-style-type: none">地方移住への関心地方移住に関する行動地方移住の阻害要因地方暮らしでイメージするライフスタイル（生活・住まい、仕事、趣味・その他活動など）地方暮らしでイメージする地域・特徴メディアからの影響、訪問経験の有無

紙面の都合上、結果（発言等）については適宜抜粋・要約している。

3. 1. 2. 調査設計（スクリーニング調査）

■ スクリーニング調査の概要

- **目的** 東京圏在住の若年層におけるインタビュー調査の対象者の抽出
- **配信対象者** 楽天インサイトモニター登録者のうち、東京圏在住の20代全員に配信
- **配信期間** 2025年12月12日（金）～2025年12月29日（月）
- **総回収数** 4,762名（うち、インタビュー候補者 763名）

■ スクリーニング調査項目（設問）

調査項目	設問文	選択肢
現在の居住地 （都道府県）	SC1 あなたがふだん住んでいる所をお答えください。	1 東京都（23区内） 2 東京都（23区外の市町村） 3 千葉県 4 埼玉県 5 神奈川県 6 その他
出生地 （都道府県）	SC2 あなたが生まれた場所（当時、親がふだん住んでいた所）をお答えください。 病院や出産のための里帰り先ではありません。	47都道府県／外国／分からない
出身地 （都道府県）	SC3 あなたが生まれてから中学校を卒業するまでの間、最も長く住んでいた所をお答えください。	47都道府県／外国／分からない
出身地 （市区町村）	SC4 あなたが生まれてから中学校を卒業するまでの間、最も長く住んでいた所について、具体的な市区町村をお答えください。（例：〇〇市） ※記入は市区町村まで（番地等の記入は不要）になります。	自由回答
結婚・子ども有無	SC5 婚姻の状況と子どもの有無をお答えください。	1 既婚かつ子供あり 2 既婚かつ子供なし 3 未婚かつ子供あり 4 未婚かつ子供なし 5 その他（ ）
職業	SC6 あなたの職業をお答えください。	1 会社員（正社員） 2 会社員（契約・派遣社員） 3 経営者・役員 4 公務員（教職員を除く） 5 公務員（教職員） 6 自営業 7 自由業 8 医師・医療関係者 9 専業主婦 10 学生 11 パート・アルバイト 12 無職 13 その他（ ）
地方移住への関心	SC7 現在、「地方移住」にどの程度関心がありますか。	1 強い関心がある 2 関心がある 3 やや関心がある 4 あまり関心がない 5 全く関心がない
地方移住に関する行動有無	SC8 この半年の間で、「地方移住」に向けて具体的な行動をしましたか。あてはまるものをすべてお選びください。	1 引っ越し予定がある 2 就職情報を調べた 3 住宅情報を調べた 4 学校情報を調べた 5 相談窓口を利用した 6 家族と相談をした 7 引っ越し資金集めを始めた 8 その他（ ） 9 具体的に行動していない
関心の変化	SC9 この1年の間で、「地方移住」への関心に変化はありましたか。	1 関心が高くなった 2 関心がやや高くなった 3 変わらない 4 関心がやや低くなった 5 関心が低くなった

3. 1. 3. 被験者の基本属性

■ 地方移住への関心あり・行動あり

	1A	1B	1C	2A	2B	2C
性別	男性	男性	男性	女性	女性	女性
出身地	東京都	神奈川県	埼玉県	東京都	埼玉県	神奈川県
年齢	26歳	28歳	29歳	23歳	25歳	28歳
未既婚	既婚	未婚	未婚	未婚	未婚	既婚
子ども有無	無	無	無	無	無	無
職業	会社員（正社員）	会社員（正社員）	会社員（正社員）	会社員（正社員）	会社員（正社員）	会社員（正社員）
地方移住への関心	強い関心がある	強い関心がある	強い関心がある	強い関心がある	強い関心がある	関心がある
地方移住に関する行動	1 引っ越し予定がある 3 住宅情報を調べた	2 就職情報を調べた 3 住宅情報を調べた	3 住宅情報を調べた	3 住宅情報を調べた	1 引っ越し予定がある	3 住宅情報を調べた
	3A	3B	3C	4A	4B	4C
性別	男性	男性	男性	女性	女性	女性
出身地	福島県	熊本県	大阪府	群馬県	三重県	福岡県
年齢	27歳	27歳	29歳	26歳	26歳	28歳
未既婚	未婚	未婚	既婚	未婚	既婚	未婚
子ども有無	無	無	無	無	無	無
職業	会社員（正社員）	会社員（正社員）	会社員（正社員）	会社員（正社員）	会社員（正社員）	会社員（正社員）
地方移住への関心	強い関心がある	強い関心がある	強い関心がある	関心がある	強い関心がある	強い関心がある
地方移住に関する行動	2 就職情報を調べた 3 住宅情報を調べた 4 学校情報を調べた 5 相談窓口を利用した	6 家族と相談をした 7 引越し資金集めを始めた	5 相談窓口を利用した 6 家族と相談をした	1 引っ越し予定がある 2 就職情報を調べた 3 住宅情報を調べた 4 学校情報を調べた 6 家族と相談をした 7 引越し資金集めを始めた	2 就職情報を調べた 3 住宅情報を調べた	2 就職情報を調べた

3. 1. 3. 被験者の基本属性

■ 地方移住への関心なし

	5A	5B	5C	6A	6B	6C
性別	男性	男性	男性	女性	女性	女性
出身地	千葉県	千葉県	神奈川県	東京都	東京都	埼玉県
年齢	27歳	28歳	28歳	25歳	26歳	29歳
未既婚	未婚	未婚	既婚	未婚	既婚	未婚
子ども有無	無	無	無	無	無	無
職業	会社員（正社員）	自営業	会社員（正社員）	会社員（正社員）	会社員（正社員）	自由業
地方移住への関心	全く関心がない	全く関心がない	全く関心がない	全く関心がない	全く関心がない	全く関心がない
地方移住に関する行動	無	無	無	無	無	無

	7A	7B	7C	8A	8B	8C
性別	男性	男性	男性	女性	女性	女性
出身地	和歌山県	新潟県	大阪府	愛知県	北海道	栃木県
年齢	27歳	29歳	29歳	28歳	29歳	29歳
未既婚	既婚	未婚	未婚	未婚	未婚	既婚
子ども有無	無	無	無	無	無	無
職業	公務員	会社員（正社員）	会社員（正社員）	会社員（正社員）	自営業	会社員（正社員）
地方移住への関心	全く関心がない	全く関心がない	全く関心がない	全く関心がない	全く関心がない	全く関心がない
地方移住に関する行動	無	無	無	無	無	無

3. 2. 1. インタビュー調査の結果概要（1 / 3）

■ 移動歴・移動理由

- 東京圏出身者12名中3名が、進学のために非東京圏に移動したものの、就職時に東京圏に戻っている。
- 非東京圏出身者12名中11名が、大学・専門学校への進学・就職・転職の際に東京圏に移動している。
- 非東京圏出身者が東京圏への移動を希望する理由は、出身地や過去の移動先に希望する進学先、仕事、余暇の活動等がないといった社会構造的要因と、東京への憧れ、親からの独立、地元に対するネガティブな認識といった心理的要因が挙げられている。

■ 現在のライフスタイルの満足度

- 満足に感じている点として、移住関心の有無にかかわらず、自宅から徒歩圏内に様々な施設がある点が多く挙げられた。
- 不満に感じている点として、関心あり・行動ありの被験者から、人の多さや移動時間の長さに対する不満が多く挙げられた。また、非東京圏出身者は、家賃・物価の高さなど金銭的余裕がないとする回答があった。

■ 理想のライフスタイルの有無・重視する要素

- 関心あり・行動ありの被験者では、ワークライフバランスに関する回答が多く、リモートワークを理想とする回答が多くあった。
- 移住関心の有無にかかわらず、子育て環境に関する回答があり、自然のある環境での子育てを望む意見が挙げられた。
- 結婚や子育てについては、関心なしの被験者から、「願望がない」「考える余裕がない」といった回答が多くあった。

3. 2. 1. インタビュー調査の結果概要（2 / 3）

■ 地方移住への関心

[関心あり・行動あり]

- 出身地にかかわらず、住居費等の生活コストに関する懸念や、人の多さに対する不満が、地方移住を検討するきっかけとして挙げられた。
- 東京圏出身者では、旅行先での経験やメディアからの情報などが、地方移住への関心を持つきっかけとして挙げられた。
- 非東京圏出身者からは、関心を持つきっかけとして、子育てに関する理由が多く挙げられた一方、東京圏出身者からはこうした回答は見られなかった。

[関心なし]

- 出身地にかかわらず、希望する仕事や余暇の活動等が東京圏でしかできないといった社会構造的要因や、様々な施設へのアクセスの良さや移動の利便性などが挙げられた。
- 東京圏出身者からは、実家から離れた地方に移住する理由がないとの意見が挙げられた。
- 非東京圏出身者からは、地方で暮らしていた実体験に基づき、地域コミュニティに関する回答があった。

■ 地方移住に関する行動

- 情報収集については、インターネットを活用して行っていたほか、知人からの助言、現地への訪問、動画配信サイト、行政のサイト・窓口を利用するといった回答があった。
- ふるさと納税先の自治体から滞在を促す郵便物が届いたことをきっかけに、情報収集に至ったとの回答があった。
- 情報収集以外の行動として、配偶者・両親・パートナーに相談した、移住に向けた資金を集め始めた、すでに移住を決めたといった回答もあった。

■ 地方移住の阻害要因

- 移住関心の有無や出身地にかかわらず、仕事における調整が必要となることや、交友関係が疎遠になることを阻害要因とする回答があった。
- 東京圏出身者からは、情報収集が困難であることや、移住にかかる費用の負担を懸念する回答があった。
- 非東京圏出身の関心あり・行動ありの被験者からは、パートナー・配偶者の同意を得られるかどうかを重要であるとする回答があった。
- 非東京圏出身の一部被験者からは、地元に対するネガティブなイメージを阻害要因とする回答もあった。

3. 2. 1. インタビュー調査の結果概要（3 / 3）

■ イメージする地域・特徴

- 17名は、訪れた経験のある地域をイメージしており、イメージしている地域の単位は、都道府県や市区町村など様々な回答があった。
- 東京圏出身者は、親戚が住んでいる地域や旅行先をイメージする回答が多かった。一方、非東京圏出身者は、出身地や本人が過去に住んでいた地域をイメージする回答が多かった。
- 関心なしの被験者は、メディアや知人から得た情報を基に地域をイメージする回答が多かった。

■ 地方暮らしでイメージするライフスタイル

- 移住関心にかかわらず、自然環境が良いこと、生活コストが低いこと、公共交通・移動が不便であることに関する回答が多かった。
- 関心あり・行動ありの被験者においては、フルリモートや転職、資格などのスキルの習得を前提条件とする回答があった。一方、関心なしの被験者においては、賃金水準や産業・雇用機会が少ないことに懸念を持つ回答があった。
- 関心あり・行動ありの被験者から、「子供がのびのびと育つ」といった地方における子育て環境に関する回答があった。
- コミュニティに関する回答は「温かさ」と「干渉/噂」に二分され、関心なしの被験者では後者が相対的に多かった。

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細

移動歴・移動理由（1 / 5）

- 移動歴及びその背景にある理由について、ライフヒストリーを含めて質問した。
- 東京圏出身者12名中3名が、進学のために非東京圏に移動したものの、就職時に東京圏に戻っている。
- 非東京圏出身者12名中11名が、大学・専門学校への進学・就職・転職の際に東京圏に移動している。
- 非東京圏出身者が東京圏への移動を希望する理由は、出身地や過去の移動先に希望する進学先、仕事、余暇の活動等がないといった社会構造的要因と、東京への憧れ、親からの独立、地元に対するネガティブな認識といった心理的要因が挙げられている。

東京圏 出身者

非東京圏 出身者

関心あり・行動あり

- 【1A 男性】
(移動歴)
 東京都江戸川区（実家）→東京都墨田区（小学生から）→埼玉県川口市（大学3年生）→埼玉県草加市→神奈川県横浜市（仕事都合）
(主な発言)
- ・小学生期の墨田区への転居。家庭の事情により江戸川区から墨田区へ引越しした。
 - ・大学3年生時の埼玉（川口市・草加市）への転居は配偶者が埼玉に住んでいたため移動。配偶者の仕事の都合も影響。当時はコロナ禍で大学がほぼオンライン授業だったため、通学への支障はなかった。
 - ・埼玉から神奈川への転居は自身の就職先が神奈川の近くであったため移動。配偶者は転居にあたり仕事を变更している。
- 【1B 男性】
(移動歴)
 神奈川県逗子市（実家）→東京都大田区（就職から半年後）→東京都江東区（就職から約1年後）→東京都江東区の別の住宅（就職から約3年後）
(主な発言)
- ・生まれてから大学を卒業するまでは実家の逗子市に住んでいた。
 - ・就職先が建設業の派遣であり、最初の半年はコロナの影響で現場に行けず、実家に住んでいた。半年後に現場が決まった影響で、現場近くのレオパレスに引っ越し5カ月間住んでいた。
 - ・会社を転籍できる制度があったため、退職・転職をきっかけに江東区のマンションに引っ越し2年間住んでいた。
 - ・マンション更新のタイミングで前住居から自転車で15分ほどの別の江東区のマンションに引っ越した。

- 【3A 男性】
(移動歴)
 福島県いわき市（実家）→東京都八王子市（大学進学）→東京都立川市（20歳から）
(主な発言)
- ・実家から東京に出てきたのは大学進学がきっかけであり、**漠然と東京に夢見ていた、都会や都心、日本の中心に行きたいという漠然な想い**があった。
 - ・東京の大学であれば、自分と同じような想いで東京に出て来る人がいるだろうと思い、各地の出身の人や東京が地元の人などつながりができると思ったことが大きかった。福島の大学だと近い都道府県の茨城や栃木の人があるかもしれないが、**地元出身の人たちでそこまで視野が広がらないという想い**があった。
 - ・大学2年生までにある程度単位を取りきり大学に行かなくてよかったため、八王子市に2年間住んだ後に都心に近い立川市に引っ越した。社会人になってからも基本リモートワークのため立川市に住み続けている。
- 【3B 男性】
(移動歴)
 熊本県御船町（実家）→京都府京都市（大学進学）→長野県伊那市（就職）→東京都千代田区（転職）→東京都墨田区（27歳から）
(主な発言)
- ・熊本の実家から、大学1年生18歳の時に京都府京都市に引っ越した。
 - ・関西の大学に行きたくて大阪の国公立大学を受験したが落ちたため、京都の私立大学に進学した。**本が好きで、本の原作に京都が多いことがきっかけで関西に興味**があり、志望動機でいえば大阪の方が高かったが、受験の結果で京都になった。
 - ・地元の大学に比べ、同じ学部でもやっていることのレベルが高いとオープンキャンパスに行き思ったため、大阪の大学に行きたいと思っていた。
 - ・就職した住宅営業の会社が全国転勤がある会社であり、赴任が長野県伊那市であったため、21歳の時に長野県伊那市に引っ越した。
 - ・公益社団法人へ**転職したタイミングで、東京都千代田区に引っ越した。転職時は、どこの地域に住むかは重きを置いていなかった。**
 - ・交際相手と同棲することをきっかけに、墨田区に引っ越した。

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細 移動歴・移動理由（2 / 5）

東京圏 出身者

【1C 男性】

（移動歴）

埼玉県草加市（実家）→東京都（就職）→千葉県（転職）→東京都足立区（転職）

（主な発言）

- 社会人になってから東京に来て、25歳の時に千葉に一度引っ越し、また東京に戻ってきた。
- 社会人になってから仕事の関係で2年間隔で引っ越している。転職を25歳と28歳でしており、現在までで3つ仕事をしている。

【2A 女性】

（移動歴）

東京都大田区（実家）→東京都大田区（8～13歳頃から）

（主な発言）

- 大田区内で、10～15年以上前に一度引っ越しをしている。
- 引っ越しは親が決めたこと。引っ越し前はアパートで暮らしていたが、祖父が家を購入してくれることになったことをきっかけに、引っ越したのだと思う。

非東京圏 出身者

【3C 男性】

（移動歴）

大阪府高槻市（出生地）→大阪府豊中市（2,3歳頃から）→東京都武蔵野市（大学進学）→東京都世田谷区（20歳から）→東京都大田区（27,28歳から）

（主な発言）

- 大阪府高槻市という京都寄りの町で生まれ、2,3歳の頃に豊中市に引っ越した。大学に行く手前の18,19歳頃まで過ごした。
- 大学進学を機に東京に行き、最初の1年は吉祥寺の井の頭公園近くの学生寮にいたが、寮の生活リズムが合わず、1年で下北沢に引っ越して本格的に一人暮らしを始めた。7, 8年程いたと思う。
- 寮生活は洗濯機などの共同の設備を使うにあたり、自分のタイミングで使えないことのストレスが続いて生活をやっていけないと思った。
- 浪人していた時期があり、**1年間勉強して選択肢が広がり、たまたまよいところがあったため行ってみた**というのと、関西の実家から通う手もあったが、1回一人暮らしも経験したい気持ちも多少あったため、東京の大学に進学した。
- 交際相手と同棲するにあたり、大田区に1年半程前に引っ越した。

【4A 女性】

（移動歴）

群馬県前橋市（出生地）→群馬県渋川市（実家）→神奈川県相模原市（大学進学）→群馬県前橋市（就職）→埼玉県さいたま市（仕事）→東京都千代田区（転職）→東京都墨田区（26歳から）

（主な発言）

- 群馬県前橋市で生まれ、群馬県渋川市に引っ越した。19歳で神奈川県相模原市に、21歳で前橋市に、23歳で埼玉県さいたま市に、26歳で東京都千代田区に、同年墨田区に引っ越した。
- **群馬県内には希望する大学がなく、大学のブランドを重視し**、神奈川県相模原市にある大学に進学した。
- 前橋市には入社を機に引っ越し、埼玉県熊谷市で勤めていた。部署異動があり、埼玉県さいたま市に通勤していた。
- 東京都千代田区の会社に転職するにあたり、東京都に引っ越した。
- 総じて、引っ越しをした経緯としては通勤・通学が理由。

関心あり・行動あり

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細 移動歴・移動理由 (3 / 5)

東京圏 出身者

【2B 女性】

(移動歴)

大阪府（出生地）→埼玉県和光市（実家）→埼玉県和光市（実家）

(主な発言)

- ・ 0歳までは大阪にいて、そこから埼玉県和光市の別の家に引っ越し、7歳の時に今の戸建ての方に引っ越した。
- ・ 両親の実家が近いため、大阪で生まれた。両親は、もともと大阪の会社で働いていたが、出産を機に東京の会社に転職している。
- ・ 高校も大学も首都圏内の学校に通っていた。

【2C 女性】

(移動歴)

神奈川県藤沢市（実家）→神奈川県藤沢市（実家）→京都府（大学進学）→神奈川県（就職）→栃木県（仕事都合）→アメリカ（1年間）→神奈川県厚木市（仕事都合）

(主な発言)

- ・ 小学校まで神奈川県藤沢市に住んでいたが、同じ市内で一度引っ越し経験がある。そこから大学入学するまで藤沢市に住んでいた。
- ・ 大学生時は京都に住んでいた。大学を選ぶ際は、**学校の内容で選んだ部分もあるが、合格したのが京都府の大学**であった。
- ・ 大学卒業後1年間神奈川県に住んでいた。**バリバリ働けなさそうだと考えたため、ずっと関西に住んでいるイメージが湧かず、東京、神奈川の方が大きい企業があり、企業数も多かった**こともあり、神奈川県の会社に就職した。
- ・ その後、会社の異動で栃木県に引っ越し2年間住んでいた。
- ・ 栃木県の後に、会社の異動で神奈川県に引っ越し現在も住んでいる。
- ・ 昨年まで仕事の都合で1年間アメリカに住んでいた。

非東京圏 出身者

【4B 女性】

(移動歴)

三重県四日市市（実家）→東京都（大学進学）→東京都（就職）→東京都（二人世帯用の賃貸）→東京都新宿区

(主な発言)

- ・ 高校までは三重県に住んでいた。大学進学を機に東京都に引っ越し、現在まで東京都に住んでいる。都内で2回ほど引っ越しをしている。
- ・ **大学の専攻は三重県でも学べたが、三重県で大学生活を送るのは味気ない**と感じていた。若者が遊ぶような場所もない。**東京都に憧れがあり、東京都の大学に絞って受験した。東京都は流行の最先端で、三重県には流行が遅れてやってくる。東京都は洗練されているイメージで、人へのあこがれもあり、人も多く出会の場も広がると感じた。**
- ・ 大学生の間は同じ場所に住んでいたが、大学で配偶者と出会い、就職を機に配偶者の家に住み始めた。その後、二人世帯用の1LDKの場所に引っ越し、今の場所に引っ越した。配偶者が住んでいた家に住んだことを含めると3回引っ越したことになる。

【4C 女性】

(移動歴)

福岡県宗像市（実家）→東京都中野区（大学進学）→東京都新宿区（19歳から）→東京都（25歳から）→東京都（26歳から）→東京都中野区（27歳から）

(主な発言)

- ・ 18歳で上京し、練馬に近い中野区に1年、神楽坂に6年、友達とルームシェアを半年、明大前の企業が運営しているシェアハウスに1年、そのあと今住んでいる東中野に引っ越している。
- ・ 東京の大学を選んだのは、上京したかった。**当時両親とあまり仲が良くなく離れたかった**ということと、父方の祖母が横浜に住んでおり、その周りに親戚もいくつか住んでおり、帰省でよく遊びに行っていたため、関東方面になじみがあり東京で探した。
- ・ 中野区の家は、大学から少しアクセスが悪く神楽坂へ引っ越した。

関心あり・行動あり

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細 移動歴・移動理由（4 / 5）

東京圏 出身者

非東京圏 出身者

関心ごと

【5A 男性】
（移動歴）

千葉県八千代市（実家）→山梨県（大学進学）→埼玉県東松山市（就職）

（主な発言）

- 山梨の大学に進学を機に引っ越しが1回、埼玉に就職で来るときに1回引っ越した。
- 大学進学当時、動物園の飼育員になりたかったため、動物系の勉強ができそうな大学を調べて進学した。
- 就職先は場合によっては全国転勤があり得たが、埼玉県が配属先に決まりそのタイミングで引っ越した。仕事は、勤務地ではなく業種で選んだ。

【5B 男性】
（移動歴）

千葉県船橋市（実家）→千葉県市川市（22歳から）→千葉県松戸市（25歳から）

（主な発言）

- 22歳で千葉県市川市に引っ越し、25歳で千葉県松戸市に引っ越した。
- 妹と弟があり、実家には弟の部屋が無かったため、弟に部屋を譲るために引っ越した。
- 松戸市には一人暮らししたい、自立したいと思い引っ越した。

【5C 男性】
（移動歴）

神奈川県横浜市（実家）→神奈川県横浜市（4,5歳から）→東京都豊島区（就職）→東京都世田谷区（27歳から）→東京都調布市（マンション購入）

（主な発言）

- 神奈川県横浜市鶴見区に生まれ、4,5歳の時に横浜市と同じ区内で、前の家から徒歩15分ほどのところに引っ越し、大学院卒業まで住んでいた。
- 就職を機に、東京都豊島区で2年半くらい一人暮らし、結婚を機に配偶者と東京都世田谷区に、1年半弱住んでいた。
- 豊島区は、場所で選んだわけではなく、会社から内定をもらった時点で、出社先のオフィスがわかり、オフィスにアクセスがよい、かつ新卒でも払える場所を探した結果、豊島区であった。
- 前住居は、配偶者と同棲するには1Kで狭く、配偶者の職場へのアクセスが悪かったため、世田谷区に引っ越した。
- 2026年1月に、調布市の現在の持ち家に引っ越した。調布市を選んだ理由は配偶者の実家が近く、自分の通勤時間は変わらず、配偶者の通勤時間は短くなることも魅力だった。

【7A 男性】
（移動歴）

和歌山県和歌山市（実家）→東京都練馬区（就職）→東京都練馬区（結婚）

（主な発言）

- 和歌山県和歌山市に生まれ、国家公務員として中央省庁で働きたかったため就職を機に上京した。
- 東京都練馬区には結婚を機に引っ越した。

【7B 男性】
（移動歴）

新潟県新潟市（実家）→新潟県新潟市中央区（小学生から）→新潟県新潟市秋葉区（大学院在学中）→神奈川県川崎市（就職）→神奈川県川崎市中原区（1年弱）→東京都世田谷区（転職・29歳時）→東京都世田谷区（29歳時）

（主な発言）

- 新潟市中央区の実家から、新潟市秋葉区のアパートに引っ越したのが一人暮らしを始めたタイミング。親から就職への圧力が色々あり、心理的虐待を受けていた。当時通っていた大学院の教授は知り合いで、いざというときのサポートしてくれる期待があったため、大学の近くに引っ越した。親元を離れたという気持ちだった。
- 2020年4月に東京のIT企業に内定をもらい、神奈川県川崎市にある武蔵小杉の武蔵中原駅近くにアパートを会社名義で借りた。2年ほど住み、会社の家賃補助が切れる話になり神奈川県川崎市中原区の別のアパートを借り、1年弱住んだ。
- 新潟県には、その土地のアイデンティティや付度のような感情が強いと考えている。新潟県内の企業の就職面接の際に、連帯保証人や緊急連絡先など親の同意について聞かれることがあったため、自分自身の意思が尊重されないと感じた。東京ではいい意味で人のことを気にしない、みんな違って当たり前のような認識が根付いている。東京都の企業は、何かしらの対応策を取ってくれた。このため就職を機に新潟県を出ようと考えた。山形県や石川県など色々見たが、新潟県と似たような傾向であった。
- 2025年7月から東京都世田谷区のシェアハウスに引っ越し、同区内で別のシェアハウスにまた引っ越している。
- 外国人とのシェアハウスに興味があったため、世田谷区のシェアハウスに引っ越した。暮らしてみると、想像以上に人との距離感が近く、居続けるのが苦しかった。みんなと仲良くわいわいやり続けるのもしんどいと感じた。
- 最初のシェアハウスに引っ越しをする際に、冷蔵庫や洗濯機を捨ててしまい、シェアハウスであれば、共用で利用できるのに新たに準備する必要がなく、家賃や初期費用も高くないことから世田谷区内でシェアハウスを変えた。

【7C 男性】
（移動歴）

大阪府大阪市（実家）→京都市西京区桂（大学院進学）→滋賀県草津市（就職）→東京都足立区（転職）

（主な発言）

- 出生から大学4年生（23歳）までは大阪府の実家に住んでいた。大学院に通うため、2年間嵐山の近く、京都の桂の賃貸のマンションに住んでいた。
- 就職を機に、滋賀県草津市に引っ越した。現在は、転職をして、東京都に引っ越している。
- エネルギー分野に興味があり、就職先は全国展開している電機メーカーであり幅広い機械を作っていたが、エネルギー業界向けの機械を作っている事業所が滋賀県のみであったため滋賀県に引っ越した。当時は、開発エンジニアとして勤めていた。
- 転職を機に上京したのは、エネルギー業界で、メーカーという立場ではなく、上流である事業主側の視点を勉強したかったため。事業主側は、エンジニアではなく、ビジネス側であることが多く、キャリアチェンジという形で転職をした。エネルギー業界で事業主側の視点で仕事ができる企業は東京にしかなかった。

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細 移動歴・移動理由（5 / 5）

東京圏 出身者

非東京圏 出身者

関心なし

【6A 女性】

（移動歴）

東京都練馬区（出生地）→東京都町田市（2歳から）→東京都目黒区（25歳から）

（主な発言）

- ・ 生まれた頃に住んでいたのが練馬区で、大泉学園の辺りに2歳頃まで住んでいた。
- ・ 3歳頃に町田市のマンションに引っ越したのが1回目。町田市で学生時代を過ごし、社会人になってからも実家にて、ほとんど町田市にいた。
- ・ 今年6月頃に目黒区に引っ越した。
- ・ 目黒区に引っ越した理由の1つ目は同棲したいというもの。2人とも勤務地が都心にあったため、都心に出るのに時間がかかり大変であり、より都心に近いところに引っ越したいというのが理由の2つ目。
- ・ 中目黒は家賃が高すぎて住めないため、若干家賃が下がる祐天寺の物件に住んでいる。

【6B 女性】

（移動歴）

東京都大田区（実家）→静岡県御殿場市（13歳から）→宮城県仙台市（大学進学）→東京都大田区（就職）

（主な発言）

- ・ 東京都大田区に生まれ、親の離婚がきっかけで、中学2年生（13歳）の時に静岡県御殿場市に引っ越し、高校卒業まで住んでいた。
- ・ 大学進学を機に、宮城県仙台市に引っ越し、卒業後、就職のため東京都大田区に引っ越した。
- ・ **宮城県の大学を選んだのは、学費が安く、自分が入れそうだったから。静岡県に大学は少なく、いずれにしても県外へ出るつもりだった。**名古屋の大学も候補だったが、東海地方出身の学生が多く、外部の人が少ないと聞き、疎外感を感じたと思った。宮城県の大学は、関東や東北地方などからも学生が通っていた。
- ・ 会社が都内だったので、都内に引っ越すことにした。**仙台市には住んでもよかったが、希望するメディア関連の仕事がなかった。**静岡県は車社会であり、免許も持っていないし、車自体が好きではないため希望する仕事があっても住むことは考えなかった。

【6C 女性】

（移動歴）

熊本県天草市（出生地）→埼玉県新座市（実家）→埼玉県所沢市（4歳から）→東京都台東区（26歳から）

（主な発言）

- ・ 母親の実家がある熊本県天草市で出生し、両親が住んでいた埼玉県新座市で育った。
- ・ 4歳ごろに埼玉県所沢市に引っ越し、幼少期から26歳まで実家で暮らした。
- ・ 26歳の時に東京都台東区で一人暮らしを始めた。
- ・ 実家は所沢の駅から自転車ですら15分程度、バスでも少なくなっていく、仕事の現場に通うのに不便であった。また実家には毎月3万円のお金を入れていたが、料理などの家事に時間を取られており体調も崩しがちであった。それであれば一人暮らしをした方がお金はかかるが、QOLも高く仕事にも行きやすい都内で一人暮らしをすることにした。
- ・ 父親とはお互い関わらず距離を置いてよいが、一人っ子であったこともあり母親が過干渉であった。住む場所含めてすべて決めてから両親に話をしたが、上野は文化的な施設も多いなどの理由を説明し、特に反対されることはなかった。

【8A 女性】

（移動歴）

愛知県一宮市（実家）→愛知県一宮市（小学生から）→東京都中野区（転職）

（主な発言）

- ・ 小学生の頃に一宮市内で1回引っ越した。24歳で上京を機に引っ越した。
- ・ 転職を機に上京したのは、**自分のやりたいこと（ダンス）が東京都にあったこと**と、25歳までに自立した方がよいと考えており、家庭の方針もそうであったため。
- ・ はじめは東京都でなくていいと思っていたが、せっかくなら自分のやりたいこと（ダンス）が学べる場所を選んだ。地元でダンスのスクールは無かった。

【8B 女性】

（移動歴）

北海道帯広市（実家）→東京都中野区（19歳から）→東京都八王子市（元交際相手と同棲）→沖縄県宜野湾市（元交際相手の仕事都合）→東京都豊島区（元交際相手と別れたことがきっかけ）

（主な発言）

- ・ 19歳のときに北海道から東京都中野区に引っ越し、2年程住んだ。当時の交際相手の関係で3か月間八王子市に住み、その後沖縄県宜野湾市に半年程住み、当時の交際相手と別れてから池袋に来て6年がたった。
- ・ 19歳で上京したのは、**家出**であり、**地元の過干渉な点が嫌**であった。**自分たちのコミュニティの人の話しかないことも嫌**で、自分の話を他人にされることが苦痛であった。
- ・ 八王子には、元交際相手と一緒に住むことになり、賃料を抑えてかつ2人で生活できるくらいの家に移ろうということで引っ越した。
- ・ 沖縄には、元交際相手の仕事（フリーランス）が上手くいかなくなり、気分転換に場所を変えたいという意向でついていった。自身も行ったことが無かったため、興味本位でついていった。元交際相手の意向が沖縄でなくともどこでもついていったとは思う。
- ・ 元交際相手と別れた際に沖縄を好きになれずに東京に戻った。最初は池袋に住む予定はなかったが、コロナの緊急事態宣言の時期で不動産の動きが全くなく、まともに住める家が今の池袋の家しかなかった。

【8C 女性】

（移動歴）

栃木県（実家）→栃木県日光市（小学生から）→東京都足立区（専門学校進学）→東京に近い場所（就職）→東京都調布市（結婚）

（主な発言）

- ・ 小学1年生の際に、新築の家引っ越した。高校卒業後、19歳の時に上京し、就職を機に東京に近い場所に引っ越した。結婚を機に調布市に引っ越した。
- ・ 上京した際は、家賃が安かったため足立区のアパートに住んでいた。ウェディングプランナーの学校に進学したが、**栃木県には無かった。**
- ・ **栃木県は田舎だと感じており、離れたかった。**

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細 帰省先・頻度（1 / 4）

- 帰省先・頻度を質問した。
- 被験者全員24名中23名が帰省先があると回答した。帰省先は被験者自身の実家や祖父母の家とする回答が多かった。
- 年に1～3回帰省するという回答が最多で、東京圏に実家がある被験者の帰省頻度が高かった。

	東京圏 出身者	非東京圏 出身者
関心あり・行動あり	<p>【1A 男性】 (帰省先) ・ 群馬県（配偶者の実家） (帰省頻度) ・ 2,3か月に1回程度 (主な発言) ・ 配偶者の実家は群馬にあり、2,3か月に1回帰省する。 ・ 自身の実家は東京で帰省することはない。</p>	<p>【3A 男性】 (帰省先) ・ 福島県いわき市（実家） (帰省頻度) ・ 年1回程度 (主な発言) ・ 実家に年1回、正月のタイミングで帰省している。 ・ 年1回帰省できれば十分。</p>
	<p>【1B 男性】 (帰省先) ・ 神奈川県逗子市（実家、祖父母の家） (帰省頻度) ・ 3か月に1回程度 (主な発言) ・ 帰省先は神奈川県逗子。祖父母の家も逗子にある。 ・ 実家には、3か月に1回帰省している。 ・ 連休の際に帰省している。</p>	<p>【3B 男性】 (帰省先) ・ 熊本県御船町（実家） (帰省頻度) ・ 年2,3回程度 (主な発言) ・ 熊本の実家に年2,3回ほど帰省している。 ・ 1回につき3日程度。</p>
	<p>【1C 男性】 (帰省先) ・ 埼玉県草加市（実家） (帰省頻度) ・ 年1回程度 (主な発言) ・ 実家に年1回程度帰省する。 ・ 東京都羽村市に祖父母の家があり、たまに行っていたが昨年亡くなった。</p>	<p>【3C 男性】 (帰省先) ・ 大阪府豊中市（実家） (帰省頻度) ・ 転職前は月1回程度 ・ 転職後は年1回程度 (主な発言) ・ 転職前は大阪府での仕事が多く、月に1回程度帰省していた。 ・ 転職後は年末に帰省する程度で、お盆に帰省するかわからない。 ・ 大阪府の実家に帰省することが多い。 ・ 親戚は大阪府の実家に来てもらうことが多くなった。</p>

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細 帰省先・頻度 (2 / 4)

	東京圏 出身者	非東京圏 出身者
関心あり・行動あり	<p>【2A 女性】 (帰省先)</p> <ul style="list-style-type: none"> 千葉県大網白里市 (祖父母または親戚の家) 神奈川県茅ヶ崎市 (祖父母または親戚の家) <p>(帰省頻度)</p> <ul style="list-style-type: none"> 2,3か月に1回程度 <p>(主な発言)</p> <ul style="list-style-type: none"> 千葉県大網白里市、神奈川県茅ヶ崎市に2,3か月に1回程度帰省している。 	<p>【4A 女性】 (帰省先)</p> <ul style="list-style-type: none"> 群馬県前橋市 (実家) <p>(帰省頻度)</p> <ul style="list-style-type: none"> 3か月に1回程度 <p>(主な発言)</p> <ul style="list-style-type: none"> 長期休みに群馬県前橋市の実家に、3か月に1回帰省している。
	<p>【2B 女性】 (帰省先)</p> <ul style="list-style-type: none"> 愛知県 (父方の実家) 大阪府 (母方の実家) <p>(帰省頻度)</p> <ul style="list-style-type: none"> 年1回程度 <p>(主な発言)</p> <ul style="list-style-type: none"> 父方の実家である愛知県と母方の実家である大阪府に帰省している。 ここ5年間だと1年に1回程度帰省している。 	<p>【4B 女性】 (帰省先)</p> <ul style="list-style-type: none"> 三重県四日市市 (実家) 三重県 (母方の実家) 岐阜県 (父方の実家) <p>(帰省頻度)</p> <ul style="list-style-type: none"> 年3回程度 (実家) 年1回程度 (母方の実家、父方の実家) <p>(主な発言)</p> <ul style="list-style-type: none"> 実家にはゴールデンウィーク、年末年始、お盆休みなどの長期休みに年3回程度帰省している。 母方の実家、父方の実家には年末年始に年1回程度帰省している。
	<p>【2C 女性】 (帰省先)</p> <ul style="list-style-type: none"> 神奈川県藤沢市 (実家) 神奈川県鎌倉市 (祖父母の家) <p>(帰省頻度)</p> <ul style="list-style-type: none"> 2,3か月に1回程度 (実家) 2年に1回程度 (祖父母の家) <p>(主な発言)</p> <ul style="list-style-type: none"> 実家には2,3か月に1回帰省する。 祖母の家には2年に1回ほど帰省する。 	<p>【4C 女性】 (帰省先)</p> <ul style="list-style-type: none"> 福岡県宗像市 (実家) <p>(帰省頻度)</p> <ul style="list-style-type: none"> 年2回程度 <p>(主な発言)</p> <ul style="list-style-type: none"> 福岡県に年2回ほど帰省している。 横浜市で親戚と集まることもある。 長期休みなどのタイミングで帰省している。

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細 帰省先・頻度 (3 / 4)

	東京圏 出身者	非東京圏 出身者
関心なし	<p>【5A 男性】 (帰省先) ・ 千葉県八千代市 (実家) (帰省頻度) ・ 年2回程度 (主な発言) ・ 基本は大型連休に帰省している。 ・ 実家から「帰ってこられないか」と言われた時に3連休で帰省する。 ・ 年2回程度帰省している。</p> <p>【5B 男性】 (帰省先) ・ 千葉県船橋市 (実家) (帰省頻度) ・ 年に20回程度 (主な発言) ・ 年に20回ほど実家に帰省している。</p> <p>【5C 男性】 (帰省先) ・ 神奈川県横浜市 (実家) ・ 配偶者の実家は現住所の近く (帰省頻度) ・ 年1,2回程 (主な発言) ・ 年1,2回程度、実家近くの繁華街で両親と外食している。</p>	<p>【7A 男性】 (帰省先) ・ 和歌山県和歌山市 (実家) (帰省頻度) ・ 2,3年に1回程度 (主な発言) ・ 実家に2,3年に1回帰省する。</p> <p>【7B 男性】 (帰省先) ・ なし (帰省頻度) ・ なし (主な発言) ・ 実家に帰省する気はない。 ・ 祖父、祖母含め親戚は一切いない。</p> <p>【7C 男性】 (帰省先) ・ 大阪府大阪市 (実家) (帰省頻度) ・ 月に1回程度 (主な発言) ・ 平均すると月1回帰省する。 ・ 50%は身内に会うため、40%は野球や結婚式など関西のコミュニティのプライベートの行事に参加するため、10%は出張のため大阪府に帰っている。</p>

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細 帰省先・頻度 (4 / 4)

	東京圏 出身者	非東京圏 出身者
関心なし	<p>【6A 女性】 (帰省先)</p> <ul style="list-style-type: none"> 東京都町田市 (実家) 静岡県 (祖父母の家) 東京都 (祖父母の家) <p>(帰省頻度)</p> <ul style="list-style-type: none"> 月に1回程度 (実家) 年1,2回程度 (祖父母の家) 半年に1回程度 (祖父母の家) <p>(主な発言)</p> <ul style="list-style-type: none"> 実家には月1回帰省する。 静岡県に住んでいる祖父母の家には年1,2回程度帰省する。 東京都に住んでいる祖父母の家には半年に1回ほど帰省というより遊びに行く。 	<p>【8A 女性】 (帰省先)</p> <ul style="list-style-type: none"> 愛知県一宮市 (実家) <p>(帰省頻度)</p> <ul style="list-style-type: none"> 年1,2回程度 <p>(主な発言)</p> <ul style="list-style-type: none"> 年末年始やお盆のタイミングで実家に年1,2回程度帰省している。 弟の帰省とタイミングが被ることはある。
	<p>【6B 女性】 (帰省先)</p> <ul style="list-style-type: none"> 神奈川県相模原市 (実家) <p>(帰省頻度)</p> <ul style="list-style-type: none"> 年2回程度 <p>(主な発言)</p> <ul style="list-style-type: none"> 半年に1回、神奈川県相模原市に帰省している。 	<p>【8B 女性】 (帰省先)</p> <ul style="list-style-type: none"> 北海道帯広市 (次女の家) <p>(帰省頻度)</p> <ul style="list-style-type: none"> 年2回 (昨年から) <p>(主な発言)</p> <ul style="list-style-type: none"> 縁が切れている家族と切れていない家族があり、私は長女で次女だけは連絡をとっている。 次女が出産するため近々帰省する予定。 定期的に会うほどではないが、昨年は6月と2月の2回帰省した。
	<p>【6C 女性】 (帰省先)</p> <ul style="list-style-type: none"> 埼玉県所沢市 (実家) <p>(帰省頻度)</p> <ul style="list-style-type: none"> 年2回程度 <p>(主な発言)</p> <ul style="list-style-type: none"> 所沢の実家に、お盆と年末年始の時期の年2回程度帰省している。 	<p>【8C 女性】 (帰省先)</p> <ul style="list-style-type: none"> 栃木県日光市 (実家) 配偶者の家は現住所のすぐ近く <p>(帰省頻度)</p> <ul style="list-style-type: none"> 年1回程度 <p>(主な発言)</p> <ul style="list-style-type: none"> 実家に年1回帰省する。 配偶者の親戚の家は現住所と近くで、帰省とは言えない。

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細

現在のライフスタイル：自宅や自宅周辺での日常生活（1 / 5）

- 現在のライフスタイルとして、自宅や自宅周辺での日常生活について質問した。
- 住居は賃借している被験者が多く、自宅周辺では買い物や散歩をして過ごしている被験者が多かった。
- 同居人については、配偶者・交際相手と一緒に住んでいる被験者や、一人暮らししている被験者が多かった。また、親や兄弟・姉妹と一緒に住んでいる被験者やシェアハウスに住んでいる被験者もいた。
- 買い物は仕事帰りに行く場合が多く、料理や掃除などの家事は仕事の前後で行う被験者が多かった。

	東京圏 出身者	非東京圏 出身者
関心あり・行動あり	<p>【1A 男性】 (住まい・生活環境) ・神奈川県住宅街にあるアパート（2SLDK）に住居。 ・在宅勤務が多く、日中は自宅で過ごすことが多い。 ・犬を飼っており、仕事後に散歩する生活。</p> <p>(同居人) ・夫婦で生活しており、家事は大きな偏りなく分担している。 ・料理は主に妻、片付けは本人が担当。 ・掃除・洗濯は夫婦で半々程度。</p> <p>(生活コスト) ・家賃は月約10万円、光熱費は月約1万円程度。</p> <p>(その他) ・車を所有しており、移動は主に車を利用。 ・平日も夜に車で外出することがある。</p> <p>【1B 男性】 (住まい・生活環境) ・1LDKの住居に住んでいる。</p> <p>(同居人) ・一人暮らし。</p> <p>(生活コスト) ・生活費の中では家賃の負担が最も大きい。</p> <p>(その他) ・食事は外食よりも自炊が多い。 ・21時頃に帰宅し、夕食や風呂を済ませて、就寝する生活リズム。</p>	<p>【3A 男性】 (住まい・生活環境) ・スーパーへの買い出しや料理など、自宅中心で生活。</p> <p>(同居人) ・一人暮らし。</p> <p>(生活コスト) ・生活コストは自身で負担している。</p> <p>(その他) ・朝と仕事後にランニングをする習慣がある。</p> <p>【3B 男性】 (住まい・生活環境) ・賃貸マンション（1LDK）に住居。</p> <p>(同居人) ・交際相手と二人で暮らししており、家事は一緒に行うことが多い。 ・食事は半分程度を一緒にとっており、皿洗いは食べ終わったタイミングで対応している。</p> <p>(生活コスト) ・生活コストの中では家賃の負担が最も大きい。</p> <p>(その他) ・18時頃退勤後、食事や資格の勉強をして過ごす。</p>

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細

現在のライフスタイル：自宅や自宅周辺での日常生活（2 / 5）

東京圏 出身者

非東京圏 出身者

関心あり・行動あり

- 【1C 男性】
（住まい・生活環境）
- ・ マンションに住んでいる。
- （同居人）**
- ・ 一人暮らし。
- （生活コスト）**
- ・ 生活コストの中では家賃の負担が最も大きい。
- （その他）**
- ・ 特になし。
- 【2A 女性】
（住まい・生活環境）
- ・ 平日は横浜の勤務先へ通勤している。
- （同居人）**
- ・ 父母と一緒に生活。
- （生活コスト）**
- ・ 特になし。
- （その他）**
- ・ 朝は犬の散歩で近くの公園に行くことが多い。

- 【3C 男性】
（住まい・生活環境）
- ・ 平日は朝に洗濯や準備をして出勤し、18～19時頃まで勤務。
 - ・ 帰宅後はスーパーで買い物をする。
 - ・ 夕食の準備や入浴準備をして過ごし、夜22時頃にリラックスする時間を取る生活。
- （同居人）**
- ・ 交際相手と二人で生活している。
 - ・ 家事は分担しており、平日の洗濯や料理は主に本人、週末は交際相手が多く担当。
 - ・ 交際相手はパソコン関連企業で営業職の正社員として勤務。
- （生活コスト）**
- ・ 家賃補助など、交際相手の福利厚生を活用して生活費を管理。
 - ・ 生活費は交際相手と折半している。
 - ・ 個人の支出は一人暮らしの頃よりやや減少。
- （その他）**
- ・ 外食は少なく、基本的に自宅で食事をとっている。
- 【4A 女性】
（住まい・生活環境）
- ・ 賃貸アパート（1K）に居住。
 - ・ 自宅周辺には公園があり、散歩をして過ごすことがある。
 - ・ 自宅周辺では日用品の買い物などをしながら生活。
- （同居人）**
- ・ 交際相手と二人で生活している。
- （生活コスト）**
- ・ 家賃は約8万円、食費は約4万円。
 - ・ 光熱費や通信費などの固定費は約3万円。
 - ・ 交際費は約1万5,000円程度（結婚式がある場合は約6万円）。
- （その他）**
- ・ 特になし。

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細

現在のライフスタイル：自宅や自宅周辺での日常生活（3 / 5）

東京圏 出身者

非東京圏 出身者

関心あり・行動あり

- 【2B 女性】
（住まい・生活環境）
- ・ 一軒家に居住。
- （同居人）
- ・ 実家で家族（母妹）と一緒に生活。
- （生活コスト）
- ・ 生活コストは家族の中でやりくりしている。
- （その他）
- ・ 自宅周辺で外食をすることはあまりない。
 - ・ 自宅周辺では主に近くのスーパーへ買い物に行く。

- 【2C 女性】
（住まい・生活環境）
- ・ 賃貸アパート（2LDK）に居住。
 - ・ 自宅周辺では主に買い物をする程度。
- （同居人）
- ・ 配偶者と一緒に生活。
 - ・ 夫婦の間では家事は特に分担を決めておらず、双方で対応している。
- （生活コスト）
- ・ 家賃は月14.4万円。
- （その他）
- ・ 平日は出社しており、基本的に家と職場の往復。

- 【4B 女性】
（住まい・生活環境）
- ・ 賃貸マンション（1SLDK、約47㎡）に居住。
 - ・ 家から徒歩20分ほどの安いスーパーで買い貯めをすることがある。
- （同居人）
- ・ 夫と二人で生活している。
 - ・ 平日は本人が家事を多く担当し、休日は夫が補う形で分担。
 - ・ 家事を担当する代わりに、家賃の負担などでバランスを取っている。
- （生活コスト）
- ・ 家賃は月約25万円。
- （その他）
- ・ 金曜日は自宅周辺の飲食店を開拓することがある。

- 【4C 女性】
（住まい・生活環境）
- ・ 出社日は7時30分起床、リモート日は8時30分起床で仕事開始。
- （同居人）
- ・ 配偶者と一緒に生活。
- （生活コスト）
- ・ 福岡と比べて家賃が高いと感じている。
 - ・ 外食も福岡の方が安く、質が高いと感じることが多い。
- （その他）
- ・ 特になし。

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細

現在のライフスタイル：自宅や自宅周辺での日常生活（4 / 5）

東京圏 出身者

非東京圏 出身者

関心なし

【5A 男性】

（住まい・生活環境）

- ・ アパート（1LDK）に居住。
- ・ 平日は仕事に行って帰宅する生活。

（同居人）

- ・ 一人暮らし。

（生活コスト）

- ・ 物価高の影響で、食品や日用品を購入する際に高いと感じている。

（その他）

- ・ 特になし。

【5B 男性】

（住まい・生活環境）

- ・ 千葉県松戸市の4畳半の住居に居住。
- ・ 以前住んでいた千葉県市川市は家賃が高く、生活コストを下げるために引っ越した。

（同居人）

- ・ 一人暮らし。

（生活コスト）

- ・ 家賃は約3万円。
- ・ 生活費の中では食費の負担が大きい。

（その他）

- ・ 特になし。

【5C 男性】

（住まい・生活環境）

- ・ 出社日は19～20時頃帰宅し、帰宅途中にスーパーで買い物することがある。
- ・ 在宅日は基本的に家の中で生活が完結。

（同居人）

- ・ 配偶者と二人で生活している。
- ・ 家事は家にいる方が行い、担当は特に固定していない。
- ・ 配偶者は正社員で、二人とも休日は土日。

（生活コスト）

- ・ 配偶者と暮らし始めて光熱費が上昇したと感じている。
- ・ 食費も負担に感じている。

（その他）

- ・ 外食はほとんどしない。

【7A 男性】

（住まい・生活環境）

- ・ 東京都練馬区の住宅街にある賃貸住宅（1LDK）に居住。
- ・ 自宅は駅から徒歩7分以内で、周辺にスーパーがある環境。

- ・ 平日は買い物程度で自宅中心の生活。

（同居人）

- ・ 配偶者と生活しており、家事はできる方が担当する形で分担。

（生活コスト）

- ・ 家賃は管理費込みで約12万5,000円。
- ・ 光熱費は月約1万円。

（その他）

- ・ 特になし。

【7B 男性】

（住まい・生活環境）

- ・ 住人同士の交流は少なく、それぞれ自由に過ごしている。
- ・ 平日は仕事後にスーパーで買い物をし、自宅で食事。

（同居人）

- ・ シェアハウスに居住。

（生活コスト）

- ・ 光熱費や通信費を含めて月約6万5,000円。
- ・ 生活コストを大きな負担とは感じていない。

（その他）

- ・ 食事はレトルト食品を利用することが多い。

【7C 男性】

（住まい・生活環境）

- ・ 基本的に出勤勤務で、朝8時頃出勤、21時過ぎに帰宅。
- ・ 食事は外食で済ませることが多く、帰宅後は入浴して就寝する生活。

（同居人）

- ・ 一人暮らし。

（生活コスト）

- ・ 関西と比べて電気代が高いと感じている。
- ・ プロパンガスのためガス料金の基本費用も高い。

（その他）

- ・ 特になし。

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細

現在のライフスタイル：自宅や自宅周辺での日常生活（5 / 5）

東京圏 出身者

非東京圏 出身者

関心なし

- 【6A 女性】
（住まい・生活環境）
- 1DKの住居に居住。
 - 仕事帰りに駅周辺のスーパーやドラッグストアで買い物をして帰宅。
- （同居人）**
- 交際相手と一緒に生活。
 - 結婚や子育てに対して特に強いこだわりはない
- （生活コスト）**
- 家賃は約15～16万円。
 - 光熱費は月1万円強。
- （その他）**
- 平日は時間がなく、散歩など外出はあまりしない。

- 【6B 女性】
（住まい・生活環境）
- 1DKのアパートに居住。
 - 勤務前は自宅で休息や食事をしてから出勤する生活（14時始業の場合、11時に起床しリラックス、12時に昼食、12時30分～13時に家を出て、14時～20時に勤務、21時に帰宅し、夕食、趣味、就寝）。
- （同居人）**
- 夫と生活しており、夫はパート勤務、本人は会社員。
 - 家事は主に夫が担当し、料理も夫が作ることが多い。
- （生活コスト）**
- 家賃は安くはないと感じている。
- （その他）**
- 外食は月1回程度と少ない。

- 【6C 女性】
（住まい・生活環境）
- 電車通勤で働いている。
 - 自宅近くにスーパーマーケット（まいばすけっと）があり、日常の買い物に利用。
 - 駅まで徒歩約10分、別のスーパーまでは徒歩約15分。
- （同居人）**
- 一人暮らし。
- （生活コスト）**
- 家賃は約6万円（賃料5万円＋その他費用1万円）。
 - 東京に引っ越した当初は物価が高いと感じ、現在も上昇している印象。
- （その他）**
- 帰宅後は入浴や食事を済ませ、SNSやパズルゲームをして過ごす。
 - 買い物は仕事帰りか休日まとめて行うことが多い。

- 【8A 女性】
（住まい・生活環境）
- 平日は仕事中心の生活。
 - 平日帰宅後に行うルーティンは特にない（ランニングや散歩など）。
- （同居人）**
- 一人暮らし。
- （生活コスト）**
- 生活費は本人で負担している。
 - 生活費の中では食費の負担が大きいと感じている。
- （その他）**
- 平日は基本的に自炊をしている。

- 【8B 女性】
（住まい・生活環境）
- 現在は昼過ぎに起きて朝方に寝る生活リズム。
 - 以前は16時頃から23時頃まで働く生活だった。
- （同居人）**
- 一人暮らし。
- （生活コスト）**
- 生活コストは自身で負担している。
 - 家賃は現在支払える限界に近く、値上げされると負担が大きいと感じている。
 - 長く住めば家賃が下がると思っていたが、むしろ上がる可能性があると言われた。
- （その他）**
- 特になし。

- 【8C 女性】
（住まい・生活環境）
- マンション（2LDK）に居住。
 - 平日は7:30頃に家を出て19時頃帰宅。
 - 帰宅後は食事や入浴を済ませ、SNSなどを見て過ごす。
- （同居人）**
- 配偶者と一緒に住んでいる。
 - 家事は皿洗い以外を本人が担当している。
- （生活コスト）**
- 家賃や光熱費などを含めた生活コストは月約16万円。
- （その他）**
- 買い物は仕事帰りに立ち寄ることが多い。

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細

現在のライフスタイル：仕事や働き方（1 / 5）

- 現在のライフスタイルとして、仕事や働き方を質問した。
- 仕事の職種はデスクワークや、建設業、運輸業、イベント運営など様々な回答があった。
- 勤務時間は日中である被験者がほとんどで、勤務形態は原則入社からリモートワーク中心の被験者まで分かれており、入社した場合の通勤時間は1時間弱の被験者が多かった。

	東京圏 出身者	非東京圏 出身者
関心あり・行動あり	<p>【1A 男性】 (仕事内容) ・ IT系のシステムエンジニア。 (勤務時間) ・ 9:00～19:00頃勤務（休憩1時間）。 (通勤時間・方法) ・ 入社時の通勤時間は約50分。 ・ 自転車、電車、バスを利用して通勤。 (勤務形態) ・ テレワーク可能で、月によるが出勤は週1回程度。 ・ IT系業務でパソコン作業が中心。 (その他) ・ 会議など対面の会話は業務の10～20%程度。 ・ システム障害の対応当番で夜勤が発生することがあり、頻度は月1回程度。</p> <p>【1B 男性】 (仕事内容) ・ 建設業（土木）。 (勤務時間) ・ 現場勤務の場合は7:00～20:00。 ・ 本社勤務の場合は8:30～17:30。 (通勤時間・方法) ・ 現場勤務の場合は徒歩と電車で約1時間。 ・ 本社勤務の場合は電車で約15分。 (勤務形態) ・ 勤務の約9割が現場出勤。 ・ テレワーク不可。 (その他) ・ 現場は工期によって変わり、半年から2～3年程度同じ現場の場合もある。 ・ 現在の現場は駅から離れている場所にある。</p>	<p>【3A 男性】 (仕事内容) ・ 金融系の事務職。 (勤務時間) ・ 特になし。 (通勤時間・方法) ・ 特になし。 (勤務形態) ・ 基本はリモートワークで、月1回程度出勤。 ・ 出張はない。 (その他) ・ 会社の所在地は市ヶ谷。 ・ たまにカフェに行き、そこで仕事をすることがある。</p> <p>【3B 男性】 (仕事内容) ・ 経理関係で事務業務と営業業務の両方を担当。 ・ 営業では顧客先へ訪問して対応する。 (勤務時間) ・ 残業は1日約1時間程度。 (通勤時間・方法) ・ 通勤時間は千代田区までは30分、墨田区まで約40分。 (勤務形態) ・ 週4日出社、週1日リモートワーク可能。 (その他) ・ 特になし。</p>

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細 現在のライフスタイル：仕事や働き方（2 / 5）

	東京圏 出身者	非東京圏 出身者
関心あり・行動あり	<p>【1C 男性】 (仕事内容)</p> <ul style="list-style-type: none"> 事務系のアシスタント業務。 <p>(勤務時間)</p> <ul style="list-style-type: none"> 8:30～19:30頃勤務。 <p>(通勤時間・方法)</p> <ul style="list-style-type: none"> 現在の通勤時間はドアtoドアで約45分（徒歩+電車）。 <p>(勤務形態)</p> <ul style="list-style-type: none"> 出社メイン（基本出社必須）。 （その他） 転職以前のIT企業では通勤約1時間10分、エンタメ事務所では約30分。 以前の職場でも通勤方法は徒歩と電車が中心。 <p>【2A 女性】 (仕事内容)</p> <ul style="list-style-type: none"> 教育系の児童発達支援。 <p>(勤務時間)</p> <ul style="list-style-type: none"> 平日：11:30～20:30。 土日：9:00～18:00（不定休）。 <p>(通勤時間・方法)</p> <ul style="list-style-type: none"> 通勤時間は約30～40分。 <p>(勤務形態)</p> <ul style="list-style-type: none"> 基本は週5日出社。 （その他） 出勤時間が遅いため満員電車は避けられている。 勤務先は基本的に横浜。 	<p>【3C 男性】 (仕事内容)</p> <ul style="list-style-type: none"> 再生可能エネルギーの導入支援、コンサルティング。 <p>(勤務時間)</p> <ul style="list-style-type: none"> 定時は9:00～18:00。 実際は18:00～18:30頃に退勤することが多い。 <p>(通勤時間・方法)</p> <ul style="list-style-type: none"> 特になし。 <p>(勤務形態)</p> <ul style="list-style-type: none"> 出社とリモートワークのいずれも可能で柔軟に対応。 （その他） 転職して日が浅く、出社して業務を学ぶ機会を増やしている。 <p>【4A 女性】 (仕事内容)</p> <ul style="list-style-type: none"> 人材業の営業職。 合同説明会に関する顧客企業との面接調整業務を担当。 <p>(勤務時間)</p> <ul style="list-style-type: none"> 基本は9:00～18:00。 <p>(通勤時間・方法)</p> <ul style="list-style-type: none"> 電車15分+徒歩15～20分で計30～40分。 <p>(勤務形態)</p> <ul style="list-style-type: none"> フレックス勤務。 出社とリモートを併用し、週2～3回テレワーク。 勤務場所が自由でありフルリモートも可能で、出社必須業務はない。 （その他） 特になし。

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細

現在のライフスタイル：仕事や働き方（3 / 5）

	東京圏 出身者	非東京圏 出身者
関心あり・行動あり	<p>【2B 女性】 (仕事内容)</p> <ul style="list-style-type: none"> 情報通信業のWeb系エンジニア。 Webサイトのシステム構築を担当、小学生向けプログラミング講師も担当（講師業務は夏休みや春休みなどの長期休暇期間に実施）。 <p>(勤務時間)</p> <ul style="list-style-type: none"> 主に10:00～19:00頃の時間帯で勤務。 <p>(通勤時間・方法)</p> <ul style="list-style-type: none"> 基本はテレワークで通勤なし。 2週間に1回程度、渋谷のオフィスへ入社。 <p>(勤務形態)</p> <ul style="list-style-type: none"> フルフレックスに近い働き方。 リモートワーク中心。 プログラミング講師の業務は長期休暇期間のみ対面で入社。 <p>(その他)</p> <ul style="list-style-type: none"> 特になし。 	<p>【4B 女性】 (仕事内容)</p> <ul style="list-style-type: none"> 一般職で人事を担当。 デスクワーク中心の業務。 <p>(勤務時間)</p> <ul style="list-style-type: none"> 9:00～18:00（実働8時間）。 基本的には残業はないが、繁忙期は発生することがある。 <p>(通勤時間・方法)</p> <ul style="list-style-type: none"> 徒歩＋電車で約25分。 <p>(勤務形態)</p> <ul style="list-style-type: none"> 基本は入社。 体調不良時などにテレワークを利用。 <p>(その他)</p> <ul style="list-style-type: none"> 会社として出社が推奨されている。 本人も出社の方が集中できると感じている。
	<p>【2C 女性】 (仕事内容)</p> <ul style="list-style-type: none"> 建築業の経営企画。 デスクワーク中心の業務。 <p>(勤務時間)</p> <ul style="list-style-type: none"> 8:00～20:00頃の勤務で、1日約10時間。 <p>(通勤時間・方法)</p> <ul style="list-style-type: none"> 電車で約1時間20分。 <p>(勤務形態)</p> <ul style="list-style-type: none"> 会社規定で週2日までテレワーク可能。 実際に週2日テレワークを実施。 <p>(その他)</p> <ul style="list-style-type: none"> 特になし。 	<p>【4C 女性】 (仕事内容)</p> <ul style="list-style-type: none"> IT系の営業。 <p>(勤務時間)</p> <ul style="list-style-type: none"> 1日8時間勤務。 <p>(通勤時間・方法)</p> <ul style="list-style-type: none"> 電車で約1時間。 <p>(勤務形態)</p> <ul style="list-style-type: none"> 特になし。 <p>(その他)</p> <ul style="list-style-type: none"> 都内在住にもかかわらず通勤に1時間かかる点に不満を感じている。

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細

現在のライフスタイル：仕事や働き方（4 / 5）

東京圏 出身者

非東京圏 出身者

関心なし

【5A 男性】

(仕事内容)

- ・ インフラ設備の維持管理運転。

(勤務時間)

- ・ 8:30～17:30。

(通勤時間・方法)

- ・ 車で約10～20分。

(勤務形態)

- ・ **基本出社**で、テレワーク不可。

(その他)

- ・ 特になし。

【5B 男性】

(仕事内容)

- ・ 休職中（2月転職予定）、復職後は配送の仕事につく予定。
- ・ 飲食店などへの配達業務を担当。
- ・ 休職前の正社員時代はトラックで配送、退職後は業務委託で配達業務。

(勤務時間)

- ・ 正社員時代は朝4時頃から勤務し、昼頃または午後まで勤務。
- ・ 午後にも業務がある場合は夕方まで勤務。

(通勤時間・方法)

- ・ 車通勤で約30分。

(勤務形態)

- ・ 業務委託として配達業務を実施していた。
- ・ 業務の性質上**テレワークはなし**。

(その他)

- ・ ウーバーイーツなどの配達も行っていた。

【5C 男性】

(仕事内容)

- ・ 金融業のデータ分析。

(勤務時間)

- ・ 定時は8:40～17:10。
- ・ 残業は日常的にあり、18時前から20～21時頃までの場合あり。

(通勤時間・方法)

- ・ 電車で約**1時間**。

(勤務形態)

- ・ **週2～3日出社、週2～3日リモートワーク**。
- ・ テレワーク可能で、上長承認があれば任意のタイミングで実施可能。
- ・ フルリモートも可能。

(その他)

- ・ チームによって出社日を設定する場合あり。
- ・ オフィスはエリア指定のフリーアドレス制。

【7A 男性】

(仕事内容)

- ・ 国家公務員の事務職。
- ・ デスクワーク中心。

(勤務時間)

- ・ 9:00～18:00。
- ・ 繁忙期は残業があり、長いときは22～23時まで。

(通勤時間・方法)

- ・ 電車で約**1時間**。

(勤務形態)

- ・ **週1回程度テレワークあり**。

(その他)

- ・ 特になし。

【7B 男性】

(仕事内容)

- ・ IT企業の技術職。
- ・ クライアント先に派遣されて働く業務。

(勤務時間)

- ・ 9:00～17:45（休憩1時間）。
- ・ 残業はほとんどなし。

(通勤時間・方法)

- ・ 徒歩＋電車で約1時間30分。

(勤務形態)

- ・ **ハイブリッド勤務**（週2日リモート可能）。
- ・ リモート日はクライアント都合で決まる場合がある。

(その他)

- ・ 契約終了後は別のクライアント先に派遣される。

【7C 男性】

(仕事内容)

- ・ エネルギー業の企画職。

(勤務時間)

- ・ 残業は月40～50時間程度（現職）。

(通勤時間・方法)

- ・ 8時に出発し18時30分頃帰宅（前職）。

(勤務形態)

- ・ **テレワーク可能でフルリモートも可**。
- ・ コミュニティを築くために出社している。

(その他)

- ・ コミュニティ形成や来客対応のため基本的に毎日出社。
- ・ 現在の会社は勤続3年目。
- ・ 前職は大企業、現職はベンチャー企業。
- ・ 前職は大企業だったので、ビジネスサイドにすぐに異動できなかったことが不満だったが、転職で不満が解消。
- ・ 前職は9:00～17:30（残業ほぼなし）。

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細

現在のライフスタイル：仕事や働き方（5 / 5）

	東京圏 出身者	非東京圏 出身者
関心なし	<p>【6A 女性】 (仕事内容)</p> <ul style="list-style-type: none"> 医療機器卸売業で、バックオフィス業務。 人事労務・総務に近い業務を担当。 <p>(勤務時間)</p> <ul style="list-style-type: none"> 9:00～18:00（1日約8時間）。 <p>(通勤時間・方法)</p> <ul style="list-style-type: none"> 電車でドアtoドア約40分。 <p>(勤務形態)</p> <ul style="list-style-type: none"> ハイブリッド勤務（週3出勤・週2在宅）。 <p>(その他)</p> <ul style="list-style-type: none"> バックオフィス職で在宅勤務ができる点は珍しいと感じている。 在宅日は同部署の担当者として調整して決めている。 テレワーク日に出社することは可能だが、その逆はあまりない。 	<p>【8A 女性】 (仕事内容)</p> <ul style="list-style-type: none"> 通信業の事務。 <p>(勤務時間)</p> <ul style="list-style-type: none"> 9:00～17:30。 繁忙期は1日2時間程度の残業（最大で月40時間程度）。 <p>(通勤時間・方法)</p> <ul style="list-style-type: none"> 電車で約1時間。 <p>(勤務形態)</p> <ul style="list-style-type: none"> 出社とテレワークの両方可能だが、基本は出社している。 <p>(その他)</p> <ul style="list-style-type: none"> 特になし。
	<p>【6B 女性】 (仕事内容)</p> <ul style="list-style-type: none"> メディアの校閲業務。 <p>(勤務時間)</p> <ul style="list-style-type: none"> シフト制（7:00～14:00、10:00～16:00、14:00～20:00、20:00～26:00など）。 休日は4週8日で、希望休の提出が可能。 <p>(通勤時間・方法)</p> <ul style="list-style-type: none"> 深夜シフト終了後は会社負担のタクシーで帰宅（約30分）。 <p>(勤務形態)</p> <ul style="list-style-type: none"> 基本は出社。 新たな取り組みとして月2回在宅勤務を実施中。 <p>(その他)</p> <ul style="list-style-type: none"> 特になし。 	<p>【8B 女性】 (仕事内容)</p> <ul style="list-style-type: none"> 自営業として風俗店関連の業務を行っていたが、昨年度末に廃業。 予約が入ると顧客が滞在するホテルへ出向く形に対応。 <p>(勤務時間)</p> <ul style="list-style-type: none"> 16:00～23:00。 <p>(通勤時間・方法)</p> <ul style="list-style-type: none"> 自宅からホテルまで徒歩約3分。 <p>(勤務形態)</p> <ul style="list-style-type: none"> 自宅待機で予約が入った際に現地へ向かう働き方。 <p>(その他)</p> <ul style="list-style-type: none"> 営業許可取得のための住所登録はあるが、実際に出勤する事務所はなかった。
	<p>【6C 女性】 (仕事内容)</p> <ul style="list-style-type: none"> フリーランスでイベントの司会・MC、イベント運営支援。 イベント会場や施設内での業務に従事。 <p>(勤務時間)</p> <ul style="list-style-type: none"> 特になし。 <p>(通勤時間・方法)</p> <ul style="list-style-type: none"> 特になし。 <p>(勤務形態)</p> <ul style="list-style-type: none"> テレワークはなく、現場勤務。 <p>(その他)</p> <ul style="list-style-type: none"> 主な現場は東京ビッグサイト、国際フォーラム、ホテル宴会場、主要駅、ポップアップストア、パチンコ店など。 基本は東京都内だが、神奈川・埼玉の現場に行くこともある。 案件ごとに条件を見てエントリーする形で仕事を選択。 	<p>【8C 女性】 (仕事内容)</p> <ul style="list-style-type: none"> 事務職で、幅広い業務を担当する役割。 <p>(勤務時間)</p> <ul style="list-style-type: none"> 基本は9:00～18:00。 業務内容により10:00～19:00になる場合がある。 <p>(通勤時間・方法)</p> <ul style="list-style-type: none"> 徒歩＋電車で約1時間。 <p>(勤務形態)</p> <ul style="list-style-type: none"> 出社必須。 <p>(その他)</p> <ul style="list-style-type: none"> 勤務場所は固定。 休日は暦通り。 調布市から都心へ通勤。

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細

現在のライフスタイル：趣味、余暇の過ごし方、交友関係（1 / 5）

- 現在のライフスタイルとして、趣味、余暇の過ごし方、交友関係について質問した。
- 趣味や余暇の過ごし方は被験者によって様々であり、アウトドア関連からインドア関連のものまで幅広い回答があった。
- 交友関係は学生時代の友人や交際相手、オンラインでの友人が挙げられ、自然環境との関わり方は山や海、公園などが挙げられた。

	東京圏 出身者	非東京圏 出身者
関心あり・行動あり	<p>【1A 男性】 (趣味) ・ 動画配信サイト視聴、家庭用ゲーム機でゲーム。 (休日の過ごし方) ・ 車でスーパーやショッピングモールに行き、外食を食べに行く。 ・ ゲームや動画視聴を2～3時間ほど行う。 (交友関係) ・ 中学・高校・大学の友人が中心で、月1～2回ほど会う。 ・ オンラインゲームで交流することもある。 (自然環境との関わり方) ・ 犬の散歩で公園を利用。 ・ 休日は車で回ると30分ほどの大きな公園へ行く。 (その他) ・ 平日は近所で10～15分ほど犬の散歩をしている。</p> <p>【1B 男性】 (趣味) ・ 漫画、ゲーム。 (休日の過ごし方) ・ 休日は自宅で漫画やゲームをして過ごすことが多い。 ・ 平日に溜まった書類整理のため休日出勤することもある。 (交友関係) ・ 高校の友人やオンラインコミュニティで知り合った友人が中心で、年2～3回ほど会う。 (自然環境との関わり方) ・ 特になし。 (その他) ・ 友人と会った際は飲食店で飲食することが多い。</p>	<p>【3A 男性】 (趣味) ・ 季節ごとのアウトドアスポーツ（スノーボード、トレイルランニング、登山、サーフィン、ゴルフ）。 (休日の過ごし方) ・ アウトドアスポーツを楽しむ。 ・ 友人と飲食店で飲食する。 (交友関係) ・ 友人と飲みに行くことが多い（新宿や渋谷、立川などの都市部で会うことが多い）。 (自然環境との関わり方) ・ 海（千葉県、神奈川県）や山（高尾山、長野県、山梨県）へ出かける。 ・ 日帰りや宿泊で自然のある場所へ行く。 (その他) ・ 特になし。</p> <p>【3B 男性】 (趣味) ・ ライブ鑑賞、ランニング。 (休日の過ごし方) ・ 土曜日の朝に高校の同級生とランニング。 ・ 夜は高校・大学の同級生や交際相手と外食することが多い。 (交友関係) ・ 高校や大学の同級生との交流が中心。 ・ 友人の多くが東京都に居住。 (自然環境との関わり方) ・ 紅葉や桜を見るため山へ行くことがある。 ・ ランニングで公園を利用。 (その他) ・ 関東の渓谷など自然の多い場所へ出かけることがある。</p>

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細

現在のライフスタイル：趣味、余暇の過ごし方、交友関係（2 / 5）

	東京圏 出身者	非東京圏 出身者
関心あり・行動あり	<p>【1C 男性】 (趣味) ・ 映画鑑賞、読書。 (休日の過ごし方) ・ 映画館や美術館に行くことが多い。 ・ 外出して過ごすことが多い。 (交友関係) ・ 特になし。 (自然環境との関わり方) ・ 年に2回ほど自然の多い場所へ出かける。 (その他) ・ 交友関係はあるが、自分から積極的に関わっていない。</p> <p>【2A 女性】 (趣味) ・ スポーツ（バドミントン）、テマパークに行くこと。 ・ 外食（おいしい店巡り）、旅行。 (休日の過ごし方) ・ 外食やテマパークに行く。 ・ 旅行に出かけることが多い（静岡県、長野県、福岡県など）。 ・ 渋谷や横浜へ出かけることが多い。 (交友関係) ・ 大学時代のアルバイトの友人や交際相手と過ごすことが多い。 (自然環境との関わり方) ・ 特になし。 (その他) ・ 移動は自家用車が多く、遠方は鉄道（新幹線）を利用。</p>	<p>【3C 男性】 (趣味) ・ 野球観戦。 ・ スポーツ（草野球）。 (休日の過ごし方) ・ 資格試験の勉強。 ・ 草野球チームの練習や試合に参加（月1回程度）。 (交友関係) ・ 高校や大学の友人と交流。 ・ 月1回程度、友人と食事に行く。 (自然環境との関わり方) ・ 特になし。 (その他) ・ 草野球チームの活動場所は東京都23区西部が多い。 ・ 資格勉強は主に自宅で行っている。</p> <p>【4A 女性】 (趣味) ・ クラシックバレエ。 (休日の過ごし方) ・ 自宅周辺を散歩する。 ・ クラシックバレエ教室のレッスンを受ける。 (交友関係) ・ 大学時代の友人が中心、友人は東京都内在住が多い。 (自然環境との関わり方) ・ 公園を訪れることがあり、河川（隅田川）周辺も散歩することがある。 (その他) ・ 休日の一部はカフェや商業施設（ショッピングセンター）で過ごす。</p>

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細

現在のライフスタイル：趣味、余暇の過ごし方、交友関係（3 / 5）

	東京圏 出身者	非東京圏 出身者
関心あり・行動あり	<p>【2B 女性】 (趣味) ・ 旅行（国内・海外）、登山。 (休日の過ごし方) ・ 週末に国内外へ旅行することが多い。 ・ 有給休暇を利用して週末と合わせて旅行することもある。 (交友関係) ・ 旅行は一人で行く場合と交際相手と行く場合が半々程度。 (自然環境との関わり方) ・ 登山を目的に山へ行くことが多く、北関東の山などへ行くことがある。 (その他) ・ 海外旅行は近距離の国（韓国などのアジア圏）へ行くことが多い。 ・ 国内では関東近県へ自家用車で移動することが多い。</p> <p>【2C 女性】 (趣味) ・ 料理（パン作り）。 (休日の過ごし方) ・ 平日用の食事を作り置きする。 ・ 休日は神奈川県内（横浜・みなとみらい）や新宿へ外出し、食事や買い物をする。 (交友関係) ・ 高校時代の友人と月1～2回会う。 (自然環境との関わり方) ・ 現在は特にないが、以前は海外生活中に自然公園（国立公園）へ行く機会があった。 (その他) ・ 仕事の都合で海外（アメリカ）に1年間滞在していた。</p>	<p>【4B 女性】 (趣味) ・ ヨガ、飲食店・宿泊施設の情報検索、飲食店巡り。 (休日の過ごし方) ・ ヨガ教室、飲食店巡り。 ・ 徒歩で飲食店まで出かけることがあり、休日は銀座など自宅から少し離れた場所へ外出。 (交友関係) ・ 大学時代の友人や職場の同期と会う。 ・ 2週間に1回程度、休日に友人と外出。 (自然環境との関わり方) ・ 山（高尾山）に登ることがある。 ・ 旅行先で自然に触れることがある。 (その他) ・ 休日の行動範囲は東京都内が中心。 ・ 平日は退勤後にヨガに通うことがある。</p> <p>【4C 女性】 (趣味) ・ ダンス教室、ヨガ教室、映画鑑賞、プロ野球観戦。 (休日の過ごし方) ・ ダンス教室やヨガ教室に通う。 ・ 映画鑑賞や友人と外出。 (交友関係) ・ 友人や交際相手と過ごすことが多い。 (自然環境との関わり方) ・ 交際相手の趣味でキャンプに行く（数か月に1回）。 ・ キャンプ場など関東圏の自然環境へ行く（館山市、那須高原、軽井沢）。 (その他) ・ キャンプへの移動は自家用車を利用。 ・ 平日にダンスやヨガの教室に通うことがある。</p>

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細

現在のライフスタイル：趣味、余暇の過ごし方、交友関係（4 / 5）

東京圏 出身者

非東京圏 出身者

関心なし

- 【5A 男性】
(趣味)
・ ゲーム。
(休日の過ごし方)
・ 自宅でゲームをして過ごす。
(交友関係)
・ 職場の同僚とゲームをすることがある（週1回程度）が、基本は一人でゲームをすることが多い。
(自然環境との関わり方)
・ 特になし（外出はあまりしない）。
(その他)
・ 特になし。
- 【5B 男性】
(趣味)
・ 自動車の改造（車のパーツ交換や内装カスタマイズ）。
(休日の過ごし方)
・ 車でドライブに出かけることがあり、気分転換に外出することがある。
(交友関係)
・ 特になし。
(自然環境との関わり方)
・ 自然のある地域（奥多摩）へドライブすることがあった。
・ 自然の中で気分転換をしたり、飲食店利用や土産購入をする。
(その他)
・ ガソリン価格の上昇により最近では遠出が減っている。
- 【5C 男性】
(趣味)
・ ポイント活動、家事（掃除や料理）。
(休日の過ごし方)
・ 配偶者と外出することがある、友人と旅行や外出をすることもある。
・ 自宅で掃除や料理など家事をする。
(交友関係)
・ 学生時代の友人や会社の同僚と交流。
・ 東京都・神奈川県在住の友人と会うことが多い。
(自然環境との関わり方)
・ 自然の多い地域（山梨県、長野県）へ車で旅行。
・ 温泉地など自然環境のある場所に行くことが多い。
(その他)
・ 地方の友人に会うため旅行することもある。
・ 海外在住の友人（台湾）と海外旅行することもある。

- 【7A 男性】
(趣味)
・ 音楽鑑賞、カフェ巡り。
(休日の過ごし方)
・ 配偶者とカフェ巡りをする、休日は電車で約20分のカフェに出かける。
(交友関係)
・ 友人とはあまり会わず、主に配偶者と過ごす。
(自然環境との関わり方)
・ 特になし。
(その他)
・ カフェ巡りはSNSで見えて興味を持ったことがきっかけで始めた。
- 【7B 男性】
(趣味)
・ 動画配信サイトで音楽や動画を視聴。
・ 外国人との会話。
(休日の過ごし方)
・ 自宅で動画視聴。
・ 近隣地域（東京都、神奈川県）へ外出することがある。
(交友関係)
・ オンライン上の交流が中心、外国人と会話アプリなどを通じて交流。
(自然環境との関わり方)
・ 特になし。
(その他)
・ 居住している共同住宅（シェアハウス）には外国人も居住。
・ 仕事のない時間はオンライン会話や動画配信サイトを視聴して過ごすことが多い。
- 【7C 男性】
(趣味)
・ スポーツ（草野球）、読書（エネルギー業界に関する学習）。
(休日の過ごし方)
・ 仕事関連の勉強や読書。
・ 外出して勉強した後に一人で飲食店に行くことがある。
(交友関係)
・ 元職場の同僚と草野球チームで交流。
・ 高校時代の友人とも交流。
・ 大型連休に関西地域（大阪府、京都府）で友人と集まる。
(自然環境との関わり方)
・ 特になし。
(その他)
・ 自己研鑽の場所は自宅、図書館、カフェを利用。
・ 友人とは平均して3か月に1回程度会う。

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細

現在のライフスタイル：趣味、余暇の過ごし方、交友関係（5 / 5）

東京圏 出身者

非東京圏 出身者

関心なし

【6A 女性】

（趣味）

- ・ 散歩。

（休日の過ごし方）

- ・ 自宅で過ごすことが多い。
- ・ 気分転換に街中を散歩する（学芸大学、中目黒など）。

（交友関係）

- ・ 交際相手と自宅で過ごすことが多い。
- ・ 友人とは月1～2回程度、仕事終わりに食事をする。

（自然環境との関わり方）

- ・ 特になし。

（その他）

- ・ 音楽を聴きながら散歩することが多い。

【6B 女性】

（趣味）

- ・ ポイント活動。

（休日の過ごし方）

- ・ 自宅で過ごすことが多い。
- ・ ポイント活動、漫画、動画視聴。

（交友関係）

- ・ 大学の友人と年数回会う。
- ・ 会う際はレンタルスペースを利用することが多い。

（自然環境との関わり方）

- ・ 特になし。

（その他）

- ・ 高校の友人とは現在連絡を取っていない。

【6C 女性】

（趣味）

- ・ 特になし。

（休日の過ごし方）

- ・ 買い出しや作り置き料理を作る。
- ・ 洗濯や入浴、SNS閲覧など自宅中心の生活。

（交友関係）

- ・ 友人と会うことはあるが、頻度は少ない。

（自然環境との関わり方）

- ・ 特になし。

（その他）

- ・ 休日は主に月曜日と火曜日。
- ・ 仕事の都合で週6日勤務になることもある。

【8A 女性】

（趣味）

- ・ ダンス。
- ・ 推し活（コンサートやイベント参加）。

（休日の過ごし方）

- ・ ダンススクールに通う。
- ・ コンサートに参加するなどの推し活を行う。

（交友関係）

- ・ 中学校時代の友人と交流。
- ・ 友人とは年に数回会う（東京都または地元で会う）。

（自然環境との関わり方）

- ・ 特になし。

（その他）

- ・ コンサートは主に東京都・神奈川県で開催されるものに参加。

【8B 女性】

（趣味）

- ・ 格闘技（ブラジリアン柔術）、美術館巡り（諸橋近代美術館など）。

（休日の過ごし方）

- ・ 格闘技（ブラジリアン柔術）の練習（週3～7回）、試合にも出場している。
- ・ 美術館巡りや展示鑑賞のため各地へ訪問。

（交友関係）

- ・ 主に格闘技（ブラジリアン柔術）を通じた交流。
- ・ 東京で知り合った友人が1人いる。

（自然環境との関わり方）

- ・ 山間地域（北塩原村）など自然のある場所にある美術館を訪れることがある。

（その他）

- ・ 展示会や美術館の企画展を目的に新幹線で他県へ行くことがある。
- ・ 訪問先は福岡県、大阪府、群馬県、福島県、京都府など。

【8C 女性】

（趣味）

- ・ K-POPライブ鑑賞。
- ・ 韓国ドラマ視聴。

（休日の過ごし方）

- ・ ライブ参加やドラマ視聴。

（交友関係）

- ・ ライブに行く友人とは年1回程度会う。
- ・ 近隣に住む友人とは比較的頻繁に会う。
- ・ 地元（栃木県）の友人とは数年に1回程度会う。

（自然環境との関わり方）

- ・ 特になし。

（その他）

- ・ 上京時に一緒に来た友人や東京都で知り合った友人がいる。

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細 現在のライフスタイルの満足度（1 / 4）

- 現在のライフスタイルに対する考えや評価を明らかにするため、満足している点や不満に感じている点、その理由について質問した。
- 満足に感じている点として、移住関心の有無にかかわらず、自宅から徒歩圏内に様々な施設がある点が多く挙げられた。
- 不満に感じている点として、関心あり・行動ありの被験者から、人の多さや移動時間の長さに対する不満が多く挙げられた。また、非東京圏出身者は、家賃・物価の高さなど金銭的余裕がないとする回答があった。

	東京圏 出身者	非東京圏 出身者
関心あり・行動あり	<p>【1A 男性】 （評価） ・ やや満足している。</p> <p>（満足） 〈自宅や自宅周辺での日常生活〉 ・ 住環境、周辺環境も含めて満足。 ・ 車があるため、駅から徒歩20～30分ぐらいの離れたゆったりとした住宅街に住んでいる。</p> <p>〈趣味、余暇の過ごし方、交友関係〉 ・ ゲームや動画配信サイトを見る趣味は仕事と切り話してストレス発散になっている。</p> <p>（不満） 〈趣味、余暇の過ごし方、交友関係〉 ・ 友人と集まる際は都心になり、片道1時間以上かかる点。</p>	<p>【3A 男性】 （評価） ・ どちらかと言えば高い。</p> <p>（満足） 〈自宅や自宅周辺での日常生活〉 ・ 山にも行きやすく都心に出やすい丁度よい距離感。</p> <p>〈仕事や働き方〉 ・ 仕事リモートワークであり自分の時間が作りやすい。</p> <p>〈趣味、余暇の過ごし方、交友関係〉 ・ 趣味も充実している。</p> <p>（不満） 〈仕事や働き方〉 ・ ずっとリモートワークのため出勤のタイミングがもう少しあってもよい。満員電車は苦手であり望んでいない。</p>
	<p>【1B 男性】 （評価） ・ 全然満足していない。</p> <p>（不満） 〈仕事や働き方〉 ・ 仕事が多忙。</p> <p>〈趣味、余暇の過ごし方、交友関係〉 ・ 自分の好きなことに使う時間を確保できない。</p>	<p>【3B 男性】 （評価） ・ 満足度は高い。</p> <p>（満足） 〈趣味、余暇の過ごし方、交友関係〉 ・ 学生時代の友人も半分は上京しており知り合いも多く、ライブ鑑賞も近くで気軽にいけるため。</p> <p>（不満） 〈自宅や自宅周辺での日常生活〉 ・ 家賃が高い。</p>
	<p>【1C 男性】 （評価） ・ どちらかと言えば満足。</p> <p>（満足） 〈自宅や自宅周辺での日常生活〉 ・ スーパー、映画館など半径1km以内にあり困っていることはない。 ・ マンションの住民が、ルールを守り、分からないことでも自分の非を認め直してくれる比較的いい人であること。</p> <p>（不満） 〈仕事や働き方〉 ・ 電車通勤であり、電車が嫌い。</p>	<p>【3C 男性】 （評価） ・ 昔は少し不満があったが、今はあまり不満を感じていない。</p> <p>（不満） 〈仕事や働き方〉※転職前 ・ 県外出張が多かったため東京に帰ってくる必要性をあまり感じず、またお金がかかった。 ・ 会社の業績を気にし思ったように出張できなかった。 ・ 電車通勤が嫌であり知らない人に体を密着されて人としての尊厳を踏みにじられるように感じた。</p> <p>〈仕事や働き方〉※転職後 ・ 出張の機会が少なく東京にずっといることに少しストレスを感じる。</p>

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細 現在のライフスタイルの満足度（2 / 4）

東京圏 出身者

非東京圏 出身者

関心あり・行動あり

【2A 女性】
（評価）

- ・ やや満足。

（満足）

〈自宅や自宅周辺での日常生活〉

- ・ 何でもあるため困らない。

〈趣味、余暇の過ごし方、交友関係〉

- ・ 好きなことや運動施設に行きやすい。
- ・ 近くに友人や家族がいる点に満足している。

（不満）

〈趣味、余暇の過ごし方、交友関係〉

- ・ 渋谷に行く人が多くて嫌になる。

【2B 女性】

（評価）

- ・ 満足。

（満足）

〈仕事や働き方〉

- ・ 仕事、働き方は何不自由ない。

（不満）

〈自宅や自宅周辺での日常生活〉

- ・ 実家暮らしのため、自立ができない、料理を特に頑張りたい。

【2C 女性】

（評価）

- ・ 普通。

（満足）

〈自宅や自宅周辺での日常生活〉

- ・ 人並みに健康に過ごせている。

（不満）

〈自宅や自宅周辺での日常生活〉

- ・ 妊活をしているが上手くいかない。

〈仕事や働き方〉

- ・ 昨年の夏に帰国し転職したので仕事に慣れていない。

【4A 女性】

（評価）

- ・ どちらかと言えば満足。

（満足）

〈自宅や自宅周辺での日常生活〉

- ・ 家の周辺に買い物ができる場所があり便利。
- ・ 自然と関わる場所もある。

〈趣味、余暇の過ごし方、交友関係〉

- ・ 趣味（クラシックバレエ）も楽しめている。

【4B 女性】

（評価）

- ・ 50点～60点。

（満足）

〈自宅や自宅周辺での日常生活〉

- ・ 探さなくても飲食店がある点。

（不満）

〈自宅や自宅周辺での日常生活〉

- ・ 家賃が高く割に合わない。

【4C 女性】

（評価）

- ・ 概ね満足。

（満足）

〈仕事や働き方〉

- ・ 土日休みで仕事に追われているわけでもなく、足りなくないほどの給料もある。

〈趣味、余暇の過ごし方、交友関係〉

- ・ 趣味もあるため週末やることに困ることもない。

（不満）

〈仕事や働き方〉

- ・ 上には上がいる点。
- ・ 都内在住にもかかわらず通勤に1時間かかる点。

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細 現在のライフスタイルの満足度（3 / 4）

	東京圏 出身者	非東京圏 出身者
関心なし	<p>【5A 男性】 （評価）</p> <ul style="list-style-type: none"> 現状に不満がないため、概ね満足。 <p>（満足）</p> <p>〈自宅や自宅周辺での日常生活〉</p> <ul style="list-style-type: none"> したいこともなく、現状何か変えたいということもない。 <p>〈趣味、余暇の過ごし方、交友関係〉</p> <ul style="list-style-type: none"> 今の職場の交友関係や学生時代の交友関係が続いている。 <p>（不満）</p> <p>〈趣味、余暇の過ごし方、交友関係〉</p> <ul style="list-style-type: none"> 部屋にグッズを飾りたい。 <p>【5B 男性】 （評価）</p> <ul style="list-style-type: none"> 満足。 <p>（満足）</p> <p>〈自宅や自宅周辺での日常生活〉</p> <ul style="list-style-type: none"> 家賃が安い。 管理人常駐であり、何かあった時にすぐ聞ける点。 <p>（不満）</p> <p>〈自宅や自宅周辺での日常生活〉</p> <ul style="list-style-type: none"> 部屋が狭い（4畳半）。 <p>【5C 男性】 （評価）</p> <ul style="list-style-type: none"> 満足している。 <p>（満足）</p> <p>〈自宅や自宅周辺での日常生活〉</p> <ul style="list-style-type: none"> 結婚や家の購入などライフイベントが直近1,2年に詰まっていたが、ようやく落ち着きなんてことない日常生活に満足している。 	<p>【7A 男性】 （評価）</p> <ul style="list-style-type: none"> 概ね満足、70点。 <p>（満足）</p> <p>〈趣味、余暇の過ごし方、交友関係〉</p> <ul style="list-style-type: none"> カフェに行くのが楽しい。 <p>【7B 男性】 （評価）</p> <ul style="list-style-type: none"> 10点中7点。 <p>（満足）</p> <p>〈趣味、余暇の過ごし方、交友関係〉</p> <ul style="list-style-type: none"> 自由であり、外国の方と話す機会も多い。 様々な機会があり便利。 <p>（不満）</p> <p>〈自宅や自宅周辺での日常生活〉</p> <ul style="list-style-type: none"> 新潟県と比べ、家賃等物価が高い。 賑やかで騒がしい。 <p>【7C 男性】 （評価）</p> <ul style="list-style-type: none"> 仕事は80~90点、生活が仕事寄りのためプライベートは60点。 <p>（満足）</p> <p>〈仕事や働き方〉</p> <ul style="list-style-type: none"> 自分のやりたい業界(エネルギー業界で事業主側の視点)で仕事ができおり、裁量を持って働けている。 <p>（不満）</p> <p>〈趣味、余暇の過ごし方、交友関係〉</p> <ul style="list-style-type: none"> 東京では知り合いが少ないためコミュニティを築けず、新しい情報を仕入れられていない点。

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細 現在のライフスタイルの満足度（4 / 4）

東京圏 出身者

非東京圏 出身者

関心なし

【6A 女性】

（評価）

- ・ かなり満足（8割程度）。

（満足）

〈自宅や自宅周辺での日常生活〉

- ・ 落ち着いた街で、治安もよく、駅前にスーパーが多くどこに行くにも近くで便利。

（不満）

〈自宅や自宅周辺での日常生活〉

- ・ 家賃が高い。

【6B 女性】

（評価）

- ・ 10点中8,9点。

（満足）

〈自宅や自宅周辺での日常生活〉

- ・ 駅から自宅が近い。

〈仕事や働き方〉

- ・ やりたい仕事ができている。

（不満）

〈仕事や働き方〉

- ・ 仕事の在宅勤務が少ない。

【6C 女性】

（評価）

- ・ 10段階中7程度は満足。

（満足）

〈自宅や自宅周辺での日常生活〉

- ・ 健康であること。
- ・ 実家を出て気持ちが楽になった。
- ・ 家の近くに何でも揃っている。
- ・ 住まいについても満足。

〈仕事や働き方〉

- ・ やりたい仕事ができている。

（不満）

〈自宅や自宅周辺での日常生活〉

- ・ 将来の不安が大きい、結婚願望はあるが予定がない、生きていく上での選択肢が少ないと感じている。

【8A 女性】

（評価）

- ・ やりたいことはできているが微妙。

（満足）

〈趣味、余暇の過ごし方、交友関係〉

- ・ やりたいこと（ダンス）ができている。

（不満）

〈自宅や自宅周辺での日常生活〉

- ・ アメリカに留学したいが物価が高くなり行けない。

〈仕事や働き方〉

- ・ 現職の給与に満足していない。

【8B 女性】

（評価）

- ・ かなり満足。

（満足）

〈自宅や自宅周辺での日常生活〉

- ・ 人に干渉されず、一人で自由に暮らせている。

【8C 女性】

（評価）

- ・ 満足している。

（満足）

〈自宅や自宅周辺での日常生活〉

- ・ 何も変化がないこと。
- ・ 住宅にも満足。
- ・ 調布市も最初は住みたくなかったが慣れたため、出たくない。

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細 理想のライフスタイルの有無・重視する要素（1 / 6）

- 理想のライフスタイルや重視する要素について質問した。
- 関心あり・行動ありの被験者では、ワークライフバランスに関する回答が多く、リモートワークを理想とする回答が多くあった。
- 移住関心の有無にかかわらず、子育て環境に関する回答があり、自然のある環境での子育てを望む意見が挙げられた。
- 結婚や子育てについては、関心なしの被験者から、「願望がない」「考える余裕がない」といった回答が多くあった。

	東京圏 出身者	非東京圏 出身者
関心あり・行動あり	<p>【1A 男性】 （理想） 理想：有 （重視する要素）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ワークライフバランス（仕事とプライベートの比重が同じ） （主な発言） <ul style="list-style-type: none"> ・〈自宅や自宅周辺での日常生活〉 <ul style="list-style-type: none"> ・賃貸より持ち家が欲しい。賃貸は掛け捨てのようなもので、一軒家だと防犯面が怖いのでマンションに住みたい。 ・子供を持ちたい願望はある、広い家や、子供を考えると学校に近い場所に住みたい。 ・犬を飼っていることもあり、家族の時間をしっかり取りたい。 ・〈仕事や働き方〉 <ul style="list-style-type: none"> ・仕事は融通が聞かため夫婦フルリモートが理想で、仕事内容はシステム開発をしたい。 ・〈趣味、余暇の過ごし方、交友関係〉 <ul style="list-style-type: none"> ・近くにゴルフの打ちっぱなしがあるので行きたい、犬とドッグランに行っているが、開拓していきたい。 <p>【1B 男性】 （理想） 理想：有 （重視する要素）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・趣味（ゲーム、漫画、釣り） （主な発言） <ul style="list-style-type: none"> 〈自宅や自宅周辺での日常生活〉 <ul style="list-style-type: none"> ・結婚、子供を持つ願望はあり、地元（神奈川県逗子市）のような程よい田舎で子育てしたい。 ・一軒家に住みたい。 ・一人暮らしであれば、家賃を安く抑えたい。 〈仕事や働き方〉 <ul style="list-style-type: none"> ・定時に帰宅できる会社で働きたい。 ・フルリモートができる環境が良く、最低限、時々テレワークができる会社が良い。 ・ゲームが好きのため、システム開発などに就職したい。 〈趣味、余暇の過ごし方、交友関係〉 <ul style="list-style-type: none"> ・釣りなどのアウトドアをしたい。 ・現状と同じか、もう少し交友関係が多いのが理想。 	<p>【3A 男性】 （理想） 理想：有 （重視する要素）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ワークライフバランス（時間の余裕） （主な発言） <ul style="list-style-type: none"> 〈自宅や自宅周辺での日常生活〉 <ul style="list-style-type: none"> ・結婚、子供を持つ願望があり、自身の実家及び相手の実家が近いほうが子育てとしては安心、また自然のある場所で子育てしたい。 〈仕事や働き方〉 <ul style="list-style-type: none"> ・フルリモートの仕事が理想。 ・趣味をしながら、海外でも仕事をしながらできるとよい。 〈趣味、余暇の過ごし方、交友関係〉 <ul style="list-style-type: none"> ・海外に行き、各地のトレイルランの大会やマラソン大会を回りたい、各地の山を登りたい。 <p>【3B 男性】 （理想） 理想：有 （重視する要素）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ワークライフバランス（プライベートと仕事の明確な区切り） （主な発言） <ul style="list-style-type: none"> 〈自宅や自宅周辺での日常生活〉 <ul style="list-style-type: none"> ・結婚、子供を持つ願望はあり、住んでいた熊本県も長野県もよいところで、田舎でのびのびと育てたいと思う面と、東京は色々な文化と身近に触れる機会があるため、よいとこ取りができれば一番よい。 ・一軒家に住むのが理想。 ・家賃を下げ、光熱費や食費をもっと安くしたい。 〈仕事や働き方〉 <ul style="list-style-type: none"> ・理想の通勤方法は車通勤で、長野県で働いていた際に車でのプライベートの時間のよさを実感した。 ・働き方も、出社とリモートワークの自由性があるのが理想。 〈趣味、余暇の過ごし方、交友関係〉 <ul style="list-style-type: none"> ・外でお酒を飲むことが好きであり、外で美味しいものを食べる機会をもっと増やしたい。 ・友人に気軽に会える距離が理想的で、趣味を気軽に楽しめる場所も理想。

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細 理想のライフスタイルの有無・重視する要素 (2 / 6)

東京圏 出身者

非東京圏 出身者

関心あり・行動あり

【1C 男性】

(理想)

理想：有

(重視する要素)

- 生活利便性 (周囲へのアクセス環境)

(主な発言)

〈自宅や自宅周辺での日常生活〉

- 畳以外の部屋に住み、書斎を持ちたい。
- 結婚、子供を持つ願望はあるが相手との食い違いが起きそうなので、相手に任せたい気持ちがある。
- なるべく電車を使わない生活が良い。

〈仕事や働き方〉

- 拠点を増やしたい。
- 都心以外でオフィスを借り、リモートワーク可能なインターネット系のビジネスで起業したい。

〈趣味、余暇の過ごし方、交友関係〉

- 交友関係や地域関係も含め、必要であれば行くが、必要以上に絡みたくない。
- 優先したい趣味 (ライブ、美術館巡り) へのアクセスを重視しながら、自然にも年に数回関わることが理想。

【2A 女性】

(理想)

理想：有

(重視する要素)

- 趣味や余暇活動

(主な発言)

〈自宅や自宅周辺での日常生活〉

- 隣の家の人のご近所付き合いで、料理を持って来るなど距離の近さがあることに憧れる。

〈仕事や働き方〉

- 毎日出社のためリモートワークに憧れる。
- 夜に電車に乗る際に、横浜スタジアムが近いので試合観戦の人で混雑しており、もう少し人が少なく静かな方がよい。

〈趣味、余暇の過ごし方、交友関係〉

- 旅行に行き、自然豊かな中で朝きれいな空気を吸うことが日常だったらよい。
- 休日は、自然豊かな場所でキャンプや、人のいないところでのんびりしたい。

【3C 男性】

(理想)

理想：有

(重視する要素)

- 生活利便性 (首都圏以外を希望、田舎すぎず都会過ぎずというバランス重視)

(主な発言)

〈自宅や自宅周辺での日常生活〉

- 田舎過ぎず都会過ぎないバランスの取れた場所で生活したい。
- 子供を持つ願望があり、自身が公立の学校を出ているため、首都圏の受験戦争に懸念がある。

〈仕事や働き方〉

- 昔から農業をやりたいと思っており、他の仕事もしつつ農業をやるのが理想。
- 場所に囚われない仕事を志向している。
- 全国のお客様を相手にして直接お客様に会いに行くことにも対応できる働き方をしたい。
- 通勤方法では電車を使いたくない。

【4A 女性】

(理想)

理想：有

(重視する要素)

- お金 (趣味に使いたいため)

(主な発言)

〈自宅や自宅周辺での日常生活〉

- 二人暮らしで1Kは狭いため、もう一部屋欲しい、理想は1LDKで、一部屋5畳以上の部屋に住みたい。
- 食費はもう少し減らしたい。
- 結婚、子供を持つ願望有り。
- 都会と田舎が調和したまちに住みたい。

〈仕事や働き方〉

- 今後子育てがなければ、コンサルや商社などキャリアアップできる環境でより働きたい。
- 給料がよいところが望ましいが、出産など考えると適度な業務量で在宅フレックスできる今の仕事のままでよい。
- 働き方も現在のフレックスが理想であり、通勤時間は30分が理想。

〈趣味、余暇の過ごし方、交友関係〉

- 理想の休日の過ごし方は、金銭的制約がなければ月に1度県外旅行したいが、現実的には公園でゆっくり時間を過ごしたり、カフェでお茶をしたりしたい。
- 交友関係も現状より増やす必要はなく、月1回程度食事にいければよい。
- 休日はあまり予定を入れず、家でゆっくりと時間を楽しみたい。

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細 理想のライフスタイルの有無・重視する要素 (3 / 6)

東京圏 出身者

非東京圏 出身者

関
心
あ
り
・
行
動
あ
り

【2B 女性】

(理想)

理想：有

(重視する要素)

・ 趣味 (旅行)

(主な発言)

〈自宅や自宅周辺での日常生活〉

- ・ 結婚、子供を持つ願望は無し。
- ・ 来年には一人暮らしか二人暮らしがしたい。
- ・ もう少し大きな部屋で気持ちよくリモートワークをしたい。
- ・ 海外旅行が趣味のため、住む家にはあまりお金をかけたくない。

〈仕事や働き方〉

- ・ もう少し早く働き始め、夜は自分の時間に使いたい。

〈趣味、余暇の過ごし方、交友関係〉

- ・ 自身で草木を育てたり、食べ物を育て料理に使うような生活。

【2C 女性】

(理想)

理想：有

(重視する要素)

・ ワークライフバランス (仕事とプライベートの両立)

(主な発言)

〈自宅や自宅周辺での日常生活〉

- ・ 子供が何人かいて、健康に暮らしたい。
- ・ 厚木市の駅前には繁華街もあり、夜、不安だなど感じることもあるため、治安のよく安心できる場所がよい。
- ・ 今は共働きなため、駅前のマンションの方がよいが、将来的には犬を飼いたいなどもあり一軒家や平屋もよい。
- ・ 子育てについて首都圏では小学校受験など受験戦争が盛んだと思っており、本人がやりたいと言うのであればやらせてあげたいのでチャンスがある環境に身を置きつつも、強制はしたくない。
- ・ 父の影響で幼少期のキャンプなどの楽しい思い出があり、子供にも同じことをしてあげられる環境に住みたい。

〈仕事や働き方〉

- ・ 働き続けたく、在宅勤務可能な環境がよい。

〈趣味、余暇の過ごし方、交友関係〉

- ・ ドライブが好きのため、車が欲しい。
- ・ 友人とは平日にも会えたらよい。

【4B 女性】

(理想)

理想：有

(重視する要素)

・ 趣味 (旅行) や生活利便性 (ご飯、居住環境)

(主な発言)

〈自宅や自宅周辺での日常生活〉

- ・ 子供がいる前提で、時短で16時に退勤し、子供を迎えに行き、残業もせず子供と過ごせる平日が理想。
- ・ もう少し広い部屋に住みたい、地方なら一軒家、マンションなら70平米は欲しい。
- ・ 家賃が低く、外食費が安いことが理想。
- ・ 都内であれば、近くに公園があるマンションがよい。
- ・ 都内では教育熱心の方が多く、小学校受験や中学校受験などの「戦争」に巻き込まれたくなく、自身ものびのびと暮らしたい。

〈仕事や働き方〉

- ・ 通勤方法は徒歩がよく、短ければ短いほどよい。

〈趣味、余暇の過ごし方、交友関係〉

- ・ ピラティスや料理教室にも通いたい。

【4C 女性】

(理想)

理想：有

(重視する要素)

・ 仕事 (仕事が人生の中で一番長い時間占めている要素だと思うため)

(主な発言)

〈自宅や自宅周辺での日常生活〉

- ・ 人と比べたり、上には上がいると思わなくて済む環境での生活をしたい。
- ・ 両親や親戚など頼れる人や駆けつけることができる人が近くにいる環境。

〈仕事や働き方〉

- ・ 社員の仕事に追われるのではなく、福岡に戻りカフェを開業しながら、資産運用をし、ライスワークではなくライフワークをしながら東京の人並みやせわしなさに揉まれずに暮らすことが究極の理想。

〈趣味、余暇の過ごし方、交友関係〉

- ・ 休日はあまり予定を入れず、家でゆっくりと時間を楽しみたい。

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細 理想のライフスタイルの有無・重視する要素（4 / 6）

	東京圏 出身者	非東京圏 出身者
関心なし	<p>【5A 男性】 （理想） 理想：なし （重視する要素） ・ 趣味（ゲーム） （主な発言） 〈自宅や自宅周辺での日常生活〉 ・ 結婚、子供を持つ願望は無いが、もしできればそこに意識は割くと思う。 ・ 今の家が1LDKで一人で生活するには広すぎるため、家賃を抑えてもう少し狭い部屋に住みたい。 〈仕事や働き方〉 ・ 人と関わることを最低限にしたいため、リモートワークで働けるとよい。 ・ 趣味（ゲーム、漫画）にお金が割けて、ある程度の生活が出来る仕事ができればよい。 〈趣味、余暇の過ごし方、交友関係〉 ・ 職場の交友関係、学生からの交友関係が続いているため新しい交友関係は求めているない。</p> <p>【5B 男性】 （理想） 理想：有 （重視する要素） ・ 趣味（車を改造すること） （主な発言） 〈自宅や自宅周辺での日常生活〉 ・ 少し広い家で、コンシェルジュ付きの高い部屋に住みたい。 ・ より自然のあるところに住みたい。 ・ 結婚、子供を持つことは自分のことで精一杯のため今は考えられない。 〈仕事や働き方〉 ・ 固定の時間で勤務したい。 〈趣味、余暇の過ごし方、交友関係〉 ・ 学生時代の友人は生活リズムが合わないため、同じ生活リズムの友人が欲しい。 ・ より趣味である車の手入れなどに充てる時間が欲しい。 ・ 休日にできる趣味が欲しい。</p>	<p>【7A 男性】 （理想） 理想：有 （重視する要素） ・ ワークライフバランス（仕事とプライベートのバランス） （主な発言） 〈自宅や自宅周辺での日常生活〉 ・ 山手線沿線の駅に10, 20分で行けるような都心に近いが近すぎない、セキュリティがしっかりしているところに住みたい。 ・ 金銭面で窮屈しない生活をしたい。 〈仕事や働き方〉 ・ 退職できたら理想で、自由な時間が増えたらよい。 ・ 通勤時間は1時間未満がよく、リモートワークは週に1~2回したい。 〈趣味、余暇の過ごし方、交友関係〉 ・ 旅行やカフェに行く頻度など娯楽に関する生活レベルは上げたい。</p> <p>【7B 男性】 （理想） 理想：なし （重視する要素） ・ 業務で知識を深めることや外国人の方との交流を通じて新しい知見を得ること （主な発言） 〈自宅や自宅周辺での日常生活〉 ・ 現在住んでいる場所が理想に近い、スーパーが近く、好きなモノを買うことができ静かな環境、個人の自由を尊重してくれる場所。 ・ 結婚、子供を持つ願望はない、賃金が上がらないのに物価高で現実的に難しい、経済的に余裕がないと子供に苦しい思いをさせる、金銭的に余裕があっても親にされたことを子供にってしまうかもしれないと考えている。 ・ 現在の家（シェアハウス）が理想、1LDKのアパートや一軒家は管理しづらく、持ち家も高いと感じている。 〈仕事や働き方〉 ・ 仕事も現状のものが理想、出社とリモートのハイブリッドで出社の方がコミュニケーションの問題が起こりにくい。 〈趣味、余暇の過ごし方、交友関係〉 ・ たまに会話をする程度の交友関係が1,2人いればよい。</p>

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細 理想のライフスタイルの有無・重視する要素（5 / 6）

東京圏 出身者

非東京圏 出身者

関心なし

【5C 男性】

（理想）

理想：有

（重視する要素）

- ・ 住居や金銭的及び時間的な余裕

（主な発言）

〈自宅や自宅周辺での日常生活〉

- ・ 子供を持つ願望があり、子供が1,2人いて、家族仲良く休日にでかけるような平凡な家庭を築きたい。
- ・ 子育ては両親に手伝って欲しい。
- ・ 子供ができ、家が手狭になったら住み変えたい。

〈仕事や働き方〉

- ・ 現状困っていないので、現在の仕事が理想。

〈趣味、余暇の過ごし方、交友関係〉

- ・ 休日にできる趣味が欲しい。

【6A 女性】

（理想）

理想：有

（重視する要素）

- ・ 仕事（転職1年未満なため、やる事が多く頑張る時期のため）

（主な発言）

〈自宅や自宅周辺での日常生活〉

- ・ 家賃はもう2,3万円安いとよい。
- ・ 地元（東京都町田市）のような自然に少し触れ合えて、お店もある調和がとれている場所で子育てをしたい。
- ・ 仕事が忙しく難しいがもっと私生活と仕事の両立をしたい。

〈仕事や働き方〉

- ・ 可能であれば週3日リモートワークがしたい。

〈趣味、余暇の過ごし方、交友関係〉

- ・ 料理がもっとしたい、色々な場所に出かけたい。
- ・ インスタグラムで見かける近所の美味しいお店を開拓したい。
- ・ 交友関係は現在の月1回程度ご飯にいけることが理想的。
- ・ 休日に公園でバドミントンなどしたい。

【7C 男性】

（理想）

理想：有

（重視する要素）

- ・ 夢を叶えること（エネルギー業界で事業主側の視点の仕事に就くこと）

（主な発言）

〈自宅や自宅周辺での日常生活〉

- ・ 結婚、子供を持つ願望はある。
- ・ 家事は分担し、子育ては片方が育休を3か月取るのではなく、お互いがテレワークをして子供を見るような形が理想。
- ・ 子育ては都会でもよいが、都会にいと自然には触れられないため、**子供は海や山を見て育つ子供になって欲しい。**
- ・ 太陽光パネルなど、エネルギーを自給自足できる一軒家に住みたい。

〈仕事や働き方〉

- ・ 仕事は**出社もフルリモートも可能な現在のよう勤務形態が理想**で仕事の内容自体も理想。

〈趣味、余暇の過ごし方、交友関係〉

- ・ 仕事が一部趣味になっているが、少しは仕事とプライベートを切り分けられる時間があるのが理想。
- ・ プライベートは友人に会い、美術館に行ったり普段しないことをしたい。
- ・ 休日はDIYなど、自分で1から自分の空間やシステムを組み立ててみたい。

【8A 女性】

（理想）

理想：有

（重視する要素）

- ・ 自分が楽しんで生きていけるかが大事（お金があれば留学ができる）

（主な発言）

〈自宅や自宅周辺での日常生活〉

- ・ 平穏に暮らしたい。
- ・ 駅から近く、スーパーが充実していたり、病院が近くにあればよい。
- ・ 結婚願望はあるが、考える暇がない。
- ・ 将来子供を育てるとしたら、アクセスの利便性が高く、商業施設が揃っているところがよいが、**がやがやしていないところがよい。**

〈仕事や働き方〉

- ・ もっと給料が欲しい。
- ・ 理想は持っていたが、現実を見ると難しい。理想を語っていたら生きていけない。身を削る金銭面の余裕があればいいが、余裕はない。

〈趣味、余暇の過ごし方、交友関係〉

- ・ 本当はアメリカに留学したい、ただ物価も高くなっていて行けない。

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細 理想のライフスタイルの有無・重視する要素（6 / 6）

	東京圏 出身者	非東京圏 出身者
関心なし	<p>【6B 女性】 (理想) 理想：有 (重視する要素) ・ 生活利便性（駅に近い家） (主な発言) 〈自宅や自宅周辺での日常生活〉 ・ 現在の居住地が、駅から近く、周辺にスーパーやコンビニがあり、家の周辺で用事が済むが、大きい駅へのアクセスもよいため理想的。 ・ 1LDKのような広い家に住むのが理想。 ・ 都内での生活はお金がかかるので子供を持つ願望はない、お金の余裕があればよい。 〈仕事や働き方〉 ・ 配偶者との関係は一方が正社員で、一方がパートが理想。 ・ 在宅で仕事ができたら嬉しい。 ・ 固定時間の勤務が理想で、シフト制だと勤務時間が短いので嬉しい、フルリモートが理想だが、通勤するとしても車は使いたくない。 〈趣味、余暇の過ごし方、交友関係〉 ・ 電子ピアノやプールに行くなど趣味をしたい。</p> <p>【6C 女性】 (理想) 理想：有 (重視する要素) ・ 一人でいられる時間 (主な発言) 〈自宅や自宅周辺での日常生活〉 ・ 資産形成のために株をはじめ、年齢を重ねても生活水準を維持したい。 〈仕事や働き方〉 ・ 仕事は続けていきたい、現状の生活を続けたい。 〈趣味、余暇の過ごし方、交友関係〉 ・ 現状が楽だが、スマートフォンに触れている時間を株の勉強に充てたい。</p>	<p>【8B 女性】 (理想) 理想：有 (重視する要素) ・ 自分が納得しないことはやらないこと（納得するかの一つの指標はお金の使い方） (主な発言) 〈自宅や自宅周辺での日常生活〉 ・ 結婚、子供を持つ願望は、結婚したい理由がないため無い。 ・ 家は借りている以上所有物でないためそこにお金を使う納得感はない。 〈仕事や働き方〉 ・ 家の近くでオフィスを借りて、予約が入れば働く形態が理想。 ・ 今後もまた一人で自営業を始め、昔から早起きができないため昼から活動することを許される形態がよい。 〈趣味、余暇の過ごし方、交友関係〉 ・ 現状の美術館巡り、ブラジリアン柔術などの趣味を続けることが理想。</p> <p>【8C 女性】 (理想) 理想：なし (重視する要素) ・ お金（お金がなければ何もできない。） (主な発言) 〈仕事や働き方〉 ・ 朝が弱いので、出勤時間を1時間でも遅らせたい。 ・ 業務内容も慣れて「こんなに楽な会社はない」と感じているため、現職を続けたい。 ・ 勤務時間が長く趣味の時間が短くなっても、見合った給料があればよい。 〈趣味、余暇の過ごし方、交友関係〉 ・ 職場は遠く、電車は混んでおり、テレワークもできる仕事が良いが、現職の会社が「こんなに楽な会社はない」と思えるため現職を続けたい。 ・ 休日はもう少しアクティブに家を出て活動したいが、具体的な何かはない。</p>

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細 地方移住への関心：関心あり・行動あり（1 / 3）

- 関心あり・行動ありの被験者12名に、地方移住への関心がある理由や関心を持ったきっかけについて質問した。
- 出身地にかかわらず、住居費等の生活コストに関する懸念や、人の多さに対する不満が、地方移住を検討するきっかけとして挙げられた。
- 東京圏出身者では、旅行先での経験やメディアからの情報などが、地方移住への関心を持つきっかけとして挙げられた。
- 非東京圏出身者からは、関心を持つきっかけとして、子育てに関する理由が多く挙げられた一方、東京圏出身者からはこうした回答は見られなかった。

	東京圏 出身者	非東京圏 出身者
関心あり・行動あり	<p>【1A 男性】 (理由) ・リモートワークのため、地価上昇が続く都市圏より地方移住の方が生活コストを抑えられると考えている。 (主な発言) ・配偶者が群馬出身で、都心や神奈川、埼玉、千葉でも、地価や物件の値段が上がってきている。仕事もリモート系のため地方に移住しても、むしろ生活のコストは下がると考えている。社会人になってからそう思い始めた。</p> <p>【1B 男性】 (理由) ・東京都に住んでいて人が多すぎると感じたことが大きな要因。 (主な発言) ・東京都に住んで、人が多すぎると感じたことが、大きな要因である。渋谷、新宿、池袋、秋葉原は人が多いと感じる。 ・住んでいる江東区もやや多いと感じる。</p>	<p>【3A 男性】 (理由) ・田舎出身で居心地の良さを感じる。日本各地の魅力を知りたく、住んだからこそわかる地域の良さに興味がある。 (主な発言) ・福島県いわき市の田舎出身で居心地の良さを感じるのが大きくあると思う。日本各地の魅力を知りたいと思うし、住んだからこそわかる地域の良さがあると思い興味がある。 ・地方の方が人とのつながりがより実感できると思う。その点が福島と東京との違いになると思うため、そういった人とのつながりを実感できるのがよいなと思っているのが理由。 ・Uターンもあり得るが、ある程度知っているため、地元でなくてもよいと思っている。 ・もともと知っているところより、他の地域に関心がある。</p> <p>【3B 男性】 (理由) ・今後、子供を持った時に子供のびのびと育つ環境で子育てをしたいため。 (主な発言) ・友人がこれから結婚して子供を持った際に、会う頻度は減ると考えている。子供のことを考えたことが地方移住について考えるきっかけになっている。 ・熊本県もすぐ住みやすいためUターンも関心は高いが、配偶者の実家が東京のため、近辺でいうと長野県の方が熊本県よりも近いと考えている。 ・Uターンであれば、両親に子育てを手伝ってもらえることも選択肢の一つにある。 ・長野県伊那市で住宅営業（前職）で案内していたご家族のお子さんがすぐのびのびと育っているのも見て、地方移住を考える際の上位に来ている。 ・あまり住んだことがないところについては、関心を持つきっかけがなかったため、あまり関心がない。逆に嫌悪感もないため何かきっかけがあれば候補に入ってくると思う。</p>

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細 地方移住への関心：関心あり・行動あり（2 / 3）

	東京圏 出身者	非東京圏 出身者
関心あり・行動あり	<p>【1C 男性】 （理由）</p> <ul style="list-style-type: none"> 旅行をきっかけに興味を持った。 <p>（主な発言）</p> <ul style="list-style-type: none"> 旅行をきっかけに興味湧き、自然もある中で、ある程度都会のような部分もある、そしてアクセスも非常にいい場所があったから、そこに移住を考えてもよい。 	<p>【3C 男性】 （理由）</p> <ul style="list-style-type: none"> 満員電車に乗り、30年40年働いていくことに限界を感じた。 <p>（主な発言）</p> <ul style="list-style-type: none"> 転職後に電車に乗らなくなり、そこまでストレスを感じなくなった。生活費もうまく今は抑えられているため、無理に移住しなくてもよいと感じている。 転職前は、知らない人と体を密着させて人としての尊厳を踏みにじられている、本能的に無理なものを押し殺して30年40年働いていくことに限界を感じた。 Uターンで大阪に帰ると、必然的に仕事場はほとんど大阪市内になるが、結婚もする中で自分も交際相手も東京で仕事をしているため、いきなり一人では考えられなかった。ただ育ってきた家や環境もあるため戻る選択肢としてはなくはない。 別の地域も同様で、将来的には移ってもよいという話はしているが、具体的にいつかは何とも言えない状況。

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細 地方移住への関心：関心あり・行動あり（3 / 3）

東京圏 出身者

非東京圏 出身者

関心あり・行動あり

【2A 女性】

（理由）

- メディアで知ったことをきっかけに動画配信サイトで調べ、リアルな地方暮らしのメリット・デメリットを知った。
- （主な発言）
- **メディアで知ったことをきっかけに動画配信サイトで調べることもあり、リアルな暮らしのメリット・デメリットを知ってより関心が高くなった。**
- **スマートフォンでSNSや動画配信サイトから情報を得ることが多く、過去に調べた履歴からおすすめで出てくるものを見ている。**

【2B 女性】

（理由）

- 住居の費用を抑え、自分のやりたいこと（旅行）をするため。
- （主な発言）
- **関心を持ったきっかけは、テレワークが始まったこと。**
- **自立をしようと考えていた時に、東京に出て住むとなると、とてもお金がいる。住むことにお金をかけていると、自分のやりたいこと（旅行）ができなくなってしまう。できるだけ費用を抑えた上で、住める場所、首都圏以外のことを考え始めた。**

【2C 女性】

（理由）

- 東京都や神奈川県は家賃も高く、人も多いため、将来的にきつく感じそうなため。
- （主な発言）
- **現役の時は仕事のことを考えて会社の近くに住みたいが、東京都や神奈川県は家賃も高く人も多く、将来的にきつく感じそうなので、地方移住に関心がある。**
- **50,60歳ぐらいで地方移住したい。**
- **地方移住の規模感によるが、長野県のような都内から2～3時間ほどで行ける場所であれば、30～40代でもいいなと思っている。**
- **子供が独立立ちをして、セカンドライフとして、本格的に地方移住をしたい。**
- **セカンドライフとしては、北海道や九州を配偶者と話している。**
- **配偶者が北海道出身であり、また、ニュースの特集で車は必要だが、スーパーマーケットや病院があったり、移住者を増やしている内容も見た。北海道沼田町の話は出ていた。**
- **九州は、車があれば様々な場所を回れるし、温泉もあるからよいと配偶者と話していた。福岡や大分などの県単位の話はしたが、市町村までは話していない。**
- **都心に近い郊外のイメージをしており、人が多いのが苦手なため、ごみごみすぎているところがよい。**

【4A 女性】

（理由）

- 結婚をして子供を持ち、家が欲しくなった際に、**地方の方が安く家を買える**と思った。また、**子供にのびのびと過ごしてもらえ**と思った。
- （主な発言）
- 結婚をして子供を持ち、家が欲しくなった際に、**地方の方が安く家を買える**と思った。また、**子供にのびのびと過ごしてもらえ**と思った。
- **6～7年ほど、墨田区に住んでいるが、窮屈に感じている。**
- **電車が1時間に1本しかないような、田舎のところは望んでいない。都会と田舎が調和しているところがよい。群馬県前橋市や京都府の嵐山あたりなど。**
- **他県は県庁所在地に新幹線が通っているなど、交通の便が羨ましい。しかし他県に住み慣れておらず、出身地の方が馴染みはあるので住みやすそうだと感じている。**
- **地元には親戚がいるので、地元に近い地域に住みたい。**

【4B 女性】

（理由）

- **子供のことを考えはじめ、現実を見据えた際、わざわざ東京都にこだわる必要が無いと感じた。**
- （主な発言）
- **社会人1年目の時は考えていなかったが、2年目に、東京都の家賃が上がってきて、かつ東京都への憧れも減ってきた。**
- **子供のことを考えはじめ、現実を見据えた際、わざわざ東京都にこだわる必要が無いと感じた。**地方に暮らしている友人に話を聞き、都内で暮らすよりも、地方で暮らした方がのびのび暮らせると感じた。三重県出身だったこともあり、のびのび暮らせると実際に思った。
- **ECサイトの普及で、地方に暮らしていても、高校生の時に買えなかったものが簡単に手に入るようになった。また、自分が「今の子」ではなくなってきたため、トレンドを追いかける必要がなくなり、東京都への憧れは減った。**
- **都内だと校庭が狭く、のびのび子供が育てられなさそうと感じている。家が狭くなるので窮屈な思いをさせてしまうと感じている。**
- **都内では教育熱心の方が多く、小学校受験や中学校受験などの「戦争」に巻き込まれたくなく、私ものびのびと暮らしたい。**
- **友人からは家賃や、家を建てるかなど話を聞き、地方なら家を建てられるのかと感じた。**
- **実家があるので三重県もよいとは思いますが、滋賀県などがよい。京都府が好きで、配偶者が大学時代に京都府にいたこともあり、京都府に近い滋賀県がよいなと思っている。**

【4C 女性】

（理由）

- **コロナ禍でリモートワークになり、しばらく実家に帰り、土日に運転の練習で両親とドライブに行くなどスロークライフの週末を過ごして、忙しい日々よりもよいと思い始めた。**
- （主な発言）
- **関心を持ち始めたきっかけはコロナ禍。**
- **コロナ禍でリモートワークになって遊ぶこともないという理由で、しばらく実家に帰っていたこともあり、土日に運転の練習で両親とドライブに行くなどスロークライフの週末を過ごし、忙しい日々よりもよいと思い始めた。大学生の時は忙しい日々が楽しかったが、東京は住むところというよりも長い目で見て遊びに来るところ、刺激を得に来るところと思い始めたため、もう少し人生のフェーズが落ち着いたらかもしれないが、落ち着いた生活をするには福岡だと思っている。**
- **福岡以外の地方への関心はあまりない。**

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細 地方移住への関心：関心なし（1 / 2）

- 関心なしの被験者12名に地方移住への関心がない理由について質問した。
- 出身地にかかわらず、希望する仕事や余暇の活動等が東京圏でしかできないといった社会構造的要因や、様々な施設へのアクセスの良さや移動の利便性などが挙げられた。
- 東京圏出身者からは、実家から離れた地方に移住する理由がないとの意見が挙げられた。
- 非東京圏出身者からは、地方で暮らしていた実体験に基づき、地域コミュニティに関する回答があった。

東京圏 出身者

非東京圏 出身者

関心なし

【5A 男性】

(理由)

- ・そもそも興味がないため。

(主な発言)

- ・地方移住への関心が無いのはそもそも興味がないため。
- ・職場への距離と、生活する上で必要なお店がある程度揃っているところであればどこでもよい。
- ・その場所での人柄もあると思うが、辞令があればどこでも行くと思う。東京圏など含め、住む場所には関心は無く、住めればよい。

【5B 男性】

(理由)

- ・なるべく実家からあまり離れすぎないところに住みたい。

(主な発言)

- ・なるべく実家からあまり離れすぎないところに住みたいと思っている。
- ・大阪や名古屋などの大きな都市は、関心はあるが、地域の特性がわからないため、少し不安。

【5C 男性】

(理由)

- ・首都圏の出身で、配偶者の実家も首都圏にあるため、地方に移住する理由がない。

(主な発言)

- ・首都圏の出身で、配偶者の実家も首都圏にあるため、わざわざ地方に移住する理由がない。
- ・友人がいるわけでもない、車の運転もできるが好きではない。大阪や神戸、福岡は地方の中だったら行ってもよいが、東京の方が食べ物もおいしいし、電車も多いし暮らしやすいと思っている。
- ・**東京都の利便性を捨ててまで地方に移住するメリットを感じられない。**

【7A 男性】

(理由)

- ・**国家公務員として中央省庁に勤めたいが東京都にしかない、都心の方が利便性が優れているため。**

(主な発言)

- ・国家公務員で中央省庁に勤めたいと考えた。**中央省庁は東京都にしかないため、東京都に来るしかないし、地方移住も選択肢にない。**
- ・仮に仕事は何でもよかったとしても、**都心の方が便利のため**Uターンに関心はない。
- ・地元は県庁所在地であったが、人口減少社会を背景に、消滅可能性があると考えている。短期的な視点であればよいが、60年後、高齢になってその土地にずっと住むとなると、人口が今より減少し産業も減るので、リスクが高まっていると思う。
- ・利便性の理由から、福岡や大阪であれば関心を持つこともあり得る。

【7B 男性】

(理由)

- ・地域コミュニティから出ることを妨げる性質があると感じているため。

(主な発言)

- ・就職活動の際に、両親の承諾について聞かれることが多く、個人の自由を認められない環境だった。噂も直ぐに広まる。**地域コミュニティから逃げることを封じ込めようとする性質がある**と感じており、地方には関心を持たなかった。
- ・九州や関西は、比較的発展している都市で外国人の方も多く、個人の自由を認めてくれる雰囲気があると思うが、興味関心は地域による。
- ・東北地方は「村落文化」が強いと感じている。

【7C 男性】

(理由)

- ・**エネルギー分野の事業者側の仕事をするのが主な軸であり、東京都にしかない。**

(主な発言)

- ・やりたいことをやるのが主な軸のため、エリアにこだわりがない。
- ・**東京都以外では、地元でもその他の地域でもやりたい仕事がない。**
- ・住む場所はやりたい仕事を軸に決めている。

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細 地方移住への関心：関心なし（2 / 2）

東京圏 出身者

【6A 女性】

(理由)

- ・ 地方だと東京に勝つ地域はあまりないと思っているため、地方に住む理由があまり思いつかない。

(主な発言)

- ・ 東京に住むと本当に何でもあり買いたいと思ったものをすぐ買いに行けるので便利。知らないだけかもしれないが、地方だと東京に勝つ地域はあまりないと思っているため地方に住む理由があまり思いつかない。
- ・ 祖母の家が静岡にあり、水がきれい、空気がきれいだよと思うが、駅前に人があまりいない、栄えていないため遊びに行くのはよいが、住むのは現実的ではないと思ってしまう。
- ・ スーパーが駅前にあっても住みたいかと言われるとそうは思わないため、生活ではなくSNSで見えるようなおしゃれなご飯屋やカフェのような娯楽の刺激がないから魅力に感じないのかもしれない。

【6B 女性】

(理由)

- ・ 希望する職種の仕事（メディア関係）がなく、三大都市圏以外では車が必要なため。

(主な発言)

- ・ 三大都市圏以外では車が必要。歳を重ねると車も運転できなくなるため、「どうしよう」と感じる。私の中では車は危ないものだと感じている。
- ・ 希望している職種（メディア関係）はほとんど東京都にあり、探せば地方にもあるかもしれないが、安定した会社ではないのではと考えている。
- ・ 希望する職種があれば、仙台市に住んでもよかったが、振り返ると住んでいた地域は坂が多く自転車での移動が大変であった。
- ・ 三大都市圏であれば、選択肢としてはゼロではない。しかし、今まで関わりが無かったのでイメージが湧かない。

【6C 女性】

(理由)

- ・ 利便性の問題であり、地方に移動すると仕事を続けることが難しい。

(主な発言)

- ・ 利便性の問題。今の生活を続けたいと考えているが、地方に移住すると仕事を続けることが難しい。
- ・ 出生地である熊本県に帰省した際、タクシーが主な移動手段で不便だと感じた。
- ・ 出張で群馬県に行くと、タクシーやバスも無く、コンビニやスーパーマーケットも少なく、都会ではない暮らしに抵抗を感じた。

非東京圏 出身者

【8A 女性】

(理由)

- ・ ダンスを学びたい人が東京におり、東京以外では実現できない。

(主な発言)

- ・ 今の生活に慣れた。
- ・ 地元に戻ってもダンスをできる環境が無いため、Uターンに関心がない。Iターンも同様。
- ・ ダンスを学びたい人が東京にいる。人も環境も整っている。

【8B 女性】

(理由)

- ・ 地元と沖縄県の地方での暮らしを2回経験し、合わないと感じた。

(主な発言)

- ・ 地元が嫌で出てきたことや沖縄の生活の合わなさがあり、2つの県が特殊だったのかもしれないが、2回経験して合わないならそういうものなのだと思う。
- ・ 地元の過干渉なところ、自分たちのコミュニティの人の会話しかなく、自分の話を他人にされるのが苦痛だった。
- ・ 沖縄では、タクシーに乗ると運転手が一生話していることがきつかった。そういった小さいことの積み重ねがストレスだと思った。
- ・ この地方に行っても何かしらの性に合わない、自分が受け入れられないところがあるのではないかと感じている。
- ・ 東京都はみんなほったらかしてくれて、好き勝手やっても問題ない感覚。

【8C 女性】

(理由)

- ・ 基本的に東京都から出たくないため、地方移住に関心がない。

(主な発言)

- ・ 基本的に東京都から出たくないため地方移住に興味がない。
- ・ 東京都は誰も人に関心がないため、楽。田舎に行くと、人に関心を持つ人が多く、うわさが広まってしまい、生きづらい。地元がそうだった。情報が広まっているし、外に出ると誰かいる。
- ・ 生活環境が整っている地方でも、今ほど自分の実家と配偶者の実家に帰省できなくなる。友人や兄弟も近隣に住んでいるため、すぐ会えなくなってしまう。今から友人を作るのも難しいのかなと感じているため、関心はない。配偶者の転勤があれば1ターンも仕方ない。

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細 地方移住に関する行動 (1 / 2)

- 関心あり・行動ありの被験者12名に、行動の内容と行動に至ったきっかけについて質問した。
- 情報収集については、インターネットを活用して行っていたほか、知人からの助言、現地への訪問、動画配信サイト、行政のサイト・窓口を利用するといった回答があった。
- ふるさと納税先の自治体から滞在を促す郵便物が届いたことをきっかけに、情報収集に至ったとの回答があった。
- 情報収集以外の行動として、配偶者・両親・パートナーに相談した、移住に向けた資金を集め始めた、すでに移住を決めたといった回答もあった。

	東京圏 出身者	非東京圏 出身者
関心あり・行動あり	<p>【1A 男性】 (内容)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 住宅展示場を訪問した。 ・ 不動産情報サイトで家賃相場を確認した。 <p>(主な発言)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 展示場に行ってその人と話してどの土地が安いか確認した。 ・ 不動産情報サイトで今出ている物件やマンション含めてどういう相場なのかを確認した。 	<p>【3A 男性】 (内容)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 行政の移住情報サイトで島の情報を調べた。 ・ 地域おこし協力隊の求人情報で情報収集を行った。 ・ 動画配信サイトで移住した人の動画を視聴した。 <p>(主な発言)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 行政の移住サイトと地域おこし協力隊の求人情報の2つを情報収集で使っている。 ・ 行政の移住情報サイトで住宅情報も見ている。 ・ 動画配信サイトで移住した人の動画を視聴している。
	<p>【1B 男性】 (内容)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 住宅・転職情報をインターネットでおおまかに調べた。 <p>(主な発言)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ インターネットで転職情報サービスを使い大まかに調べた。 ・ 「地域名 居住」で検索した。 	<p>【3B 男性】 (内容)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ パートナーや両親に相談した。 ・ 移住に向けた資金を確保するために普通の貯金とは別に金銭的に余裕がある場合に貯金する口座を設けた。 <p>(主な発言)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 墨田区に引っ越しをしたところで、交際相手と熊本県の実家に、ずっといるかはわからないから熊本県に帰るのも、長野県にしても、いつかは動けるように考えているという話をした。 ・ (貯金について) 普通に貯めているのとは別に、少し余裕ができれば入金する個人口座を設けた。
	<p>【1C 男性】 (内容)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ インターネットでマンションの情報を調べた。 <p>(主な発言)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ ネット検索で「地域名 賃貸一覧」で調べた。 	<p>【3C 男性】 (内容)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ イベントに参加し行政窓口で話を聞いた。 ・ 配偶者と両親に相談した。 <p>(主な発言)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 島の方と知り合う機会があり、色々とお話を聞く中で行政のイベントに参加し窓口で話を聞いた。 ・ 将来的な話を両親や妻にもしている。

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細 地方移住に関する行動 (2 / 2)

東京圏 出身者

非東京圏 出身者

関
心
あ
り
・
行
動
あ
り

【2A 女性】

(内容)

- ・ 地方暮らしのサイトで地方暮らしを体験している人の居住情報を調べた。
- ・ 人気な移住先ランキングに掲載されている都市の名称・住宅・値段を確認した。
- ・ ふるさと納税の商品を買った地域から届いた「滞在しませんか」という内容の郵便物で住宅情報を調べた。

(主な発言)

- ・ **地方暮らしのサイト**の地方暮らしを体験している人の居住情報や、人気な移住先ランキングに載っている都市の名前と住宅、値段を調べた。
- ・ **ふるさと納税**で商品を買った地域から「滞在してみませんか」という郵便が届いて住宅情報を見ていた。

【2B 女性】

(内容)

- ・ 住居を購入した（父と二人暮らしする予定）。

(主な発言)

- ・ 家を購入するということで、父と暮らそうと思っている。
- ・ 家族の金銭的な協力も得て、戸建てを持つ予定で。契約手続きの最中である。

【2C 女性】

(内容)

- ・ インターネットで平屋や戸建ての情報を調べた。
- ・ 動画配信サイトで地方に家を建てた人の動画を視聴した。

(主な発言)

- ・ 「長野 戸建て」「長野 平屋」「福岡 戸建て」などで**検索した**。
- ・ **動画配信サイト**で家を建てた人のチャンネルを見ていた。

【4A 女性】

(内容)

- ・ 移住先を決めた（群馬県高崎市もしくは群馬県前橋市）。

(主な発言)

- ・ 前橋市や高崎市あたりに移住しようとしている。

【4B 女性】

(内容)

- ・ 不動産情報サイトで家賃と住宅情報を調べた。
- ・ 子育て支援について調べた。

(主な発言)

- ・ **不動産情報サイト**などで、どれくらいの家賃でどのくらいの場所に住めるか調べている。
- ・ **子供が生まれた際の手当**も見ている。

【4C 女性】

(内容)

- ・ 転職支援サイトで、地方からフルリモートで勤務可能な会社や福岡市の雇用を調べた。
- ・ 東京に本社がある会社にフルリモートの前提で転職をして地方移住している友人に話を聞いた。

(主な発言)

- ・ 地方からフルリモートで働くことが許可される会社や福岡の雇用を調べた。
- ・ **転職支援サイト**で希望の就職先を選ぶときに福岡を入れる。
- ・ 東京に本社がある会社にフルリモートの前提で転職をして地方移住している友人に話を聞いた。

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細 地方移住の阻害要因（1 / 5）

- 地方移住への関心の背景を明らかにするため、地方移住への関心を阻害する要因について質問した。
- 移住関心の有無や出身地にかかわらず、仕事における調整が必要となることや、交友関係が疎遠になることを阻害要因とする回答があった。
- 東京圏出身者からは、情報収集が困難であることや、移住にかかる費用の負担を懸念する回答があった。
- 非東京圏出身の関心あり・行動ありの被験者からは、パートナー・配偶者の同意を得られるかどうかことが重要であるとする回答があった。
- 非東京圏出身の一部被験者からは、地元に対するネガティブなイメージを阻害要因とする回答もあった。

	東京圏 出身者	非東京圏 出身者
関心あり・行動あり	<p>【1A 男性】 （阻害要因）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 仕事（現職における調整または転職の必要がある） ・ 交友関係（友人が都心に集中しているため関係が希薄になる） ・ 情報収集（都心と比べると住宅にアクセスできる媒体が少ない） <p>（主な発言）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 今調べているが仕事がフルリモートの部署など上司と掛け合わないと実現が難しい、無理であれば仕事を変えないといけないので仕事面が一番大きい。 ・ 地方移住は30歳前半ぐらいを考えており、社会人4年目なので、フルリモートに振り切れるのも、転職する場合も、ある程度のスキルがないとまだ難しいと感じている。 ・ 友達が都心に集中しているので関わりも薄くなってしまう。 ・ 住宅について地方なので、都心と比べるとアクセスできる媒体が少ないと感じている。 <p>【1B 男性】 （阻害要因）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 利便性（やりたいことがあっても2駅先に行かないといけない）など心配 <p>（主な発言）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 東京都にはお店など何でも揃っており、そこに依存している。 ・ 地方に移住した際に、「〇〇がしたいけれども、2駅先に行かないといけない」など心配に感じている。 ・ 実家より更に不便になるのではと感じている。 	<p>【3A 男性】 （阻害要因）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 仕事（今の仕事を続けられるかどうか分からない、収入の減少） ・ 交友関係（東京に友人が多いので楽しみが減ってしまう） <p>（主な発言）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 収入の問題で今の仕事を続けられるかどうか不安に感じている。 ・ 東京に友人が多いので会えなくなることで楽しみが減ってしまうことに不安に感じている。 ・ 移住先の新しいコミュニティと触れ合いたい。 <p>【3B 男性】 （阻害要因）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 生活利便性（冬が寒い） ・ パートナー・配偶者からの同意（パートナーの同意が得られるかどうか） ・ 仕事（同じ業種、職種で仕事を変えるよりもハードルが高い） ・ 交友関係（交友関係が東京に多い） <p>（主な発言）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ パートナーの同意が得られるかが一番大きい。 ・ 住宅は東京に比べて安いので、不安に感じていない。 ・ 長野県は冬が寒いので環境はネックを感じる。 ・ 今の仕事が東京に偏っているので、地方移住をする場合、スキルを活かして別の仕事をすることになる。 ・ 転職については、同じ業種、職種で仕事を変えるよりかはハードルが高い。 ・ 交友関係は東京に多く、長野県にいたときにあまり会えなかったのはネックに感じている。

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細 地方移住の阻害要因（2 / 5）

	東京圏 出身者	非東京圏 出身者
<p style="writing-mode: vertical-rl; text-orientation: upright;">関心あり・行動あり</p>	<p>【1C 男性】 （阻害要因）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 利便性（治安がよいか分からない） ・ その他（東京と比べて1年経ったら飽きてしまうのではないか） <p>（主な発言）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 都心、東京と比べてしまう。 ・ 移住したところで1年経ったら飽きてしまう。 ・ 治安の良さはある程度考える。 ・ アクセスについては阻害要因に感じない。 ・ 移住する場合、転職することを想定している。 ・ 馴れ馴れしい人はいないと思う。 	<p>【3C 男性】 （阻害要因）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 生活利便性（住居をどう決めていくか） ・ パートナー・配偶者からの同意（タイミングよく二人で行けるわけではない、子育ての時期と被ることへの不安） ・ 仕事（給与水準が違う） <p>（主な発言）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ タイミングよく二人で行けるわけではないとなると単身で行くタイミングが出てくる。 ・ 子育ての時期と被ったらどうしよう。 ・ 住居をどう決めていくかも考えないといけない。 ・ そこでやっていけなくなり離れることになったとしても土地を買って手放せない状態にはなりたくない。 ・ 一生過ごせる場所が決まるのが理想だが、もしそうならない場合でも動けるようにはしておきたい。 ・ 現地の会社で働きたいとは言っても給与水準が違う。

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細 地方移住の阻害要因（3 / 5）

東京圏 出身者

非東京圏 出身者

関心あり・行動あり

- 【2A 女性】
（阻害要因）
- 費用面（地方移住の実現には、費用も手間もかかる）
- （主な発言）
- 実家で暮らしているためお金も貯まるが、**地方移住するとなると費用も手間もかかる**ことから、調べてはいるけど一歩踏み出すには早いと感じている。
 - 現実的に20代後半～30代に移住したい。
- 【2B 女性】
（阻害要因）
- 生活利便性（地方の利便性を自分が許容できるか、後々自分の車も購入検討しないといけない）
- （主な発言）
- 自分の住んでいる和光市はスーパーもコンビニもすぐ近くにあるので、その**利便性ということを自分が許容できるか**ということが気になる。
 - 自分は車を運転できるのでそこまで不安ではなかったが、車社会になると思うので、後々**自分の車も購入検討しないといけないとハードルに感じた**。
 - 仕事はそこまで不安に感じていない。
 - 小山は通勤時間は長くなるが、新幹線が通っていて利便性があるので不安はない。
 - 会社も地方移住を容認してもらっている。
 - 月数回程度の出社であり、新幹線の補助も問題なく支給されている。
 - 気軽に会いづらくなってしまうというはあるので、少し不安感・悲しさはあるが、地元にいる友人は車を持っている子も多く、小山も1時間半くらい走らせればすぐ着場所であり、そこまで会う回数は減らない。
- 【2C 女性】
（阻害要因）
- 仕事（現職がフルリモートではないこと）
- （主な発言）
- 日常生活の利便性で懸念点は仕事以外ない。
 - 現職がフルリモートでないことが阻害要因**。
 - 住んだことも行ったことも無いので人間関係はわからない。

- 【4A 女性】
（阻害要因）
- 生活利便性（東京都はオシャレなお店が多い、駅やアクセスを重視すると家賃が高くなる）
 - 仕事（出社の頻度が減ってしまうこと）
 - 交友関係（首都圏に住む友人が多い）
- （主な発言）
- 東京都はオシャレなお店が多くあるが、そのようなまちから離れてしまうのは残念だと感じている。
 - 駅やアクセスを重視すると家賃が高くなってしま**うので、どこで折り合いをつけるか決めることが難しかった。
 - フルリモートが可能だが、自宅だと集中が持たないため、**出社の頻度が減ってしまうことが懸念点**。
 - 交友関係にハードルを感じる。
- 【4B 女性】
（阻害要因）
- 交友関係（東京都に友人が多く離れてしまう）
 - 仕事（移住を希望する地方の近くで転職先が見つからない場合、移動距離の観点から職業選択の幅が狭まる）
- （主な発言）
- 住宅は車があるのでそこまで懸念点はない。
 - 似た業種であれば探すことに困ることはあまりないと思う。
 - 収入が下がっても、生活コストは半分になるので、問題ない。
 - 京都府で転職先があればいいが、大阪府となると、滋賀県から遠いので、幅が狭まるというのが懸念点**。
 - 東京都に友人が多く、友人から離れてしまう**。
 - 滋賀県に友人もいないので懸念している**。
- 【4C 女性】
（阻害要因）
- パートナー・配偶者からの同意（婚約者の仕事の区切り）
- （主な発言）
- 今の会社の福岡拠点に異動するか、転職するかが考えられる。
 - 婚約者は不動産関係の仕事をやっている、リモートができないため、仕事を変える、転職をするなど、そのタイミングがボトルネックになっている**。
 - 東京でも友人と会う機会は減ってきていて、ダンスやヨガ、スポーツ観戦など一人で楽しめる趣味が多いのであまり気にしていない。
 - 福岡県の親戚からは性別による固定観念を感じるが、他所は他所なので、関係ない。

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細 地方移住の阻害要因（4 / 5）

東京圏 出身者

非東京圏 出身者

関心なし

【5A 男性】

（阻害要因）

- 交友関係（地方によってはもともと住んでいる人からの疎外感がある）

（主な発言）

- 地方によっては雪が降る、台風が来るなどの気候を気にしている。
- 地方によってはもともと住んでいる人からの疎外感があると思う。
- 地方は人と関わりあってこそという気がしていて、**近所付き合いや助け合いなどすでに構築されているところに入り込んでいく自信がない。**

【5B 男性】

（阻害要因）

- 生活利便性（家賃が高くなる）

（主な発言）

- 家賃が高くなるのが心配。**
- 実家からあまり離れすぎないところに住みたい。

【5C 男性】

（阻害要因）

- 交友関係（首都圏にいる友人と会うためのコストや会う場所を考えるのに労力がかかる）

（主な発言）

- 首都圏にいる友人と上手く付き合えており、**地方だと、会うためのコストや会う場所を考えるのに労力がかかる**と思う。

【7A 男性】

（阻害要因）

- 生活利便性（生活インフラ、公共交通機関、スーパーマーケットの利便性が悪い）
- 仕事（産業が少ない、PCすらない場所もある、女性が昇給・昇任しづらい）
- コミュニティ（田舎だと女性が苦勞する）

（主な発言）

- 生活インフラ、公共交通機関、スーパーマーケットの利便性に不安**を感じている。
- 田舎になると産業が少ない。**場所によっては漁業しかない、製造業でも昔からやっている小さな製造業しかない。PCすらない場所もある。
- 職場に関しても、営業担当は男性で、女性はお茶出しなどの事務作業になる。**女性が昇給・昇任しづらい面もあり地域性も阻害要因。**性別による分業や昇給・昇任しづらいつ傾向は、漁業が中心の地域など町や村に多い。
- 田舎だと女性が苦勞することがあり、**私は男性なのであまり気にしないが、妻や、もし娘が生まれることを考えると行きたいとは思わない。
- お祭りがあると、**当たり前のように女性が給仕係になるが、男性はお酒を飲んでダラダラしている。**

【7B 男性】

（阻害要因）

- 仕事（就職活動で親の承諾の有無を聞かれる）

（主な発言）

- 住環境や食費に関して問題はない。
- 親の承諾について聞かれることが多く、就職活動に苦勞したなど、仕事が阻害要因になる。**
- 1都3県では、スキルで評価をもらえる企業が多かった。
- 身元保証人が親族でなければならない会社もあったが、相談して、対応してもらえた。

【7C 男性】

（阻害要因）

- 仕事（仕事の選択肢が少ないこと）

（主な発言）

- 選択肢が多ければ私のやりたいことがあったかもしれないという背景に立つと、**仕事の選択肢が少ないことが阻害要因。**

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細 地方移住の阻害要因（5 / 5）

東京圏 出身者

非東京圏 出身者

関心なし

- 【6A 女性】
（阻害要因）
- 生活利便性（車を運転できないため大変）
 - 仕事（仕事内容）
 - 交友関係（友人に会えない、実家も月1で帰ることが難しくなる）
 - 情報収集（地方についての情報を得るタイミングやきっかけが少ない）
- （主な発言）**
- 行ったことが無い町が大半であり、あまり知らない。
 - 地方＝田舎で何もないイメージを勝手に持っている。
 - 車がないと生活ができなさそうというイメージがあり、車を運転できないため交通面で大変だと思う。
 - 仕事の内容も影響を与えている。**
 - 地方に住むと友人に会えない、実家も月1で帰ることが難しくなる。**
 - 意外と栄えていることもあると思うが、**情報が少ない、情報を得るタイミングがあまりなく、**阻害されているというよりはきっかけがありませんので地方は田舎だと思って住む気がなくなっている。
- 【6B 女性】
（阻害要因）
- 生活利便性（三大都市圏以外は車が必要）
 - 仕事（福利厚生や会社としての安定面）
- （主な発言）**
- 住宅は家賃が安く、広い印象がある。
 - 三大都市圏以外は車が必要であり、車が運転できない年齢になった場合の不安がある、車は危ないものと感じている
 - 希望している職種はほとんど東京都にあり、**探せば地方にもあるかもしれないが、安定した会社ではないのではと考えている。
 - 福利厚生や会社としての安定面が不安。**
 - 本社が無いイメージ。**
 - 静岡県でも宮城県でも近所づきあいはなかったので、コミュニティは特に阻害要因に感じていない。
- 【6C 女性】
（阻害要因）
- 生活利便性（今の生活を続けたい）
 - 仕事（仕事を続けることが難しい）
- （主な発言）**
- 利便性の問題。**今の生活を続けたいと考えているが、**地方に移住すると仕事を続けることが難しい。**

- 【8A 女性】
（阻害要因）
- 趣味（ダンスをする環境がない）
- （主な発言）**
- 空気の清潔さなどは地元の方がよいたろうが、東京都に慣れてしまって、たまに帰省する程度で十分。
 - ダンスなどやりたいことが東京都にしかないので、帰ってもやれることが限られている。
- 【8B 女性】
（阻害要因）
- 生活利便性（気候や交通の不便さ）
 - 仕事（顧客の数が圧倒的に少なくなる）
 - 交友関係（地域の人柄）
- （主な発言）**
- 地方に住んでいて**アクセスや自然災害など不便なことの方が圧倒的に多い。**
 - 住宅は地方に行く方が安く済むためいいが、**顧客の数が圧倒的に少なくなるので、**やりがいすらも無くなってしまふ。
 - 沖縄県では、タクシーでの会話など、小さいことの積み重ねがストレスだと思った。
 - 人間関係を考えたら地方に住む理由がない。
- 【8C 女性】
（阻害要因）
- 生活利便性（交通の便）
 - 仕事（自分に合った仕事があるかわからない）
 - その他（育った環境であり、地方の良い部分を見てしまった）
- （主な発言）**
- 交通の便も阻害要因になる。
 - 事務職でも**自分に合った仕事があるかわからない。**
 - 地方の良い部分を見てしまい、育った環境が阻害要因になっている。

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細 イメージする地域・特徴（1 / 5）

- 地方暮らしでイメージする地域を確認するために、イメージする都道府県・市町村やその特徴及び被験者との関係について質問した。
- 17名は、訪れた経験のある地域をイメージしており、イメージしている地域の単位は、都道府県や市区町村など様々な回答があった。
- 東京圏出身者は、親戚が住んでいる地域や旅行先をイメージする回答が多かった。一方、非東京圏出身者は、出身地や本人が過去に住んでいた地域をイメージする回答が多かった。
- 関心なしの被験者は、メディアや知人から得た情報を基に地域をイメージする回答が多かった。

東京圏 出身者

非東京圏 出身者

関心あり・行動あり

【1A 男性】

(イメージする都道府県・市町村)

- ・ 群馬県、茨城県、栃木県など北関東の県

(イメージする都道府県・市町村との関係)

- ・ 群馬県に妻の実家はあるが、北関東自体には特にゆかりは無い

(地方の特徴)

- ・ 東京に近く、自然も豊か

(主な発言)

- ・ 地方暮らしと聞き、群馬、茨城、栃木など北関東をイメージする。
- ・ 転勤がある人ならいいと思うが、関西、九州の繁華街だと都心とあまり変わらないと思うのと、実家が遠くなるので広島などに配偶者の実家があればいいが無いため、あまり魅力には感じていない。
- ・ 山奥など田舎暮らしは、子供ができた時にかわいそうと思う。自分はそういう暮らしでもやってはいけるが、頭のいい中学、高校に入れるとなると難しくなってくると思うため、地方でも県庁所在地の近くがいいと感じる。遊べる施設も少なそうなので、自分も嫌ではある。

【1B 男性】

(イメージする都道府県・市町村)

- ・ 和歌山県西牟婁郡白浜市

(イメージする都道府県・市町村との関係)

- ・ 好きなゲームとゆかりがある地域

(地方の特徴)

- ・ 神奈川県逗子市（実家）に雰囲気に近い地域

(主な発言)

- ・ 地元（実家）と雰囲気の近い地域に住みたい。
- ・ 和歌山県西牟婁郡白浜市は実家の地域に雰囲気が似ている。
- ・ ゲームをしていくうちに、ゲームの舞台である地域に良さを感じた。
- ・ 政令指定都市や中核都市の暮らしについての印象は悪くはない。

【3A 男性】

(イメージする都道府県・市町村)

- ・ 東京都の島

(イメージする都道府県・市町村との関係)

- ・ ゆかりはない

(地方の特徴)

- ・ 田舎の居心地の良さ、人とのつながりを実感できる

(主な発言)

- ・ 地方暮らしと聞き、島暮らしをイメージする。
- ・ 関心のある地域へのゆかりはない。
- ・ お祭りや地域みんなでご飯を食べているところに温かみを感じる。

【3B 男性】

(イメージする都道府県・市町村)

- ・ 長野県伊那市

(イメージする都道府県・市町村との関係)

- ・ 会社の赴任で住んでいたことがある

(地方の特徴)

- ・ 子供のびのびと育つ環境、庭付きの一軒家、思っている以上に娯楽が少ない

(主な発言)

- ・ 地方暮らしと聞き、長野県伊那市をイメージする。
- ・ 庭付きの一軒家が住宅営業（前職）で案内することが多かった。
- ・ 関係構築や思っている以上に近くに娯楽がないなど環境のギャップがある。
- ・ コミュニティの近さに抵抗はなく近いことによる温かみはあるけど、良くも悪くもコミュニティが狭いことへの悪い部分がある。
- ・ 住宅営業（前職）の際に案内した家族のお子さんがすぐのびのびと育っている。

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細 イメージする地域・特徴（2 / 5）

	東京圏 出身者	非東京圏 出身者
<p style="writing-mode: vertical-rl; text-orientation: upright;">関心あり・行動あり</p>	<p>【1C 男性】 （イメージする都道府県・市町村） ・ 兵庫県神戸市灘区 （イメージする都道府県・市町村との関係） ・ 毎年神戸に旅行に行く際、灘区のホテルに宿泊することが多い （地方の特徴） ・ 自然もあり、ある程度都会の側面もあり、アクセス性が高い （主な発言） ・ 地方暮らしと聞き、兵庫県神戸市灘区をイメージする。 ・ 毎年神戸に行っている。 ・ 農村よりは、旅館を作りたい、民泊をやりたいという気持ちが強くなったら住んでもいいと思える。 ・ 田舎、農山漁村よりの地方での暮らしはあまり思い浮かばない、住みたいとは思わない。</p>	<p>【3C 男性】 （イメージする都道府県・市町村） ・ 広島、島根 （イメージする都道府県・市町村との関係） ・ 旅行で行ったことがある （地方の特徴） ・ 農業をしながらの生活 （主な発言） ・ 地方暮らしと聞き、広島や島根をイメージする。 ・ 旅行で行き環境もよく、農産物もそれなりにある。 ・ 農業をするために地方での起業も選択肢として考えている。</p>

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細 イメージする地域・特徴 (3 / 5)

東京圏 出身者

非東京圏 出身者

関心あり・行動あり

【2A 女性】

(イメージする都道府県・市町村)

- 長野県、静岡県

(イメージする都道府県・市町村との関係)

- 旅行で何回か行ったことがある、祖母の地元が長野県である

(地方の特徴)

- 関東に近く都会的で田舎過ぎない場所

(主な発言)

- 地方暮らしと聞き、長野、静岡をイメージする。
- 旅行で何回か行ったことがあり、友達の別荘が軽井沢にあって行く事があった。
- 祖母も長野が地元である。
- 長野の中でも松本市は田舎ではあるけど都会的で、田舎過ぎなくていい。
- 関東に近くて長閑である。
- 東京から離れた地方での暮らしはあまり調べたことはない。
- ランキングで福岡は出てきていて移住先として人気だと思う。

【2B 女性】

(イメージする都道府県・市町村)

- 栃木県小山市

(イメージする都道府県・市町村との関係)

- 父親の単身赴任先

(地方の特徴)

- 山のある車社会で静かな場所

(主な発言)

- 地方暮らしと聞き、福岡等の東京ではない都会ではなくて、山のある車社会のこと、静かなことをイメージする。
- 小山も実際行ってみて意外と何でもあると感じたが、人の数は少なく感じた。
- 少し都会な地方の暮らしは住むには特に困らない。

【2C 女性】

(イメージする都道府県・市町村)

- なし

(イメージする都道府県・市町村との関係)

- なし

(地方の特徴)

- 地価が安いと感じ始めたら地方

(主な発言)

- 地方暮らしはあまりイメージしたことがない。
- 地価が安いと感じ始めたら地方と思う。
- 福岡市、大阪市、神戸市のような主要都市での暮らしは地方暮らしというより都市の暮らしのイメージ。
- 静岡であれば神奈川や名古屋に出やすいので、地方だけれども、地方ではないと感じる。
- 人口規模の少ない漁村や山間部での暮らしは海が好きではないので漁村に住むことは考えたことがない。
- 山間部では、車があれば移動できるので、検討しなくもない。

【4A 女性】

(イメージする都道府県・市町村)

- 群馬県前橋市

(イメージする都道府県・市町村との関係)

- 実家の所在地

(地方の特徴)

- 一人一部屋、一家に一台車がある、仕事の営業でも車を使う

(主な発言)

- 地方暮らしと聞き、群馬県前橋市をイメージする。
- 親子3世代で団欒できるイメージ。一人一部屋、一家に一台車があるイメージ。
- 駅から遠いところに住むと、東京に出社が必要な際に、不便になるイメージ。
- 仕事は車で営業するイメージがあり、運転免許が必要。
- 地方では車でショッピングセンターに行くイメージ。遊具がたくさんあり、広々とした公園があるイメージ。
- 関西だと人との繋がりが強くなる印象がある。

【4B 女性】

(イメージする都道府県・市町村)

- 三重県四日市市

(イメージする都道府県・市町村との関係)

- 実家の所在地

(地方の特徴)

- 車がないと移動できない地域

(主な発言)

- 地方暮らしと聞き、三重県四日市市をイメージする。
- 車がないと移動できない地域で、ご飯屋も少ない、自分の楽しみがなくなる。
- 大阪府などは地方のイメージではなく、かなり都心だと思う。

【4C 女性】

(イメージする都道府県・市町村)

- 福岡県福岡市

(イメージする都道府県・市町村との関係)

- 高校の所在地、遊びに行く場所

(地方の特徴)

- 福岡市内のより都会な場所

(主な発言)

- 地方暮らしと聞き、福岡市をイメージする。
- 高校が福岡市で、遊びに行く場所として博多は昔から選択肢にあり土地勘がある。
- 出張していた時期があり、大阪市もコンパクトで色々なところへアクセスしやすい、便利だけど東京より人が少なくて暮らしやすそうと感じた。
- 都会ではない地方での暮らしについての印象はない。

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細 イメージする地域・特徴（4 / 5）

東京圏 出身者

非東京圏 出身者

関心なし

- 【5A 男性】
（イメージする都道府県・市町村）
- なし
- （イメージする都道府県・市町村との関係）
- なし
- （地方の特徴）
- 自然の多い農村、雪が降る、台風が来る
- （主な発言）
- 地方暮らしと聞き、特定の地方は思い浮かばない。
 - 雪が降る気候は日本海側で、ニュースで見てイメージがある。
 - 台風については離島や九州をイメージしている。
 - 地方移住は自然の多いところに行くイメージが強い。
 - 中核都市、政令市といった地方での暮らしは現状と何も変わらない暮らしをすると思う。
- 【5B 男性】
（イメージする都道府県・市町村）
- なし
- （イメージする都道府県・市町村との関係）
- なし
- （地方の特徴）
- 人口が少ないところ
- （主な発言）
- 地方暮らしと聞き、人口が少ないところをイメージする。
 - 人混みが苦手なので、田舎で長閑なところに住んで、リラックスできるところに住みたい。
 - テレビではよく田舎の集落のニュースやテレビを放映していて、買い物は不便だが長閑なところなので、対人のストレスはあまりなさそう。
 - 田舎で長閑なリラックスできるところに住みたい。
 - 都会に行ける範囲の田舎に住みたい。
- 【5C 男性】
（イメージする都道府県・市町村）
- 大阪、名古屋、神戸、博多、札幌
- （イメージする都道府県・市町村との関係）
- 旅行で行ったことがある
- （地方の特徴）
- 地方都市の主要駅から電車で1時間かからないくらい、ないしは車で1時間程度で、大きい道路の両側に飲食店が並んでいるような地域
- （主な発言）
- 地方暮らしと聞き、大阪、名古屋、神戸、博多、札幌などの地方都市をイメージする。
 - 地方都市の主要駅から電車で1時間かからないくらい、ないしは車で1時間程度で、大きい道路の両側に飲食店が並んでいるような地域を想像する。
 - 農村漁村は旅行で遊びに行く場所としてはよいが、拠点として住みたいとは思わない。
 - 物もない、お店もない、人も少ない、娯楽も少ないイメージがある。

- 【7A 男性】
（イメージする都道府県・市町村）
- 政令市や大都市圏以外の市町村
- （イメージする都道府県・市町村との関係）
- 人から聞くことが多い
- （地方の特徴）
- 公共交通機関など利便性が低い
- （主な発言）
- 地方暮らしと聞き、政令市や大都市圏以外の市町村をイメージする。
 - 福岡、大阪、名古屋、横浜のような大都市以外の市町村は地方だと感じる。
 - 福岡市であれば東京都と変わらない部分が多いと思う。普通に生きていく分には変わらない。
 - 地方の中核都市は公共交通機関など、利便性が低いと思う。
 - 農村漁村地域は電車が1日4回しかないイメージがありだいぶ不便だと思う。
- 【7B 男性】
（イメージする都道府県・市町村）
- なし
- （イメージする都道府県・市町村との関係）
- なし
- （地方の特徴）
- 自然が豊かで食べ物おいしい場所
- （主な発言）
- 地方暮らしと聞き、具体的な市町村のイメージはない。
 - 自然が豊かで食べ物おいしい場所。
 - 政令市での暮らしは大阪府や京都府であれば生活上困ることはないと思う。
- 【7C 男性】
（イメージする都道府県・市町村）
- 農山漁村のような大阪市とは逆の地域
- （イメージする都道府県・市町村との関係）
- 仕事の関係でイメージを持っている
- （地方の特徴）
- 森の中に囲まれているイメージ
- （主な発言）
- 地方暮らしと聞き、農山漁村をイメージする。
 - 森の中に囲まれているイメージ。

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細 イメージする地域・特徴（5 / 5）

東京圏 出身者

非東京圏 出身者

関心なし

- 【6A 女性】
（イメージする都道府県・市町村）
・ 静岡県三島市
（イメージする都道府県・市町村との関係）
・ 祖母の家がある
（地方の特徴）
・ 自然はいっぱいあるが、若者があまりいない
（主な発言）
・ 地方暮らしと聞き、静岡県三島市をイメージする。祖母の家が静岡県三島市にある。
・ 若者があまりいない、自然はいっぱいある。
・ 大阪のような都心に近い地方暮らしについては街としては東京に近いので楽しいと思う。
・ ゆかりがなさ過ぎて少し抵抗がある。
・ 三島市よりも山間部の暮らしは自然災害が怖い、不便そう。
- 【6B 女性】
（イメージする都道府県・市町村）
・ 静岡県御殿場市
（イメージする都道府県・市町村との関係）
・ 住んでいたことがある地域
（地方の特徴）
・ 自然豊かで車が必要だが、農村漁村とまではいかない
（主な発言）
・ 地方暮らしと聞き、静岡県御殿場市をイメージする。
・ 自然豊かで車が必要だが、農村漁村までではないイメージ。
・ 地方の政令市などより都会での暮らしは、家賃が安く、鉄道も発達しているので、住む上では便利そう。
・ 農村漁村での暮らしは、「どうやって生活しているのだろう」と感じ、イメージが湧かない。
- 【6C 女性】
（イメージする都道府県・市町村）
・ 熊本県天草市、群馬県
（イメージする都道府県・市町村との関係）
・ 出生地（熊本県天草居市）、出張で訪れた（群馬県）
（地方の特徴）
・ 公共交通機関がなく、自動車が無ければ生活できないような場所
（主な発言）
・ 地方暮らしと聞き、出生地の熊本県天草市と出張で訪れたことのある群馬県をイメージする。
・ 公共交通機関がなく、自動車が無ければ生活できないような場所は地方と感じる。

- 【8A 女性】
（イメージする都道府県・市町村）
・ 愛知県一宮市
（イメージする都道府県・市町村との関係）
・ 実家の所在地
（地方の特徴）
・ 山や海などの自然があるところ
（主な発言）
・ 地方暮らしと聞き、一宮市をイメージする。
・ 山や海などの自然があるところ。
・ モーニング発祥の町で物価が安い。
・ 政令市での暮らしは車が必須で、近くにコンビニがないイメージ。
・ 行ったことのない政令市もなんだかんだ栄えているイメージ。
- 【8B 女性】
（イメージする都道府県・市町村）
・ 北海道帯広市
（イメージする都道府県・市町村との関係）
・ 実家の所在地
（地方の特徴）
・ 降雪量が多い、電車がない
（主な発言）
・ 地方暮らしと聞き、北海道帯広市をイメージする。
・ 本当に寒い、雪がとて降っている、電車がないというマイナスな要素しか浮かばない。
・ 出身地以外の群馬県前橋市での暮らしは、北海道と比べると前橋は電車に乗ればすぐに東京や埼玉に行けるので北海道よりはまだ楽しさがある。
・ 地下鉄が発達している都会的な地方での暮らしは、あくまで東京に本拠地がある前提で借りるサブのような家の扱いになる。
- 【8C 女性】
（イメージする都道府県・市町村）
・ 栃木県日光市
（イメージする都道府県・市町村との関係）
・ 実家の所在地
（地方の特徴）
・ 自然が豊かで閉鎖的なイメージ
（主な発言）
・ 地方暮らしと聞き、実家をイメージする。
・ 自然が豊かで閉鎖的。
・ 大阪府などの地方中心都市では今とあまり変わらない暮らしができるが、友人関係が全くなってしまおうと感じる。
・ 沖縄県などの地方に移住した場合は、自由なイメージがあり、観光で行くところだと思う。

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細 地方暮らしでイメージするライフスタイル（1 / 4）

- 地方移住をした場合にどのような生活を送れると考えているかを確認するため、地方暮らしでイメージするライフスタイルを質問した。
- 移住関心にかかわらず、自然環境が良いこと、生活コストが低いこと、公共交通・移動が不便であることに関する回答が多かった。
- 関心あり・行動ありの被験者においては、フルリモートや転職、資格などのスキルの習得を前提条件とする回答があった。一方、関心なしの被験者においては、賃金水準や産業・雇用機会が少ないことに懸念を持つ回答があった。
- 関心あり・行動ありの被験者から、「子供がのびのびと育つ」といった地方における子育て環境に関する回答があった。
- コミュニティに関する回答は「温かさ」と「干渉/噂」に二分され、関心なしの被験者では後者が相対的に多かった。

東京圏 出身者

非東京圏 出身者

関心あり・行動あり

【1A 男性】

（自宅や自宅周辺での日常生活）

- ・住宅街で車をよく使うイメージ。
- ・住宅について都心と比べるとアクセスできる媒体が少ない。
- ・都心と比べて土地代が安い。

（仕事や働き方）

- ・地方で暮らすにあたりフルリモートに振り切れるのも、転職するのもスキルがないと難しい。
- ・地方で働く場合はよりリモートを重視した仕事になると感じる。

（趣味、余暇の過ごし方、交友関係）

- ・車を使うイメージのため、遠方の友人と遊びに行く際の交通費に懸念がある。

【1B 男性】

（自宅や自宅周辺での日常生活）

- ・したいと思ったことをするのに2駅先に行かなければできないイメージがある。
- ・のびのびと生活できると思う。
- ・地価が安いいため、一軒家に住めると思う。

（仕事や働き方）

- ・東京都が本社のIT系の会社でフルリモートで働くイメージ。

（趣味、余暇の過ごし方、交友関係）

- ・好きなゲームや漫画を楽しみつつ釣りができる。

【1C 男性】

（自宅や自宅周辺での日常生活）

- ・自然もある中で、ある程度都会のような部分もある。

（仕事や働き方）

- ・仕事は応募してみないと分からない。
- ・農山漁村などの地域についてはイメージが湧かない、民泊などビジネス展開をしたいと思えないと住みたいと思わない。

（趣味、余暇の過ごし方、交友関係）

- ・そこまで馴れ馴れしい人はいないと思う。
- ・ライブをしているところも多く、映画館も近くにありますが、画集の販売は都心が多いため懸念している。
- ・どういう人が住んでいるか分からない、1か月ほどお試しできるのであれば利用したい。

【3A 男性】

（自宅や自宅周辺での日常生活）

- ・日常的な近所付き合いで、「食材余ったから使う？」などのふれあいが日常的に生まれる。

（仕事や働き方）

- ・現職を続けられるか分からない。

（趣味、余暇の過ごし方、交友関係）

- ・地方の方が人との繋がりをより実感できる。
- ・地域主体のイベントやお祭りに参加したり、準備したりするイメージや期待感がある。

【3B 男性】

（自宅や自宅周辺での日常生活）

- ・庭付きの一軒家に住んでいるイメージ。
- ・子供がのびのびと育つ。
- ・子育てを考えた時に、両方の実家から離れすぎる場所は現実的ではない。
- ・地元であれば子育てする際に両親を頼れるのも選択肢にあるイメージがある。

（仕事や働き方）

- ・現在の仕事が東京に偏っているので、転職の必要がある。
- ・スキルを活かして東京に会社があるが地方で働いているという話を聞かため、東京本社で地方でフルリモートのイメージもある。

（趣味、余暇の過ごし方、交友関係）

- ・週末は子供がいる前提であれば、車で近くの公園や他所の県にも行き、子供を遊ばせることができる。
- ・思っている以上に近くに娯楽がないなど環境のギャップがある。
- ・良くも悪くもコミュニティが狭い印象。

【3C 男性】

（自宅や自宅周辺での日常生活）

- ・日中に畑仕事、日が暮れたら別の仕事など、自然のサイクルに応じた生活。

（仕事や働き方）

- ・仕事は具体的には見えないため、起業も選択肢の一つ。

（趣味、余暇の過ごし方、交友関係）

- ・近隣の方とのコミュニケーションを避けると、田舎ではやっていけないイメージで大切にしたい。
- ・農業をするのであれば、大阪府も東京とあまり変わらないため、広島県や島根県などの農産物がそれなりにある地域。

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細 地方暮らしでイメージするライフスタイル（2 / 4）

東京圏 出身者

非東京圏 出身者

関心あり・行動あり

【2A 女性】

（自宅や自宅周辺での日常生活）

- ・ 自然が豊かで、運動ができる程の広さがある広い家に住みたい。

（仕事や働き方）

- ・ リモートワークで自分の好きな時間に働けるとよいが、具体的には考えられていない。

（趣味、余暇の過ごし方、交友関係）

- ・ 趣味（ディズニー）のために東京にも出てきやすい場所で暮らせるとよい。
- ・ 余暇の時間で畑をすることに憧れる。

【2B 女性】

（自宅や自宅周辺での日常生活）

- ・ 車社会のため、車の購入がハードルに感じる。
- ・ 利便性が現住所より悪くなる。
- ・ 自分の持てる部屋数を増やせる。
- ・ 地方暮らしのイメージは、車社会で静かな地域。
- ・ 地方中核都市は、住むには特に困らないイメージ。

（仕事や働き方）

- ・ 職場も変えず、リモートワークが基本の働き方は変わらない。

（趣味、余暇の過ごし方、交友関係）

- ・ 空港から遠くなり、海外旅行ではなく国内にもう少し目が向くことになる。
- ・ 自然があり、運動する日も増やせる。

【2C 女性】

（自宅や自宅周辺での日常生活）

- ・ ゆとりがあり、生活の暮らし自体を楽しめる。
- ・ 地価が安い。
- ・ 車は必要だが、スーパーがあったり病院があったり移住者を増やしているところもある、九州であれば温泉も魅力的。
- ・ 福岡市は都心に近い郊外のイメージ。

（仕事や働き方）

- ・ 現職はフルリモートではないと地方では難しく、現地で働けるFP（ファイナンシャル・プランナー）など金融系の資格をとって働くか開業が必要。

（趣味、余暇の過ごし方、交友関係）

- ・ 家のことを楽しんだり、周囲の人とのコミュニティもできたら、集まったりするのもよい。

【4A 女性】

（自宅や自宅周辺での日常生活）

- ・ 地方の方が安く家を買える。
- ・ 自然環境豊かで子供にのびのび過ごしてもらえる。
- ・ 地元には親戚がいるので、地元に住みたい。
- ・ 両親が住んでおり、育児を手伝ってもらえる。
- ・ 親子3世代で団欒できるイメージ、一人一部屋、一家に一台車がある。

（仕事や働き方）

- ・ 地方でも現職と変わらない。
- ・ 東京都の会社に勤めたままだと入社頻度が下がってしまう。
- ・ 東京都の会社に必要の際に出社するイメージで、駅から遠いところに住むと不便になる。
- ・ 仕事は車で営業するイメージがあり、運転免許が必要。

（趣味、余暇の過ごし方、交友関係）

- ・ 首都圏に住む友人との交流にハードルを感じる。
- ・ 休日は車でショッピングセンターに行くイメージ。遊具がたくさんあり、広々とした公園がある。
- ・ 関西だと人の繋がりが強くなる印象がある、店員と仲良くなる、行きつけの店に通うようなイメージ。
- ・ 東京都の方がおしゃれなお店が多くある。

【4B 女性】

（自宅や自宅周辺での日常生活）

- ・ 地方で暮らしていても、ECサイトの普及でいろいろなものが簡単に手に入るようになった。
- ・ 生活コストは半分になる。
- ・ 車がないと移動できない。
- ・ 「地方」と「田舎（農山漁村）」の棲み分けがあり「田舎」は不便なイメージ。
- ・ 教育環境について塾があり、学びたければ学べる環境のイメージ。

（仕事や働き方）

- ・ 収入は下がる。
- ・ 車通勤であり、通勤時間は増える、仕事自体はリモートワークでありあまり変わらない。

（趣味、余暇の過ごし方、交友関係）

- ・ 東京都の友人から住んでいる距離が離れてしまうが地元の友人と会う頻度は増えると思う。
- ・ 趣味のヨガのスタジオはないイメージ。

【4C 女性】

（自宅や自宅周辺での日常生活）

- ・ 大阪府は東京より混んでなく、コンパクトでアクセスがよい、東京より人が少なく暮らしやすそう。
- ・ 都会でない地方のイメージは思い浮かばない。

（仕事や働き方）

- ・ 移住していきなりやりたいこと（カフェの開業）はしなないと思う。

（趣味、余暇の過ごし方、交友関係）

- ・ 週末や余暇の時間は野球観戦をする。
- ・ ダンス教室やヨガなどの趣味は東京と変わらないと思う。
- ・ 親族との繋がりは深くなりそう。

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細 地方暮らしでイメージするライフスタイル（3 / 4）

	東京圏 出身者	非東京圏 出身者
関心なし	<p>【5A 男性】 （自宅や自宅周辺での日常生活）</p> <ul style="list-style-type: none"> 地方によっては、台風（九州）や降雪（日本海側）がある。 <p>（趣味、余暇の過ごし方、交友関係）</p> <ul style="list-style-type: none"> 偏見ではあるが、地方によってはもともと住んでいた人からの疎外感を感じると思う。 <p>【5B 男性】 （自宅や自宅周辺での日常生活）</p> <ul style="list-style-type: none"> 人が多くなく、長閑なところ、山だと気候の変動がある。 <p>【5C 男性】 （自宅や自宅周辺での日常生活）</p> <ul style="list-style-type: none"> 東京の方が食べ物も美味しい、電車も多く暮らしやすい。 地方の住宅は価格の割に広いイメージ。 農山漁村はもの、お店、娯楽が無く、人も少ないイメージ。 <p>（仕事や働き方）</p> <ul style="list-style-type: none"> 東京の会社に籍を置いたまま地方で働けるのであれば、給与は変わらないイメージ。 <p>（趣味、余暇の過ごし方、交友関係）</p> <ul style="list-style-type: none"> 地方の方が近所付き合いがあるイメージ。 	<p>【7A 男性】 （自宅や自宅周辺での日常生活）</p> <ul style="list-style-type: none"> 生活インフラ、公共交通機関、スーパーマーケットなど利便性が東京都に比べ劣っている。 田舎だと女性が苦勞するイメージ、当たり前のように女性が給仕係、男性はお酒を飲んでだらだらしているだけ（町や村）。 福岡市であれば東京都と変わらない部分が多いと思う。普通に生きていく分には変わらない。 地方中核市は、公共交通機関などの利便性が低いイメージ。 農山漁村は大分不便なイメージで、電車も1日4回しかないイメージ。 <p>（仕事や働き方）</p> <ul style="list-style-type: none"> 田舎になると産業が少ない、最近はPCを使って仕事をしたい人も増えているがPCすらない場所もある。 職場に関して、営業担当は男性で、女性はお茶出しなどの事務作業、昇給・昇任しづらい面もある（町や村）。 <p>【7B 男性】 （自宅や自宅周辺での日常生活）</p> <ul style="list-style-type: none"> 地方暮らしのイメージは自然が豊かで食べ物おいしい場所。 大阪府や京都府であれば、発展しているため生活に困ることはないイメージ。 <p>（仕事や働き方）</p> <ul style="list-style-type: none"> 就職するのに企業から親の同意を求められることが多かった。 <p>（趣味、余暇の過ごし方、交友関係）</p> <ul style="list-style-type: none"> 東北地方は村落文化が強いイメージ。 個人の自由を認めてもらえない、噂がすぐ広まる、地域コミュニティから逃げることを封じ込めようとする性質があると感じている。 九州や関西は、外国人の方も多く個人の自由を認めてくれる雰囲気があるイメージ。 <p>【7C 男性】 （自宅や自宅周辺での日常生活）</p> <ul style="list-style-type: none"> 地元での生活を想像するとなじみがあるため安堵はする。 イメージする暮らしでは、森の中に囲まれた生活、自然に溢れている。 政令市は、自然もあまりなく、交通の観点、商業施設の数の観点から東京に比べると見劣りするイメージ。

3. 2. 2. インタビュー調査の結果詳細 地方暮らしでイメージするライフスタイル（4 / 4）

東京圏 出身者

非東京圏 出身者

関心なし

【6A 女性】

（自宅や自宅周辺での日常生活）

- ・ 地方では東京に勝つ地域がありませんイメージ。
 - ・ 水がきれい、空気がきれい、駅前に人があまりいない、栄えていない、遊びに行くのが丁度よい。
 - ・ 地方 = 田舎で何もないイメージ。
 - ・ 車がないと生活できないイメージ。
 - ・ 大阪のような都心に近い地方はいろいろと必要なものが揃い楽しいイメージだが、方言や習慣のギャップで落ち着かなそう。
 - ・ 山間部は自然災害が怖い、不便そう。
- （趣味、余暇の過ごし方、交友関係）**
- ・ おしゃれなご飯屋さんがないなど娯楽の刺激が少ない。
 - ・ 友人に会いづらい、実家にも月1回帰れなくなる。

【6B 女性】

（自宅や自宅周辺での日常生活）

- ・ 三大都市圏以外では車が必須。
- ・ 家は家賃が安く広いイメージ。
- ・ 政令市であれば、家賃が安く鉄道も発達しているため住む上では便利なイメージ。
- ・ 農山漁村での暮らしはイメージがつかない。

（仕事や働き方）

- ・ 探せばあるかもしれないがメディア関係の仕事はほとんど東京都にあり、あっても安定していない。
- ・ 地方には本社がありません。

【6C 女性】

（自宅や自宅周辺での日常生活）

- ・ 公共交通機関が無く、車が無いと生きていけない。
- ・ コンビニやスーパーが少ない。

【8A 女性】

（自宅や自宅周辺での日常生活）

- ・ 空気が清潔。
- ・ 物価が安い。
- ・ 政令市は車が必須で近くにコンビニがないイメージ。
- ・ 名古屋は地下鉄などの交通の便はよいが、料金が東京に比べ高い。
- ・ 政令市自体はなんだかんだ栄えているイメージだが車は必要。

（仕事や働き方）

- ・ 地方の仕事は賃金が低い。
- ・ 政令市の仕事は、「バリキャリ」でオフィス街で働いているイメージ。

（趣味、余暇の過ごし方、交友関係）

- ・ 趣味のダンスを学びたい人がいない。

【8B 女性】

（自宅や自宅周辺での日常生活）

- ・ アクセス面が不便で、自然災害や津波の話聞くので怖い。
- ・ 他人に過干渉あるいは距離が近いイメージ。
- ・ 地元での暮らしをイメージすると寒い、雪がとてつも降っている、電車がいない。
- ・ 車がないと、アクセス面で生活が完結しない。

（仕事や働き方）

- ・ 地方では顧客の数が東京に比べ圧倒的に少ない。

（趣味、余暇の過ごし方、交友関係）

- ・ 大阪の男性はおせっかい焼き、福岡の男性は女性に対して九州男児の感覚、名古屋の男性はクズが多いという偏見がある。

【8C 女性】

（自宅や自宅周辺での日常生活）

- ・ 東京と比べ、公共交通機関が発展していないため、生活しづらい。
- ・ 地方中核都市の場合は、東京都とあまり変わらない生活が送れる。

（仕事や働き方）

- ・ 自分にあった仕事があるか分からない。

（趣味、余暇の過ごし方、交友関係）

- ・ 田舎にいくと、人に関心を持つ人が多く、噂が広まり生きづらい。
- ・ 地方中核都市の場合は、友人関係が全く無くなってしまふ。

3. 3. 1. 地方移住の関心等に係る分析の実施概要

■ 分析の目的

地方移住への関心や、移動に至る意思決定の背景を明らかにするため、移動歴や地方移住への関心、地方暮らしでイメージするライフスタイルなど、複数の調査項目の回答を組み合わせて横断的に整理した。

■ 整理項目

移動歴 × 地方移住への関心

現在のライフスタイルの満足度 × 理想のライフスタイル × 地方移住への関心

現在のライフスタイルの満足度 × 地方移住の阻害要因

地方移住への関心 × 地方暮らしでイメージするライフスタイル × 地方移住の阻害要因

※結果は特徴的な回答を抜粋して記載する

3. 3. 2. 地方移住の関心等に係る分析の結果概要（1 / 2）

■ 移動歴 × 地方移住への関心

- 両親や地域コミュニティから距離を置きたいと考えて上京した場合、出身地への移住に関心がないとする回答があり、家族や地域コミュニティが移動の意思決定に影響を及ぼすことがうかがえる。
- 一方、それらの被験者の中には出身地への移住に関心がないものの、出身地から離れた地域への移住に関心を持つものも存在した。
- 転職時に希望職種や、余暇の活動ができる環境を求めて東京圏へ移動した場合、地方には同様の環境がないと認識し、地方移住に関心を持ちにくい傾向が確認された。

■ 現在のライフスタイルの満足度 × 理想のライフスタイル × 地方移住への関心

- 現在のライフスタイルにおいて電車の混雑に対して不満を持っている場合、理想のライフスタイルで電車を使わないこととする回答があり、現在のライフスタイルの満足度が理想のライフスタイルに影響を及ぼすことがうかがえる。
- 一部の被験者は、移住に関心がある理由として満員電車に乗らなくて済むことを挙げており、現在のライフスタイルの満足度や理想のライフスタイルが地方移住への関心に影響を及ぼすことがうかがえる。

■ 現在のライフスタイルの満足度 × 地方移住の阻害要因

- 現在のライフスタイルにおいて家賃の高さに対して不満を持っている場合、移住への阻害要因を現在の仕事を変えることが難しいこととする回答があり、現在の不満と阻害要因の間において関連性の強い項目が存在することがうかがえる。

3. 3. 2. 地方移住の関心等に係る分析の結果概要（2 / 2）

■ 地方移住への関心 × 地方暮らしでイメージするライフスタイル × 地方移住の阻害要因

[仕事の影響]

- 仕事について、リモートワークなどの働き方が地方移住への関心を持つきっかけとなり、実際に地方移住をする予定がある被験者も存在した。一方、地方移住の阻害要因として、リモートワークの対応が難しいことや転職が必要とする回答があり、居住地の選択肢に仕事や働き方の影響が大きいことがうかがえる。

[地方暮らしでイメージするライフスタイル（ポジティブ）：関心なし]

- 関心なしの被験者において、地方暮らしのイメージとしてポジティブな内容を回答した被験者は過半数を占めていた。自宅や自宅周辺での日常生活における生活環境や生活コストに関する回答が多く挙げられ、出身地による傾向の違いは見られなかった。
- 一方で、地方移住へ関心がない理由や阻害要因として、生活利便性や仕事、交友関係、趣味などの回答が挙げられており、生活環境やコストといったポジティブな要素よりも、これらの要素が移住判断において優先されていることがうかがえる。

[地方暮らしでイメージするライフスタイル（ネガティブ）：東京圏出身者]

- 東京圏出身の関心あり・行動ありの被験者は、地方暮らしのイメージとして、交通利便性が低いことなどを理由に、自宅や自宅周辺での日常生活に加え、仕事や働き方、趣味や余暇の過ごし方についても懸念があると回答する者が多かった。
- 東京圏出身の関心あり・行動ありの被験者のうち、東京の生活コストや生活環境をきっかけに地方移住への関心を持った被験者では、阻害要因として生活利便性を挙げる回答が多く、生活利便性の優先度が高いことがうかがえる。

[地方暮らしでイメージするライフスタイル（ネガティブ）：非東京圏出身者]

- 非東京圏出身の関心あり・行動ありの被験者は、仕事や趣味・余暇の過ごし方などについて懸念があると回答する者が多かった。
- 地方移住の阻害要因では地方移住先での仕事や交友関係が挙げられており、地方暮らしのネガティブなイメージが移動の意思決定に影響を与えていることがうかがえる。

3. 3. 3. 地方移住の関心等に係る分析の結果詳細

移動歴 × 地方移住への関心 (1 / 2)

- 移動歴・移動理由と地方移住への関心との関係を整理した。
- 両親や地域コミュニティから距離を置きたいと考えて上京した場合、出身地への移住に関心がないとする回答があり、家族や地域コミュニティが移動の意思決定に影響を及ぼすことがうかがえる。
- 一方、それらの被験者の中には出身地への移住に関心がないものの、出身地から離れた地域への移住に関心を持つものも存在した。

被験者	移動歴・移動理由	地方移住への関心
7B 男性 × 非東京圏出身 × 関心なし	<p>(移動歴)</p> <ul style="list-style-type: none"> 新潟県新発田市（実家）→新潟県新潟市中央区（小学生から）→新潟県新潟市秋葉区（大学院在学中）→神奈川県川崎市（就職）→神奈川県川崎市中原区（1年弱）→東京都世田谷区（転職・29歳時）→東京都世田谷区（29歳時） <p>(主な発言)</p> <ul style="list-style-type: none"> 新潟市中央区の実家から、新潟市秋葉区のアパートに引っ越したのが一人暮らしを始めたタイミング。親から就職への圧力が色々あり、心理的虐待を受けていた。当時通っていた大学院の教授は知り合いで、いざというときのサポートをしてくれる期待があったため、大学の近くに引っ越した。親元を離れたという気持ちだった。 2020年4月に東京のIT企業に内定をもらい、神奈川県川崎市にある武蔵小杉の武蔵中原駅近くにアパートを会社名義で借りた。2年ほど住み、会社の家賃補助が切れる話になり神奈川県川崎市中原区の別のアパートを借り、1年弱住んだ。 新潟県には、その土地のアイデンティティや村度のような感情が強いと考えている。新潟県内の企業の就職面接の際に、連帯保証人や緊急連絡先など親の同意について聞かれることがあったため、自分自身の意思が尊重されないと感じた。東京ではいい意味で人のことを気にしない、みんな違って当たり前のような認識が根付いている。東京都の企業は、何かしらの対応策を取ってくれた。このため就職を機に新潟県を出ようと考えた。山形県や石川県など色々見たが、新潟県と似たような傾向であった。 2025年7月から東京都世田谷区のシェアハウスに引っ越し、同区内で別のシェアハウスにまた引っ越している。 外国人とのシェアハウスに興味があったため、世田谷区のシェアハウスに引っ越した。暮らしてみると、想像以上に人との距離感が近く、居続けるのが苦しかった。みんなと仲良くわいわいやり続けるのもしんどいと感じた。 	<p>(主な発言)</p> <ul style="list-style-type: none"> 就職活動の際に、両親の承諾について聞かれることが多く、個人の自由を認めてもらえない環境だった。噂も直ぐに広まる。地域コミュニティから逃げることを封じ込めようとする性質があると感じており、地方には関心を持たなかった。 九州や関西は、比較的発展している都市で外国人の方も多く、個人の自由を認めてくれる雰囲気があると思うが、興味関心は地域による。 東北地方は「村落文化」が強いと感じている。
8B 女性 × 非東京圏出身 × 関心なし	<p>(移動歴)</p> <ul style="list-style-type: none"> 北海道帯広市（実家）→東京都中野区（19歳から）→東京都八王子市（元交際相手と同棲）→沖縄県宜野湾市（元交際相手の仕事都合）→東京都豊島区（元交際相手と別れたことがきっかけ） <p>(主な発言)</p> <ul style="list-style-type: none"> 19歳のときに北海道から東京都中野区に引っ越し、2年程住んだ。当時の交際相手の関係で3か月間八王子市に住み、その後沖縄県宜野湾市に半年程住み、当時の交際相手と別れてから池袋に来て6年がたった。 19歳で上京したのは、家出であり、地元での過干渉な点が嫌であった。自分たちのコミュニティの人の会話しかないと嫌で、自分の話を他人にされるのが苦痛であった。 八王子には、元交際相手と一緒に住むことになり、賃料を抑えてかつ2人で生活できるくらいの家に移ろうということで引っ越した。 沖縄には、元交際相手の仕事（フリーランス）が上手いかわなくなり、気分転換に場所を変えたいという意向でついていった。自身も行ったことが無かったため、興味本位でついていった。元交際相手の意向が沖縄でなくともどこでもついていったとは思わなかった。 元交際相手と別れた際に沖縄を好きになれずに東京に戻った。最初は池袋に住む予定はなかったが、コロナの緊急事態宣言の時期で不動産の動きが全くなく、まともに住める家が今の池袋の家しかなかった。 	<p>(主な発言)</p> <ul style="list-style-type: none"> 地元が嫌で出てきたことや沖縄の生活の合わなさがあり、2つの県が特殊だったのかもしれないが、2回経験して合わないならそういうものなのだと思う。 地元の過干渉なところ、自分たちのコミュニティの人の会話しかないと嫌で、自分の話を他人にされるのが苦痛だった。 沖縄では、タクシーに乗ると運転手が一生懸命に話を聞いてくれるのがきつかった。そういった小さいことの積み重ねがストレスだと思った。 どこの地方に行っても何かしらの性に合わない、自分が受け入れられないところがあるのではないかと考えている。 東京都はみんなほったらかしてくれて、好き勝手やっても問題ない感覚。

3. 3. 3. 地方移住の関心等に係る分析の結果詳細

移動歴 × 地方移住への関心 (2 / 2)

○ 転職時に希望職種や、余暇の活動ができる環境を求めて東京圏へ移動した場合、地方には同様の環境がないと認識し、地方移住に関心を持ちにくい傾向が確認された。

被験者	移動歴・移動理由	地方移住への関心
7C 男性 × 非東京 圏出身 × 関心なし	<p>(移動歴)</p> <ul style="list-style-type: none"> 大阪府大阪市（実家）→京都市西京区桂（大学院進学）→滋賀県草津市（就職）→東京都足立区（転職） <p>(主な発言)</p> <ul style="list-style-type: none"> 出生から大学4年生（23歳）までは大阪府の実家に住んでいた。大学院に通うため、2年間嵐山の近く、京都の桂の賃貸のマンションに住んでいた。 就職を機に、滋賀県草津市に引っ越した。現在は、転職をして、東京都に引っ越している。 エネルギー分野に興味があり、就職先は全国展開している電機メーカーであり幅広い機械を作っていたが、エネルギー業界向けの機械を作っている事業所が滋賀県のみであったため滋賀県に引っ越した。当時は、開発エンジニアとして勤めていた。 転職を機に上京したのは、エネルギー業界で、メーカーという立場ではなく、上流である事業主側の視点を勉強したかったため。事業主側は、エンジニアではなく、ビジネス側であることが多く、キャリアチェンジという形で転職をした。エネルギー業界で事業主側の視点で仕事ができる企業は東京にしかなかった。 	<p>(主な発言)</p> <ul style="list-style-type: none"> やりたいこと（エネルギー分野の仕事）をやるのが主な軸のため、エリアにこだわりがない。 東京都以外では、地元でもその他の地域でもやりたい仕事がない。 住む場所はやりたい仕事を軸に決めている。
8A 女性 × 非東京 圏出身 × 関心なし	<p>(移動歴)</p> <ul style="list-style-type: none"> 愛知県一宮市（実家）→愛知県一宮市（小学生から）→東京都中野区（転職） <p>(主な発言)</p> <ul style="list-style-type: none"> 小学生の頃に一宮市内で1回引っ越した。24歳で上京を機に引っ越した。 転職を機に上京したのは、自分のやりたいこと（ダンス）が東京都にあったことと、25歳までに自立した方がよいと考えており、家庭の方針もそうであったため。 はじめは東京都でなくていいと思っていたが、せっかくなら自分のやりたいこと（ダンス）が学べる場所を選んだ。地元でダンスのスクールは無かった。 	<p>(主な発言)</p> <ul style="list-style-type: none"> 今の生活に慣れた。 地元に戻ってもダンスをできる環境が無いため、Uターンに関心がない。Iターンも同様。 ダンスを学びたい人が東京にいる。人も環境も整っている。

3. 3. 3. 地方移住の関心等に係る分析の結果詳細

現在のライフスタイルの満足度 × 理想のライフスタイル × 地方移住への関心

- 現在のライフスタイルの満足度による影響を明らかにするために、理想のライフスタイル及び地方移住への関心との関係性を整理した。
- 現在のライフスタイルにおいて電車の混雑に対して不満を持っている場合、理想のライフスタイルで電車を使わないこととする回答があり、現在のライフスタイルの満足度が理想のライフスタイルに影響を及ぼすことがうかがえる。
- 一部の被験者は、移住に関心がある理由として満員電車に乗らなくて済むことを挙げており、現在のライフスタイルの満足度や理想のライフスタイルが地方移住への関心に影響を及ぼすことがうかがえる。

被験者	現在のライフスタイルの満足度	理想のライフスタイル	地方移住への関心
1C 男性 × 東京圏 出身 × 関心・行 動あり	<p>(評価)</p> <ul style="list-style-type: none"> どちらかと言えば満足。 <p>(満足)</p> <p>〈自宅や自宅周辺での日常生活〉</p> <ul style="list-style-type: none"> スーパー、映画館など半径1km以内にあり困っていることはない。 マンションの住民が、ルールを守り、分からないことでも自分の非を認め直してくれる比較的好い人であること。 <p>(不満)</p> <p>〈仕事や働き方〉</p> <ul style="list-style-type: none"> 電車通勤であり、電車が嫌い。 	<p>(主な発言)</p> <p>〈自宅や自宅周辺での日常生活〉</p> <ul style="list-style-type: none"> 畳以外の部屋に住み、書斎を持ちたい。 結婚、子供をもつ願望はあるが相手との食い違いが起きそうなので、相手に任せたい気持ちがある。 なるべく電車を使わない生活が良い。 <p>〈仕事や働き方〉</p> <ul style="list-style-type: none"> 拠点を増やしたい。 都心以外でオフィスを借り、リモートワーク可能なインターネット系のビジネスで起業したい。 <p>〈趣味、余暇の過ごし方、交友関係〉</p> <ul style="list-style-type: none"> 交友関係や地域関係も含め、必要であれば行くが、必要以上に絡みたくない。 優先したい趣味（ライブ、美術館巡り）へのアクセスを重視しながら、自然にも年に数回関わることが理想。 	<p>(主な発言)</p> <ul style="list-style-type: none"> 旅行をきっかけに興味湧き、自然もある中で、ある程度都会のような部分もある、そしてアクセスも非常にいい場所があったから、そこに移住を考えてもよい。
3C 男性 × 非東京 圏出身 × 関心・行 動あり	<p>(評価)</p> <ul style="list-style-type: none"> 昔は少し不満があったが、今はあまり不満を感じていない。 <p>(不満)</p> <p>〈仕事や働き方〉※転職前</p> <ul style="list-style-type: none"> 県外出張が多かったため東京に帰ってくる必要性をあまり感じず、またお金がかかった。 会社の業績を気にし思ったように出張できなかった。 電車通勤が嫌であり知らない人に体を密着されて人としての尊厳を踏みにじられるように感じた。 <p>〈仕事や働き方〉※転職後</p> <ul style="list-style-type: none"> 出張の機会が少なく東京にずっといることに少しストレスを感じる。 	<p>(主な発言)</p> <p>〈自宅や自宅周辺での日常生活〉</p> <ul style="list-style-type: none"> 田舎過ぎず都会過ぎないバランスの取れた場所で生活したい。 子供を持つ願望があり、自身が公立の学校を出ているため、首都圏の受験戦争に懸念がある。 <p>〈仕事や働き方〉</p> <ul style="list-style-type: none"> 昔から農業をやりたいと思っており、他の仕事もしつつ農業をやるのが理想。 場所に囚われない仕事を志向している。 全国のお客様を相手にして直接お客様に会いに行くことにも対応できる働き方をしたい。 通勤方法では電車を使いたくない。 	<p>(主な発言)</p> <ul style="list-style-type: none"> 転職後に電車に乗らなくなり、そこまでストレスを感じなくなった。生活費もうまく今は抑えられているため、無理に移住しなくてもよいと感じている。 転職前は、知らない人と体を密着させて人としての尊厳を踏みにじられている、本能的に無理なものを押し殺して30年40年働いていくことに限界を感じた。 Uターンで大阪に帰ると、必然的に仕事場はほとんど大阪市内になるが、結婚もする中で自分も交際相手も東京で仕事をしているため、いきなり一人では考えられなかった。ただ育ってきた家や環境もあるため戻る選択肢としてはなくはない。 別の地域も同様で、将来的には移ってもよいという話はしているが、具体的にいつかは何とも言えない状況。

3. 3. 3. 地方移住の関心等に係る分析の結果詳細

現在のライフスタイルの満足度 × 地方移住の阻害要因

- 現在のライフスタイルの満足度及び地方移住の阻害要因の関係性を整理した。
- 現在のライフスタイルにおいて家賃の高さに対して不満を持っている場合、移住への阻害要因を現在の仕事を変えることが難しいこととする回答があり、現在の不満と阻害要因の間において関連性の強い項目が存在することがうかがえる。

被験者	現在のライフスタイルの満足度	地方移住への阻害要因
3B 男性 × 非東京圏出身 × 関心・行動あり	<p>(評価)</p> <ul style="list-style-type: none"> 満足度は高い。 <p>(満足)</p> <p>〈趣味、余暇の過ごし方、交友関係〉</p> <ul style="list-style-type: none"> 学生時代の友人も半分は上京しており知り合いも多く、ライブ鑑賞も近くで気軽にいけるため。 <p>(不満)</p> <p>〈自宅や自宅周辺での日常生活〉</p> <ul style="list-style-type: none"> 家賃が高い。 	<p>(主な発言)</p> <ul style="list-style-type: none"> パートナーの同意が得られるかが一番大きい。 住宅は東京に比べて安いので、不安に感じていない。 長野県は冬が寒いので環境はネックに感じる。 今の仕事が東京に偏っているので、地方移住をする場合、スキルを活かして別の仕事をするようになる。 転職については、同じ業種、職種で仕事を変えるよりかはハードルが高い。 交友関係は東京に多く、長野県にいたときにあまり会えなかったのはネックに感じている。
6A 女性 × 東京圏出身 × 関心なし	<p>(評価)</p> <ul style="list-style-type: none"> かなり満足（8割程度）。 <p>(満足)</p> <p>〈自宅や自宅周辺での日常生活〉</p> <ul style="list-style-type: none"> 落ち着いた街で、治安もよく、駅前にスーパーが多くどこに行くにも近くで便利。 <p>(不満)</p> <p>〈自宅や自宅周辺での日常生活〉</p> <ul style="list-style-type: none"> 家賃が高い。 	<p>(主な発言)</p> <ul style="list-style-type: none"> 行ったことが無い町が大半であり、あまり知らない。 地方＝田舎で何もないイメージを勝手に持っている。 車がないと生活ができなさそうというイメージがあり、車を運転できないため交通面で大変だと思う。 仕事の内容も影響を与えている。 地方に住むと友人に会えない、実家も月1で帰ることが難しくなる。 意外と栄えていることもあると思うが、情報が少ない、情報を得るタイミングがあまりなく、阻害されているというよりはきっかけがあまりないので地方は田舎だと思って住む気がなくなっている。
7B 男性 × 非東京圏出身 × 関心なし	<p>(評価)</p> <ul style="list-style-type: none"> 10点中7点。 <p>(満足)</p> <p>〈趣味、余暇の過ごし方、交友関係〉</p> <ul style="list-style-type: none"> 自由であり、外国の方と話す機会も多い。 様々な機会があり便利。 <p>(不満)</p> <p>〈自宅や自宅周辺での日常生活〉</p> <ul style="list-style-type: none"> 新潟県と比べ、家賃等物価が高い。 賑やかで騒がしい。 	<p>(主な発言)</p> <ul style="list-style-type: none"> 住環境や食費に関して問題はない。 親の承諾について聞かれることが多く、就職活動に苦労したなど、仕事が阻害要因になる。 1都3県では、スキルで評価してもらえらる企業が多かった。 身元保証人が親族でなければならぬ会社もあったが、相談して、対応してもらえた。

3. 3. 3. 地方移住の関心等に係る分析の結果詳細

地方移住への関心 × 地方暮らしでイメージするライフスタイル × 地方移住の阻害要因 (1 / 2)

- 地方移住への関心の背景を把握するため、地方暮らしでイメージするライフスタイル及び、地方移住の阻害要因との関係を整理した。
- 移住に対する関心を持つきっかけとして、家賃などの東京圏での生活コストの高さ、将来の子育て環境など様々な回答があった。
- 仕事について、リモートワークなどの働き方が地方移住への関心を持つきっかけとなり、実際に地方移住をする予定がある被験者も存在した。一方、地方移住の阻害要因として、リモートワークの対応が難しいことや転職が必要とする回答があり、居住地の選択には仕事や働き方の影響が大きいことがうかがえる。

被験者	地方移住への関心	地方暮らしでイメージするライフスタイル	地方移住の阻害要因
1A 男性 × 東京圏 出身 × 関心・行 動あり	<p>(主な発言)</p> <ul style="list-style-type: none"> 配偶者が群馬出身で、都心や神奈川、埼玉、千葉でも、地価や物件の値段が上がってきている。仕事もリモート系のため地方に移住しても、むしろ生活のコストは下がると考えている。社会人になってからそう思い始めた。 	<p>(自宅や自宅周辺での日常生活)</p> <ul style="list-style-type: none"> 住宅街で車をよく使うイメージ。 住宅について都心と比べるとアクセスできる媒体が少ない。 都心と比べて土地代が安い。 <p>(仕事や働き方)</p> <ul style="list-style-type: none"> 地方で暮らすにあたりフルリモートに振り切るのも、転職するのもスキルがないと難しい。 地方で働く場合はよりリモートを重視した仕事になると感じる。 <p>(趣味、余暇の過ごし方、交友関係)</p> <ul style="list-style-type: none"> 車を使うイメージのため、遠方の友人と遊びに行く際の交通費に懸念がある。 	<p>(主な発言)</p> <ul style="list-style-type: none"> 今調べているが仕事がフルリモートの部署など上司と掛け合わない現実が難しい、無理であれば仕事を変えないといけないので仕事面が一番大きい。 地方移住は30歳前半ぐらいを考えており、社会人4年目なので、フルリモートに振り切るのも、転職する場合も、ある程度のスキルがないとまだ難しいと感じている。 友達が都心に集中しているので関わりも薄くなってしまう。 住宅について地方なので、都心と比べるとアクセスできる媒体が少ないと感じている。
2B 女性 × 東京圏 出身 × 関心・行 動あり	<p>(主な発言)</p> <ul style="list-style-type: none"> 関心を持ったきっかけは、テレワークが始まったこと。 自立をしようと考えていた時に、東京に出て住むとなると、とてもお金がいる。住むことにお金をかけていると、自分のやりたいこと(旅行)ができなくなってしまう。できるだけ費用を抑えた上で、住める場所、首都圏以外のことを考え始めた。 	<p>(自宅や自宅周辺での日常生活)</p> <ul style="list-style-type: none"> 車社会のため、車の購入がハードルを感じる。 利便性が現住所より悪くなる。 自分の持てる部屋数を増やせる。 地方暮らしのイメージは、車社会で静かな地域。 地方中核都市は、住むには特に困らないイメージ。 <p>(仕事や働き方)</p> <ul style="list-style-type: none"> 職場も変えず、リモートワークが基本の働き方は変わらない。 <p>(趣味、余暇の過ごし方、交友関係)</p> <ul style="list-style-type: none"> 空港から遠くなり、海外旅行ではなく国内にもう少し目が向くことになる。 自然があり、運動する日も増やせる。 	<p>(主な発言)</p> <ul style="list-style-type: none"> 自分の住んでいる和光市はスーパーもコンビニもすぐ近くにあるので、その利便性ということを自分が許容できるかということが気になる。 自分は車を運転できるのでそこまで不安ではなかったが、車社会になると思うので、後々自分の車も購入検討しないといけないとハードルに感じた。 仕事はそこまで不安に感じていない。 小山は通勤時間は長くなるが、新幹線が通っていて利便性があるので不安はない。 会社も地方移住を容認してもらっている。 月数回程度の出社であり、新幹線の補助も問題なく支給されている。 気軽に会いづらくなってしまいうのはあるので、少し不安感・悲しさはあるが、地元にいる友人は車を持っている子も多く、小山も1時間半くらい走ればすぐ着く場所であり、そこまで会う回数は減らない。

3. 3. 3. 地方移住の関心等に係る分析の結果詳細

地方移住への関心 × 地方暮らしでイメージするライフスタイル × 地方移住の阻害要因 (2 / 2)

被験者	地方移住への関心	地方暮らしでイメージするライフスタイル	地方移住の阻害要因
2C 女性 × 東京圏 出身 × 関心・行 動あり	<p>(主な発言)</p> <ul style="list-style-type: none"> 現役の時は仕事のことを考えて会社の近くに住みたいが、東京都や神奈川県は家賃も高く人も多く、将来的にきつく感じそうなので、地方移住に関心がある。 50,60歳ぐらいで地方移住したい。 地方移住の規模感によるが、長野県のような都内から2～3時間ほどで行ける場所であれば、30～40代でもいいなと思っている。 子供が独り立ちをして、セカンドライフとして、本格的に地方移住をしたい。 セカンドライフとしては、北海道や九州を配偶者と話している。 配偶者が北海道出身であり、また、ニュースの特集で車は必要だが、スーパーマーケットや病院があったり、移住者を増やしている内容を見た。北海道沼田町の話は出ていた。 九州は、車があれば様々な場所を回れるし、温泉もあるからよいと配偶者と話していた。福岡や大分などの県単位の話はしたが、市町村までは話していない。 都心に近い郊外のイメージをしており、人が多いのが苦手なため、ごみごみすぎているところが良い。 	<p>(自宅や自宅周辺での日常生活)</p> <ul style="list-style-type: none"> ゆとりがあり、生活の暮らし自体を楽しめる。 地価が安い。 車は必要だが、スーパーがあったり病院があったり移住者を増やしているところもある、九州であれば温泉も魅力的。 福岡市は都心に近い郊外のイメージ。 <p>(仕事や働き方)</p> <ul style="list-style-type: none"> 現職はフルリモートではないと地方では難しく、現地で働けるFP(ファイナンシャル・プランナー)など金融系の資格をとって働くか開業が必要。 <p>(趣味、余暇の過ごし方、交友関係)</p> <ul style="list-style-type: none"> 家のことを楽しんだり、周囲の人とのコミュニティもできたら、集まったりするのよい。 	<p>(主な発言)</p> <ul style="list-style-type: none"> 日常生活の利便性で懸念点は仕事以外ない。 現職がフルリモートでないことが阻害要因。 住んだことも行ったことも無いので人間関係はわからない。
3B 男性 × 非東京 圏出身 × 関心・行 動あり	<p>(主な発言)</p> <ul style="list-style-type: none"> 友人がこれから結婚して子供を持った際に、会う頻度は減ると考えている。子供のことを考えたことが地方移住について考えるきっかけになっている。 熊本県もすぐ住みやすいためUターンも関心は高いが、配偶者の実家が東京のため、近辺でいうと長野県の方が熊本県よりも近いと考えている。 Uターンであれば、両親に子育てを手伝ってもらえることも選択肢の一つにある。 長野県伊那市で住宅営業(前職)で案内していたご家族のお子さんですごくのびのびと育てているのも見て、地方移住を考える際の上位に来ている。 あまり住んだことがないところについては、関心を持つきっかけがなかったため、あまり関心がない。逆に嫌悪感もないため何かきっかけがあれば候補に入ってくると思う。 	<p>(自宅や自宅周辺での日常生活)</p> <ul style="list-style-type: none"> 庭付きの一軒家に住んでいるイメージ。 子供がのびのびと育つ。 子育てを考えた時に、両方の実家から離れすぎる場所は現実的ではない。 地元であれば子育てする際に両親を頼れるのも選択肢にあるイメージがある。 <p>(仕事や働き方)</p> <ul style="list-style-type: none"> 現在の仕事が東京に偏っているので、転職の必要がある。 スキルを活かして東京に会社があるが地方で働いているという話を聞かため、東京本社で地方でフルリモートのイメージもある。 <p>(趣味、余暇の過ごし方、交友関係)</p> <ul style="list-style-type: none"> 週末は子供がいる前提であれば、車で近くの公園や他所の県にも行き、子供を遊ばせることができる。 思っている以上に近くに娯楽がないなど環境のギャップがある。 良くも悪くもコミュニティが狭い印象。 	<p>(主な発言)</p> <ul style="list-style-type: none"> パートナーの同意が得られるかが一番大きい。 住宅は東京に比べて安いので、不安に感じていない。 長野県は冬が寒いので環境はネックに感じる。 今の仕事が東京に偏っているので、地方移住をする場合、スキルを活かして別の仕事をすることになる。 転職については、同じ業種、職種で仕事を変えるよりかはハードルが高い。 交友関係は東京に多く、長野県にいたときにあまり会えなかったのはネックに感じている。

3. 3. 3. 地方移住の関心等に係る分析の結果詳細

地方移住への関心 × 地方暮らしでイメージするライフスタイル（ポジティブ） × 地方移住の阻害要因（1 / 2）

- 地方暮らしのポジティブなイメージの背景を把握するため、地方移住への関心及び、地方移住の阻害要因との関係を整理した。
- 関心なしの被験者において、地方暮らしのイメージとしてポジティブな内容を回答した被験者は過半数を占めていた。自宅や自宅周辺での日常生活における生活環境や生活コストに関する回答が多く挙げられ、出身地による傾向の違いは見られなかった。
- 一方で、地方移住へ関心がない理由や阻害要因として、生活利便性や仕事、交友関係、趣味などの回答が挙げられており、生活環境やコストといったポジティブな要素よりも、これらの要素が移住判断において優先されていることがうかがえる。

被験者	地方移住への関心	地方暮らしでイメージするライフスタイル (ポジティブな内容のみ抜粋)	地方移住の阻害要因
5B 男性 × 東京圏 出身 × 関心なし	(主な発言) <ul style="list-style-type: none"> なるべく実家からあまり離れすぎないところに住みたいと思っている。 大阪や名古屋などの大きな都市は、関心はあるが、地域の特性がわからないため、少し不安。 	(自宅や自宅周辺での日常生活) <ul style="list-style-type: none"> 人が多くなく、長閑なところ、山だと気候の変動がある。 	(主な発言) <ul style="list-style-type: none"> 家賃が高くなることが心配。 実家からあまり離れすぎないところに住みたい。
5C 男性 × 東京圏 出身 × 関心なし	(主な発言) <ul style="list-style-type: none"> 首都圏の出身で、配偶者の実家も首都圏にあるため、わざわざ地方に移住する理由がない。 友人がいるわけでもない、車の運転もできるが好きではない。大阪や神戸、福岡は地方の中だったら行ってもよいが、東京の方が食べ物もおいしいし、電車も多いし暮らしやすいと思っている。 東京都の利便性を捨ててまで地方に移住するメリットを感じられない。 	(自宅や自宅周辺での日常生活) <ul style="list-style-type: none"> 地方の住宅は価格の割に広いイメージ。 (仕事や働き方) <ul style="list-style-type: none"> 東京の会社に籍を置いたまま地方で働けるのであれば、給与は変わらないイメージ。 (趣味、余暇の過ごし方、交友関係) <ul style="list-style-type: none"> 地方の方が近所付き合いがあるイメージ。 	(主な発言) <ul style="list-style-type: none"> 首都圏にいる友人と上手く付き合えており、地方だと、会うためのコストや会う場所を考えるのに労力がかかると思う。
6A 女性 × 東京圏 出身 × 関心なし	(主な発言) <ul style="list-style-type: none"> 東京に住むと本当に何でもあり買いたいと思ったものをすぐ買に行けるので便利。知らないだけかもしれないが、地方だと東京に勝つ地域はあまりないと思っているため地方に住む理由があまり思いつかない。 祖母の家が静岡にあり、水がきれい、空気がきれいでよいと思うが、駅前に人があまりいない、栄えていないため遊びに行くのはよいが、住むのは現実的ではないと思う。 スーパーが駅前にあっても住みたいかと言われるとそうは思わないため、生活ではなくSNSで見るとおしゃやれなご飯屋やカフェのような娯楽の刺激がないから魅力に感じないのかもしれない。 	(自宅や自宅周辺での日常生活) <ul style="list-style-type: none"> 水がきれい、空気がきれい、駅前に人があまりいない、栄えていない、遊びに行くのが丁度よい。 	(主な発言) <ul style="list-style-type: none"> 行ったことが無い町が大半であり、あまり知らない。 地方＝田舎で何も無いイメージを勝手に持っている。 車がないと生活ができなさそうというイメージがあり、車を運転できないため交通面で大変だと思う。 仕事の内容も影響を与えている。 地方に住むと友人に会えない、実家も月1で帰ることが難しくなる。 意外と栄えていることもあると思うが、情報が少ない、情報を得るタイミングがあまりなく、阻害されているというよりはきっかけがあまりないので地方は田舎だと思って住む気がなくなっている。

3. 3. 3. 地方移住の関心等に係る分析の結果詳細

地方移住への関心 × 地方暮らしでイメージするライフスタイル（ポジティブ） × 地方移住の阻害要因（2 / 2）

被験者	地方移住への関心	地方暮らしでイメージするライフスタイル (ポジティブな内容のみ抜粋)	地方移住の阻害要因
6B 女性 × 東京圏 出身 × 関心なし	<p>(主な発言)</p> <ul style="list-style-type: none"> 三大都市圏以外では車が必要。歳を重ねると車も運転できなくなるため、「どうしよう」と感じる。私の中では車は危ないものだと感じている。 希望している職種（メディア関係）はほとんど東京都にあり、探せば地方にもあるかもしれないが、安定した会社ではないのではと考えている。 希望する職種があれば、仙台市に住んでもよかったが、振り返ると住んでいた地域は坂が多く自転車での移動が大変であった。 三大都市圏であれば、選択肢としてはゼロではない。しかし、今まで関わりが無かったのでイメージが湧かない。 	<p>(自宅や自宅周辺での日常生活)</p> <ul style="list-style-type: none"> 家は家賃が安く広いイメージ。 政令市であれば、家賃が安く鉄道も発達しているため住む上では便利なイメージ。 	<p>(主な発言)</p> <ul style="list-style-type: none"> 住宅は家賃が安く、広い印象がある。 三大都市圏以外では車が必要であり、車が運転できない年齢になった場合の不安がある、車は危ないものと感じている 希望している職種はほとんど東京都にあり、探せば地方にもあるかもしれないが、安定した会社ではないのではと考えている。 福利厚生や会社としての安定面が不安。 本社が無いイメージ。 静岡県でも宮城県でも近所づきあいはなかったため、コミュニティは特に阻害要因に感じていない。
7B 男性 × 非東京 圏出身 × 関心なし	<p>(主な発言)</p> <ul style="list-style-type: none"> 就職活動の際に、両親の承諾について聞かれることが多く、個人の自由を認めてもらえない環境だった。噂も直ぐに広まる。地域コミュニティから逃げることを封じ込めようとする性質があると感じており、地方には関心を持たなかった。 九州や関西は、比較的発展している都市で外国人の方も多く、個人の自由を認めてくれる雰囲気があると思うが、興味関心は地域による。 東北地方は「村落文化」が強いと感じている。 	<p>(自宅や自宅周辺での日常生活)</p> <ul style="list-style-type: none"> 地方暮らしのイメージは自然が豊かで食べ物おいしい場所。 大阪府や京都府であれば、発展しているため生活に困ることはないイメージ。 <p>(趣味、余暇の過ごし方、交友関係)</p> <ul style="list-style-type: none"> 九州や関西は、外国人の方も多く個人の自由を認めてくれる雰囲気があるイメージ。 	<p>(主な発言)</p> <ul style="list-style-type: none"> 住環境や食費に関して問題はない。 親の承諾について聞かれることが多く、就職活動に苦労したなど、仕事に阻害要因になる。 1都3県では、スキルで評価してもらえる企業が多かった。 身元保証人が親族でなければならぬ会社もあったが、相談して、対応してもらえた。
7C 男性 × 非東京 圏出身 × 関心なし	<p>(主な発言)</p> <ul style="list-style-type: none"> やりたいことをやるのが主な軸のため、エリアにこだわりがない。 東京都以外では、地元でもその他の地域でもやりたい仕事がない。 住む場所はやりたい仕事を軸に決めている。 	<p>(自宅や自宅周辺での日常生活)</p> <ul style="list-style-type: none"> 地元での生活を想像するとなじみがあるため安堵はする。 イメージする暮らしでは、森の中に囲まれた生活、自然に溢れている。 	<p>(主な発言)</p> <ul style="list-style-type: none"> 選択肢が多ければ私のやりたいことがあったかもしれないという背景に立つと、仕事の選択肢が少ないことが阻害要因。
8A 女性 × 非東京 圏出身 × 関心なし	<p>(主な発言)</p> <ul style="list-style-type: none"> 今の生活に慣れた。 地元に戻ってもダンスをできる環境が無いため、Uターンに関心が無い。Iターンも同様。 ダンスを学びたい人が東京にいる。人も環境も整っている。 	<p>(自宅や自宅周辺での日常生活)</p> <ul style="list-style-type: none"> 空気が清潔。 物価が安い。 名古屋市は地下鉄などの交通の便はよいが、料金が東京に比べ高い。 政令市自体はなんだかんだ栄えているイメージだが車は必要。 	<p>(主な発言)</p> <ul style="list-style-type: none"> 空気の清潔さなどは地元の方がよいだろうが、東京都に慣れてしまって、たまに帰省する程度で十分。 ダンスなどやりたいことが東京都にしかないため、帰ってもやれることが限られている。

3. 3. 3. 地方移住の関心等に係る分析の結果詳細

地方移住への関心 × 地方暮らしでイメージするライフスタイル（ネガティブ） × 地方移住の阻害要因（1 / 4）

- 地方暮らしのネガティブなイメージの背景を把握するため、地方移住への関心及び、地方移住の阻害要因との関係を整理した。
- 東京圏出身の関心あり・行動ありの被験者は、地方暮らしのイメージとして、交通利便性が低いことなどを理由に、自宅や自宅周辺での日常生活に加え、仕事や働き方、趣味や余暇の過ごし方についても懸念があると回答する者が多かった。
- 東京圏出身の関心あり・行動ありの被験者のうち、東京の生活コストや生活環境をきっかけに地方移住への関心を持った被験者では、阻害要因として生活利便性を挙げる回答が多く、生活利便性の優先度が高いことがうかがえる。

被験者	地方移住への関心	地方暮らしでイメージするライフスタイル (ネガティブな内容のみ抜粋)	地方移住の阻害要因
1A 男性 × 東京圏出身 × 関心・行動あり	(主な発言) <ul style="list-style-type: none"> 配偶者が群馬出身で、都心や神奈川、埼玉、千葉でも、地価や物件の値段が上がってきている。仕事もリモート系のため地方に移住しても、むしろ生活のコストは下がると考えている。社会人になってからそう思い始めた。 	(自宅や自宅周辺での日常生活) <ul style="list-style-type: none"> 住宅街で車をよく使うイメージ。 住宅について都心と比べるとアクセスできる媒体が少ない。 (仕事や働き方) <ul style="list-style-type: none"> 地方で暮らすにあたりフルリモートに振り切れるのも、転職するのもスキルがないと難しい。 地方で働く場合はよりリモートを重視した仕事になると感じる。 (趣味、余暇の過ごし方、交友関係) <ul style="list-style-type: none"> 車を使うイメージのため、遠方の友人と遊びに行く際の交通費に懸念がある。 	(主な発言) <ul style="list-style-type: none"> 今調べているが仕事がフルリモートの部署など上司と掛け合えないと実現が難しい、無理であれば仕事を変えないといけないので仕事面が一番大きい。 地方移住は30歳前半ぐらいを考えており、社会人4年目なので、フルリモートに振り切れるのも、転職する場合も、ある程度のスキルがないとまだ難しいと感じている。 友達が都心に集中しているので関わりも薄くなってしまう。 住宅について地方なので、都心と比べるとアクセスできる媒体が少ないと感じている。
1B 男性 × 東京圏出身 × 関心・行動あり	(主な発言) <ul style="list-style-type: none"> 東京都に住んで、人が多すぎると感じたことが、大きな要因である。渋谷、新宿、池袋、秋葉原は人が多いと感じる。 住んでいる江東区もやや多いと感じる。 	(自宅や自宅周辺での日常生活) <ul style="list-style-type: none"> したいと思ったことをするのに2駅先に行かなければできないイメージがある。 	(主な発言) <ul style="list-style-type: none"> 東京都にはお店など何でも揃っており、そこに依存している。 地方に移住した際に、「〇〇がしたいけれども、2駅先に行かないといけない」など心配に感じている。 実家より更に不便になるのではと感じている。
1C 男性 × 東京圏出身 × 関心・行動あり	(主な発言) <ul style="list-style-type: none"> 旅行をきっかけに興味湧き、自然もある中で、ある程度都会のような部分もある、そしてアクセスも非常にいい場所があったから、そこに移住を考えてもよい。 	(仕事や働き方) <ul style="list-style-type: none"> 農山漁村などの地域についてはイメージが湧かない、民泊などビジネス展開をしたいと思えないと住みたいと思わない。 (趣味、余暇の過ごし方、交友関係) <ul style="list-style-type: none"> ライブをしているところも多く、映画館も近くにあるが、画集の販売は都心が多いため懸念している。 どういった人が住んでいるか分からない、1か月ほどお試しできるのであれば利用したい。 	(主な発言) <ul style="list-style-type: none"> 都心、東京と比べてしまう。 移住したところで1年経ったら飽きてしまう。 治安の良さはある程度考える。 アクセスについては阻害要因に感じない。 移住する場合、転職することを想定している。 馴れ馴れしい人はいないと思う。

3. 3. 3. 地方移住の関心等に係る分析の結果詳細

地方移住への関心 × 地方暮らしでイメージするライフスタイル（ネガティブ） × 地方移住の阻害要因（2 / 4）

被験者	地方移住への関心	地方暮らしでイメージするライフスタイル (ネガティブな内容のみ抜粋)	地方移住の阻害要因
2B 女性 × 東京圏 出身 × 関心・行 動あり	<p>(主な発言)</p> <ul style="list-style-type: none"> 関心を持ったきっかけは、テレワークが始まったこと。 自立をしようと考えていた時に、東京に出て住むとなると、とてもお金がいる。住むことにお金をかけていると、自分のやりたいこと（旅行）ができなくなってしまう。できるだけ費用を抑えた上で、住める場所、首都圏以外のことを考え始めた。 	<p>(自宅や自宅周辺での日常生活)</p> <ul style="list-style-type: none"> 車社会のため、車の購入がハードルに感じる。 利便性が現住所より悪くなる。 <p>(趣味、余暇の過ごし方、交友関係)</p> <ul style="list-style-type: none"> 空港から遠くなり、海外旅行ではなく国内にもう少し目が向くことになる。 	<p>(主な発言)</p> <ul style="list-style-type: none"> 自分の住んでいる和光市はスーパーもコンビニもすぐ近くにあるので、その利便性ということを自分が許容できるかということが気になる。 自分は車を運転できるのでそこまで不安ではなかったが、車社会になると思うので、後々自分の車も購入検討しないといけないとハードルに感じた。 仕事はそこまで不安に感じていない。 小山は通勤時間は長くなるが、新幹線が通っていて利便性があるので不安はない。 会社も地方移住を容認してもらっている。 月数回程度の出社であり、新幹線の補助も問題なく支給されている。 気軽に会いづらくなってしまおうというのはあるので、少し不安感・悲しさはあるが、地元にいる友人は車を持っている子も多く、小山も1時間半くらい走らせればすぐ着く場所であり、そこまで会う回数は減らない。
2C 女性 × 東京圏 出身 × 関心・行 動あり	<p>(主な発言)</p> <ul style="list-style-type: none"> 現役の時は仕事のことを考えて会社の近くに住みたいが、東京都や神奈川県は家賃も高く人も多く、将来的にきつく感じそうなので、地方移住に関心がある。 50,60歳ぐらいで地方移住したい。 地方移住の規模感によるが、長野県のような都内から2～3時間ほどで行ける場所であれば、30～40代でもいいなと思っている。 子供が独立立ちをして、セカンドライフとして、本格的に地方移住をしたい。 セカンドライフとしては、北海道や九州を配偶者と話している。 配偶者が北海道出身であり、また、ニュースの特集で車は必要だが、スーパーマーケットや病院があったり、移住者を増やしている内容も見た。北海道沼田町の話は出ていた。 九州は、車があれば様々な場所を回れるし、温泉もあるからよいと配偶者と話していた。福岡や大分などの県単位の話はしたが、市町村までは話していない。 都心に近い郊外のイメージをしており、人が多いのが苦手なため、ごみごみすぎているところがない。 	<p>(自宅や自宅周辺での日常生活)</p> <ul style="list-style-type: none"> 車は必要だが、スーパーがあったり病院があったり移住者を増やしているところもある、九州であれば温泉も魅力的。 <p>(仕事や働き方)</p> <ul style="list-style-type: none"> 現職はフルリモートではないと地方では難しく、現地で働けるFP（ファイナンシャル・プランナー）など金融系の資格をとって働くが開業が必要。 	<p>(主な発言)</p> <ul style="list-style-type: none"> 日常生活の利便性で懸念点は仕事以外ない。 現職がフルリモートでないことが阻害要因。 住んだことも行ったことも無いので人間関係はわからない。

3. 3. 3. 地方移住の関心等に係る分析の結果詳細

地方移住への関心 × 地方暮らしでイメージするライフスタイル（ネガティブ） × 地方移住の阻害要因（3 / 4）

- 非東京圏出身の関心あり・行動ありの被験者は、仕事や趣味・余暇の過ごし方などについて懸念があると回答する者が多かった。
- 地方移住の阻害要因では地方移住先での仕事や交友関係が挙げられており、地方暮らしのネガティブなイメージが移動の意思決定に影響を与えていることがうかがえる。

被験者	地方移住への関心	地方暮らしでイメージするライフスタイル (ネガティブな内容のみ抜粋)	地方移住の阻害要因
3A 男性 × 非東京圏出身 × 関心・行動あり	(主な発言) <ul style="list-style-type: none"> 福島県いわき市の田舎出身で居心地の良さを感じるのが大きくあると思う。日本各地の魅力を知りたいと思うし、住んだからこそわかる地域の良さがあると思ふ興味がある。 地方の方が人とのつながりがより実感できると思う。その点が福島と東京との違いになると思うため、そういった人とのつながりを実感できるのがよいなと思っているのが理由。 Uターンもあり得るが、ある程度知っているため、地元でなくてもよいと思っている。 もともと知っているところより、他の地域に関心がある。 	(仕事や働き方) <ul style="list-style-type: none"> 現職を続けられるか分からない。 	(主な発言) <ul style="list-style-type: none"> 収入の問題で今の仕事を続けられるかどうか不安に感じている。 東京に友人が多いので会えなくなることで楽しみが減ってしまうことに不安に感じている。 移住先の新しいコミュニティと触れ合いたい。
3B 男性 × 非東京圏出身 × 関心・行動あり	(主な発言) <ul style="list-style-type: none"> 友人がこれから結婚して子供を持った際に、会う頻度は減ると考えている。子供のことを考えたことが地方移住について考えるきっかけになっている。 熊本県もすぐ住みやすいためUターンも関心は高いが、配偶者の実家が東京のため、近辺でいうと長野県の方が熊本県よりも近いと考えている。 Uターンであれば、両親に子育てを手伝ってもらえることも選択肢の一つにある。 長野県伊那市で住宅営業（前職）で案内していたご家族のお子さんがすぐのびのびと育てているのも見て、地方移住を考える際の上位に来ている。 あまり住んだことがないところについては、関心を持つきっかけがなかったため、あまり関心がない。逆に嫌悪感もないため何かきっかけがあれば候補に入ってくると思う。 	(仕事や働き方) <ul style="list-style-type: none"> 現在の仕事が東京に偏っているので、転職の必要がある。 (趣味、余暇の過ごし方、交友関係) <ul style="list-style-type: none"> 思っている以上に近くに娯楽がないなど環境のギャップがある。 良くも悪くもコミュニティが狭い印象。 	(主な発言) <ul style="list-style-type: none"> パートナーの同意が得られるかが一番大きい。 住宅は東京に比べて安いので、不安に感じていない。 長野県は冬が寒いので環境はネックに感じる。 今の仕事が東京に偏っているので、地方移住をする場合、スキルを活かして別の仕事をすることになる。 転職については、同じ業種、職種で仕事を変えるよりかはハードルが高い。 交友関係は東京に多く、長野県にいたときにあまり会えなかったのはネックに感じている。
3C 男性 × 非東京圏出身 × 関心・行動あり	(主な発言) <ul style="list-style-type: none"> 転職後に電車に乗らなくなり、そこまでストレスを感じなくなった。生活費もうまく今は抑えられているため、無理に移住しなくてもよいと感じている。 転職前は、知らない人と体を密着させて人としての尊厳を踏みにじられている、本能的に無理なものを押し殺して30年40年働いていくことに限界を感じた。 Uターンで大阪に帰ると、必然的に仕事場はほとんど大阪市内になるが、結婚もする中で自分も実際相手も東京で仕事をしているため、いきなり一人では考えられなかった。ただ育ってきた家や環境もあるため戻る選択肢としてはなくはない。 別の地域も同様で、将来的には移ってもよいという話はしているが、具体的にいつかは何とも言いえない状況。 	(仕事や働き方) <ul style="list-style-type: none"> 仕事は具体的には見えないため、起業も選択肢の一つ。 (趣味、余暇の過ごし方、交友関係) <ul style="list-style-type: none"> 近隣の方とのコミュニケーションを避けると、田舎ではやっていけないイメージで大切にしたい。 	(主な発言) <ul style="list-style-type: none"> タイミングよく二人で行けるわけではないとなると単身で行くタイミングが出てくる。 子育ての時期と被ったらどうしよう。 住居をどう決めていくかも考えないといけない。 そこでやっていけなくなり離れることになったとしても土地を買って手放さない状態にはなりたくない。 一生過ごせる場所が決まるのが理想だが、もしそうならない場合でも動けるようにはしておきたい。 現地の会社で働きたいとは言っても給与水準が違う。

3. 3. 3. 地方移住の関心等に係る分析の結果詳細

地方移住への関心 × 地方暮らしでイメージするライフスタイル（ネガティブ） × 地方移住の阻害要因（4 / 4）

被験者	地方移住への関心	地方暮らしでイメージするライフスタイル (ネガティブな内容のみ抜粋)	地方移住の阻害要因
4A 女性 × 非東京圏出身 × 関心・行動あり	(主な発言) ・結婚をして子供を持ち、家が欲しくなった際に、地方の方が安く家を買えると思った。また、子供にのびのびと過ごしてもらえんと思った。 ・6〜7年ほど、墨田区に住んでいるが、窮屈に感じている。 ・電車が1時間に1本しかないような、田舎のところは望んでいない。都会と田舎が調和しているところがよい。群馬県前橋市や京都府の嵐山あたりなど。 ・他県は県庁所在地に新幹線が通っているなど、交通の便が羨ましい。しかし他県に住み慣れておらず、出身地の方が馴染みはあるので住みやすそうだと感じている。 ・地元には親戚がいるので、地元に近い地域に住みたい。	(仕事や働き方) ・東京都の会社に勤めたままだと出勤頻度が下がってしまう。 ・東京都の会社に必要の際に出社するイメージで、駅から遠いところに住むと不便になる。 ・仕事は車で営業するイメージがあり、運転免許が必要。 (趣味、余暇の過ごし方、交友関係) ・首都圏に住む友人との交流にハードルを感じる。 ・東京都の方がおしゃれなお店が多くある。	(主な発言) ・東京都はオシャレなお店が多くあるが、そのようなまちから離れてしまうのは残念だと感じている。 ・駅やアクセスを重視すると家賃が高くなってしまいうので、どこで折り合いをつけるか決めることが難しかった。 ・フルリモートが可能だが、自宅だと集中が持たないため、出勤の頻度が減ってしまうことが懸念点。 ・交友関係にハードルを感じる。
4B 女性 × 非東京圏出身 × 関心・行動あり	(主な発言) ・社会人1年目の時は考えていなかったが、2年目に、東京都の家賃が上がってきて、かつ東京都への憧れも減ってきた。 ・子供のことを考えはじめ、現実を見据えた際、わざわざ東京都にこだわる必要が無いと感じた。地方に暮らしている友人に話を聞き、都内で暮らすよりも、地方で暮らした方がのびのび暮らせると感じた。三重県出身だったこともあり、のびのび暮らせると実際に思った。 ・ECサイトの普及で、地方に暮らしていても、高校生の時に買えなかったものを簡単に手に入れられるようになった。また、自分が「今の子」ではなくなってきたため、トレンドを追いかける必要がなくなり、東京都への憧れは減った。 ・都内だと校庭が狭く、のびのび子供が育てられなさそうと感じている。家が狭くなるので窮屈な思いをさせてしまうと感じている。 ・都内では教育熱心の方が多く、小学校受験や中学校受験などの「競争」に巻き込まれたくなく、私ものびのびと暮らしたい。 ・友人からは家賃や、家を建てるかなど話を聞き、地方なら家を建てられるのかと感じた。 ・実家があるので三重県もよいとは思いますが、滋賀県などがよい。京都府が好きで、配偶者が大学時代に京都府にいたこともあり、京都府に近い滋賀県がよいなと思っている。	(自宅や自宅周辺での日常生活) ・車がないと移動できない。 ・「地方」と「田舎（農山漁村）」の棲み分けがあり「田舎」は不便なイメージ。 (仕事や働き方) ・収入は下がる。 ・車通勤であり、通勤時間は増える。仕事自体はリモートワークであまり変わらない。 (趣味、余暇の過ごし方、交友関係) ・趣味のヨガのスタジオはないイメージ。	(主な発言) ・住宅は車があるのでそこまで懸念点はない。 ・似た業種であれば探すことに困ることはあまりないと思う。 ・収入が下がっても、生活コストは半分になるので、問題ない。 ・京都府で転職先があればいいが、大阪府となると、滋賀県から遠いので、幅が狭まるというのが懸念点。 ・東京都に友人が多く、友人から離れてしまう。 ・滋賀県に友人もいないので懸念している。
4C 女性 × 非東京圏出身 × 関心・行動あり	(主な発言) ・関心を持ち始めたきっかけはコロナ禍。 ・コロナ禍でリモートワークになって遊ぶこともないという理由で、しばらく実家に帰っていたこともあり、土日に運転の練習で両親とドライブに行くなどスローライフの週末を過ごし、忙しい日々よりもよいと思い始めた。大学生の時は忙しい日々が楽しかったが、東京は住むところというよりも長い目で見て遊びに来るところ、刺激を得に来るところと思い始めたため、もう少し人生のフェーズが落ち着いたらかもしれないが、落ち着いた生活をするには福岡だと思っている。 ・福岡以外の地方への関心はあまりない。	(趣味、余暇の過ごし方、交友関係) ・親族との繋がりは深くなりそう。	(主な発言) ・今の会社の福岡拠点に異動するか、転職するかが考えられる。 ・婚約者は不動産関係の仕事をやっている、リモートができないため、仕事を変える、転職をするなど、そのタイミングがボトルネックになっている。 ・東京でも友人と会う機会は減ってきていて、ダンスやヨガ、スポーツ観戦など一人で楽しめる趣味が多いのであまり気にしていない。 ・福岡県の親戚からは性別による固定観念を感じるが、他所は他所なので、関係ない。

4. 本件調査の結果

4. 本件調査の結果

- 本件調査では、東京圏に在住する若年層を対象に、人口移動の動向と、その背景にある人々の意識等を調査・分析するため、地方移住など本調査に関連する専門的な知見等を持つ有識者にヒアリングを行い、その結果を踏まえてインタビュー調査を実施した。
- 有識者ヒアリングにおいては、地方移住への関心に影響する要素（仕事、結婚・子育て等）や、地方移住の最新動向、インタビュー調査の実施方法等について意見を収集した。
- ヒアリング結果を踏まえ、上京した要因や現在のライフスタイルの満足度、地方移住への関心が変化したきっかけ、移住に向けた行動、阻害要因等において、出身地・出身地以外への移住関心や、既婚・未婚の違い等を把握できるようにインタビュー調査を設計した。
- 地方移住への関心がある主な理由は、東京圏の生活コストや生活環境に対する不満や子育てである一方で、関心がない主な理由は、東京圏でしかできない仕事や余暇があることや、地方の生活利便性の低さであることが明らかになった。
- 地方移住への関心に対しては、出身地、東京圏に移動した理由、現在のライフスタイルにおける不満、仕事等が影響していることが明らかになった。

