



宮城県東松島市
ブルーインパルスも、翼を休める場所。
ボクが見たかったこの青は、
キミに見せたい青になった。



お試し移住
体験随時
募集中!!

東松島の「人」と「まち」
をゆった〜り満喫して
ひがまつ暮らしと一緒に
イメージしましょう!!

東京 仙台方面からのアクセス

電車で…

東京駅～仙台駅～野蒜駅～矢本駅
…東北新幹線…JR 仙石東北ライン or 仙石線…
…1時間30分…40分…

お車で…

仙台南IC～仙台若林JCT～鳴瀬・奥松島IC or 矢本IC
…東北自動車道…仙台南部道路…三陸自動車道…
…50分…

東松島市
移住・定住情報サイト

ひがまつ暮らし

ひがまつ暮らし



移住相談窓口・お問い合わせ

〒981-0503 宮城県東松島市矢本字上戸戸 36 番地 1
東松島市役所 復興政策課内 移住コーディネーター
Mail ijyu@city.higashimatsushima.miyagi.jp
Tel 0225-82-1111(内線 1234) 平日 08:30-17:00

移住までのステップ

移住のためには、踏んでおきたいステップがあります。
焦らず一歩一歩、具体的に。
夢や希望をできるだけたくさん持って進んでいこう!

- ①目的の確認
なぜ移住を考えたのか、目的確認しましょう!
- ②条件のリストアップ
これだけははずれない、そんな条件ありますか?
- ③移住先ってどんなまち?
移住のために情報収集はかかせません。
- ④遊ぼう!!
実際に体験しないとわからないことだらけ。
一度遊びに来てけらいん!
- ⑤ファンになる
充実した生活には地域への愛着が肝心です。
- ⑥お試し移住
いよいよ移住…その前に、現地で生活をしてみましょう。
- ⑦子育て
幸せな未来のために、子育て・教育環境はとても重要です。
- ⑧暮らし
生活環境はとても大切。他の候補と比較検討しましょう。
- ⑨仕事
移住に伴い転職も生じます。
前職を活かすもよし、新しいチャレンジもよし。
- ⑩住まい
新しい我が家を探しましょう。
心やすらく住まいがきっと見つかります。

いざ! 移住♡

今日からここ東松島市が、あなたのまちです。
素敵な「ひがまつライフ」となりますように。

オンライン移住相談

ZOOM を利用したオンライン移住相談をやっています。
お仕事やお住まいのことなど気になることを
気軽にお問い合わせください。
平日: 10:00 ~ 16:00 (お一人 30 分程度)



宮城 ひがしまつしま 東松島 移住・定住のおはなし

東松島市は仙台まで電車でも車でも約 45 分。

人口約 4 万人、日本三景松島と石巻市の間にあり、大きな空と碧い海に彩られた美しいまちです。
地域おこし協力隊の定住率はなんと 93%!! (歴代 28 名)、縄文時代 5000 年も集落が続いた土地、暮らしやすさは抜群です。

2021 年には東京オリンピック・パラリンピックにて東京上空を駆けぬけた、ブルーインパルスは東松島で翼を休め、スモークアートの飛行訓練は日常の中にあります。

2011 年の東日本大震災では甚大な被害を受けましたが、公民の連携による素早い初動と、たくさんの支援に支えられ、創生へ向けて一歩一歩確実に前進しています。災害ゴミ処理 98% という「東松島方式」の誕生や、環境未来都市構想の採択を受けるなど、復興の取組が評価され「復興のトップランナー」なんて言われています。

そんな努力が評価され、2018 年東北で初めて「SDGs 未来都市」に選定、2022 年には「脱炭素先行地域 (第 1 回)」そして「世界の持続可能な観光地 TOP100」に選定されています。

移住者の皆さんが新たにチャレンジできるフィールドもたくさん残されているので、是非一度、遊びに来てください。



SDGs 未来都市 東松島市
HigashiMatsushima
～住み続けられるまちづくり～



仕事

移住に伴い転職も生じます。
前職を活かすもよし、
新しいチャレンジもよし。

東松島市での就職は…

- 東松島企業ガイドブック
- みやぎシゴトサポーター石巻
- ハローワーク
ハローワークスタンバイで『東松島』『石巻』『松島町』等で検索するとスムーズに探せます!
<https://jp.stanby.com/>
- 宮城移住・交流ガイド ▶働く

地域おこし協力隊

東松島市では、2016年から28人の方を協力隊の隊員として迎え入れました。(2023年4月1日時点)
第一次産業(農業・漁業など)への挑戦や自分の得意なことを活かし、まちの活性化と一緒に取り組みませんか。退任後の定住率は93%(全国平均60%)と愛郷心がうかがえます。

創業支援補助金

市内で新たに創業、第二創業する個人または中小企業者等を対象に、その経費の一部補助。
創業 補助限度額 250万円 補助率 2/3
第二創業 補助限度額 250万円 補助率 1/3

新規収納者育成総合対策(経営開始資金)

認定新規就農者として市から認定を受け、その他の条件を満たした方に、国が年間最大150万円を最長3年間交付。

新東松島市新規就農支援事業補助金

新規就農者育成総合対策(経営開始資金)の交付が決定した方に、市の独自支援として年間最大30万円を最長3年間交付。

東松島市地域おこし協力隊のための起業補助金

地域おこし協力隊員の起業活動に要する経費。隊員1人につき1回限り100万円以内

暮らし

移住が現実的になってきたら
まずは遊びに来てけらいん
はじめの一步の後押しを少しご紹介

お試し移住

旅行や観光とも違う「暮らす」東松島市民体験。
東松島市では3~7日間の滞在中に、半日程度移住コーディネーターが移住検討者の要望に沿ったプランを組み一緒に回ります。観光地を取り入れながら住宅地や地域住民との交流などご案内します。
・宿泊料:無料 ・移住コーディネーター支援料5,000円

東松島市移住支援金

対象
・移住直前の10年間で通算5年以上、かつ直前に連続して1年以上、東京23区内に在住または東京圏(条件不利地域を除く、東京、埼玉、千葉、神奈川)から通勤しており、移住先要件に当てはまる者
・東松島市へ転入後5年以上継続して居住する意思を有していること(支援金申請日から5年経過するまでの間に東松島市から宮城県外へ転出したときは支援金の返金が生じます)
1世帯あたり100万円(単身者は60万円)

家庭

地域ぐるみ、
まちぐるみで、
子どもたちと向き合う子育て

延長保育20時までOKの保育園あり

地域全体の支え合いによって、安心して子どもを産み育て、働くことのできるまちづくりを目指しています。市内には20以上の公園と2か所の子育て支援施設を設け、親子のふれあいや子育て仲間との交流の場を提供、あらゆる子育ての相談ごとに対応しサポートしています。また、小中全校がコミュニティ・スクールです。地域・学校・保護者・行政が連携して子どもたちと共に地域の活性化へ取り組みます。

子ども医療費助成(所得制限無し)

高校卒業の年齢(18歳)まで医療費無料となります。

ファミリーサポート事業

子育ての支援を受けたい人と支援できる人が会員となり子育てを助け合います。

引き渡し訓練

東日本大震災以降、小中学校では年1回以上、災害時の児童生徒の安全確保のため保護者への引き渡し訓練を行っています。

結婚祝金

夫婦いずれか一方の年齢が39歳以下である夫婦1組につき2万円

結婚新生活支援事業

新婚世帯へ住居購入または賃貸住宅、引っ越し費用を助成。
夫婦いずれも39歳以下で所得制限あり
1世帯最大30万円

放課後児童クラブ

全ての施設は、校内か隣接しているため安心です。

保育所・園10か所(公7私3)
幼稚園3か所(私3)
小学校8校(全校放課後児童クラブ有)
中学校3校、高等学校3校(公2私1)

好きです!東松島おかえり事業補助金

宮城県出身者または宮城県内に居住または勤務(経営含む)経験者が東松島市へ移住し、1年以内に市内の事業所へ勤務もしくは事業所の経営をする方
移転費用(引っ越し代、居住関連費など)を支給
1世帯あたり30万円(単身者は15万円)

定住化促進事業費補助金

東松島市外から市内に転入し、住宅を取得すると最大100万円の補助を受けられます。

空き家バンク補助金

空き家バンクを利用し、東松島市内の空き家を購入または賃借したもので、定住しようとする意思のある方を対象に、経費を補助するものです。
・引越費用、空き家の改修、住宅の機能向上のために行う修繕、設備改善に要する経費 最大15万円