

EVERY
DAY IS A
Chance to CHANGE
YOUR Life

宮崎で働く暮らし

もっと私らしく自由に



宮崎市移住センター

life-miyazaki.com

[iju_miyazaki_city](https://miyazakicity.ijucenter.jp) [miyazakicity.ijucenter](https://miyazakicity.ijucenter.jp)



03 / 宮崎市ってこんなとこ	11 / 移住者 デュアルライフ 移住対談	15 / みやざきくらしのはじめかた ミヤザキ スタートアップ
05 / 移住者 インタビュー	13 / 先輩移住者 移住かるた	17 / コワーキングスペース information
		19 / 移住に関する 相談窓口

宮崎だからこそ
会える人がいる 見れる景色がある
挑戦できる場所がある
自分をもっと好きになる

あたらしい「LIFE」が宮崎にある

移住前に知っておきたい 宮崎の基本情報

あったかくて、しあわせ。
暮らしに最適なコンパクトシティ、宮崎市。

海と山、そして街、どれも程よく近い宮崎市。
暮らし、仕事、子育てなど、まずは移住する
にあたり宮崎市の基本情報をリサーチ！

■宮崎市の広さ(面積)

643,54km²

東京23区 627,57km²とほぼ同じ！

宮崎県は
広いんです！

宮崎市は
ここ！



■宮崎市の情報あれこれ

人口 401,784人

世帯数 198,650世帯

*令和3年3月1日現在 住民基本台帳人口



航空便 飛行機なら宮崎もすぐ近く！

全国主要都市 ⇄ 宮崎空港

都心部から
宮崎まで
ひとつ飛び！

東京 - 宮崎
大阪 - 宮崎
福岡 - 宮崎

約 90 分
約 60 分
約 45 分



移動 全国でも珍しい近さ！

宮崎空港 ⇄ 宮崎市中心部

交通手段いろいろ

車 約 15 分
鉄道 約 10 分
バス 約 30 分



空港の近くには
レンタカーショップ
も充実！



HELLO! MIYAZAKI



幸福度 No.1 の 街で暮らそう

知ってましたか！？ 宮崎県は
日本で1番「幸福度」が高い県です！

*ブランド総合研究所実施「都道府県『幸福度』ランキング」2019・2020より

JOB 多種多様なお仕事、揃っています！

1,091件

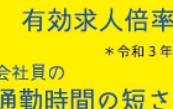
*令和3年4月1日時点



ふるさと宮崎人材バンク掲載求人数

1,21倍

*令和3年1月 宮崎労働局職業安定部発表



有効求人倍率

会社員の
通勤時間の短さ

全国3位

*平成28年時点 县HP宮崎のすがたより

子育て 地域で安心して子育て！

宮崎市内の子育て支援センターの数は、なんと35ヶ所！
広々とした公園や河川敷など、のびのびと子育てできる
環境がありますよ。*宮崎市地域子育て支援センターとは、妊娠中の方や未就学児の
親子が無料で利用でき、育児相談などができる施設です。



MyCar 車があると目一杯宮崎を楽しめます！



世帯あたりの自家用車所有率1.8台の宮崎県。

一家に1台の車がスタンダードな、車社会です。車があることで、
宮崎市を拠点として県全体を目一杯楽しむことができますよ！
求職の際の幅も広がります。

Life 家賃や生活費の目安



家賃の価格幅は北部と南部ではおおよそ5,000円の幅となります。
下記は駅周辺での情報です。

【北部】宮崎駅周辺

1R、1K、1DK：家賃30,000円～
1LDK：家賃50,000円～
いずれも駐車場別契約が多いです。
駐車場相場8,000円～

【南部】南宮崎駅周辺

1R、1K、1DK：家賃25,000円～
1LDK：家賃45,000円～
駐車場込み物件も多く、無しの
場合でも相場が5,000円程度です。



宮崎市移住アンバサダー不動産部門
南不動産 関谷さんが語る家事情！



■ 移住を決めた経緯：満員電車で往復 3 時間。満身創痍な日々

新宿で生まれ、幼少期は千葉で過ごしました。市場や飲食での勤務を経て、2009 年に IT ベンチャー企業へ就職。広告運用に関する業務を行っていました。早朝から深夜までのハードワークに加え、往復 3 時間の通勤。精神的にも身体的にもしんどかったです。加えて、1 日 150 件以上の営業電話。給与は出来高制というシビアな世界でした。その後の仕事にいきる経験は積めましたが、満身創痍な日々でした。その後、当時上場を目指していた企業の子会社代表を経験。2015 年に本社が無事上場し、一通りのビジネスの知識や経験を身に付けることができたんです。

■ 移住後の活動：みやざきスタートアップハブでの豊富な出会いや充実サポート

金銭的余裕ができ、自分にとって本当に大事なものに気付きました。それは「自分自身で選択できる、自由な時間」。その時間を作るには、起業し雇用することが必要だと考えました。そんな時、偶然「宮崎に遊びに来てみたい？」と中学時代の同級生に誘われたんです。彼は、宮崎市が創業支援を行うインキュベーションルーム「みやざきスタートアップハブ」のスタッフでした。軽い気持ちで宮崎市へ。すぐに宮崎の魅力に魅了されたんです。温暖な気候。美味しい食やお酒。そして、行政の方をはじめ、人々の温かく手厚いサポート。人も程よく少なく、理想の生活を送ると確信しました。その後、みやざきスタートアップハブに入居し、2018 年に広告運用をメインとした会社を設立。ライフを大事にしたいと、社名は『Life style Innovation』としました。

■ 宮崎でのライフスタイル：カジュアルに楽しめるサウナやゴルフ

宮崎での日々は、誰にも制限されることなく自分自身の人生を楽しめる毎日。そして、満員電車に揺られる 3 時間もなくなり、まるで 1 日 27 時間な気分です。都内では時間や費用がかかりがちなゴルフやサーフィンも、宮崎ならカジュアルに楽しめるので、プライベートも充実しています。今は河原にテントを張り楽しむ「テントサウナ」にハマっているのですが、都内では絶対にできない体験だと思います。このような宮崎らしさを社員にも楽しんで欲しいと、福利厚生には「ゴルフラウンド補助制度」や「サウナ制度」を採用しています。

宮崎市を検討している人は、ぜひ 1 度来てみて欲しいですね。人の懐の広さや自然の豊富さ、食の豊かさを感じることができます。知り合いがないという方は、ぜひ連絡ください。一緒にニシタチへ飲みにいきましょう！

移住 Q&A

【移住目的は？】 起業をしたい・ライフスタイルを変えるため

■ 移住までかかった期間：初来宮から起業まで約 3 ヶ月・住民票を移すまで約 2 年

■ 移住にかかった費用：約 10 万円→下見の際の交通費+引越代なし

（自分で少しづつ荷物を運んだ。大物は宮崎で購入）

■ 宮崎市移住お役立ち情報：会社を立ち上げたい人はぜひ「みやざきスタートアップハブ」を活用して！

My 人生グラフ



まるで 1 日 27 時間！

自分で自由に選択する人生を



スタッフは広告未経験の方も多い、→
またライフスタイルを大事にできる
会社として人気。
それぞれの感性や可能性も広げていける職場。



MIYAZAKI LIFE
Channel YouTube



← 実は、元バンドマンの石川さん。
多様な経験が今の実務にいきている。
社内でのコミュニケーションもお任せ！



街中移動も
自転車でスイシイ♪

■移住を決めた経緯：17歳で整体の道へ。宮崎に恩返しがしたい

宮崎市出身で、17歳のときに当時の部活動の先輩の勧めで、初めて整体の施術を福岡で受けました。その時、施術後の自分の体の変化に衝撃を受け、整体の道へ進むことを決意。高校を中退し、修行のため福岡へ行きました。猛勉強ののち、21歳の時に起業を決意。最初は福岡でも店舗を探しましたが、ふと福岡で店を出す理由ってなんだろうと考えたんです。やるなら地元宮崎に恩返しがしたい。そんな自分の気持ちに気付き、21歳の時に宮崎市へUターン。「整体 KAWASHIMA」をオープンし、美容整体で注目されオープン1年後には予約1ヶ月待ちとなりました。今では東京・大阪・福岡に進出し6店舗展開。6年前にたった1人で始めた店舗は、現在30人のスタッフに支えられ運営しています。

■移住後の活動：宮崎の人たちを元気にするために

スタッフの教育や様々な勉強など、これまでもちろん大変なこともありましたが、ひたすら前を向いて動き続けました。原動力は「宮崎の人たちを元気にしたい」「みんなが行きたいと思えるような整体院を作りたい」という使命感でしたね。整体は、年齢を重ね、痛みが出てから行く場所というイメージの人が多いと思います。しかし、もっと若いうちからメンテナンスしておけば体の不具合を予防することができる。年配の方達が腰が曲がった状態で歩いているのを見ると、どうにかしなくてはならないと感じていました。だからこそ、若い世代に整体の重要性を認識してほしいと考え、体の歪みを整え美しくなる「美容整体」という視点での発信にたどり着きました。より多くの人に知ってもらうため、YouTubeを始めとしたSNSでの情報発信に力を入れています。今ではチャンネル登録者は68万人を超え、全国誌など大手メディアからの取材も相次いでいます。どんな時もおごることなく、自分のすべきことや周囲への感謝を忘れないようにしたいですね。

■宮崎でのライフスタイル：移住者だからこそその視点で、宮崎に新しい風を

全国の店舗を運営していますが、本院の宮崎には強い思い入れがあります。宮崎にいると、ほっと肩の荷が下りる感じがしますね。自然とリラックスできるんです。また、僕には23歳の時に結婚した妻ともうすぐ生まれる子どもがいるので、家族との生活も楽しみです。休みの時は、友人と銭湯や食事にでかけ、リフレッシュしていますね。

各拠点と宮崎を行き来して感じるのは「宮崎はまだまだこれから発展していく可能性を秘めている街だ」ということ。移住を考えている皆さんにも、未開発の部分を見つけ、移住者だからこそその視点で、宮崎をもっと魅力的な街に発展させていってほしいです。

移住 Q&A

【移住目的は？】 地元に戻って整体院を開業するため

■移住までかかった期間：約1ヶ月ほど

■移住にかかった費用：約5～10万円→引越し代

■宮崎市移住お役立ち情報：宮崎市移住アンバサダーのカフェなどで話を聞いてみて！

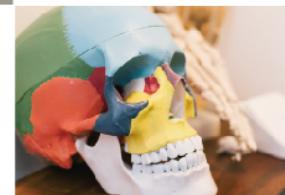
My人生グラフ



デスクワークの方や慢性的な肩凝り→
がある方、スポーツでカラダを痛めた方など、施術に来られる理由は様々。
それぞれに合わせた施術を行なう。

MIYAZAKI LIFE
Channel 

↑移住を楽しむにも身体が資本。若い
うちから体のメンテナンスをすること
で、より良いライフスタイルに。



←痛い箇所だけが原因とも限らない。
それを一瞬で見抜く川島さんの経験と
技術で、施術後の体の変化にびっくり！

様々な悩みを解決する
川島さんの「手」

■移住を決めた経緯：カナダでの運命的な出会い

私は東京出身で、国家公務員をしていました。元々旅が好きで、一度海外に住んでみたいという思いから、2017年にワーキングホリデーでカナダへ渡航。そこでバリスタとして働きながら、いつか自分のお店を開きたいと思っていたんです。そんな時に出会ったのがシェフをしていたロッキー。すぐに意気投合し、日本で一緒にカフェを始める約束をしました。宮崎を候補に選んだのは、ロッキーの奥さんが宮崎出身で、ロッキーも宮崎をとても気に入っていたからです。私も海の見える場所でカフェをしたいと思いがあり、2019年5月に帰国後、すぐ宮崎へ下見に行きました。私は初めての宮崎でしたが、宮崎市に来る前から写真などでイメージを膨らませていたので、一つずつ確認作業をしていく感じでしたね。実際に宮崎の人々に触れ、この街が大好きなのも大きな理由です。それから一旦東京へ戻り、2020年2月に移住しました。

■移住後の活動：世界の食を通して、新しい体験を宮崎へ

ロッキーは奥さんと一緒に宮崎に移住していたので、私が移住してからすぐ起業に向け動き始めました。今はフードトラックという形でやっていますが、当初はお店を構える予定だったんです。でもちょうど新型コロナウイルス感染症が拡大し始めた時期で、お客様に会いに行けるモバイルカフェというスタイルに転換。起業にあたっては、いろんな人の話を聞きに行きました。起業までの準備期間は、約6ヶ月くらいでしょうか。私たちのお店のコンセプトは、世界の食や文化、多様性を届けること。トロントは、いろいろな国籍や人種、ジェンダーが集まっている多様性の街と言われています。そして、フードトラックを起点にしてつながりが生まれる街でもあるので、そういう文化を宮崎にも作っていきたいなと思っています。

■宮崎でのライフスタイル：オープンでピースフルな宮崎の人たちと過ごす休日

私たちが宮崎にこだわる理由は、宮崎が大好きだから。コミュニティをどう作っていけばいいか不安に感じる人もいるかもしれません、宮崎は自分が動けば動くほどその「やりたい」がつながって行く街です。今でも休みの日は、友達のカフェオーナーや農家さんに会いに行ったりしています。

私は20代の頃旅に出て、動くと違う景色が見えることを実感しました。それはロッキーとも共通認識で、私たちは「人生は自分次第でいつでも変えられる」と信じています。移住したら、ぜひ好奇心を持って宮崎の人たちとの交流を楽しんでいただきたいですね。

これらの目標は、店舗を構えること。そして、最終的に宮崎を目的地とする旅行者をつくりたい！という大きな夢があります。これからも私たちは大好きな宮崎で動き続けたいと思っています。

移住 Q&A

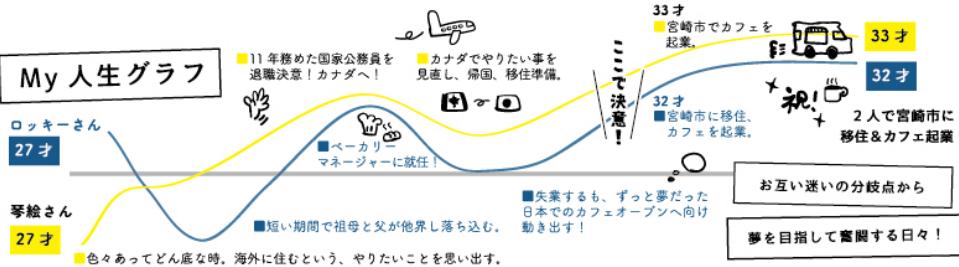
【移住目的は？】 自分たちでカフェを開業するため

■移住までかかった期間：約9ヶ月

■移住にかかった費用：約5万円→シェアハウスに住んでいたため

■宮崎市移住お役立ち情報：トラックを出せないほど風が強い日もあるからその時は注意して！

My人生グラフ



「やりたい」がつながっていく街。



毎月新しいメニューを考案。
全て自家製の材料を使い、毎月違う世界の味が楽しめるのが魅力の一つ。



MIYAZAKI LIFE
Channel YouTube



←多国籍なドリンクメニューは、まるで旅をしている気分。その日の出店場所は2人のInstagramでチェック。



気さくなお二人、ぜひ海を眺めながらお話ししましょう！



MIYAZAKI LIFE

移住×対談

入り口は「宮崎市」にある。

大下 真史さん



土屋 有さん

新型コロナウイルス感染症の影響を受け、より一層 IT 業界のリモートワークが定着化。住む場所を選ばなくなり、改めてライフスタイルを考え直しているという方も多いのではないでしょうか。今回は、宮崎を拠点にリモートワーカーとして活躍するお二人に「宮崎のリアル」を伺いました。

人・バランス

だから私たちは今、宮崎にいる

大下さん：以前勤めていた企業が、クリエイター育成を目的に宮崎市に初の地方拠点を作ったことをきっかけに2019年に移住しました。しかし、コロナの影響や私自身の実力不足により、宮崎支店を閉鎖。雇用も數名していたので、非常に申し訳ない気持ちでいました。お世話になっていた宮崎の皆さんに状況を伝えると、二言目には「大下さんはどうするの？まずは飲みに行こう！」と言ってくれたんです。失敗した自分も前向きに受け入れてくれる人の温かさに感銘し、仕事の繋がりも生まれ、そのまま定住しています。今は新たな企業に所属し、宮崎支社長兼クリエーターをしています。

土屋さん：宮崎市は、個人の理想とする暮らしの比率を高めながら、キャリアや報酬も諦めない。そんなバランスの取れたライフスタイルを実現できる場所なんです。私自身、ITのキャリアを捨てずに、教員をしながら経営者やコンサルタントとしても活動できています。人口40万人という適度な大きさなので、地域課題にも触れやすく、自分の動きと地域の動きが近い。未来に繋がる課題に自ら関与できる、余白のある都市なんです。だからこそ、宮崎市を拠点にしています。



ゆっくり時間が流れる「BEACH CLUB」。宮崎移住への想いを語り合う。

■PROFILE

土屋 有：宮崎大学地域資源創成学部准教授
宮崎県都城市出身。
大学在学中から上場企業など複数の企業経営役員を歴任。2013年に「故郷に貢献したい」とターン。地元IT企業の取締役を務めた。現在は大学で教壇に立つ傍ら、宮崎市ICT企業連絡協議会の役員をつとめるなど、地域で活躍している。専門はマーケティング。



つながり、チャンス

ITリモートワーカーも働きやすい、宮崎市

大下さん：移住前から今でも、よくコワーキングスペースを活用しています。最初、宮崎市内のコワーキングスペース情報を検索したとき、意外にたくさんあって良い意味で驚きました！それぞれ特色があり、駅近や街中、地域に特化したカフェ併設やキッズエリア併設、広く開放的で都会的な場所など。個々のニーズにあった多様なスタイルがあります。今は、家から自転車で3分のKIW TRUNK001に支社を登録しています。単純に仕事をするだけでなく、その土地の「人」を知ることができるのも嬉しいですね。そして宮崎の方は「あなたにはこの人が合うのでは？」と、どんどん人を紹介してくださる。結果、都内にいた頃には会えなかったような、第一線でビジネスされている方とお会いできる機会も増えていますよ。

*宮崎市内のコワーキングスペース情報はP17・18へ

土屋さん：宮崎は、スキル面でドライに評価するのではなく「このスキルを持つての“あなた”だから仕事したい」と言ってくれる人が多い。加えて、大下さんが言うように、人と人を繋げるのが好き。コンパクトな街だからこそ、どのコワーキングスペースやカフェを利用していても、結局同じ人がつながってくる。つながることで、前に進むチャンスも掴みやすいんです。IT企業も集積され、業界内のエコシステムも確立されてきています。独立する方も増え、業務委託やM&Aなどの好循環もあり、継続して雇用が生まれています。勉強会も今はオンラインがほとんど。ITリモートワーカーにとって都内で働くのも宮崎で働くのも、機能的な差はほぼないんじゃないでしょうか。

満喫 MIYAZAKI LIFE

市外やアクティビティを楽しむには、車が必須

大下さん：職場も家も宮崎市街地にあるので、普段の生活は自転車で行動しています。特に不便はないですね。ただ、休日に市外へ遊びに行ったり、アクティビティを満喫するには「車」は必須！友人が遊びに来たときに案内しづらかった経験もあります。運転免許や車の取得については、よく考えてからいらっしゃった方が良いと思いますね。

入り口は 宮崎市にある

土屋さん：「移住」というとすごく重みのあるものに感じますよね。でも単純に引越し。全てを捨ててこっちに来てって言うんじゃないんです。人は移動距離が大きくなると、感覚論じやなくて、ロジックを欲しがってしまう。正直、住みやすい土地で、好きに生きたらいしいと思うんですよね。

宮崎市は「キャリア」も「仕事」も「出会い」も、「暮らし」も、入り口が見つけやすく、数多くの場所。街がコンパクトで、繋がりも心地よく持てる。どんな入り口も、選びやすい。もっと自分の優先順位に正直に、自分らしい「入り口」に会って欲しいですね。



■PROFILE

大下 真史：クリエーター

福岡県小倉市出身。

2019年、クリエイター育成事業を行うため、都内IT企業初の地方拠点として宮崎市を選択、統括ディレクターとなった。絶余曲折あり、現在も宮崎市を拠点に活躍。スナック紹介を目的とした「スナック入り口」のマスターでもある。

先輩移住者の 移住かるた

伝えたい
MIYAZAKI LIFE



ペットとともに暮らせ
る
MIYAZAKI LIFE
を提供したい
ペット可不動産
京都府からUターン
塩住 真里さん(50歳)

2018年に家族の介護の関係でUターン。当時複数のペットを飼っていたが、ペット可の賃貸を探すこと非常に苦労した。そんな自身の経験や、空間デザインが好きだという点をいかし「ペット可不動産」運用事業を宮崎市で立ち上げた。自分らしくいられる宮崎で、ペットとともに穏やかに暮らせる MIYAZAKI LIFE を提供している。



宮
崎から全国に愛され
るカレーを届けたい
スパイスカレー屋 パンくんのカレー
高知県からJターン 塩村 奎さん(29歳)

宮崎県日向市出身。高校卒業後、就職のため高知県へ出るも、地元が恋しくJターン。子どもの頃から料理が好きで、中でも大好きなカレーで人を喜ばせたいと店舗を開借り。2020年2月スパイスカレー屋をオープンした。街と自然のバランスがよい宮崎市だからこそやりたいことが実現できた。もっと多くの人に愛されるカレーを宮崎から発信していきたいと意気込む。



ミニトマト農家
大阪府からUターン
杉岡 桂子さん(50歳)

就農して毎日が充実!
頑張る人を応援して
くれる街

21年前に大阪から移住。ボディボードが好きで、知人の勧めで宮崎移住を即決!長年印刷関係の仕事をしていたが、ずっと農業に興味があり、2年前に就農。地元の方々のサポートを受けながら、大変なことも乗り越えられた。まだまだ手探り状態だが、就農してからの毎日を楽しんでいる。両親や妹も移住し、家族で生き生きと MIYAZAKI LIFE を満喫中。



自
分たちらしく、自由
に生きられる場所
IT関連企業・映像制作会社勤務
北海道からJターン
みちかさん あすかさん
みちかさん あすかさん

2013年に仕事の都合でUターンした、あすかさん。パートナーである、みちかさんは2014年に札幌からJターン。温暖な気候の宮崎市で2児の子育てを楽しんでいる。2人は令和元年にスタートした「パートナーシップ宣誓制度」を利用した最初のペア。宮崎は寛容で自由な雰囲気で、自分らしく生きたい人が移住しやすい場所だと思っている。

*令和3年3月末時点の「宮崎市パートナーシップ宣誓制度」利用組数は19組



個別学習塾やまなみコーチング学園
長野県からUターン 丸山 大器さん(31歳)

一緒にチャレンジして
宮崎を盛り上げま
しょう!



美容製品販売会社勤務
京都府からUターン 磯口 明美さん(41歳)

飛び込んでみること
しまむ力技は自分から

サーフィンが好きで、2020年7月に移住。湘南と迷い、直感で宮崎市へ移住した。今は美容系の会社で営業関係などを担当。休みの日は、サーフィンやゴルフなどを満喫している。宮崎に来たら、趣味など興味があることはやってみるのが宮崎を楽しむコツ!

関西魂を胸に秘め、第2の人生となる MIYAZAKI LIFE を全力で楽しんでいる。

みやざきくらし の はじめかた

移住を考える想い、まずはぜひ相談を！

地域に溶け込めるか不安

のびのびしたとこで子育てしたい

農業をしてみたいけどどうすれば？

地元に戻りたいけど仕事あるかな？

STEP 1

理想の暮らしを想像してみましょう

休日は海の側でゆっくり過ごしたい、広い庭で家庭菜園を楽しみたいなど、宮崎市に移住してからの暮らしを具体的にイメージしてみましょう。

STEP 2

情報収集と相談

理想の暮らしを送るために、まずは地域の情報を集めましょう。

インターネットでの情報収集はもちろん、宮崎市移住センター、宮崎ひなた暮らしUIJターンセンター（宮崎・東京・大阪・福岡）でご相談可能です。※P20参照

STEP 3

直接現地に行って下見しましょう

収集した情報を自分の目で確認し、その土地の雰囲気を感じる為にも、直接現地に下見に行きましょう。

STEP 4

色々な職種から仕事を探しましょう！

ハローワークや求人サイトなどで希望のお仕事を探しましょう。「ふるさと宮崎人材バンク」では、企業とのマッチングなどの就職支援、宮崎商工会議所などでは、起業に関する支援を行っていますので、ご活用ください。

STEP 5

住みたいところを探しましょう

(一社)REC宮崎などのWEBサイトでは、賃貸・売買など多くの物件情報を掲載しています。宮崎市移住センターでは不動産アンバサダーの紹介も行っています。

Hello!

祝！みやざきくらし！ AL!

移住先が決まったら、引越しや学校の転入手続きなどの段取りを進めていきましょう。
ご近所さんや自治会に挨拶に行くと安心ですね！

ミヤザキ START UP

移住して起業する方も多い宮崎市。宮崎市は移住後に起業したい方、起業して間もない方へのサポート体制も充実しています！



事業計画書から起業をまるっとサポート／

宮崎商工会議所

企業と地域の応援団。起業に関する様々な相談を多角的にサポート。移住×起業と思ったら、まずはここに。移住前から相談可能。

宮崎市錦町1-10
宮崎グリーンスフィア吉番館(KITEN)7階
TEL: 0985-22-2161

経営上の悩みをサポート／

宮崎県よろぎ支援拠点

国が設置している無料の経営相談所。様々な分野のプロが客観的な視点で起業から経営上のあらゆる悩みに対応。

宮崎市佐土原町東上那珂16500番地2(宮崎県工業技術センター2階)
TEL: 0985-74-0786



融資相談ならまちここ／

日本政策金融公庫

全国152支店。最寄りの支店で移住前からの相談が可能。移住前からの相談で移住後の手続きがスムーズに。融資だけではなく、事業計画書の作成もサポート。

宮崎市橋通東3丁目6-30
TEL: 0985-23-3274

起業家同士のつながりが生まれる場所／

みやざきスタートアップハブ

起業を目指す方、起業して間もない方を総合的にサポートする会員制の拠点場所。オフィスや会議室など設備を無料で使用可能。また専門家による助言サポートあり。

宮崎市橋通東4丁目7番28号 TOKIWA30ビル2階
TEL: 0985-78-3055



ESC

F2

F3

F4

F5

F6

F7

F8

F9

F10

充実！
た
宮崎市内@
コワーキング

A
ち

宮崎市内でリモートワークできるコワーキング施設やWi-Fiスポットは年々増
「コラボレーション」も生まれるはず。街中から海前まで多種多様。自分の好み

スペース Information

加してきています。コワーキングスペースで作業するからこそその「出会い」や
に合った、理想とするワークスタイルを実現してくださいね♪

KIW MIYAZAKI -TRUNKOO-

宮崎駅から徒歩10分。オンラインMTG用の個室ブースや、
育児中の人のために子どもの遊び場などを設けたキッズルームも完備。集中して仕事を行うためのシンクルームなどもあり。全てフリーアドレスで、その日の状態やタスクの内容に合わせて働く場所を選べるコワーキングスペース。

宮崎市別府町 6-17 3F
TEL : 050-3550-5336
OPEN : 平日 9:00~18:00



海を目の前にゆったり♪／

AOSHIMA BEACH PARK

海を感じながら豊かな暮らしを感じられる場所。目の前の海を眺めながら、波の音をBGMに、ゆったりとお仕事でできます。コンテナショップも併設されているので、トレンドの食も同時に楽しめます。毎年、期間限定でオープン。詳しくはウェブサイトやSNSでチェックして。テーブルやベンチのあるフリースペースは年中利用可能です。



宮崎市青島 2-233
※近隣駐車場をご利用いただけます



アオシマアパートメント

移住者に人気のエリア「青島」にある、ソーシャルシェアハウス。サーフボード92本収容の倉庫もあるリモートワーカー向け滞在施設。お試し移住やデュアルライフに最適。20の個室と、会議室、本格的なコワーキングスペース、カフェバー、コインランドリーも備えています。仕事もプライベートも存分に楽しめる場所です。

宮崎市青島 2 丁目 2-24
TEL : 050-3707-5229(受付 9:00-22:00)
OPEN : 24 時間



サーフィンやゴルフなど豊かな自然を楽しむレジャーが盛んな宮崎は、数日の観光地巡りより、中長期滞在のスタイルが人気。最近はコワーキングスペースを使ったリモートワークでのMIYAZAKI LIFEを満喫する方が増加中。実際の晴れた日の宮崎の魅力にひとめぼれし、移住を決めた人が多い。一度はそれを体験してほしいです。



お試し滞在24時間利用可能！／

ATOMica 宮崎 (アトミカ)

宮崎市街地の中心に位置する、洗練されたコワーキングスペース。クリエイティブなコミュニティ(イベント)スペース、高セキュリティのプライベートルーム、会議室など多様な働く形に対応可能。企業の利用も多く、交流イベントも定期的に開催している。

宮崎市橋通西 3-10-32
宮崎ナナロード東館 8F
TEL : 080-4094-6862(受付 10:00-18:30)



宮崎市の中心！県外企業の利用も多い！／



移住者集う・つながる／

若草 hutte&co-ba miyazaki

1階はカフェ、2・3階はコワーキングスペースやイベントスペースとして利用できます。アクセスの良い街中で、仕事場の共有にとどまらず、多くの出会いやコラボレーションが生まれています。移住者の利用が多く、山師のオーナー自身も移住者ですよ。

宮崎市橋通東 3 丁目 5-33 鈴木ビル
TEL : 0985-41-5359
OPEN : 10:00-22:00



天空カフェ ジール

森・川・海を一望できる小高い丘の上にあるカフェ。名前の通り、空を間近に感じる場所です。身体が喜ぶマクロビオティックのお料理を楽しめ、心も身体も洗われるような気分になれます。気持ちの良い深呼吸をしながら、お仕事に取り組んでくださいね。

宮崎市加江田 6411
TEL : 0985-65-1508



小高い丘の上で緑に囲まれながら／



ミニ知識ポイント！／

■コワーキングとノマドワークの違いとは？

どちらも新しい働き方のひとつとして、同じような意味合いを感じる2つの言葉。大きく分けると、「働く場所・時間・内容を自由に選んで仕事ができる=ノマドワーク」は、全てのことを1人でやるために「孤」としてのイメージです。変わってコワーキングは「コワーキングスペース」という空間で、コミュニティをつくりたいという意識を持った人たちが集い「オープン」に仕事をする意味合いが含まれます。



ESC

F1

F2

F3

F4

F5

F6

F7

F8

F9

F10

18

暮らしの役立つ窓口

JOB

- ハローワーク 0985-23-2245 就職活動各種手続きに関する情報を提供。
- ヤング JOB サポートみやざき 0985-23-7260
概ね40歳未満の方を対象に、キャリアコンサルタントによる相談、就職関連情報の紹介、提供を行う。
- みやざき女性・高齢者就業支援センター 0985-41-8650
20~65歳までの女性、55歳以上のシニアの就業をサポート。
- ふるさと宮崎人材バンク 宮崎本部 0985-27-3685 東京支部 03-6273-4200
UIJターンで就職をしたい方へ、企業の採用情報を提供。人材登録により企業からスカウトを受けることも可能。※宮崎県在住の方は除く



Parenting

- 宮崎市子育てナビ 子育て応援ポータルサイト
- 地域子育て支援センター（宮崎市子育て支援課） 0985-21-1765
市内35箇所にある、就学前の子どもと保護者が一緒に利用できる施設。



Agriculture, forestry and fishery

- (公社)宮崎県農業振興公社 独立手支援課 0985-51-2631
(宮崎県新規就農相談センター)
新規で農業を始めたいと考えている方に向けて、段階に応じたサポートや情報提供を行う。
- 宮崎県漁村活性化推進機構 0985-75-0022
漁業をやってみたいという方に向けて、研修制度や求人情報を紹介。
- 公益社団法人 宮崎県林業労働機械化センター 0985-29-6008
(宮崎県林業労働力確保支援センター・無料職業紹介所)
林業への就業に関する相談や求人情報の提供などを行う。



Housing

- (一社)REC 宮崎 0985-23-1809
宮崎の約130社の不動産会社で運営する賃貸、売買、不動産住宅の総合情報サイト。
- 公営住宅（一社）宮崎県宅地建物取引業協会
宮崎市営住宅 0120-931-560 宮崎県営住宅 0120-947-208



移住に関する相談窓口

移住前も移住後もご相談ください！

0985-44-1042

移住コンシェルジュが移住に関する様々な相談に対応し、アドバイスを行います。



宮崎・東京・大阪など
県内外で移住イベントも開催！

オンライン相談も
お気軽にご利用ください！



宮崎市移住センター公式WEBサイト



- 場所：宮崎市役所 第二庁舎5階
- 相談方法：面談、電話、メール、FAX（面談をご希望の方は事前にご連絡をお願いいたします）
- 受付時間：月～金曜・9時～17時（定休：土・日・祝、12/29～1/3）
- MAIL：iju@city.miyazaki.miyazaki.jp



Welcome

宮崎県ひなた暮らしUIJターンセンター

宮崎本部 0985-27-3685

- ・場所：宮崎市錦町1-10 宮崎グリーンスフィア壱番館「KITEN」3階 みやざき JOB パークプラス内
- ・開所時間：月～金曜・9時～18時（定休：土・日・祝）
- ・MAIL：info-miyazaki@miyazaki-hinatagarashi.jp

東京支部 03-6273-4200

- ・場所：東京都千代田区有楽町2-10-1 東京交通会館8階 ふるさと回帰支援センター内
- ・開所時間：火～日曜・10時～18時（定休：月・祝）・MAIL：info-tokyo@miyazaki-hinatagarashi.jp

大阪支部 06-6348-3835

- ・場所：大阪府大阪市北区梅田1-3-1-900 大阪駅前第一ビル9階
- ・開所時間：月～金曜・9時～17時（定休：土・日・祝）・MAIL：info-osaka@pref.miyazaki.lg.jp

福岡支部 092-724-6234

- ・場所：福岡県福岡市中央区天神2-12-1 天神ビル8階
- ・開所時間：月～金曜・9時～17時（定休：土・日・祝）・MAIL：info-fukuoka@pref.miyazaki.lg.jp

Other

- 宮崎市東京事務所 03-3234-9777
・場所：東京都千代田区平河原町2丁目4番1号 日本都市センター会館12階
・MAIL：KYJ03702@nifty.ne.jp
- 国富町企画政策課 0985-75-3126
・場所：国富町役場2階（相談方法：面談or電話）
- 綾町総合政策課 0985-77-3464
・場所：綾町役場2階・MAIL：machizukuri@town.aya.lg.jp

宮崎市移住センター



RE:LIFE

毎日が変われば
人生が変わる

Life