

コロナ禍における地方移住

特定非営利活動法人 100万人のふるさと回帰・
循環運動推進・支援センター

副事務局長 稲垣 文彦



[要 旨]

- ・ふるさと回帰支援センター・東京の2020年（コロナ禍）の移住相談の動向
- ・愛媛ふるさと暮らし応援センターの移住相談の傾向と内容
- ・ポストコロナ禍における地方移住の考察
- ・地域の受け皿づくりのための地域住民の当事者意識を生み出す関係人口の取組の考察

1. コロナ禍における移住相談

(2020年の移住相談)

1-1. 移住相談の件数

ふるさと回帰支援センター・東京の年間相談件数は、前年比22%減の38,320件であった（図1）。これは2月からの新型コロナウイルス感染症の拡大を受け、セミナーが中止となり（2～5月の中止回数：94回）、前年比36%減の349件に留まったことに加え、4月、5月の緊急事態宣言の発出を受け、休館を余儀なくされ、職員が在宅勤務に移行したことも影響している。

年間相談件数の内訳をみると、面談の件数は、

	電話	メール	面談	見学	セミナー	問い合わせ 総計
1月	396	1,063	945	283	1,431	4,118
2月	342	925	883	241	1,008	3,399
3月	365	750	818	12	12	1,957
4月	320	550	51	29	0	950
5月	340	658	42	0	0	1,040
6月	643	1,160	1,024	197	72	3,096
7月	567	1,329	880	181	357	3,314
8月	479	1,087	847	171	527	3,111
9月	569	1,443	1,221	183	1,022	4,438
10月	569	1,619	1,112	292	1,264	4,856
11月	494	1,207	1,006	211	1,779	4,697
12月	451	1,101	751	164	877	3,344
総計	5,535	12,892	9,580	1,964	8,349	38,320

図1 月別相談の内訳と推移

前年に比べ20%減少している。一方で、電話・メールの件数は、前年に比べ25%増加しており、電話・メール・面談の合計件数は、前年比105%となっている。このことから、新型コロナウイルス感染症の拡大により外出を控えることが余儀なくされるなかでも、地方移住への関心は低くなってはいないと考えられる。

参考までに、直近の2021年の1月～7月の電話・メール・面談の件数は18,503件であった。これまで過去最高の年間相談件数49,401件（見学・セミナーを含む）を記録した2019年の1月～7月の電話・メール・面談の件数は14,209件で、これと比較すると2021年は30%増加しており、このことから地方移住への関心は低くなってはいないと考えられる。

1-2. 移住相談者の傾向

移住相談者の年代は、20代以下が19.9%、30代が30.5%、40代が23.7%であった。40代以下で全体の74.1%を占めており、若い世代の相談者が多いことがわかる（図2）。

1-3. 希望の地域類型

相談者の移住を希望する地域類型で、最も多いのが「地方都市（市街地）」68.5%で、「農村」22%、「山村」15.6%と続いている（図3）。

1-4. 希望する就労形態

相談者の希望する就労形態で、最も多いのは「就職（企業等）」68.9%で、「農業」14.3%、「自

営業（新規）」13.5%と続いている（図4）。

1-5. 希望地域ランキング（相談）

相談者の希望地域（相談）では、1位は静岡県で、2位山梨県、3位長野県と続いている。また、9位に神奈川県、10位に群馬県、12位に茨城県、13位に栃木県が入った（図5）。これは首都圏に勤務する人達が、コロナ禍で在宅勤務となり、「職

場へのアクセス」を重視していた層が「もう一部屋」の余裕を求めて引越に近い感覚で移住を検討するという、コロナ禍前までは存在していなかった移住希望者層が増えたことによる影響ではないかと推測できる。ただし、この傾向が、コロナ禍以降も継続するかどうかについては注意が必要である。

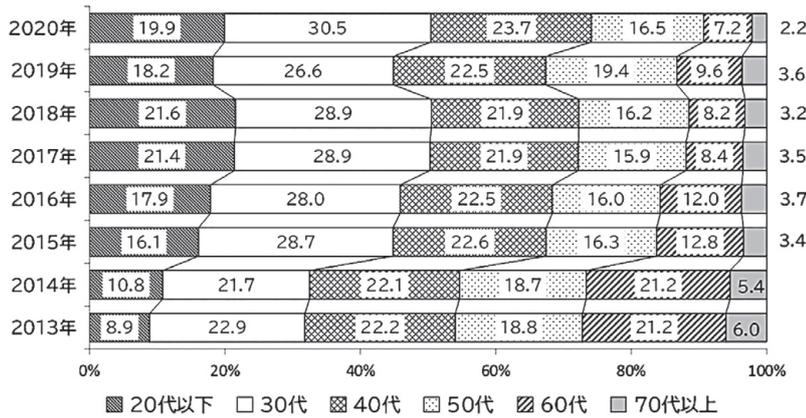


図2 相談者の年代（単一回答 n=6,332）

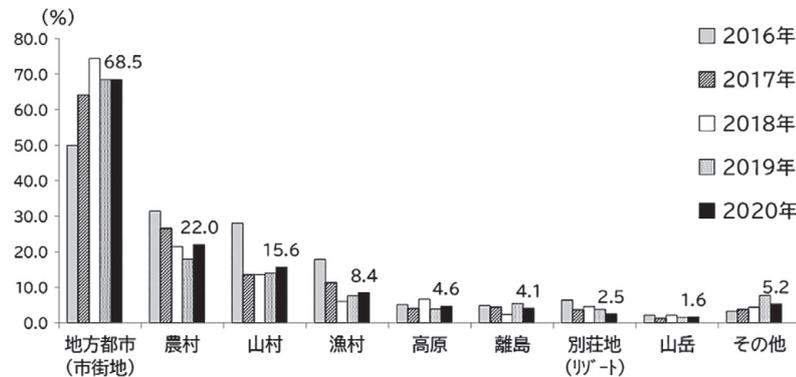


図3 希望の地域類型（複数回答 n=3,668）

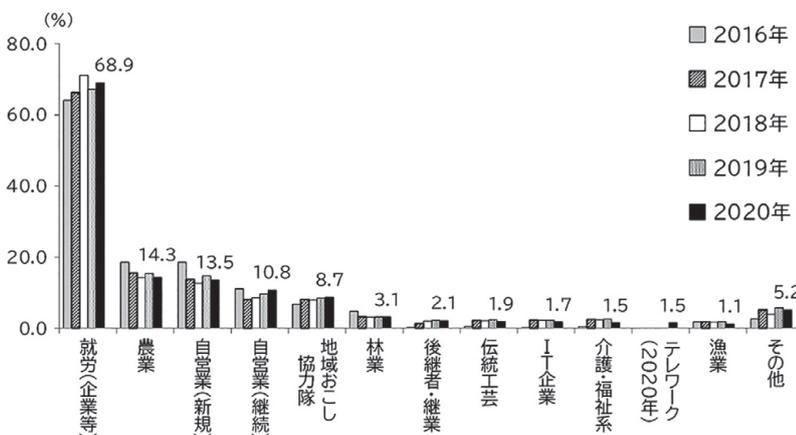


図4 希望する就労形態（複数回答、2020年：n=5,407）

2020年 <相談>	
順位	県名
1位	静岡県
2位	山梨県
3位	長野県
4位	福岡県
5位	宮城県
6位	広島県
7位	北海道
8位	和歌山県
9位	神奈川県
10位	群馬県
11位	岐阜県
12位	茨城県
13位	栃木県
14位	福島県
15位	長崎県
16位	宮崎県
17位	富山県
18位	山口県
19位	愛媛県
20位	鹿児島県

図5 希望地域ランキング（複数回答、2020年相談：n=4,400）

2. 愛媛ふるさと暮らし応援センターの 移住相談の傾向と内容

2-1. 愛媛ふるさと暮らし応援センターの 移住相談の傾向

ここからは、ふるさと回帰支援センター・東京に設置されている愛媛ふるさと暮らし応援センターの移住相談の傾向を紹介していく。紹介する前に、読者の皆さまは、すでにご存じだとは思いますが、ここであらためて、ふるさと回帰支援センターの紹介をさせていただきたい。

ふるさと回帰支援センターは、過疎化、少子高齢化による人口減少に直面している地方自治体と連携して「田舎暮らし・地方移住」を考えている都市住民に情報提供、マッチングを行い、「より良い人材」をその地域に紹介することで、持続可能な地域づくりに寄与することを目的に2002年に設立された。2021年現在では、ふるさと回帰支援センター・東京に42道府県、2政令市が移住相談員を配置し、各地の移住相談に対応している。加えて、全国を7エリアに分け、各エリアに1～2名、全国移住相談員（エリア担当）を配置し、希望地域が決まっていない相談者の移住相談（漠然相談）に対応している。ちなみに、この漠然相談が意外と多く、全国移住相談員（エリア担当）は、この漠然相談に対応し、希望地域が決まっていない相談者を各県の相談員や各市町村の相談窓口につなぐ役割を果たしている。

各地の移住相談員との情報交換の中で、筆者は、最近の移住相談のキーワードは「ワーク・ライフ・バランス」「地域貢献」「農ある暮らし」ではないかと感じている。愛媛ふるさと暮らし応援センターの傾向をみると、コロナ禍の傾向としては①Uターン希望者が増えている。②20代前半で転職を機に移住を検討しているという相談が増えている。③一次産業、地域おこし協力隊、起業への漠然とした関心を持っている相談者が増えている。そして、④家族でのワーケーション希望の相談が出てきたことがあげられる。他方で、以前から変わらない傾向としては、⑤一次産業に挑戦

してみたい気持ちがある方が多いこと、⑥伝統産業、ものづくり、継業に興味のある方が一定数いること。そして、⑦早期退職者や退職後の仕事を探している50代、60代の相談者が一定数いることがあげられる。先のキーワードからみると「ワーク・ライフ・バランス」は①、②、④、⑦と親和性が高く、「地域貢献」は③、⑥、⑦と、そして「農ある暮らし」は③、⑤と親和性が高いと感ずることができる。

2-2. 愛媛ふるさと暮らし応援センターの 移住相談の内容

ここからは、先のキーワードに関する具体的な相談内容をご紹介していきたい。まずは、「ワーク・ライフ・バランス」、30代男性、四国出身、首都圏在住、夫婦で移住したいという希望（Jターン）。東京に出てきて10年、家賃の高さと都会の生活のしにくさが要因で移住を検討。仕事の探し方のアドバイスが欲しいという相談。つぎに、「地域貢献」、20代男性、首都圏出身在住、九州の移住も視野に入れている（Iターン）。狩猟、ジビエ、林業など山に関わることに興味がある。四国には行ったことがないが、愛媛県は災害の心配が少なそうなので相談。そして、「農ある暮らし」、40代男性、愛媛県出身、首都圏在住、ITのシステム開発の仕事をしているが、それ以外の仕事が気になっている。一次産業や歴史文化に関わる仕事に興味があるという相談。仕事さえ見つければすぐにでもUターンしたい。加えて、愛媛県の特徴として柑橘果物の農業に関心をもっている方の相談が多いので、その内容も紹介したい。20代女性、首都圏出身在住、柑橘果物の農業に興味があるので愛媛県が気になっている（Iターン）。仕事よりも里山に住むことを重視しているという相談。コロナですぐに体験することが難しいので、今後はオンラインフェアなどで情報収集していきたい。

3. ポストコロナ禍の地方移住

コロナ禍において「テレワーク移住」「ワーケーション」といった地方移住に関する新しいワードが聞かれるようになった。また、先にも紹介したように、首都圏で勤務する人達が、コロナ禍で在宅勤務となり、「職場へのアクセス」を重視していた層が「もう一部屋」の余裕を求めて引越に近い感覚で移住を検討するという、コロナ禍前までは存在していなかった移住希望者層が増えたことにより、首都圏近郊の関東地方の人气が上がっていることも確かである。他方で、首都圏から距離のある農村・山村を抱える自治体担当者からは、オンラインセミナーやオンライン出張相談を開催しても、知名度が低いため集客ができないといった嘆きの声も聞こえる。そこでここでは、ポストコロナ禍の地方移住について考えてみたい。

先のキーワードの二つ（ワーク・ライフ・バランスと地域貢献）から相談者のニーズと希望の地域類型を整理してみたい。縦軸にワーク・ライフ・バランスをとった。ワーク・ライフ・バランスをライフスタイルの変化と読み解き、ここでは軸の下にいくほどライフスタイルの変化度合いが大きくなるとした。横軸に地域貢献をとった。地域

貢献を地域（人）との関わり（つながり）と読み解き、ここでは軸の左にいくほど地域（人）の関わり（つながり）度合いが大きくなるとした。これをもとに相談者のニーズと希望の地域類型を整理すると、第一象限に地方都市（市街地）が、そして、第三象限に農村・山村が該当するであろう（図6）。

先のコロナ禍で在宅勤務となり、「職場へのアクセス」を重視していた層が「もう一部屋」の余裕を求めて引越に近い感覚で移住を検討するという、コロナ禍前までは存在していなかった移住希望者層を考えると、この層はライフスタイルの大きな変化を求めていると推測できる。他方で、先の愛媛県の相談内容にもあるようにライフスタイルを大きく変え、地域（人）との関わり（つながり）を重視している相談者がある一定数いることも確かである。

このようなことから、ポストコロナ禍の地方移住について、移住を受け入れる自治体の立場で考えてみると、まずは、自らの自治体がどの象限にあるかを確認することが重要である（広域に合併した自治体の場合は地域によって象限が変わる）。つぎに、その象限によって移住促進の戦略を考え

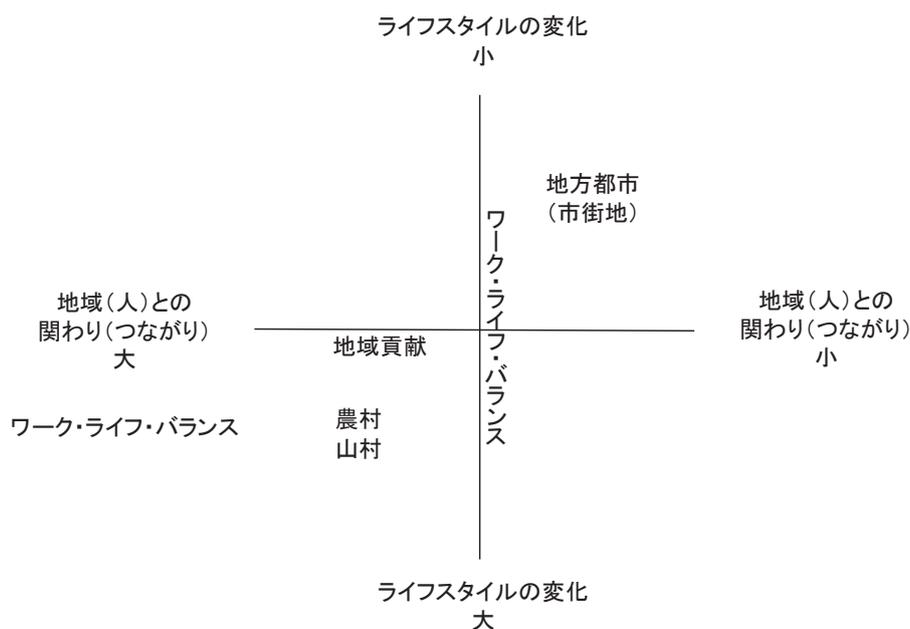


図6 相談者のニーズと希望の地域類型の整理

ていくことが重要となる。例えば、第一象限であれば、観光施策との連携のなかで自治体の知名度を上げていく情報発信が大切になるし、第三象限であれば、知名度よりも、移住することによってどんなライフスタイルが実現できるか、どんな地域（人）との関わり（つながり）ができるかの情報発信が大切になるだろうし、その場合は、大きなメディア媒体への発信というよりは、先輩移住者や地域の受け皿を担っている地域住民によるSNSによる情報発信が有効であろう（人が人を呼ぶ戦略）。いずれにしても、コロナ禍で地方移住が注目されていることは確かであるし、政府もダイナミックに施策展開しているが、そのニュースや動向に一喜一憂しないことが肝要である。その上で、自らの自治体の立ち位置を再確認し、立ち位置にあった戦略をたて、移住施策を着実に推進していくといった地道な取組が、ポストコロナ禍の地方移住においては、何よりも大切ではなからうか。

ちなみに、コロナ禍で人気が出ている関東地方を希望する相談では、意外にも「地域に関わりたい」という要望が少なからずある。また、ワー

ケーションも地域（人）との関わり（つながり）がなければ、ただ単に地域が消費されるだけと捉えることもできる。これらを踏まえると、実は地方都市（市街地）でも農村・山村と同様に地域の受け皿づくりが必要であることがわかる。地域の受け皿づくりを推進するためには、住民の移住促進に対する当事者意識が欠かせない。自治体は人口減少を課題と捉え移住施策を推進する一方で、地域住民はなぜ移住施策に取り組むのかを理解しておらず、移住者と住民との間に軋轢を生んでいる事例を耳にする。移住促進がうまくいっている自治体は住民と一体となって取り組んでいる。

4. 地域住民の当事者意識を生み出す

関係人口の取組

ここからは、地域の受け皿づくりを推進するための地域住民の当事者意識をどのように生み出していけばよいのかについて考えていきたい。当事者意識を生み出すためには、関係人口の取組が欠かせない。そこでここでは、あらためて関係人口について考えてみたい。

関係人口について、地域住民と関係人口が互い

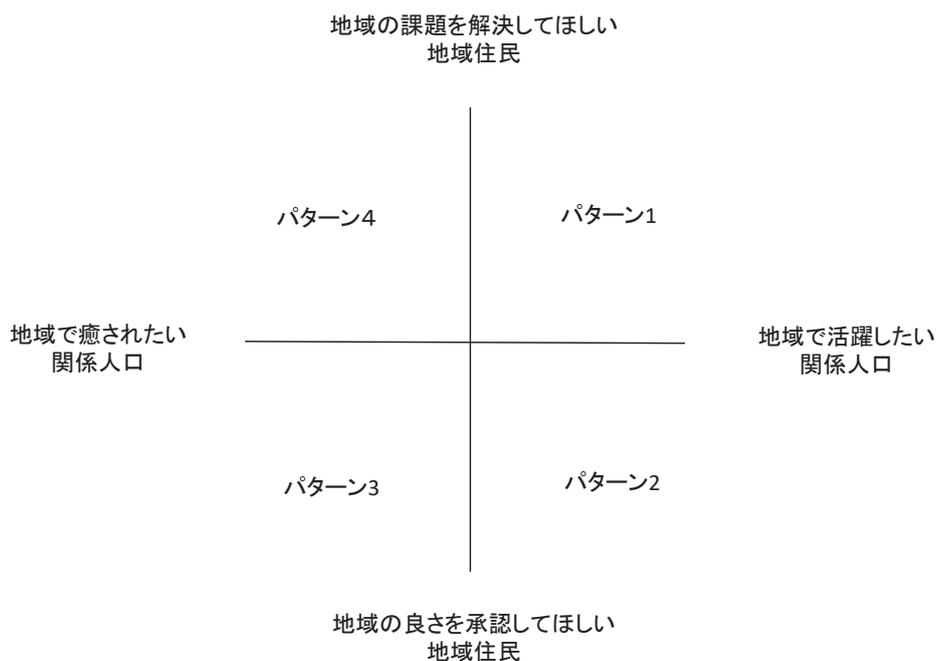


図7 関係人口の4つのパターン

に求める関係（ニーズ）から整理をしたい。まずは、地域（住民）が関係人口に求める関係（ニーズ）を「地域の課題を解決してほしい」と「地域の良さを承認してほしい」とした（縦軸）。つぎに、関係人口が地域（住民）に求める関係（ニーズ）を「地域で活躍したい」と「地域で癒されたい」とした（横軸）（図7）。

それでは、ここからはそれぞれのパターンについてみていきたい。一般的にイメージしやすいのがパターン1だろう。特に、自治体職員がこのパターンを志向するようである。なぜなら、考え方がシンプルで、KPIがたてやすく、上司への説明がしやすいからである。しかしながら、このパターンでは、関係人口と地域住民が上下関係になりやすく、関係が長続きしないかもしれない。また、地域で活躍したい関係人口の中には、勘違いをしている人（自分のスキルで地域を助けてあげる的な上から目線の人）がいることにも注意が必要である。

意外とうまくいっているのがパターン3である。しかしながら、自治体職員には苦手意識があるようである。なぜなら、考え方は理解できるも

の、成果が測りづらい、上司の説得に時間がかかる等、事前に越えなければならないハードルが山ほどあるからである。でも、このパターンでは、関係人口と地域住民が対等な関係になりやすく、関係が長続きしやすい。また、関係人口と地域住民とのやりとりによる地域住民の意識の変化にも注意を払いたい。

そこでここからは、パターン3の取組のポイントについて、地域づくりの足し算と掛け算の考え方（外部人材を活用した地域づくりの考え方）（図8）をもとに考えてみたい。この考え方は「地域づくりには段階がある」という考え方で、その段階とは、第一段階の「地域住民の当事者意識の獲得」と第二段階の「地域住民による地域づくりの実践」である。そして外部人材は、段階に合わせた支援を行う。地域住民の当事者意識が獲得されていない地域の地域力は-2とイメージしてみよう。地域力-2に、いきなり×2（掛け算の支援）をすると地域力は-4となり、地域づくりは頓挫する。そこでまずは、地道に+0.5・・・（足し算の支援）をする。つぎに、地域力が+0.5になった時点で×2・・・をすると地域づくりがうまく進む。

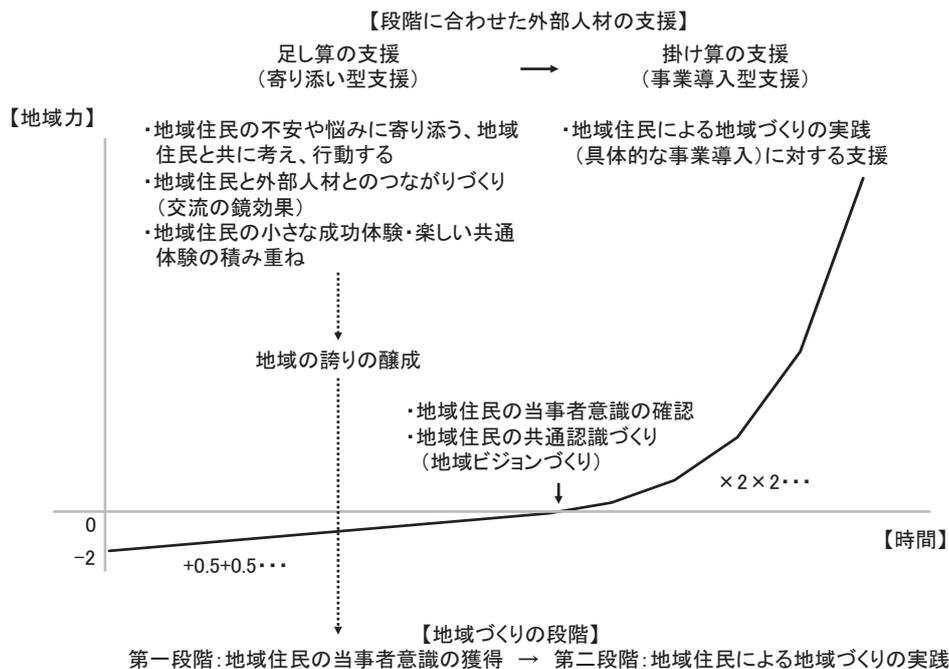


図8 地域づくりの足し算と掛け算の考え方（外部人材を活用した地域づくりの考え方）

ちなみに、この考え方は、新潟県中越地震で急激な人口減少がおきた被災地域での現場実践から導き出されており、地域おこし協力隊制度のベースとなっている考え方である。

パターン3では、地域で癒されたい関係人口が、地域住民とのお茶のみに参加し、出された漬物に「美味しい」と感動する。それを見て嬉しくなった地域住民が「またおいでよ」と声をかけ、関係人口がまた来たいと思い、再訪するというようなやりとりが繰り返される。この何気ない日常のやりとりによって、対等な関係が生まれやすいことは言うまでもない。また、長い目でみると、このやりとりは、先の足し算の支援となって、地域住民の意識の変化を促し（地域の誇りを醸成→地域住民の当事者意識の獲得）、地域住民による地域づくりの実践に寄与することをここでは特に強調しておきたい。住民主体の地域づくりが活発な地域は、ヨソモノ（関係人口、移住希望者）にとっては魅力的（地域住民の暮らし方に共感できる）で、よって、移住・交流の好循環が生まれやすい。ここでは、パターン3のような関係人口の取組が、地域の受け皿づくりに欠かせないことをあらためて確認しておきたい。

5. おわりに（愛媛県の皆さまへの期待）

筆者は、愛媛県の移住推進の取組に大変注目をしている。それは官民が一体となって取り組んでいるからである。愛媛県では、令和2年度から移住相談窓口事業を（一社）えひめ暮らしネットワークに委託をし、移住施策を推進している。ちなみに、このえひめ暮らしネットワークは、愛媛県内の地域おこし協力隊のOB・OGなどによって構成されている。

「地域おこし協力隊は移住者ですので先輩の目線で相談者に寄り添ったサポートができ、また、様々な職業に就いており、地域の状況をよく知っていますので、仕事や暮らしのアドバイスができると思いましたので、令和2年度より移住相談窓口事業を委託しました。現在では、移住者目線で

セミナーの企画・運営に携わってもらい大変助かっています。相談については、仕事を超えて真摯に向き合ってくれていて、相談者の評判も大変良いです。また、去年は、コロナ禍で、市町のオンライン導入のサポートをしてもらい、そのお蔭で早く導入できましたので、相談件数も微減で留まりました。今後は、県内に130名いる地域移住相談員のスキルアップと市町を越えた連携を図っていきます。このサポートをお願いしたいと思います」という話を愛媛県庁企画振興部政策企画局地域政策課地域づくり支援グループの担当者より伺った。県の担当者も官民連携の取組に手応えを感じているようである。また、ネットワークのメンバーは、先の地域づくりの足し算と掛け算の考え方をよく理解し、この考え方をもとに地域おこし協力隊の活動を行い、地域住民の当事者意識の獲得に寄与してきたメンバーでもある。愛媛県の皆さまにおいては、このメンバーを核に県・市町と地域住民が一体となって移住施策に取り組んでいただくことで、持続可能な地域づくりを推進していただくとともに、全国各地を牽引する役割を担っていただくことに期待したい。

【謝辞】

本稿の執筆にあたり（一社）えひめ暮らしネットワーク代表の板垣義男氏、えひめ移住コンシェルジュの松原香織氏、そして、愛媛県企画振興部政策企画局地域政策課の皆さまより多大なるご協力をいただきました。末筆ではありますが、ここに記して、感謝を申し上げます。

【参考文献】

- 1) 特定非営利活動法人100万人のふるさと回帰・循環運動推進・支援センター（2021）、2020年度「100万人のふるさと回帰運動」都市と農山漁村の交流・移住実務者研修セミナー資料集（特定非営利活動法人100万人のふるさと回帰・循環運動推進・支援センター）
- 2) 稲垣文彦ほか（2014）、震災復興が語る農山村再生地域づくりの本質（コモンズ）

Profile 稲垣 文彦（いながき ふみひろ）

NPO法人ふるさと回帰支援センター 副事務局長 博士（工学）

1967年、新潟県長岡市生まれ。長岡技術科学大学大学院工学研究科博士後期課程修了。専門は災害復興と地域づくり。外部人材を活用した新たな内発的發展論を展開し、地域づくりにおける住民の主体形成プロセスを研究。国の地域おこし協力隊、集落支援員、関係人口の施策等の普及、人材育成等に尽力。他に総務省地域力創造アドバイザー、地域おこし協力隊サポートデスクスーパーバイザー、内閣官房まち・ひと・しごと創生本部令和3年度関係人口創出・拡大のための対流促進事業選定委員会委員、（公社）中越防災安全推進機構理事、福島大学うつくしまふくしま未来支援センター客員研究員、関西学院大学災害復興制度研究所客員研究員、日本災害復興学会理事等。主な著書として「震災復興が語る農山村再生 地域づくりの本質（2014）コモンズ」「地域おこし協力隊10年の挑戦（2019）農文協」等。
