

都内避難者の皆様への

定期便



都内に避難されている皆様へ、東京都からのお知らせをお送りします。

▶ 今月のお知らせ

今月は、都営住宅募集のお知らせ、全国避難者情報システム等の届出のご案内、ふれあいフェスティバルのご案内のほか、しほたん通信を同封しています。

～都内避難者支援課からのお願い～ 定期便に関するお問い合わせは、以下の窓口までご連絡ください。

■ 「定期便の送付先変更や送付停止」について

⇒ 都内避難者電話相談窓口

0120-978-885 (フリーダイヤル)

受付時間 平日9時30分～17時

■ 「定期便の内容」について

⇒ 東京都 総務局 復興支援対策部 都内避難者支援課

03-5388-2340 (直通)

受付時間 平日9時～17時

ふるさと写真～岩手編～

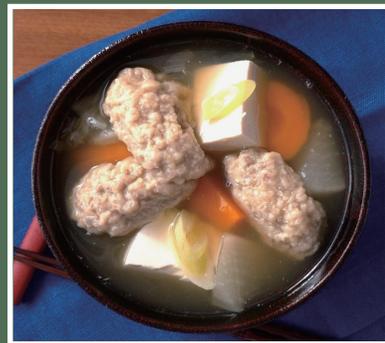


岩手県「さんまのすり身汁」

新鮮なさんまをすり身にし、味噌や醤油で味付けした団子を野菜とともに煮込んだ「さんまのすり身汁」は、60年ほど前に、地域の主婦の交流の場で、さんまを余すことなく活用する新たな料理法として考案されたのが始まりとされています。その後、家庭料理、給食のメニュー、地域の総菜として定着。本州一のさんまの水揚げ量を誇る大船渡で、毎年年初さんまの時期に開催される「さんま祭り」でも提供されるなど、観光イベントでの定番メニューの一品としても浸透しています。郷土料理として地域の特徴を発信する重要な役割も担っており、岩手県が実施する「岩手県食の匠」認定制度においても、継承すべき郷土料理のひとつとして位置づけられています。(出典：農林水産省 うちの郷土料理)

岩手県「橋野鉄鉱山」

日本の製鉄業発祥の地といわれる釜石市の橋野鉄鉱山は、「明治日本の産業革命遺産」の構成資産として世界文化遺産に登録されてから、令和7年7月で10周年を迎えました。敷地内には、現存する日本最古の洋式高炉跡や、水車を利用した送風装置である「フィゴ場跡」など当時の生産工程を物語る貴重な遺跡が残されています。さらに、鉄鉱石の採掘抗跡や、牛や人力によって鉄鉱石を運搬した運搬路跡なども保存されており、当時の製鉄工程を総合的に把握できる構成となっています。また、操業に不可欠だった木炭を供給した周囲の森林景観も良好な状態で維持されており、産業遺産としての価値を高めています。



県が発行している情報紙のご案内



岩手県「いわて復興だより」

お問い合わせ

- 岩手県復興推進課

019-629-6945

- 電子版URL

<https://www.pref.iwate.jp/shinsaifukkou/fukkounougoki/dayori/1002315/index.html>



宮城県「みやぎ県政だより」

お問い合わせ

- 宮城県総務部広報課

022-211-2283

- 電子版URL

<https://www.pref.miyagi.jp/soshiki/kohou/kenseidayori.html>



福島県「ふくしまの今が分かる新聞」

お問い合わせ

- 福島県避難者支援課

024-523-4250

- 電子版URL

<https://www.pref.fukushima.lg.jp/site/portal/ps-wakarusinbun.html>



東京都からの定期便や各種支援情報につきまして

定期便や各種支援情報につきましては、HPでもご覧になれます。

都内に避難されている皆様へ

検索

<http://www.soumu.metro.tokyo.jp/17hisaichi/hp/tonaihinansha.html>



復興支援対策部では、「東京都暮らし・住まい」アカウントで被災地・被災者支援に関する情報発信を行っています。

東京都 暮らし・住まい

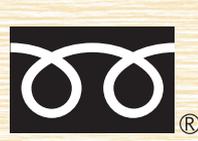
X @tocho_shouhi



と ない ひ なんしゃ でん わ
都内避難者電話・メール相談窓口

避難生活の悩み、一人で抱えていませんか？
ご相談は、電話・メールで受け付けています。

※対象／東日本大震災により都内に避難された、すべての方

 0120-978-885

受付時間 平日9時30分～17時

◎メール相談も受け付けています



otagaisama@tcsw.tvac.or.jp

※メールは常時受け付けています。(返信は、平日、9時30分～17時の間に行います)

上記相談は、東京都と協定を結び、東京都社会福祉協議会が実施しています。

避難元県の電話相談窓口

福島県に関するお問い合わせ

ふくしまの今とつながる相談室 **toiro** 024-573-2731

毎週 月・水・金曜日 9時～17時 ※祝日・年末年始を除く

福島県から都内に避難された方には夜間相談窓口（福島県委託）もあります

医療ネットワーク支援センター 03-6911-0584

受付時間：平日17時～20時30分 メール：soudan@medical-bank.org

宮城県に関するお問い合わせ

宮城県 復興・危機管理部 復興支援・伝承課 022-211-2424

月～金曜日 8時30分～17時15分 ※祝日・年末年始を除く

岩手県に関するお問い合わせ

いわて被災者支援センター サブセンター 019-601-7640

月～金曜日 9時～17時 ※祝日・年末年始を除く

東日本大震災により避難されている皆さまへのお願い

ー全国避難者情報システム等の届出についてー

▶引越しをされたら手続きが必要です

- ・同じ区市町村内へ転居される場合でも、「全国避難者情報システム」の手続きが必要です。
- ・住民票の手続きをされた場合でも、それとは別に「全国避難者情報システム」の手続きをお願いします。

手続き方法は、
下記の2か所に届け出が必要です。
手続きの詳細は、各区市町村の窓口
にお問い合わせください。

- (1) 転居前にお住まいだった区市町村の窓口
- (2) 新たにお住まいになる区市町村の窓口

例えば、福島県浪江町から避難し、新宿区の
応急仮設住宅に入居していたが、退去
し、世田谷区へ転居した場合。

→新宿区と世田谷区へ届け出が必要となり
ます。
まずは、各窓口へお問い合わせください。

▶全国避難者情報システムに登録をしておく

- 避難元の県・市町村から登録された所在地あてに、様々なお知らせを送ることができます。
- 現在お住まいの区市町村での、避難者の方々に向けた支援に役立てられます。

▶避難を終えた場合（定住・帰郷など）

全国避難者情報システムの登録解除の手続きが必要です。

避難先の区市町村窓口及び避難元の市町村窓口へ届け出てく
ださい。詳細は、避難先区市町村窓口へお問い合わせください。

▶原発避難者特例法に基づく届出も 手続きが必要です（※対象地域の方のみ）

※いわき市、田村市、南相馬市、川俣町、広野町、楡葉町、
富岡町、大熊町、双葉町、浪江町、川内村、葛尾村、飯館村

住所が変わった場合は、その都度、避難元の市町村窓口へ
届け出てください。

詳細は、避難元市町村窓口へお問い合わせください。



全国避難者情報システムは、避難されている方への支援を目的としています。
お住まいの住所や現状等に変更がありましたら、必ず届け出下さいますよう、
皆さまのご協力をよろしくお願いいたします。

東京都総務局復興支援対策部都内避難者支援課

電 話 03(5388)2340

受 付 時 間 平日9時から17時まで

都内避難者支援課HP <https://www.soumu.metro.tokyo.lg.jp/17hisaichi/hp/tonaihinansha.html>



都営住宅における毎月募集のご案内

毎月中旬頃、東日本大震災被災者の方を含む世帯も対象に若年夫婦・子育て世帯向け及び結婚予定者等向けの都営住宅入居者募集を行っています。つきましては、10月に実施する募集についてお知らせします。

1 募集戸数 200戸程度

※内訳は「若年夫婦・子育て世帯（ひとり親世帯含む。）向け」、「結婚予定者向け」、「単身者向け」、「居室内で病死等があった住宅」です。

※募集戸数は変更となる場合があります。

2 申込受付期間 令和7年10月17日（金曜日）～10月31日（金曜日） （申込書のダウンロードは10月27日まで） 郵送受付は、問合せ先に18時00分必着

3 主な申込資格

（（1）～（3）のいずれか及び（4）（5）に該当すること）

- （1）東日本大震災により、滅失した住宅に居住していた方
- （2）福島県東京電力原子力事故による居住制限者
- （3）福島県東京電力原子力事故による支援対象避難者（全員避難、一部避難）
- （4）所得が定められた基準内であること
- （5）その他都営住宅の入居資格にあてはまること

4 申込方法

申込書及びパンフレットは東京都住宅供給公社のHPに掲載しますので、申込書をダウンロードし、郵送でお送りください。また、オンラインでの申込みも可能です。

なお、下記の場所で申込書等を受け取ることも出来ます。

- ・都庁第二本庁舎13階窓口
- ・東京都住宅供給公社（都営住宅募集センター・各窓口センター）
- ・東雲住宅公社現地事務所2415号室

【問 先】

東京都住宅供給公社 都営住宅募集センター

電話 03-3498-8894【午前9時から午後6時（土・日・祝日を除く）】

URL <https://www.to-kousya.or.jp/kouei/toeibosyu/>

～都営住宅の要件に当てはまらない方は～

★公社住宅では、先着順による空き家募集を引き続き行っています。
お申込みを随時受け付けていますので、下記までお問い合わせください。

東京都住宅供給公社 公社住宅募集センター 移転相談専用窓口

専用ダイヤル 03-6812-1350

※インターネット（JKKねっと）でもお申込みできます。

都営住宅等募集の案内

2025年10月1日

1 都営住宅（家族向・単身者向 年4回定期募集）

募集時期	募集の内容	募集案内・申込書の配布	備考
11月4日（火） ～18日（火） 申込書配布は 11月12日（水） まで	家族向・単身者向等（抽せん方式）	申込書配布期間（土・日を除く）に限り、東京都住宅供給公社都営住宅募集センター、各窓口センター、都庁、区役所、市役所、町村役場で配布します。また、同期間中公社HPからダウンロードすることもできます。	募集の概要については、広報東京都（募集月の第1日曜日に新聞折込で配布）、テレホンサービス、公社HP（募集月の前月下旬に掲載）でお知らせします。
2月上旬	家族向（ポイント方式）		
	単身者向・シルバーピア（抽せん方式）		
5月上旬	家族向・単身者向等（抽せん方式）		
8月上旬	家族向（ポイント方式）		
	単身者向・シルバーピア（抽せん方式）		

※抽せん方式の募集では、居室内で病死等があった住宅も掲載する予定です。詳しくは、各募集時期に配布する募集案内でお確かめください。

2 都営住宅（毎月募集 抽せん方式）

募集時期	募集の内容	募集案内・申込書の配布	備考
毎月中旬	若年夫婦・子育て世帯、結婚予定者向（定期使用住宅）、単身者向、居室内で病死等があった住宅 ※単身者向・居室内で病死等があった住宅は2・5・8・11月を除いて募集	配布は行っておりません。募集日程の間のみダウンロードをすることができます。	募集の概要については、公社HP（募集日程は毎月5日頃公表）でお知らせします。

3 都営住宅（随時募集 先着順方式）

募集時期	募集内容・対象住戸	申込方法	備考
随時	定期募集及び毎月募集で申込みのなかった都営住宅の一部が募集されます。	都営住宅入居者募集サイトからお申込みください。  なお、電話でも申込を受け付けます。 随時募集専用ダイヤル ☎03-5467-9266	募集の概要については、公社HPでご確認ください。

4 東京都施行型都民住宅募集（先着順募集）

募集時期	募集内容	申込方法	備考
随時	2人以上のご家族が対象です。	公社HP、都営住宅募集センターで申込みできます。 https://www.to-kousya.or.jp/kouei/to/ 【問合せ先】 東京都住宅供給公社 都営住宅募集センター 〒150-8322 渋谷区神宮前5-53-67 コスモス青山3F ☎03-3498-8894	募集の概要については、公社HPでご確認ください。

◎東京都住宅供給公社HP <https://www.to-kousya.or.jp/>

◎テレホンサービス 03-6418-5571 プッシュ音の出ない電話機からはご利用になれません。

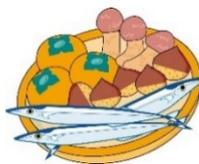
5 公社住宅募集

◆先着順による空き家募集を行っています。お申込みを随時受け付けていますので、下記までお問い合わせください。

<問い合わせ先>

東京都住宅供給公社 公社住宅募集センター 移転相談専用窓口 専用ダイヤル 03-6812-1350

※インターネット（J-K-Kねっと）でもお申込みできます。



東京司法書士会では都内で避難生活を送られている被災者や避難者の方へ支援活動を行っております。みなさまへ寄り添い、少しでもお力になれますよう、情報提供や法律相談等の支援を続けてまいります。10月号は、避難者交流会に参加している司法書士から、交流会参加のお声掛けです。

震災・事故から14年経ったからこそ

交流会などに参加し、東日本大震災・原発事故により避難されている皆様のお話を聞かせて頂いています。14年経ったからこそ話せることもある、ちゃんと伝えていきたい、という皆様の思いを強く感じています。

この定期便でも、様々な交流会が案内されています。久しぶりに参加されてみるのもいかがでしょうか。同郷の方、以前サロンなどで会っていた方など、今だからこそその出会い・再会があるかと思えます。

11月29日開催の「2025避難者と支援者によるふれあいフェスティバル」には、当会の司法書士も参加しますので、皆様にお会いしお話できることを楽しみにしています。（相談ブースもあります。定期便の案内チラシをぜひご覧ください。お問合せ先:広域避難者支援連絡会 in 東京 事務局 電話:03-3235-1171）

また、避難先で生活する上での悩み、避難元への複雑な思い、原発事故に対する納得できない思いをお聞きすることもあります。

困難な問題もあるかとは思いますが、今だからこそ、一度相談してみてください。下記の司法書士相談もありますが、定期便で案内している相談窓口（東京都、福島県、岩手県の電話・メール相談など）もあります。

面談による相談（予約制）

- 東京司法書士会総合相談センター（四谷・月曜～金曜 午後2時～3時40分）
ご予約電話番号：03-3353-9205
予約受付時間：平日午前9時～12時、午後1時～4時30分
場所：東京都新宿区四谷本塩町4-37（JR・東京メトロ 四ツ谷駅 徒歩約4分）
- 三多摩総合相談センター（立川・水曜 午後5時～7時40分、土曜 午後1時～3時40分）
ご予約電話番号：042-548-3933
予約受付時間：平日午前10時～午後4時
場所：東京都立川市曙町2-34-13 オリンピック第3ビル202-A
（JR 立川駅 北口 徒歩6分、多摩都市モノレール 立川北駅 徒歩5分）



電話による相談

電話番号：03-3353-2700

相談時間：平日 午前10時～午後3時45分 ※通話料はご相談者様の自己負担となります。

2025
避難者と支援者による

ふれあい フェスティバル

11.29 (土) 10:30~15:30
会場：飯田橋セントラルプラ12階会議室

参加対象：東日本大震災で避難されている方やご家族、支援者の方

今年も、東日本大震災で避難されている方やそのご家族を対象とした交流会を開催します！
東日本大震災から14年が経過する中で、避難者を取り巻く環境も大きく変化しつつあります。さらには、コロナ禍では、人と人のつながりが大きく制限されてしまいました。改めて、避難者同士のつながり、また、避難先の人々とのつながりの大事さを実感したのではないのでしょうか。
今回の「ふれあいフェスティバル」では、そのつながりを再確認し、今後もこのつながりを深めていくことが目的です。また、相談ブースも設けていますので、法律のこと、福祉のこと、ちょっと聞いてみたいことなど、お気軽にご利用ください。そのほか、様々な催しを企画していますので、ぜひ、皆さま、ご参加ください。

イベント内容

昼食(お弁当)付き！

転居先からも大歓迎！

法律や福祉等の相談ブース

販売ブースもあります

お困りごと
ありませんか？
気軽にご相談ください！

避難元の情報が
知りたい

親しい方には
話しづらい...

ミニコンサート
などの楽しい催し

毎日の暮らしで
少し悩んでる...

大抽選会

土地の相続の
ことが心配...



◆参加申込み◆

申込締切：2025年11月22日（土）

お名前（ふりがな） ※全員ご記入ください。			
ご住所		参加形態	<input type="checkbox"/> 会場参加 <input type="checkbox"/> オンライン参加
電話番号		避難元市町村	※支援者は団体名をご記入ください。
メールアドレス ※オンライン参加の方のみ			
聞いてみたいこと、相談してみたいことはありますか？	ある・ない・わからない	差し支えなければ、聞いてみたいことや相談してみたい具体的な内容をご記入ください。	

※必ずしも相談を希望する行政や専門家が参加するとは限らないことをご了承ください。

★オンライン参加の方へ会場の様子を中継しますので、それを見ていただきます。

◆提出方法◆ 電話、FAX、メール、郵送 いずれかの方法でご提出ください。

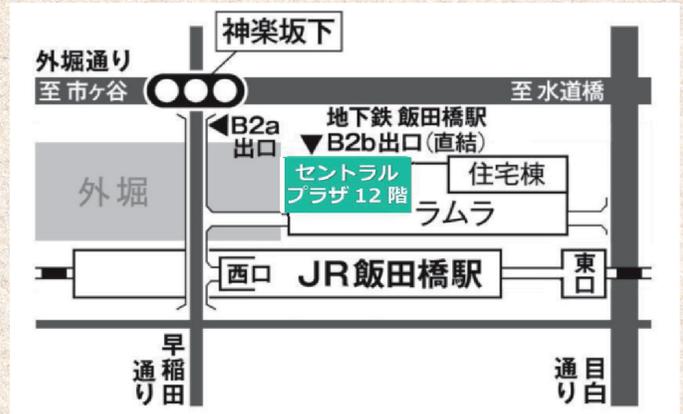
会場へのアクセス

住所：〒162-0823 東京都新宿区神楽河岸1-1
飯田橋セントラルプラザ12階

①JRをご利用の場合

飯田橋駅西口を出て右折するとすぐ右手に橋があり、その先に見える茶色のビルが飯田橋セントラルプラザです。

②地下鉄（東西線・有楽町線・南北線・大江戸線）をご利用の場合「B2b」出口より飯田橋セントラルプラザ1階に直結しています。



主催：広域避難者支援連絡会in東京 広域避難者交流会実行委員会
(広域避難者支援連絡会in東京 参加団体)

荒川区社会福祉協議会、AAR Japan[難民を助ける会]、金光教首都圏災害ボランティア支援機構、災害復興まちづくり支援機構、中央労働金庫、東京足湯プロジェクト、東京災害ボランティアネットワーク、東京都生活協同組合連合会、東京ボランティア・市民活動センター、東京労働者福祉協議会、 連合東京

(実行委員メンバー)

クローバーなります、ふるさとを想う会、かながわ東北ふるさと・つなぐ会、
TCF (Tomioka.Connection.Fellowship)

お問い合わせ 広域避難者支援連絡会in東京 事務局

東京ボランティア・市民活動センター 〒162-0823 東京都新宿区神楽河岸1-1

電話:03-3235-1171 FAX:03-3235-0050 Mail:kouikihinan@tvac.or.jp

※東京都共同募金会の配分金（予定）を受けて実施します。

参加費
無料

ふるさと ふくしま交流会

2025. 11. 15 (土) 14:00~16:00



特別企画①

福島県しゃくなげ大使
普天間かおり
ミニコンサート



ワークショップ



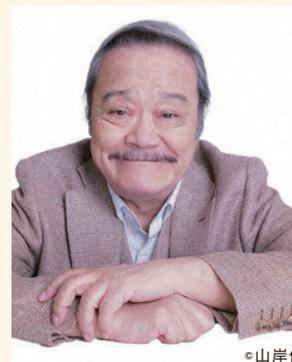
ふるさと
懐かし写真展



相談コーナー
(原子力損害賠償支援機構)

特別展示

西田敏行さんと
震災復興の歩み
パネル展



©山岸伸

特別企画②

クイズ
「それは私です」



来場者プレゼント

ふくしまブランド米
「福、笑い」300g



会場

東京国際フォーラム ホールD5

東京都千代田区丸の内3丁目5番1号 (JR有楽町駅より徒歩1分)

対象者

東日本大震災により首都圏に避難している方

※避難先のご友人も参加可能! ぜひお誘いあわせください。

事前申込制・無料送迎バスあり

※申込方法・バスルートは
裏面をご覧ください



主催 福島県

／ 共催 東京都、公益財団法人さわやか福祉財団

問い合わせ先

医療ネットワーク支援センター(主催者より業務委託)

☎03-6911-0582

申込方法

交流会に参加するには **事前申し込み** が必要です。
電話・LINE・メールのいずれかの方法でお申し込みください。

電話
03-6911-0582
(平日 10:00~19:00)

LINE
友だち追加
→チャット

メール
contact@medical-bank.org

※申込先: 事務局 (医療ネットワーク支援センター)

申込締切
11/10
(月)

★ お申し込みの際にお伝えいただく事項 ★

①お名前
②年齢
③現在のご住所
④避難元市町村名
⑤電話番号

+

友人と参加の方
※申込者お1人につき2名まで
参加するご友人の
⑥お名前
⑦電話番号

+

無料送迎バス ご利用の方

⑦希望コース (東京A・B / 埼玉 / 千葉)
⑧乗車場所 (東大島駅前、南越谷駅前など)
⑨利用経路 (往復 / 行きのみ / 帰りのみ)

無料送迎バス ご案内

- 各コースの定員は15名で、申込先着順となります。
- 出発時刻の10分前までに、所定の場所へお集まりください。
(申込者には、集合場所の地図等詳細を別途ご案内します)
- 乗車が不要になった場合は、必ず出発時刻までにご連絡ください。

東京コースA	行	帰	東京コースB	行	帰	埼玉コース	行	帰	千葉コース	行	帰
東大島駅前 (大島小松川公園付近) 江東区大島9-3-14	12 :15 発	17 :35 着	淀橋市場前 新宿区北新宿4-2-1	12 :45 発	17 :10 着	南越谷駅南口 埼玉りそな銀行 南越谷支店前 越谷市南越谷1-17-2	12 :00 発	17 :50 着	津田沼駅南口 マロニエ通り沿い 千葉工業大学 津田沼キャンパス前 習志野市津田沼2-17-1	12 :30 発	17 :35 着
東雲住宅前 江東区東雲1-9-9	13 :00 発	16 :55 着	新宿駅西口 工学院大学前 新宿区西新宿1-24-2	13 :05 発	16 :50 着	埼玉新都心駅 西口けやきひろば さいたま市中央区 新都心11-1	13 :00 発	17 :00 着	矢切駅ロータリー 松戸市下矢切120	13 :00 発	17 :00 着
東京国際 フォーラム(会場)	13 :45 着	16 :15 発	東京国際 フォーラム(会場)	13 :45 着	16 :15 発	東京国際 フォーラム(会場)	13 :45 着	16 :15 発	東京国際 フォーラム(会場)	13 :45 着	16 :15 発

会場へのアクセス

JR線

- 有楽町駅より徒歩1分
- 東京駅より徒歩5分
(京葉線東京駅とB1F地下コンコースにて連絡)

地下鉄

- 有楽町線 有楽町駅 (B1F地下コンコースにて連絡)
- 千代田線 二重橋前駅より徒歩5分
日比谷駅より徒歩7分
- 丸ノ内線 銀座駅より徒歩5分
- 銀座線 銀座駅より徒歩7分
京橋駅より徒歩7分
- 三田線 日比谷駅より徒歩5分



アクセスマップはこちら
(東京国際フォーラム公式HP)

無料

東京電力 福島第一原子力発電所事故

原子力損害賠償に関する 個別相談会・請求書作成支援

日程

10月26日(日)

会場

東京都 池袋



『アットビジネスセンター池袋駅前別館』

* 詳細は裏面

予約優先*

弁護士による個別相談

原発賠償に詳しい弁護士が原子力損害賠償全般のご相談に対応いたします。
賠償請求でお困りの方は、ぜひご相談ください！

時間

10:00~16:00 (休憩12:00~13:00)

予約優先*

行政書士による請求書作成支援

第五次追補に関わる請求書の作成をお手伝いいたします。
請求書の記入はご自身でお願いします。

時間

10:00~16:00 (休憩12:00~13:00)

※1組1時間。当日、相談枠に空きがあれば**予約なしでもご相談・作成支援**ができますので、**15時までに直接会場へお越しください。**

事前予約



0120-330-540

受付時間 9:30~17:00 月~金 (祝休日を除く)



WEBでも予約OK! 折り返し電話にて予約が確定!



原子力損害賠償・廃炉等支援機構

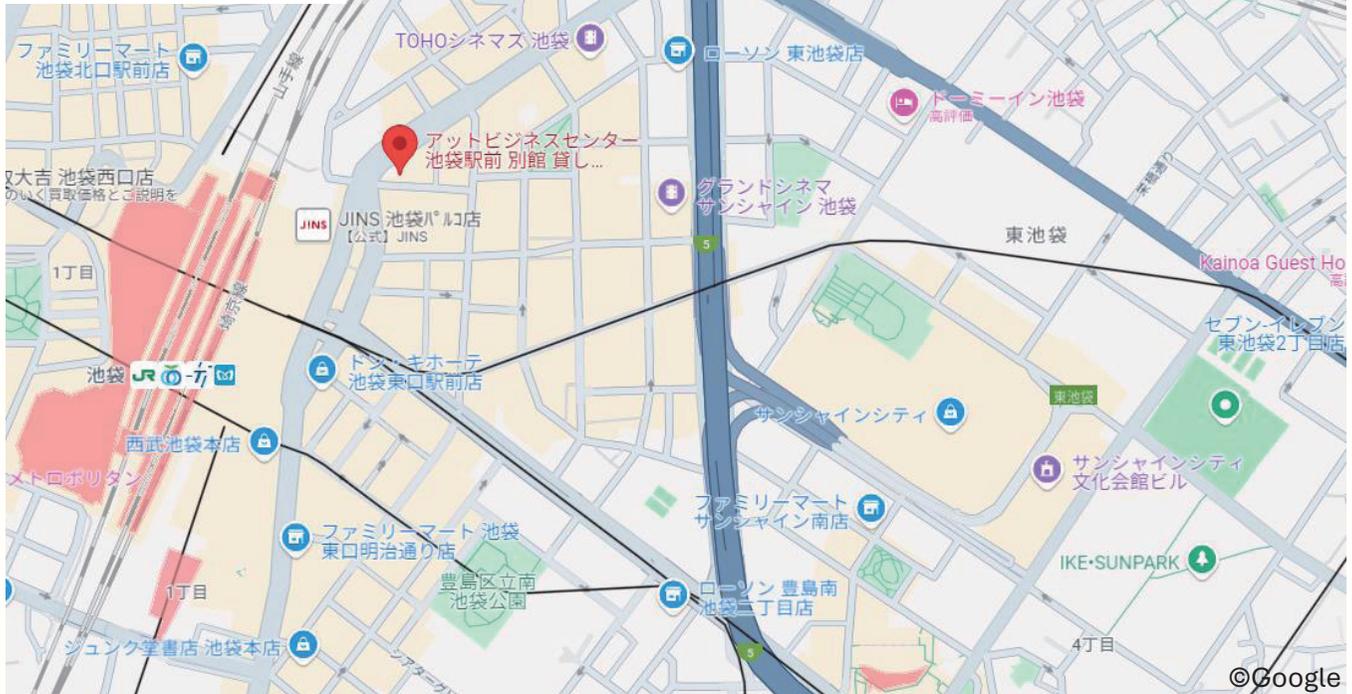
Nuclear Damage Compensation and Decommissioning Facilitation Corporation

【会場】アットビジネスセンター池袋駅前別館

8階 801会議室

住所：東京都豊島区東池袋1-6-4 伊藤ビル

【周辺案内図】



■ JR池袋駅東口より徒歩1分

ビックカメラ本店の向かいで

ZARA池袋店（輸入衣料品販売店）が入居しているビルの**8階**となります。

◇駐車場はございませんので、公共交通機関をご利用ください。

【会場周辺拡大図】



ご来場をお待ちしております。

- ・ 請求漏れがないか相談したい！
- ・ 住居確保にかかる費用の賠償請求について相談したい！
- ・ ADRの申立てについて相談したい！ など

**▶ 専門家へ
ご相談
ください！**

ご来場が難しい場合は、**電話相談** をぜひご利用ください！



(通話料無料)

0120-013-814

【対応時間】 10:00~13:00、14:00~17:00 月~金（祝休日を除く）

- ・ 行政書士による電話での情報提供
- ・ 弁護士による電話相談：【事前予約制】祝日を除く毎週火・木10:00~13:00

オンラインでの
ご相談も可能

福島12市町村 求人情報

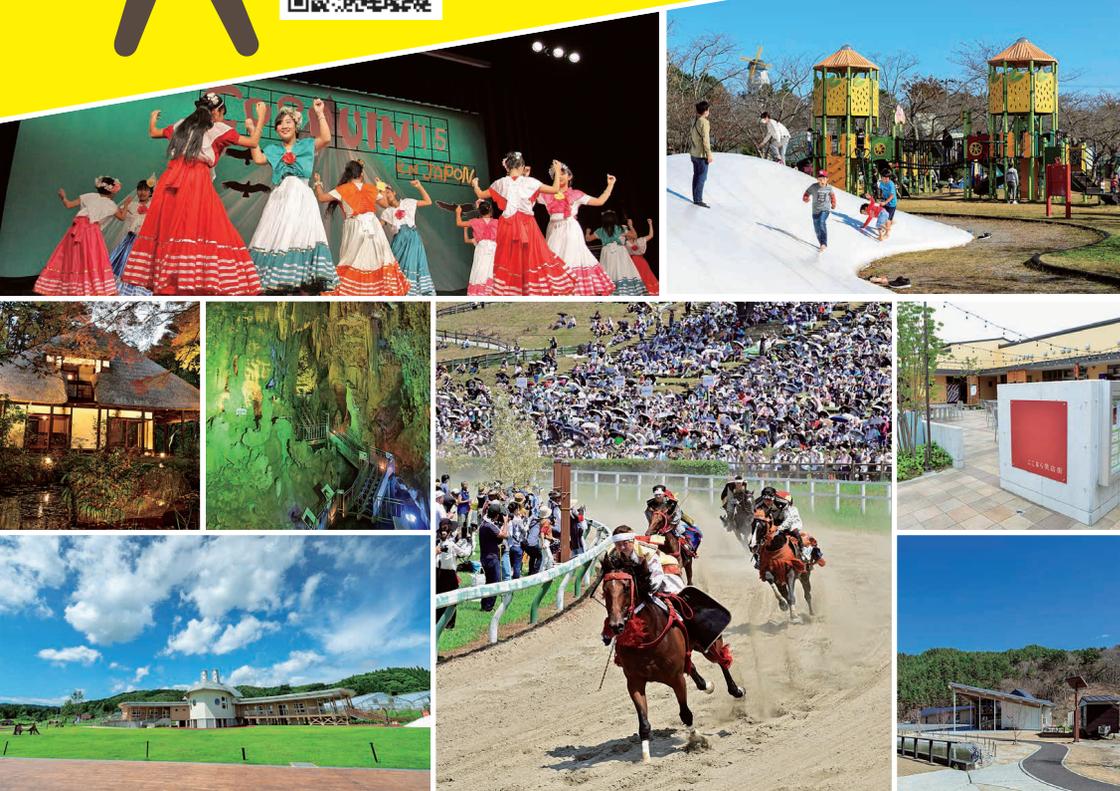
ふくしまで始める新しい暮らし 福島を“ふるさと”に しませんか

求人情報は
ここからチェック!



福島
12市町村
とは

2011年3月に発生した東日本大震災と、その後起こった福島第一原子力発電所の事故により避難指示等の対象となった、南相馬市、田村市、川俣町、浪江町、富岡町、楡葉町、広野町、飯館村、葛尾村、川内村、双葉町、大熊町を指します。



なみえまち 浪江町

求人情報は
こちらから



●「住みたい田舎」ベストランキング第1位の町

※田舎暮らしの本(宝島社)2025年度 人口5千人未満のまち 総合部門
山・川・海と豊かな自然に恵まれ、冬でもほとんど積雪がなく、夏も涼しく過ごしやすい気候です。JR常磐線、常磐自動車道が縦断し、東京や仙台からのアクセスも良好です。浪江駅周辺には「福島国際研究教育機構(F-REI)」の建設が進められ、先端産業の拠点として注目されています。

●移住に関する情報・相談はこちら
一般社団法人 まちづくりなみえ

双葉郡浪江町大字幾世橋字大添 52-1 TEL0240-23-7530



住宅
支援

移住者向け
住宅支援補助金

最大月4万円補助

町内不動産事業者等の管理する賃貸物件に入居する移住者に対して、月額家賃のうち37,000円を超える金額について最大月4万円を補助します(最長2年)。

住宅
支援

浪江町移住者
住宅取得事業補助金

最大145万円補助

町外から移住し住宅を取得した方は、補助金最大100万円の補助が受けられます。さらに、要件を満たす方は浪江町の補助費として最大45万円の加算補助金を受けることができます。

子育て
支援

18歳以下の
子どもの医療費

無料

学校給食費

就学支援金
にて支給(全額)

浪江町立学校児童生徒就学支援金交付

学用品費・通学品費等 を交付

浪江町立なみえ創成小・中学校制服等購入費補助

制服等・運動着等の購入費を補助
(中学生) (小・中学生)

出産祝い金

第2子まで 5万円
第3子以降 20万円



全市町村
が対象

福島県12市町村
移住支援金



世帯 200万円 単身 120万円

ふたばまち 双葉町

求人情報は
こちらから



●双葉駅を中心に新たな町づくりが進む

全86戸の公営住宅が整備され、移住者も増加しています。令和7年度には、商業施設(スーパー、飲食店)がオープン予定で、生活環境の整備が進められています。

●移住に関する情報・相談はこちら
双葉町移住定住相談センター

双葉郡双葉町大字長塚字町12 TEL080-1752-9353



住宅
支援

来て「ふたば」住宅取得支援事業補助金

住宅のリフォーム経費
補助対象経費の 1/2 (最大150万円) を補助

住宅の取得費、取得した住宅のリフォーム経費として補助対象経費の1/2(最大150万円)を補助
※福島県「来てふくしま住宅取得支援事業」に該当する場合は加算あり

子育て
支援

18歳以下の
子どもの医療費

無料

学校給食費

無料

出産祝い金

第2子以降 10万円

小学校
入学時

第2子には 5万円
第3子以降 10万円

かわまたまち 川俣町



●「ちょうどいい田舎暮らし」ができる町

川俣町 HP

県庁所在地の福島市から車で約30分と便利な場所にあり、アクセスの良さが特徴。川俣シャモ(地鶏)や、アンズリウム、トルコギキョウなどの花き栽培が盛んで、最先端の企業も立地する、農・商・工の3拍子がそろったまちです。

●移住に関する情報・相談はこちら

川俣町移住・定住相談支援センター

伊達郡川俣町字五百田 30 TEL050-3117-2275



住宅支援

住宅取得支援奨励金

最大 **200万円**

住宅新築等支援金

最大 **280万円**

※川俣町空き家等バンクで空き地を取得し、新築住宅を購入して居住する場合

子育て支援

- 入学祝い金
 - 小中学校に入学する子ども1人につき **5万円**
- 18歳以下の子どもの医療費 **無料**
- 放課後児童クラブ割引
 - 2人目は **半額**、3人目は **1/10**
- 小中学校の給食費 **無料**
- 出産祝い金
 - 第1子 **10万円**
 - 第2子 **20万円**
 - 第3子以降 **30万円**

みなみそうまし 南相馬市



●3つのエリアが特徴的な暮らしやすいまち

南相馬市 HP

福島県北東部に位置し、海と山に囲まれた自然豊かな場所でありながら、生活環境が整った暮らしやすいまち。千年を超えて今なお続く伝統的な祭り「相馬野馬追」や、近年は「ロボットのまち」として知られるようになりました。

●移住に関する情報・相談はこちら

みなみそうま移住相談窓口「よりみち」

南相馬市原町区旭町1丁目46-4 2階 TEL0244-26-8518



住宅支援

住宅購入等世帯定住促進事業奨励金

最大 **100万円**

※転入後、5年以内に住宅を取得もしくは、住宅取得後1年以内に転入した世帯で、申請時において、夫婦のいずれか(ひとり親世帯の場合はその親)が満43歳未満の世帯 ※条件を満たす場合、加算金あり

子育て支援

南相馬市の子育て情報が一度にわかる **子育て応援サイト**

子育て世代に心強い3つの無料化

- 給食費無料 (幼稚園・保育園・認定こども園 小中学校対象)
- 保育料無料 (保育園・認定こども園 小規模保育施設対象)
- 医療費無料 (18歳以下のこども対象)

ようこそ赤ちゃん誕生祝い品支給事業

育児用品引き換えチケット **2万円分 + 南相馬市米**

紙おむつ・おしりふき・粉ミルクが購入できる給付金と米を支給

在宅保育支援事業 **はぐババ** 育児取得促進奨励金

月 **1万円** 最大 **20万円**

3歳未満の子どもを家庭において 男性の育児取得に対して支給 保育している保護者に対し支給 ※支給要件あり

多子世帯子育て応援支援金

- 第3子以降 出産時 **30万円**
- 小学校入学時 **10万円**

全市町村が対象

福島県12市町村 移住支援金



世帯 **200万円** 単身 **120万円**

※東京圏(条件不利地域を除く)から18歳未満の世帯員と一緒に移住する場合、子育てが加算として1人につき100万円を加算。
※医療・介護・福祉職の有資格者は1人当たり120万円加算

ふくしま12市町村 移住支援交通費等補助金



1年で最大 **5回**

いいたてむら 飯館村



●地域に根ざした「まてい」な暮らしを実践

飯館村 HP

福島県の太平洋側と内陸部を隔てる阿武隈高地北部に位置し、猛暑日は0日と夏の過ごしやすさが魅力です。「まてい(じゅくりと・丁寧)」に称されるスローライフを実感できる一方、若い移住者が新しいことにチャレンジしている村です。

●移住に関する情報・相談はこちら

いいたて移住サポートセンター 3ど

相馬郡飯館村伊丹沢字伊丹沢 578-1 TEL0244-68-2850



住宅支援

住宅新築補助金

最大 **500万円**

空き家等購入補助金

最大 **200万円**

住宅修繕等補助金 最大 **100万円**

子育て支援

- 保育料・教材・給食など
 - 村立こども園通園児 義務教育学校通学児 **無料**
- 18歳以下の子どもの医療費 **無料**
- 子育て応援支援金
 - 小中学校入学時 **10万円**
 - 高校入学時 **20万円**
- 赤ちゃん誕生祝い金 **20万円**

かつらおむら 葛尾村



●住む人も関わる人もみんなで復興に取り組みむ村

葛尾村 HP

福島県浜通りに位置している自然豊かな農村村。県立自然公園日山や五十人山などの山々に囲まれ、緑が多く空気の澄んだとても小さな村は、不便さもありながら、「いい」ものがたくさんあるちょうどいい田舎です。

●移住に関する情報・相談はこちら

葛尾村移住・定住支援センター こんにちはかつらお

双葉郡葛尾村大字落合字落合 20-1 TEL0240-23-7727



住宅支援

復興移住支援金

世帯 **200万円** 単身 **120万円**

※空き家バンク登録物件の購入により移住した、県の12市町村移住支援金に該当しない芸術家やシニア世代が対象

移住促進空き家活用補助金 最大 **250万円**

来てかつらお住宅取得支援事業 最大 **100万円** ※県の事業と併用可

就園・就学支援事業

新入学時の被服費、学用品、教材費、保護者会などの無償化

出産祝い金

みらい子ども助成金交付事業 月 **2万円**

乳幼児及び村立学校に通学する児童に支給

18歳以下の子どもの医療費 **無料**

小中学校の給食費 **無料**

第1子 **10万円** 第2子 **20万円** 第3子以降 **30万円**

※出生時と就学時に分けて支給

ならはまち 榑葉町

求人情報は
こちらから



●温暖な気候と“ひと”のあたたかさが自慢

榑葉町 HP



浜通り地方のほぼ中央に位置し、緑豊かな阿武隈高地と太平洋の大海岸に囲まれたまち。スーパー・ホームセンター・飲食店の集まる「このら笑店街」や、サッカーナショナルトレーニング施設・Jヴィレッジ、温泉・宿泊施設も備えた天神岬スポーツ公園があり、充実した生活環境・教育環境が魅力です。

●移住に関する情報・相談はこちら

移住相談窓口 榑葉町地域活動拠点施設まざらっせ内
双葉郡榑葉町大字下道字久保田 63-3 TEL0240-23-6271



住宅支援

子育て世帯等住宅取得奨励金

100万円

住宅を新築、または建売新築住宅を購入した若年夫婦や子育てに世帯に支給

移住者向け空き家改修支援事業補助金

改修及び片付けを行う場合

上限 250万円

町内へ移住の方が居住を目的として空き家を改修するために係る費用の一部を補助します。上限：改修のみ200万円、片付け50万円（自ら行う改修の費用は対象となりません）

移住定住促進賃貸住宅家賃補助金

最大月 4万円

町外から移住し、民間の賃貸住宅へ入居する方に対して、月額家賃のうち35,000円を超える金額について、最大月4万円を補助します。（最大36ヶ月）

子育て支援

通学費助成	給食費
無料	無料
町内から町外へ通学する場合の電車代等を助成	
18歳以下の子どもの医療費	出産祝い金
無料	
妊婦のための支給給付金	第1子 10万円
妊婦時に 5万円	第2子 20万円
出産後に 5万円	第3子以降 30万円
※多胎児の場合は10万円	
榑葉町立小・中学校制服、学用品支給	保育料・一時保育
制服、運動着、学用品等を支給	無料

ひろのまち 広野町

求人情報は
こちらから



●すべての世代が安心して住み続けることができるまち

広野町 HP



太平洋と阿武隈高地の自然に囲まれた小さな町で、中心部に町役場、教育機関、医療機関、広野駅、インターチェンジ、ニッ沼総合公園、スーパー、飲食店など生活に必要な機関や店舗が集積した「田舎すぎない田舎」のコンパクトタウンです。

●移住に関する情報・相談はこちら

広野暮らし相談窓口「りんくひろの」
双葉郡広野町大字下道字苗代 35 TEL0240-27-1251



住宅支援

広野駅東ニュータウン住宅用地取得支援事業補助金

300万円

広野駅東ニュータウン住宅用地を取得した子育て世代・若年夫婦に対し補助

移住者向け空き家改修支援事業補助金

上限 250万円

県外からの移住者が町内の空き家を改修する経費等を補助 ※住宅の改修と残留物の片づけを行った場合 住宅の改修のみ:200万円 片づけのみ:50万円

子育て支援

18歳以下の子どもの医療費	入学祝い金	出産祝い金
無料	小学校・中学校入学時に5万円を支給	5万円
広野こども園および広域保育に通う0～2歳の保育料	広野こども園を利用する3～5歳の給食費	小・中学校給食費
無償化	無償化	無償化

全市町村が対象

福島県12市町村
移住支援金



世帯 **200万円** 単身 **120万円**

※東京圏(条件不利地域を除く)から18歳未満の世帯員と一緒に移住する場合、子育て加算として1人につき100万円を加算。
※医療・介護・福祉職の有資格者は1人当たり120万円加算

ふくしま12市町村
移住支援交通費等補助金



1年で最大 **5回**

たむらし 田村市

求人情報は
こちらから



●わくわくとまらない自然とチャレンジがいきるまち

田村市 HP



5つの町村が合併してできた田村市。阿武隈の山々をはじめ、深流や鍾乳洞などの大自然も共存し、人々が助け合いながら仕事もプライベートも満たされる、そんな田舎暮らしの醍醐味を味わえる環境が魅力です。

●移住に関する情報・相談はこちら

田村サポートセンター
田村市船引町石森字 108 TEL050-5526-4583



住宅支援

移住定住促進賃貸住宅家賃補助

最大月 4万円

県外から転入して就業または起業している方（これからする方も含む）を対象に、賃貸住宅の家賃の一部を支援

リフォーム子ども応援

転入子育て世帯空き家リフォーム補助

子ども1人あたり 10万円

子育て世帯が市外から転入するために空き家を改修する場合のリフォーム費用を補助

空き家リフォーム補助

最大 250万円

県外からの転入者を対象に、空き家パンプ物件のリフォーム費用を補助 ※県内からの転入者は最大100万円

子育て支援

妊産婦医療費助成<市独自事業>	出産祝い金
無料	第1子 10万円
妊産婦の医療費(保険診療分)を助成	第2子 20万円
	第3子以降 30万円
※出生時と就学前に分けて支給	
18歳以下の子どもの医療費	乳幼児家庭保育支援手当
無料	最大 2万円
子ども1人あたり	満1歳～3歳の乳幼児を家庭で保育する保護者に支給
市立幼稚園給食費	保育料
無料	無料
3歳未満児の保育料	保育料
第3子以降 無料	保育料、義務教育学校の給食費
	無料

かわうちむら 川内村

求人情報は
こちらから



●豊かな自然と柔らかな風が吹く村

川内村 HP



国指定天然記念物モリアオガエルの生息地として有名で、「蛙の詩人」と呼ばれた草野心平が愛した地でもあります。四季折々の自然の景色と優しい蛙の歌声が響く、とてもあたたかい気持ちになれる場所です。

●移住に関する情報・相談はこちら

川内村移住・定住支援センター（一般社団法人かわうちラボ内）
双葉郡川内村大字上川内字町分 282-6 TEL0240-23-7040



住宅支援

中古住宅取得補助事業

最大 70万円

※条件により加算あり

「来て かわうち」住宅取得支援事業

新築住宅補助事業 最大 **200万円**

- 移住された方 40万円加算
- 45歳未満または新婿世帯 10万円加算
- 18歳未満のお子さま 1人あたり 10万円加算

※1,000万円以上の新築住宅の取得費用を補助

子育て支援

若者定住応援交付金	出産祝い金
世帯 30万円	第1子 10万円
単身 20万円	第2子 20万円
※40歳未満の移住者で村内または近隣市町村の事業所に勤務する方	第3子以降 30万円
	※出生時と就学前に分けて支給
18歳以下の子どもの医療費	乳幼児家庭保育支援手当
無料	最大 2万円
定住住宅費支援交付金	満1歳～3歳の乳幼児を家庭で保育する保護者に支給
最大月 2万円	保育料
家賃月額の1/2を補助(最大36か月)	保育料、義務教育学校の給食費
	無料

※2025年6月現在の情報です。支援を受けるには一定の条件がありますので、詳しくは自治体等へご確認ください。

おおくまち 大熊町



●新たな施設の建設が進む活気あふれる町

常磐自動車道のインターチェンジにほど近い大川原地区には、町役場を中心に商業施設や学校、公営住宅が建ち並び、生活の拠点となっています。JR大野駅西側のエリアには、2025年3月に新たな施設がオープンし、にぎわいを見せています。

●移住に関する情報・相談はこちら

大熊町移住定住支援センター
双葉郡大熊町大字下野上清水 307-1 TEL0240-23-7103



住宅支援

大熊町ふるさと帰還 移住支援事業

県外 県内
最大 20万円
最大 15万円

家賃支援事業

家賃の半分(最大月4万円)
36カ月間補助

町に転入し、住居として民間賃貸を契約される方へ、家賃の半分(最大月4万円)を36カ月間補助



住宅の購入[新築・中古]

新築 最大 420万円
中古 最大 120万円
修繕に最大 250万円を補助

子育て支援

18歳以下の 子どもの医療費

無料

保育料・預かり保育料

無償化
(給食などの経費も含む)

出産応援給付金

妊娠時に 5万円 を給付

出産祝い金

第2子まで 5万円
第3子以降 20万円

子育て応援給付金

出産後に 5万円
(多胎児の場合は10万円)を給付

就学時祝金

小学校入学時に 5万円 を給付

学校給食費

無料

※東京圏(条件不利地域を除く)から18歳未満の世帯員と一緒に移住する場合、子育て加算として1人につき100万円を加算。
※医療・介護・福祉職の有資格者は1人当たり120万円加算

ふくしま12市町村 移住支援交通費等補助金



1年で最大 5回

とみおかまち 富岡町



●チャレンジしたい人を応援する町

太平洋と緑豊かな阿武隈高地の間に広がり、四季を通じて暮らしやすい温暖な土地です。スーパー、ホームセンター等が入居する商業施設が開業し利便性が向上したほか、小・中学校が再開するなど、福祉、教育の面でも環境の整備が徐々に進んでいます。

●移住に関する情報・相談はこちら

とみおかくらし情報館
双葉郡富岡町大字小浜中央 338 TEL0240-23-6983



住宅支援



富岡町定住化促進対策住宅助成事業

助成対象経費の 15% または 300万円助成

住宅を取得またはリフォームする場合に、助成対象経費の15%または300万円のいずれか低い額を助成。

子育て支援

18歳以下の 子どもの医療費

無料

出産記念手当

第2子まで 5万円
第3子以降 20万円

教育費の支援

通学費・校外活動費
修学旅行費・給食費
被服費(一部) ほか

子育て世帯奨励金

定住に関する奨励金 1世帯 30万円
子育て奨励金 / 中学3年生まで1人につき 年間 18万円 (最長3年間)

【福島県へのアクセス】



全国から福島への移住者増加中!

ご相談は Fukushima 12市町村 移住支援センターへ

相談形式が 選べます

- オンライン相談
- 対面相談(東京・現地)
- 市町村へ直接相談

最大200万円の 移住支援金!
子育て世代はさらに 加算も!

福島県12市町村 移住支援金

世帯 200万円 単身 120万円

子育て加算

一人あたり 100万円
(18歳未満)

医療・介護 福祉職有資格者加算

一人あたり 120万円

※各要件あり

まずは受給対象か チェック



求人情報を チェック!

表面の二次元コード、もしくは 求人ボックス 福島12市町村 求人特集 で検索



福島ではたらく、移住きっかけマガジン「HOOK(フック)」で働く人の“リアルな声”をチェック



宮城県から県外に避難されている皆様へ

宮城県からの お知らせです

東日本大震災で宮城県から離れ、現在も県外にお住まいの方を対象に、広報紙を郵送します。

御希望の方はいずれかの方法で御連絡ください

QRコードを読み込み
回答フォームで申請



メール又は電話

(電話受付時間 8:30~17:15)

①氏名 ②避難元住所
③現(避難先)住所
を記載してください



担当：復興支援・伝承課 震災復興支援班

電話：022-211-2424

メール：denshoh@pref.miyagi.lg.jp

東日本大震災津波で被災された皆さま

お困りごとがある方はお気軽にご連絡ください

仕事がうまくいかず、
家賃や住宅ローンの支
払いが大変。

収入が減り、家計
を見直したい。

家庭問題等どこか
ら解決していけば
いいかわからない。

ひとり暮らしで、こん
なこと、どこに相談し
てよいかわからない。

主に**沿岸地域**にお住まいの方

0193-30-1034

主に**内陸や県外**にお住まいの方

019-601-7640

メールでのご相談

info@sumaiansin.net

相談は無料です

■弁護士相談(予約制)

■相談支援員によるサポート

■ファイナンシャル・プランナー個別相談(予約制)



<http://sumaiansin.net>

いわて 被災者支援センター

〒026-0024 釜石市大町 2-4-7

〒020-0821 盛岡市山王町 10-6 山王ハイツ 2F

FAX 0193-30-1034

FAX 019-601-7641

受付：月曜日～金曜日 9:00～17:00 (土日祝日、12/29～1/3を除く)

※当センターは、岩手県からの委託により認定特定非営利活動法人インクルいわてが運営している被災者支援事業です。