



NEW LIFE STORY in Miyazaki Case.01

チャンスはたくさんある！

宮崎だからやりたい

新たな挑戦



大津 伸詠さん

ミカエル堂運営【事業承継】
東京都からUターン（40代）

ミカエル堂

Long history

移住インタビュー

Interview

NEW LIFE STORY
Case.01

Q.1.
宮崎に移住したきっかけは？

高 齢の両親が心配で、もう息子と会わせたいという思いもありUターンを考えました。同時に、宮崎で何か事業をしたいと調べていたところ、「ミカエル堂」の後継者募集を見つけ、パン作りもしたことない私でしたが、ビジネスとして挑戦したいと思い応募しました。結果、承継が決まったことから、宮崎に戻ってきました。

Q.2.
移住後の暮らしは？

前 オーナーの都成さんからパン作りを学び、店舗の準備を一步一步進め、ミカエル堂は2024年秋に無事オープンしました。試行錯誤しながらの毎日ですが、のびのびと仕事や子育てができて、楽しく生活も送れています。宮崎の少し世話好きなどところや困っていたら助けしてくれる人の温かさは、Uターンしてから感じた魅力です。

Q.3.
私が感じる宮崎

宮崎はなにも無いからこそチャンスがたくさんあるまちだと思います。のんびりとした印象が強いと思いますが、起業の場合、手厚い支援を受ければチャレンジできる印象です。これからは、ミカエル堂をさらに愛される事業に育て、多くの方に事業継承の可能性を感じてもらえるようなロールモデルを目指します。

子育ても平場のびのび！

MY LIFE / 1
息子の成長



小学生になった息子の成長に日々驚いています。宮崎弁も3ヶ月で習得し、友達作りも得意で、学校も楽しく通ってくれています。

私の宮崎ライフ
“MY LIFE” in Miyazaki

MY LIFE / 2
ミカエル堂の運営



宮崎名物のじゃりパンの継承は面白くもあり、プレッシャーも感じます。伝統の味を引き継ぎ次の世代に繋いでいくことが目標です。

MY LIFE / 3
市場での交流



業種の壁を越えて、子育てや事業の悩みを話し合える貴重な人々たちです。ほっと一息つくたい時やおしゃべりしたい時はうちのスタッフも足を運ぶ嬉しい場です。

NEW LIFE STORY

in Miyazaki

Case.02

自由度の高い働き方で、
プライベート時間も
しっかり確保

ゆったり
自由に
暮らせる場所

須貝 友揮さん

市内IT企業勤務（フルリモート）
東京都からIターン（20代）



Q. 3.
私が感じる宮崎

宮崎は、お肉やお野菜、お米など、どれもご飯が美味しくくて安いので、料理が楽しくなりました。お世辞抜きですごくいい場所だと感じます。また、毎月1回は東京と台湾を行き来する生活なので、自宅から車で15分と、空港が近くてありがたいです。お陰様で、仕事もプライベートもすごく楽しく生活させてもらっています。

交通も暮らしも
便利で快適！

MY LIFE / 1
リモートワーク



フルリモートで仕事をさせてもらっているので、宮崎に来てから自由な時間が取りやすくなったのが一番大きい変化だと思います。

移住インタビュー Interview

Q. 2.
移住後の暮らしは？

現 在は、市内のIT企業に勤務しています。基本リモートワークですが、オフィスに出社することも可能で、自由に選択できる環境です。また、移住してから車を運転するようになり、高千穂や青島など様々な場所に出かけています。知り合いも増えて、キャンプに行ったり温泉に行ったりと活動の幅が広がっています。

私の宮崎ライフ
“MY LIFE” in Miyazaki

MY LIFE / 2
買い物も自転車で



基本は市内にすることが多いので、ほとんど自転車で移動することが多いです。街の近くにいろんなものが揃っているのが便利に感じます。

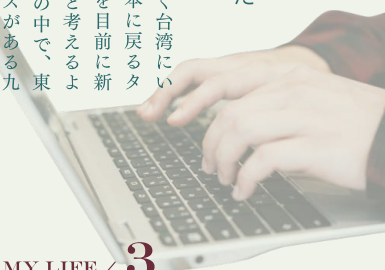
Q. 1.
宮崎に移住したきっかけは？

大学進学から長く台湾にいましたが、日本に戻るタイミングで、30歳を目前に新しいことをやりたいと考えたようになりました。その中で、東南アジアへのアクセスがある九州の方に移住を考えていたところ、宮崎がとても過ごしやすかったので宮崎に移住を決めました。特に、街と空港が近いことが大きなメリットでした。

MY LIFE / 3
ぶらっと街飲み



お酒が好きなので、街に飲みに行ったり、珍しいお酒を集めたりすることを趣味にしています。宮崎の知り合いと集まれる場所でもできました。





MIYAZAKI CITY AREA MAP

POINT 1 豊富な食材

宮崎市は食材の宝庫！牛、豚、鶏、野菜、果物、魚介類など、豊かな自然と温暖な気候の中で育った、新鮮で美味しい特産品がたくさんあります。



POINT 2 快適な交通アクセス

宮崎ブルーゲンビリア空港から市中心部まで車で約15分！全国でも珍しい空港の近さで、県外へのアクセスも抜群です。



全国でも珍しい空港の近さ！

宮崎空港	宮崎中心部
車 → 約15分	
鉄道 → 約10分	
バス → 約30分	

飛行機なら宮崎もすぐ近く！

全国主要都市	宮崎空港
東京から → 約90分	
大阪から → 約60分	
福岡から → 約45分	

POINT 3 アクティビティ



サーフィン
市内のサーフスポットは16箇所！初心者から上級者まで楽しめます。



ゴルフ
市内のゴルフ場は15箇所！1年を通して様々なコースにチャレンジできます。



プロ野球キャンプ
春季には、プロ野球3球団がキャンプイン！ファンにはたまらない大イベントです。

宮崎市 / 移住アンバサダー

What is IJU-Ambassador?

宮崎のことなら 私たちにお任せください！

宮崎市移住センターでは、宮崎市、国富町、綾町への移住希望者や移住者に対する役立つ情報の提供や新しいコミュニティ作りにご協力いただける団体や企業・事務所などに、移住アンバサダーとしてご登録いただいております。

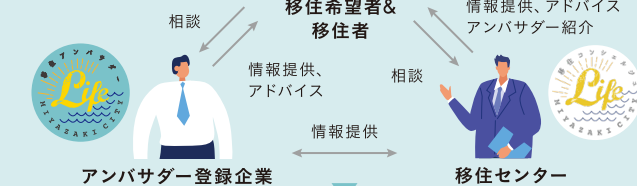


〈カテゴリー〉

住む	泊まる	食べる
働く・学ぶ	集まる	楽しむ・癒す

移住希望者・移住者の宮崎LIFEをバックアップします！

移住アンバサダー 制度のしくみ



公民連携型の移住支援

〳 地元の方や移住者さんまで、幅広くご登録いただいております！



アンバサダーが企画するイベントを開催することも！
コミュニティづくりにぜひご参加ください！



アンバサダーの詳細は、移住センター WEB サイトにてご確認ください！

移住のための 5STEP

いざ移住の準備！
まずは何から始めるか
CHECK してみよう！

START

STEP 1

まずは移住の目的を決める

STEP 4

いろんな職種があるよ
仕事を見つける

就職

就職 就農

✓ 起床

STEP 2

気になることぜんぶ
情報収集・相談

STEP 3

直接行、てめえ!
現地下見

STEP 5

海?山?どこに住もう?
住まいを探す

GOAL

宮崎市に移住する

A graphic with the text "YOUR MIYAZAKI LIFE START" in a bold, sans-serif font. A yellow sun with rays is positioned behind the word "MIYAZAKI". The word "START" is enclosed within a black arrow pointing to the right.

児童クラブ
63箇所
500円/曜日あたり

休日の過ごし方

学校

小学校 47箇所
中学校 33箇所
+夜間中学校 1箇所
高等学校 17箇所

妊産婦検診費用
完全無料

保育園

入所のしやすさ
待機児童 0人

子育て支援センター
35箇所

ファミリー・サポートの活用
800円/1時間当たり

「少しの間、子供を預かってほしい。」

病児保育
市内 25箇所
2000円/1人

子供の医療費
未就学児 0円
小・中学生 200円
(通院のみ)

ドクターヘリ
あおぞら

公園 ※
500箇所以上

救急車到着時間

介護
なサービス

セカンドライフ

Golf

Camp

**YOUR
MIYAZA
LIFE**

NEW LIFE STORY

in Miyazaki

Case.03

自分らしく頑張れる。

食と人がつなぐ、

あたたかくて

心地良い暮らし

人との
つながりが
できる場所

中島 陽さん

菓子店経営

千葉県から1ターン(10代)



Welcome!

移住インタビュー

Interview

NEW LIFE STORY

Case.03

Q.1.
宮崎に移住した
きっかけは?

小 学生の頃、感覚過敏で体調を崩すことが多く、学校へ行けなかったこともありまし
た。
そんな中、毎年夏休みや冬休みには、祖父母のいる宮崎へ遊びに来ていました。自然豊かで食べ物
が美味しく、人の雰囲気も穏やかな宮崎はとても居心地が良く、母の勧めで、生活環境を変えようと家族で移住することになりました。

Q.2.
移住後の暮らしは?

宮崎に移住して食に興味が持ち、焼き菓子店を起業しました。もともとお菓子作りが好きで、いろんな人に喜んで食べてもらいたいなと思ったのがきっかけです。ヴィーガンやグルテンフリーなどを求めている方も、そうでない方も関係なく、その日の気分で選んでもらえるような、「ほっ」とできるお菓子を作っているみたいです。

Q.3.
私が感じる宮崎

宮崎は、人と繋がりがやすい場所だなと思います。未成年の起業でなかなか前に進めず壁にぶつかることもありましたが、宮崎で出会った方が新しい方を繋げてくださり、みなさん親身になってサポートしてくだ
さいました。「知り合いから聞いたよ」と来てくれるお客様もいて、あたたかい方が多いなと感じています。



宮崎で
“ほっ”とできるお菓子を!

MY LIFE / 1
お菓子の製造



無添加や植物性など材料にこだわって作っています。
宮崎の食材を使った季節のお菓子もおすすめです。

私の宮崎ライフ
“MY LIFE” in Miyazaki

MY LIFE / 2
お気に入りの本屋さんでひと息



ゆったりとした時間が流れる心落ち着く場所です。本との出逢いは、インプットできる大事なひとときになっています。

MY LIFE / 3
たまには街中へお出かけ



休みの日には映画館へ行くこともあります。開放感のある街並みも宮崎のポイントですね。

okinu to oyatsu
おきな と おやつ

仕事や住まいに役立つ各種窓口をご紹介します！

暮らしに役立つ窓口

LIVING INFORMATION

01 就職 / FIND WORK

詳細はこちらからチェック！▶



ふるさと宮崎人材バンク

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です。※宮崎県外在住の方が対象。

宮崎本部 ☎ 0985-27-3685

東京支部 ☎ 03-6273-4200

ハローワーク宮崎

お仕事探しに役立つ様々なサービスを提供しています。

「41#」を押すと
職業相談第一部門へ直通！

☎ 0985-23-2245

ヤングJOB サポートみやざき

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、提供を行います。

☎ 0985-23-7260

みやざき女性就業 支援センター

概ね55歳未満の女性の就業を、就活前の準備からサポート！フリースペースやキッズコーナーお気軽にご利用ください。

☎ 0985-41-8650

02 創業 / FOUNDATION

詳細はこちらからチェック！▶



宮崎商工会議所

☎ 0985-22-2161

企業と地域の応援団！創業前から創業した後まで、起業に関する様々な相談を多角的にサポートします。

宮崎県よろず支援拠点

☎ 0985-74-0786

国が設置している無料の経営相談です。各分野のプロが、起業から経営上のあらゆる悩みに対応します。

日本政策金融公庫

宮崎支店 ☎ 0985-23-3275

融資や事業計画書の作成など、移住して創業を目指すみなさまを幅広くサポートします。最寄りの支店で移住前から相談が可能です。

MOC 一般社団法人 宮崎オープンシティ推進協議会

☎ 0985-41-6155

スタートアップ、地元企業、個人など自らチャレンジする人々を支援し、「社会の実験場」として挑戦の土壌をきっかりをつくります。

03 農・林・漁業 / PRIMARY INDUSTRY

詳細はこちらからチェック！▶



(公社) 宮崎県農業振興 公社担い手支援課 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います。

☎ 0985-51-2631

(公社) 宮崎県漁村 活性化推進機構

漁業をやってみたいという方に向けて、漁業就業に関する研修制度や求人情報を紹介します。

☎ 0985-75-0022

(公社) 宮崎県林業労働機械化センター 宮崎県林業労働力確保支援センター・ 無料就業紹介所

林業への就業に関する相談や研修の案内、求人情報の提供などを行います。

☎ 0985-29-6008

04 住まい / HOME

詳細はこちらからチェック！▶



住まいのアンバサダー

宮崎市空き家バンク

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



05 子育て / CHILDREARING

詳細はこちらからチェック！▶



宮崎市公式LINEから 「子育て・教育」情報をチェック！

宮崎市子育て情報アプリ「つぐみ」

地域子育て支援センター

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です。

☎ 0985-21-1765

移住前も、移住後もご相談ください！

移住に関する相談窓口

MOVING INFORMATION

01 宮崎市移住センター / MIYAZAKI IJU CENTER

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、住まいや仕事、コミュニティなどに関する情報提供やアドバイスを行います。

相談方法

面談、電話、メール ※面談をご希望の方は事前にご予約をお願いいたします。

☎ 0985-44-1042

☒ 宮崎県宮崎市橘通西1-1-1
宮崎市役所第二庁舎5階
☒ 月曜～金曜 9:00～16:30 ☒ 土・日・祝、12/29～1/3
✉ iju@city.miyazaki.miyazaki.jp

オンライン相談も
お気軽に
ご相談ください！



WEBサイト▶

サポート
POINT!

① ワンストップ窓口

移住に関する相談を受け付けます。

② エリア紹介

住みたい場所の情報を紹介します。

③ コミュニティ形成

先輩移住者や地元の方をお繋ぎします。

④ イベント開催

移住セミナーや交流会などを開催します。



相談会で県外の皆さんのお声を直接伺います！



移住後のコミュニティ作りとして移住者交流会も開催！



各種窓口紹介や情報をSNSで随時発信中！



SNS 配信やオンラインでの企画も実施しています♪

02 宮崎県ひなた暮らしUIJターンセンター / UIJ TURN CENTER

宮崎本部

☒ 宮崎県宮崎市錦町1-10 宮崎グリーンズフィア巻番館「KITEN」3階
みやざきJOBパークプラス内
☒ 月曜～金曜 9:00～18:00 ☒ 土・日・祝日
☎ 0985-27-3685
✉ info-miyazaki@miyazaki-hinatagurashi.jp



WEBサイト▶



宮崎県の
仕事や暮らしの
相談＆情報を
発信！

東京支部

☒ 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
☒ 火曜～日曜 10:00～18:00 ☒ 月・祝日
☎ 03-6273-4200
✉ info-tokyo@miyazaki-hinatagurashi.jp



大阪支部

☒ 大阪府大阪市北区梅田1-3-1-900
大阪駅前第1ビル9階
☒ 月曜～金曜 9:00～17:00 ☒ 土・日・祝日
☎ 06-6348-3835
✉ info-osaka@pref.miyazaki.lg.jp



福岡支部

☒ 福岡県福岡市中央区
天神2-12-1天神ビル8階
☒ 月曜～金曜 9:00～17:00 ☒ 土・日・祝日
☎ 092-724-6234
✉ info-fukuoka@pref.miyazaki.lg.jp



その他窓口 / OTHER

宮崎市東京事務所

☒ 東京都千代田区平河町2-4-1 日本都市センター会館12F
☎ 03-3234-9777
✉ tokyo@g.city.miyazaki.miyazaki.jp

国富町総合戦略課

☒ 宮崎県東諸県郡国富町 大字本庄4800番地
☎ 0985-75-3126
✉ kikaku@town.kunitomi.miyazaki.jp

綾町総合政策課まちづくり推進係

☒ 宮崎県東諸県郡綾町 大字南俣515番地
☎ 0985-77-3464
✉ machizukuri@town.aya.lg.jp