

宮城県

登米市

とめで暮らす

移住



おかえりモネの舞台
登米

登米市移住・定住促進パンフレット

登米市移住 適正チェック!

Check List

移動手段

- 車、バイクを持っている



持っていない方、
準備しましょう!

仕事・趣味

- 手に職を持っている
- 田舎暮らしがしたい
- 野菜が好き
- 四季を思いっきり感じたい
- 虫が苦手ではない
- ツーリング、キャンプなどアウトドアが好き
- 地域の人と関わる仕事がしたい
- 農業をしてみたい
- 新しいことにチャレンジするのが好き

食べ物



- ごはん派
- 割と肉食系 豚肉・牛肉が好き
- チェーン店じゃない地元の食堂を回るのが好き
- 郷土料理も楽しみたい
- 旬の野菜を食べたい
(地域住民からもらうことがあります)

米・キャベツ、きゅうりの
産出額宮城県内1位!
(R2東北農政局)



☑ チェックの
数が

10~15

登米市で
思い切り楽しみ
ましょう!

5~9

もう1歩踏み込んで
馴染んでいきま
しょう!

0~4

他にもっと
いい場所がある
かも

お問い合わせ



登米市まちづくり推進部観光シティプロモーション課

〒987-0511 宮城県登米市迫町佐沼字中江二丁目6番地1
TEL 0220-23-7331(直通) FAX 0220-22-9164
http://www.city.tome.miyagi.jp
E-MAIL tome-life@city.tome.miyagi.jp



登米市
ホームページ

ここから始まる
あなたの物語

登米

のぼるこめと書いてとめ
その名の由来は、江戸に
米を送っていたことから
ついたとされる

北上川

この川からはじまった
この場所からはじまる
右肩上がりの人生
すてきライフ
新たな人生の始まり
すてきライフが
人生をあげていく



交通アクセス

電車でも、車でも、バスでも、アクセス容易。

仙台から

JRをご利用の場合

仙台駅発 (東北本線)	80分	●石越駅★
	75分	●新田駅★
	70分	●梅ヶ沢駅★
	65分	●瀬峰駅★
45分	●小牛田駅	
小牛田駅発 (気仙沼線)	55分	●陸前横山駅
	45分	●柳津駅★
	40分	●御岳堂駅
	35分	●陸前豊里駅★

東京から

JRをご利用の場合

東京駅	JR東北新幹線「はやぶさ」	仙台駅
	90分	
東京駅	JR東北新幹線「はやぶさ」	くりこま高原駅★
	120分	

高速バスご利用の場合

- 東北自動車道/登米市役所前(栗原市若柳経由) 仙台駅前(旧さくら野仙台店前)のりば→95分
- 三陸自動車道/とよま総合支所(石巻市河北追波川運動公園経由) 仙台駅前(旧さくら野仙台店前)のりば→97分

マイカーご利用の場合(登米市役所まで)

- 東北自動車道 古川IC → 40分
- 東北自動車道 築館IC → 25分
- 東北自動車道 若柳金成IC → 30分
- 三陸自動車道 登米IC → 20分



★印からは市民バスを利用し、市役所まで行くことができます。

登米市のデータ

- 面積 536.12km²
- 人口 76,912人
- 農業経営体数 5,114経営体
- 年間観光客数 2,453,315人
- 病院・診療所数 38ヶ所
- 歯科・診療所数 28ヶ所
- 農業産出額 332.8億円

【令和3年度版 登米市統計書】

登米市は住み良い気候です

気候は内陸性気候で、2021年平均気温は12.3℃、年間降水量は1,027mm、冬期の降雨量は少なく、降雪期間も比較的短く、東北地方では住みよい気候となっています。

とめ自慢

登米市の自慢をさらっと紹介。



環境保全米

豊かな自然と安全・安心な食を未来へ引き継ぐため、自然との共存を目指した「環境保全型農業」を推進しており、「赤とんぼが乱舞する産地を目指そう」を合言葉にスタートした「環境保全米」の栽培は登米市が発祥の地です。



登米産牛

登米市の「肉用牛」の生産量は東北随一です。登米市で飼育されている肉用牛の多くは黒毛和牛で、一定以上の条件を満たした上質なものは、超高級ブランド牛肉「仙台牛」として出荷されています。



森林セラピー

登米市は、森林資源も豊かなまちです。林業も盛んで「杉」の産地としても有名です。宮城県で唯一森林セラピー基地として認定されている「登米ふれあいの森」の園内には、8つの散策コースが整備されています。



長沼ボート場

「長沼ボート場」は全国でも4か所しかない国際A級コースの優れた競技環境を有するボート競技場です。2,000メートル8レーンの常設コースは国内唯一で、全国各地からボート選手が練習や強化合宿、大会競技などで訪れます。

Move to Tome

とめ
登米って
どっただべ!?

「ほどよい田舎」で、
自然もたっぷり気持ちいい！
登米市をゆる〜くご紹介。

Tome Map



登米市は2005年9つの町(迫町、登米町、東和町、中田町、豊里町、米山町、石越町、南方町、津山町)が合併し誕生しました。

01

移住者
interview



農業が繋ぐ 地域の輪

Move to Tome

移住のきっかけは農業！

宮城県富谷市出身の齋藤さんは、国際協力に興味を持ち、大学へ進学しましたが、サークル活動を通じて海外の農業に触れたことから徐々に農業に興味を持つようになり、農業の道へ進むことを決めました。農業を仕事にするにあたり、地元の宮城県内で農業が盛んな地域を調べたところ、登米市へたどり着きました。大学を卒業後に登米市へ移住し、研修や就職を経て、2019年に独立。現在は「わくわく農園らしく」でキュウリや大根等を栽培しています。

住んでみて実感！人のつながり

登米市での暮らしの感想を伺ったところ、「困ったり悩んだりしたことがあると、支えてくれる人が多く、求めていること以上に返してくれます。手を差し伸べてくれる人がたくさんいて、孤独を感じることがないですね。」と語ってくれました。

古民家を活用したカフェをつくりたい！

「今後は、古民家を利用したカフェをつくり、地域活性化を図りたい」と将来の展望について教えてくださいました。きっかけは、奥さんが出産する際に食事の制約が多く苦労している姿をみて、野菜を使ったクレープや、かまどでの焼き芋、オクラの種を使ったカフェインレスコーヒー等のようなメニューを提供できるカフェを登米市にも作りたいと考えたそうです。「地域の人の寄り合い所になるような場所をしたい。農園だけでなく、農業を活用した様々な事業を展開していきたい」と語ってくれました。



Profile

農家
〔「わくわく農園らしく」農園長〕
齋藤 大地さん

- Jターン
- 宮城県富谷市→東京都→登米市中田町
- 移住の時期：2013年
- 家族：妻、子ども1人



Profile

テレワーク
志田 美香里さん

- Jターン
- 新潟県→仙台市→登米市迫町
- 移住の時期：2021年9月
- 家族：夫、子ども3人

移住して実感！

新潟県新発田市^{しはた}出身の志田さんは、旦那さんの仕事の関係で、お子さん3人と一緒に昨年登米市へやってきました。一番下のお子さんは登米市へ来てから生まれました。登米市の印象を聞くと、「自然豊かで落ち着きます。休日は子どもたちと公園に遊びに行き、のびのび暮らせています。特に長沼フットピア公園の巨大なローラー滑り台は子供たちに大好評です」とお話ししてくれました。また、登米市へ来て、野菜がおいしく安いことに驚き、道の駅でよく買っているんですと教えてくれました。

自然がいっぱいでほっとできる！

お気に入りのスポットは三滝堂ふれあい公園。森林に囲まれ、川遊びができるので子供たちも喜んでのこと。「自然と触れ合える環境が近くにあるっていいなと思いました。以前住んでいた場所は近くに自然と触れ合える場所がなかったので、登米市へ来てからたくさん遊びに行っています」とお話ししてくれました。保育園でも三滝堂ふれあい公園へ連れて行ってくれるので、アウトドアを満喫しているそうです。

子どもものびのび！

登米市で子育てしてみても感想を伺ったところ、「生活するうえで必要なお店はありますし、自然豊かな環境でのびのび生活できています。子供が生まれた際に、地域の人が困ったことがあったら相談してねと声をかけてくれたり、休日に近所の子どもたちと遊んだりしています」と話してくれました。



自然豊かな

環境で

のびのび子育てを

02

移住者
interview



Move to Tome

03

移住者
interview



登米市 だからこそ 実現できたカフェ

Move to Tome



Uターンで登米市へ戻ってきました！

幼いころから料理を作るのが好きだった菅原さん。登米市出身で、進学を機に一度登米市を離れたましたが、Uターンで登米市へ戻り、カフェメラキを開きました。地元に戻ってきた自分のお店を開き、改めて人の温かさ、つながりの深さを感じていると話してくれました。「二度地元を離れたからこそ、登米市の良さに気づくことができました。常連さんもいて、自分の料理を楽しみにしてくれる人がいることに心温まります。登米市でなければ、この人との距離の近さは実現できなかったと思います」と話してくれました。

ゆっくりとくつろげる空間を

菅原さんが料理を好きになったきっかけは、おばあさんの存在でした。おばあさんの料理が感動する美味しさで、自分もこんな料理を作りたいと思うようになったそうです。お店の建設は弟さん、デザインやお店を開くうえでアドバイスはご両親にもらい、おじいさんはお店の庭の手入れをしていていたそうで、家族の支えが励みになりました。天井が高く開放感のある店内、大きな窓からは緑豊かな庭を眺めることができ、落ち着く空間となっています。人気メニューはチーズケーキ。20種類もの豊富なメニューがあり、季節によってさまざま楽しむことができます。

お客様の声ややりがい

今後はさらに手作りにこだわり、調味料から手作りにこだわって作ってみたい、遠方に住んでいる人にもケーキを届けられるようにしたい、と話す菅原さん。お客様に喜んでもらいたいという気持ちで、お店に来られるお客様にも伝わり、温かい空間を作り出しているのだと感じました。



Profile

カフェメラキ
店主

菅原 瑞穂さん

- Uターン
- 移住の時期：2016年
- 1人暮らし
- 仙台市→登米市



気になることを聞いてみよう！



Q1 車がないと生活が不便ですか。

交通手段として車があると大変便利です。

市内では100円バスや乗合タクシーが運行しています。



とめ暮らしの

Q & A

Questions and answers of Tomegurashi



Q3 住まいはどのように探せばいいですか。

空き家バンクや地元の不動産業者、定住促進住宅などの情報を活用しましょう。

登米市では、住まいをお探しの方に売買または賃貸できる空き家を紹介する「空き家バンク制度↓P14」があります。一定の条件を満たした方は、「定住促進住宅↓P14」もあります。また、市内の不動産業者も賃貸・売買の物件情報があり、より専門的なアドバイスがもらえます。

Q4 登米市での生活を体験してみたいのですが。

ぜひお試し住宅ご利用ください。

(↓P14)
また、グリーンツーリズムで農業体験をしながら民泊してみるのもいいかもしれません。



Q2 雪は降りますか。

東北地方にしては比較的少ないです。

除雪の必要はありませんが、車の冬用タイヤは必須です。





地元の皆さんと
交流の場を!

木工芸品作り体験

オーダーメイド型ツアー概要

- 対象者 市外の方で、移住を希望・検討する方
- 参加費 無料(体験や宿泊費用等は自己負担)
- 受入組数 1回あたり1組限定
- 受入時間 原則1日以内(休日等の対応は要相談)
- 募集期間 随時募集
- 受入期間 1月4日~12月28日(月に先着2組まで)
- 申込方法 担当課あて申込みを送信(又は提出)

モデルコース

農業と林業に触れるコース

集合 ▶ 農業従事者との交流・体験 ▶ 森林組合の方と交流 ▶ 解散

とめ暮らし体感コース

集合 ▶ 空き家見学 ▶ 先輩移住者との交流 ▶ 登米市内の農家民泊

アクティビティを
楽しみたい!!



長沼でのボート体験

農業体験
してみたい!!



農業体験

自然と
触れ合いたい



森林セラピー体験

移住体験ツアー

登米市の移住体験ツアーとは、若者や子育て世代から選ばれ、
住みたくなるまちづくりを目指して、首都圏などからの移住を促進する
取り組みの一環で行っているものです。

- ① 登米市移住体験ツアー
- ② オーダーメイド型ツアー

2つのツアーを
ご用意して
ます!

①は決まった行程を
体験します!

②は自分に合わせた
オリジナルで

登米市移住体験ツアーは、例年3回ほど実施されます。コロナ禍にてオンラインに対応したツアーも実施しておりますので、遠方にお住まいの方もお気軽にご参加ください!
オーダーメイド型ツアーは、一人ひとりに寄り添い、参加者とともに作るツアーです。移住への本気度が高い方も、まずは登米を知りたい方も、お気軽にお申込みください!



オーダーメイド型
移住体験ツアー
ページ



登米市
移住体験ツアー
ページ



オーダーメイド型
移住体験ツアー
申込フォーム



お問い合わせ

まちづくり推進部観光シティプロモーション課
TEL. 0220-23-7331 MAIL. tome-life@city.tome.miyagi.jp



登米市シティプロモーション「うまし、たくまし、登米市」
「とめ暮らし」動画公開中

移住を検討している方必見! 登米市での暮らしを動画で紹介します!



YouTube



保育所	13園
幼稚園	6園
小規模保育事業所	12園
認定こども園	10園
認可外保育施設	4園
事業所内保育事業所	1園
小学校	22校
中学校	10校
高等学校	4校

(令和4年4月1日現在)

保育園・幼稚園が選べます

待機児童数

0人だよ

(令和4年4月1日現在)



入学祝金

新たに小学校へ入学する第3子以降のお子さん1人につき、祝金3万円を支給します。

お問い合わせ/教育部学校教育課
TEL.0220-34-2679

地域の資源を活かした学び



みどりの少年団

登米市立米川小学校・みどりの少年団(5・6年生)と地元の米川生産森林組合が協力・連携し、児童たちによる舞茸の収穫並びに販売の体験学習を行っています。登米市立横山小学校のみどりの少年団では、植樹祭へ参加し、コナラを植樹しました。



農作業体験

小学校の児童が総合学習の一環として学校近くの水田で農作業体験(田植え・稲刈り)を行います。

子育て支援センター事業

就学前までのお子さんと保護者の皆さんが気軽に遊べ、子育て親子が交流できる施設です。絵本や紙芝居の読み聞かせや子育てに役立つ講座を開催しております。また、子育てについての相談、情報提供、助言なども行っており、子育て中の皆さんを応援します。 ※市内12か所実施



誕生祝金

お子さんの誕生を祝福し、第1子に3万円、第2子に5万円、第3子以降に10万円の祝金を支給します。

お問い合わせ/福祉事務所子育て支援課
TEL.0220-58-5562



地産地消の給食

学校給食では、「登米市地域食材の日」を定め、毎年15日を基準として地元で生産・加工・出荷される食材(農産物等)を積極的に利用しています。

子ども医療費助成事業

出生から18歳に達した後の最初の3月31日までのお子さんに対して、医療機関に支払う保険適用の自己負担分を助成します(所得制限なし)。

お問い合わせ/市民生活部国保年金課
TEL.0220-58-2166

妊産婦一般健康診査

妊婦一般健康診査に係る費用14回分(多胎妊娠の場合は20回分)、産婦健康診査に係る費用2回分を助成します。また、里帰り出産等で宮城県内指定医療機関以外の医療機関で妊産婦健康診査を受診した方についても、費用の助成を行っています。

わくわくマタニティサロン
こんにちは赤ちゃんサロン

妊婦と1歳までのお子さんを持つ親子が、主に子育て支援センターを会場に、気軽に集える場を設け交流をします。また、保育士、保健師、栄養士、助産師の情報提供や相談に応じます。

よりそい・ほっと相談(助産師相談)

妊娠中のごこと、お産のごこと、母乳育児や子育てについて心配なこと、不安なことを助産師に相談できます。相談は毎月1回(第3火曜日)、予約制で実施します。

子どもの予防接種

予防接種には、予防接種法によって対象疾病、対象者や接種期間などが定められている定期予防接種と、それ以外の任意予防接種があります。登米市では、任意予防接種のうち「おたふくかぜ」の費用を全額、また、中学3年生を対象に季節性インフルエンザ予防接種の費用の一部を助成します。

子どもの予防接種情報提供サービス
「登米っこ♪すこやかナビ」

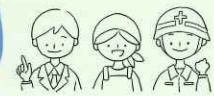
「登米っこ♪すこやかナビ」は、登米市の乳幼児を対象とした予防接種のスケジュール管理を基本に、感染症の流行状況、子育て情報等を提供するサイトです。登録は無料です。ぜひご利用ください。 ※通信費、バケット代はご自身の負担となります。

不妊に悩む方への特定治療支援

不妊治療のうち、宮城県が指定する医療機関で、体外受精および顕微授精の治療に要した費用の一部を助成します。

お問い合わせ/市民生活部健康推進課
TEL.0220-58-2116





移住支援事業

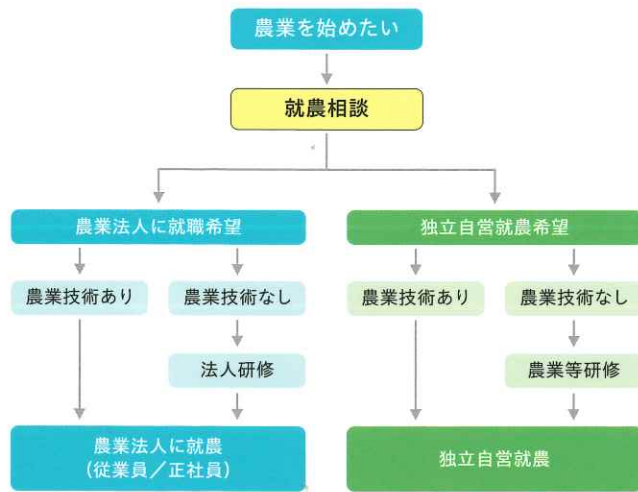
移住直前の10年間のうち、通算5年以上かつ直近の1年以上東京圏(条件不利地域を除く)に在住し、東京23区に通勤していた方が、みやぎ移住サポートセンターに登録し、「みやぎ移住ガイド」に掲載されている中小企業等に就職した場合、世帯移住で100万円、単身移住で60万円を助成します。18歳未満の世帯員の方が一緒に移住される場合は、18歳未満の方ひとりにつき30万円加算されます。

お問い合わせ/まちづくり推進部観光シティプロモーション課
TEL.0220-23-7331

就農相談を行っています

登米市は、温暖な気候と豊かな自然に恵まれた、県内でも有数の農業が盛んな地域です。

就農までの過程、各種支援制度等のご相談については、下記担当課までお問い合わせください。



【登米市就農イメージ】

お問い合わせ/産業経済部産業総務課
TEL.0220-34-2716

ビジネスチャンス支援事業

●創業支援事業

農・商・工分野の地域資源を活かした起業・創業を行う方、または、地域社会の課題解決に取り組むソーシャルビジネスにより起業・創業を行う方に対して、創業時に必要とする設備資金・運転資金へ最大200万円を助成します。

●産業支援事業

地域経済の活性化を図るための事業のうち商品開発、販路開拓・人材育成、施設・機械等整備、店舗改修などに要する経費を助成します。

※市内に住所または主たる事業所を有し事業を行う法人、団体および個人事業主を対象とします。

●空き店舗活用支援事業

市内にある空き店舗を活用し新規出店される方に対し、店舗改修費を最大50万円助成します。

お問い合わせ/産業経済部地域ビジネス支援課
TEL.0220-34-2706

みやぎ農業研修生滞在施設

新規就農希望者が自宅以外の市内農家(農業法人等)で研修をする場合、優先的に使用できます。



使用料金

●1室あたり月額20,000円
※1か月に満たない場合は日割り計算



お問い合わせ/産業経済部産業総務課
TEL.0220-34-2716

登米市内の企業に就職する

情報収集

●ハローワークインターネットサービス
URL:<https://www.hellowork.mhlw.go.jp/>



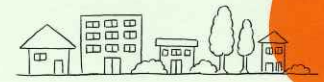
ハローワークインターネットサービス

●登米市ホームページ(下記URL)で、ハローワークはさま(迫公共職業安定所)が発行している求人情報を毎週掲載しています。
http://www.city.tome.miyagi.jp/business/shisejoho/shushoku/shushokushien/tomekyujinjiyouhou_001.html



登米市求人情報ページ

●ハローワークはさま TEL:0220-22-8609 登米市迫町佐沼字内町42-10



住宅取得補助金

登米市外から転入し、市内に住宅を新築、または購入(中古住宅を含む)した方に、住宅の取得費総額の10%(上限50万円)を助成します。

※市内業者が施工した場合や中学生以下の子どもがいる場合、条件により補助金が加算されます。

移住体験参加促進事業補助金

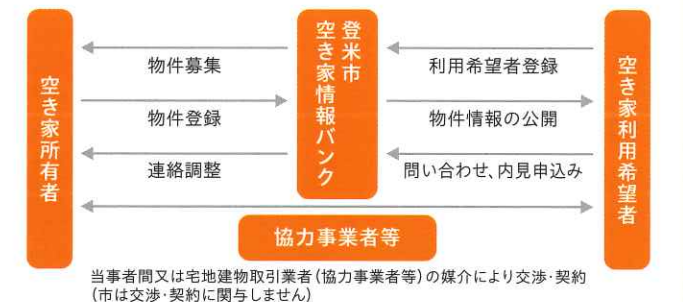
県外在住の移住お試し住宅利用者と移住体験ツアー参加者を対象に、交通費・宿泊費の一部(対象経費の50%、上限3万円)を助成します。

空き家改修事業補助金

空き家情報バンクを利用した空き家所有者・利用者に、居住する空き家改修費の50%、最大50万円を助成します。

空き家情報バンク

空き家の所有者から頂いた物件情報を「空き家情報バンク」に登録し、空き家を「借りたい・買いたい」とお考えの方に、情報を提供する仕組みです。



当事者間又は宅地建物取引業者(協力事業者等)の媒介により交渉・契約(市は交渉・契約に関与しません)



物件情報はこちら

魅せる登米材活用促進事業

市内産材を使用(主要構造材の50%以上)して市内に居住用の住宅を建築・増改築する場合、市内産材利用量や条件に応じて最大55万円を助成します。

お問い合わせ/産業経済部農林振興課
TEL.0220-34-2709

住宅用新エネルギー設備導入支援事業補助金

市内に居住する方で、住宅に新エネルギー設備を設置する方に、設置費用の一部を助成します。

●木質バイオマス燃焼機器/上限10万円

お問い合わせ/市民生活部環境課
TEL.0220-58-5553

結婚新生活支援事業補助金

令和3年4月1日以降に婚姻された49歳以下の方で、婚姻を機に新たに登米市内で住宅を取得した方、住宅を賃借する方の住居費・引越し費用を支援します。(補助上限額30万円)

お問い合わせ/福祉事務所子育て支援課
TEL.0220-58-5562

定住促進住宅

市内に定住を希望し住宅を必要としており、一定の収入がある等の入居要件を満たす方に、公募により住まいを提供します。



基本データ

- 間取り……………3DK
 - 築年数……………30~40年
 - 家賃
1~3階……………30,500円
4階……………27,500円
5階……………25,900円
 - 駐車場代……………2,000円
- 駐輪場有、ベランダ有

お問い合わせ/建設部住宅都市整備課
TEL.0220-34-2316

登米市移住お試し住宅

登米市では、移住を検討している皆さんに登米市での暮らしを体感していただくため、短期間滞在できる「移住お試し住宅」をご用意しています。移住の検討にぜひご利用ください。

【利用可能期間】 2泊3日以上9泊10日以内
(1月4日~12月28日)

【施設詳細】 住所:登米市迫町佐沼字中江三丁目2番地2
木造平屋戸建、5K
市役所5分、コンビニ2分、スーパー5分
※車移動
各種生活用品、電化製品を備え付けてあります。
※寝具、歯ブラシ等は各自ご用意ください。

お問い合わせ/まちづくり推進部観光シティプロモーション課
TEL.0220-23-7331