

地方移住で満足度の高い働き方をするためには、 どうすれば良いのか

2022年11月 株式会社マイナビ 社長室 HRリサーチ統括部

■本レポートは主に「地方移住に関する調査」を元に作成しています。

<調査目的> 地方移住者、地方移住関心者、地方移住無関心者の実態と傾向を明らかにする

<調査地域> 全国

<調査方法> インターネット調査

<対象者>

地方移住者：社会人となって以降、都道府県をまたぐ地方移住を経験し、現在も地方在住である就労者（※自分の意志で移住した場合と
するため、会社都合の転勤・帯同は除外）

地方移住関心者：現在、埼玉県・千葉県・東京都・神奈川県・愛知県・大阪府に在住で、今後都道府県をまたぐ地方移住に興味がある就労者

地方移住無関心者：現在、埼玉県・千葉県・東京都・神奈川県・愛知県・大阪府に在住で、今後都道府県をまたぐ地方移住に興味がない就労者

<回答数> 696サンプル

<実施期間> 本調査：2022年7月15日（金）～7月17日（日）

<調査主体> 株式会社マイナビ（アンケートモニター提供元：外部調査会社）

※調査結果は、端数四捨五入の関係で合計が100%にならない場合があります。

※n=30以下は参考値としております。

■本資料に掲載のデータ、図版等の無断転載を禁じます。資料のご利用やご質問等に関しては下記までご連絡ください。

株式会社マイナビ 社長室 HRリサーチ統括部

E-mail：myrm@mynavi.jp

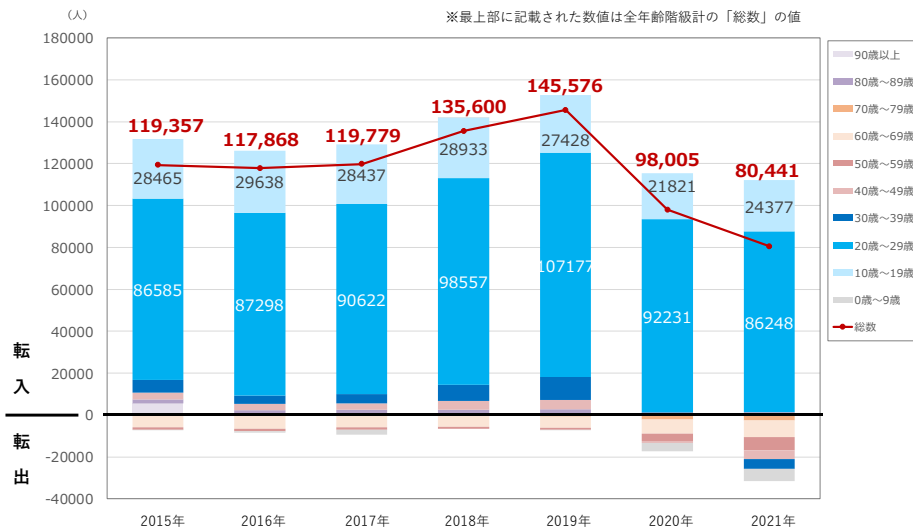
■はじめに	P3
■地方移住者の実態	P6
①移住後の状況（移住タイプ、居住地・勤務地、移住後の働き方など）	
②移住理由	
③今後の定住意向	
④ストレスと満足度の変化	
■地方移住関心者の実態	P23
①移住に関する希望	
②仕事観	
③地方移住関心者と無関心者の比較	
■「仕事」の満足度の高い地方移住をしている人の特徴	P42
①満足者と不満足者の仕事観	
②満足者と不満足者の働き方	
■おわりに	P53
■出典	P54

はじめに

はじめに

本レポートの趣旨について

【東京圏の年齢階級別転入超過数の推移】



総務省「住民基本台帳人口移動報告（日本人移動者）」をもとに作成

日本の総人口は2053年には1億人を割って9,924万人まで減少すると予測されている*1。また、東京圏への転入超過は、2020年には前年比で大きく減少したものの、未だ継続しており、特に若年層における転入超過が大部分を占めている*2。少子高齢化による人口減少に歯止めをかけるとともに、東京圏への人口の一極集中を是正し、活力ある日本社会を維持することを目的として政府が注力している政策のひとつが地方創生である。

さらに、新型コロナウイルス感染拡大により多くの企業でリモートワークの導入が進み、多様な働き方が可能になったことをきっかけに人々の地方移住に関する注目は高まっている。これまでより、地方移住が多様なライフスタイルを実現する手段として身近な存在になりつつあるのではないだろうか。

本レポートでは、まず地方移住者と地方移住関心者の実態に関する調査結果を紹介していく。そのうえで、生活に欠かせない仕事に関する結果から、移住先で満足度の高い働き方をするためにはどうすれば良いのか、そのポイントを考察した。

(出典)

*1 = 国立社会保障・人口問題研究所「日本の将来推計人口」 https://www.ipss.go.jp/pp-zenkoku/j/zenkoku2017/pp_zenkoku2017.asp

*2 = 総務省「住民基本台帳人口移動報告（日本人移動者）」 <https://www.ipss.go.jp/pp-shicyoson/j/shicyoson18/t-page.asp>

■はじめに

本レポートの調査対象について

▼移住の定義

自分の意志で主な生活拠点を別の地域に移すことを“移住”と定義し、会社都合の転勤や帯同は除外した。2拠点居住など主な生活拠点を持ちながら他の地域にも生活拠点を設けて行き来することについては、「多拠点居住型」として調査対象とした。

▼地方の定義

埼玉県・千葉県・東京都・神奈川県・愛知県・大阪府を除く都道府県

【地方移住者】

地方移住前に埼玉県・千葉県・東京都・神奈川県・愛知県・大阪府に在住で、社会人となって以降、都道府県をまたぐ地方移住を経験し、現在も地方在住である20～60代の就労者（パート・アルバイト除く）

※自分の意志で移住した場合とするため、会社都合の転勤・帯同は除外

【地方移住関心者】

現在、埼玉県・千葉県・東京都・神奈川県・愛知県・大阪府に在住で、今後都道府県をまたぐ地方移住に興味がある20～60代の就労者（パート・アルバイト除く）

【地方移住無関心者】

現在、埼玉県・千葉県・東京都・神奈川県・愛知県・大阪府に在住で、今後都道府県をまたぐ地方移住に興味がない20～60代の就労者（パート・アルバイト除く）

第1章

地方移住者の実態

この章では、地方移住者を対象にした調査結果をもとに、地方移住者の実態を紹介する。

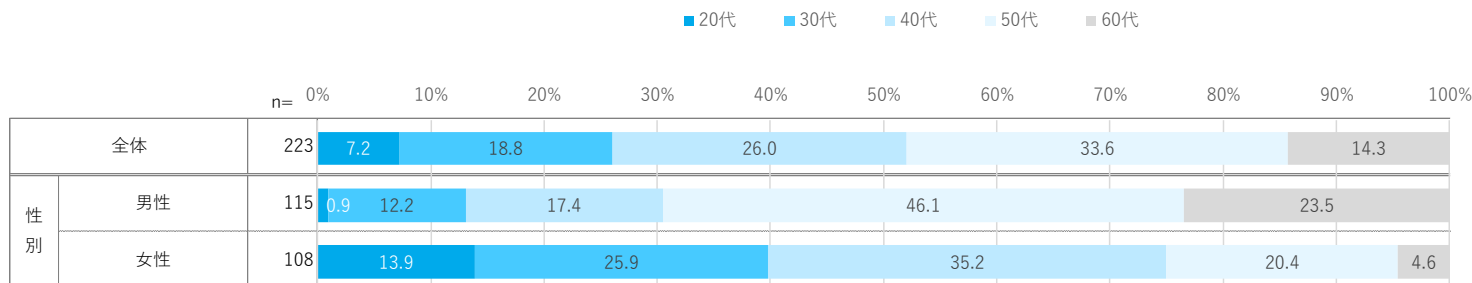
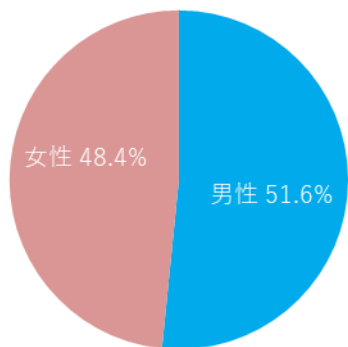
【この章で取り上げること】

- ①移住後の状況
(移住タイプ、居住地・勤務地、移住後の働き方など)
- ②移住理由
- ③今後の定住意向
- ④ストレスと満足度の変化

回答者属性

性別

年代

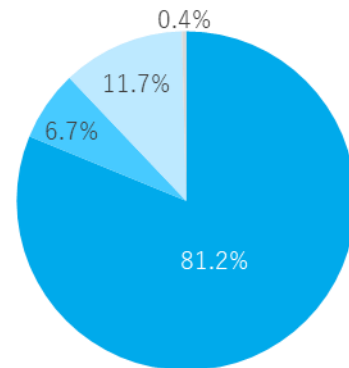
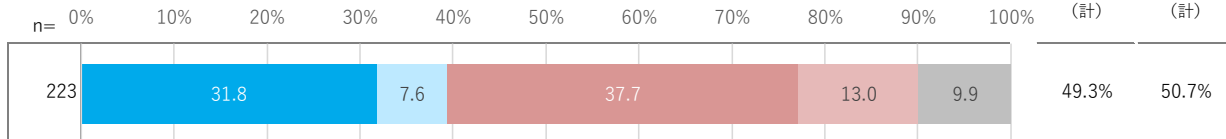


婚姻状況

雇用形態

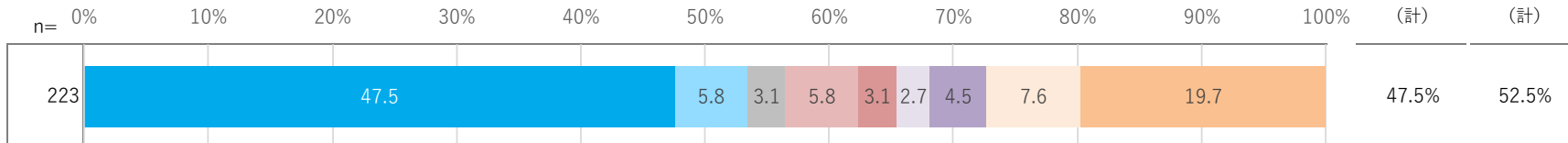
- 未婚で主たる生計者
- 未婚で主たる生計者ではない
- 既婚で主たる生計者
- 既婚で主たる生計者ではない
- 離別・死別をした主たる生計者
- 離別・死別をしたが、主たる生計者ではない

- 正社員
- 派遣社員（特定派遣・無期雇用派遣を含む）
- 契約社員（無期契約社員を含む）
- 嘱託



子供有無

- 子供がいない
- 0歳～3歳
- 4歳～6歳
- 小学校1年生～3年生
- 小学校4年生～6年生
- 中学生
- 高校生（特別支援学校、高等専修学校の学生含む）
- 大学生・大学院生（短期大学、専門学校、高等専門学校等の学生含む）



第1章 地方移住者の実態

① 移住後の状況

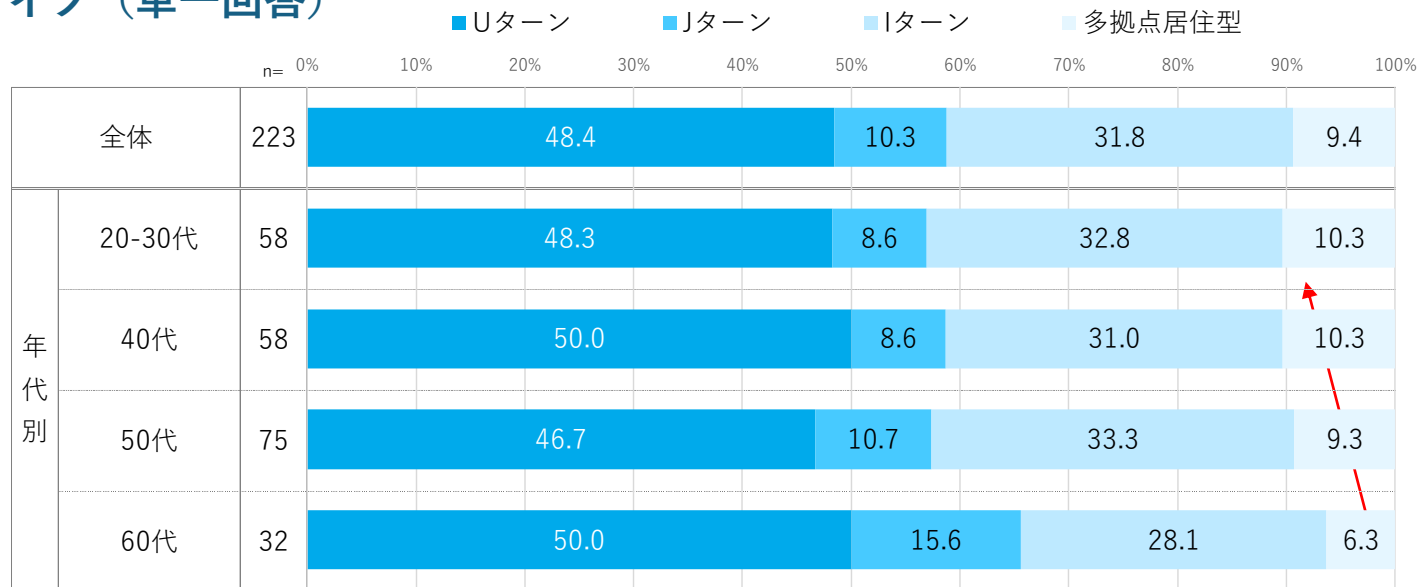
(移住タイプ、居住地・勤務地、移住後の働き方など)

■地方移住者はUターンが5割

地方移住のタイプは「**Uターン (48.4%)**」が最も多く、次いで「Iターン (31.8%)」、「Jターン (10.3%)」、「多拠点居住型 (9.4%)」。**若年層ほど多拠点居住型が高い傾向にある。**

- Uターン：生まれ育った地域から別の地域へ移住した人が、再び元の地域に戻り住むこと
- Jターン：生まれ育った地域から別の地域へ移住した人が、生まれ育った地域に近い地方都市に移住すること
- Iターン：生まれ育った地域から別の地域へ移住すること
- 多拠点居住型：2拠点居住など、主な生活拠点をもちながら他の地域にも生活拠点を設けて行き来すること

移住タイプ (単一回答)



※複数回地方移住した経験がある人は一番最近経験したタイプを回答



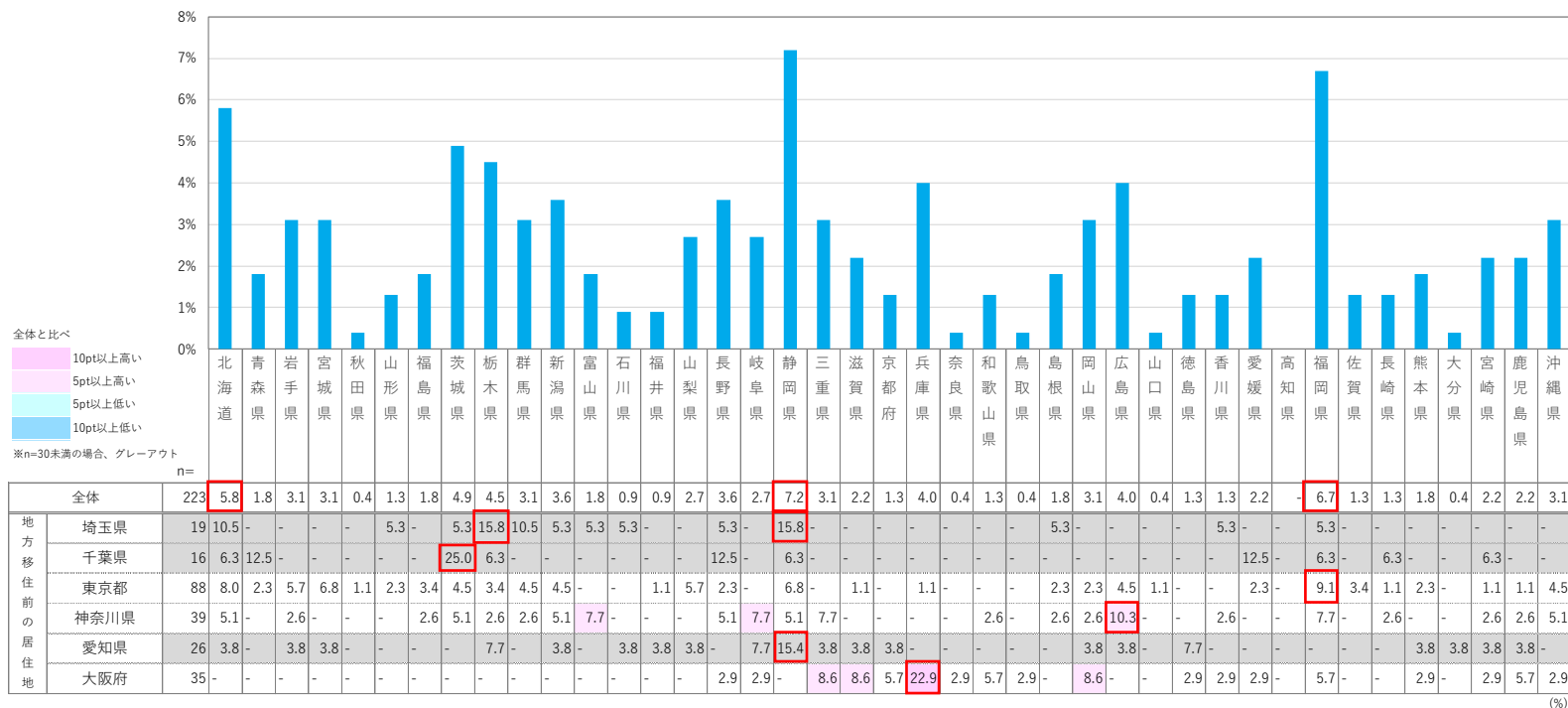
地方移住の主流はUターンだが、
若年層を中心に多拠点居住型という形が広まりつつあるようだ。

地方移住者は移住前から近い都道府県を移住先として選択

移住先として最も多かった都道府県は「静岡県（7.2%）」、次いで「福岡県（6.7%）」、「北海道（5.8%）」。

回答数が少ないものは参考値とするが、移住前の居住地別にみると、埼玉県からは「栃木県（15.8%）」「静岡県（15.8%）」が、千葉県からは「茨城県（25.0%）」が、東京からは「福岡県（9.1%）」が、神奈川県からは「広島県（10.3%）」が、愛知県からは「静岡県（15.4%）」が、大阪府からは「兵庫県（22.9%）」が地方移住後の移住先として最も多かった。

地方移住後の居住地【都道府県】（単一回答）

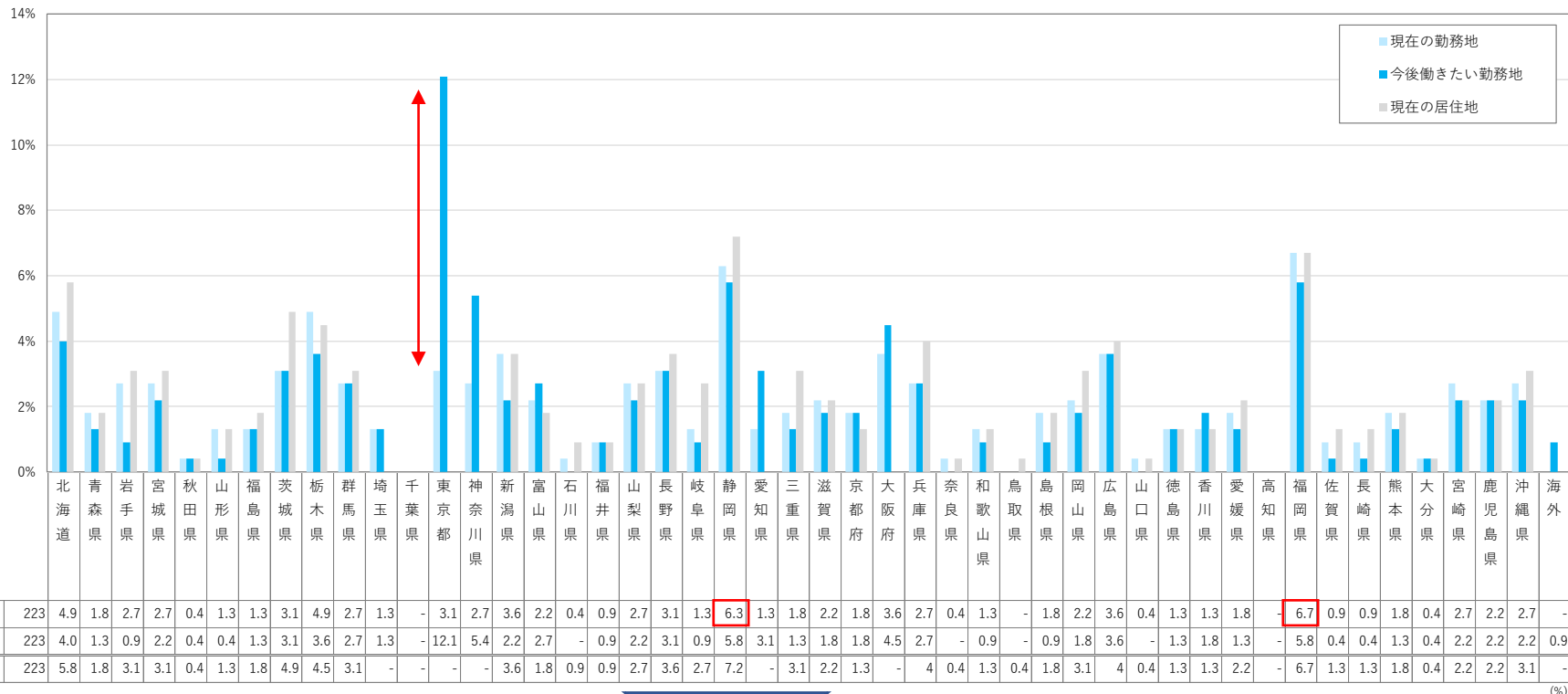


東京都と神奈川県を除き、移住前の都道府県から比較的近くの都道府県に移住している割合が高い。

■地方移住者が今後最も働きたい勤務地は「東京都」がトップ

現在の勤務地は「福岡県（6.7%）」が最も多く、次いで「静岡県（6.3%）」、一方で今後最も働きたい勤務地は「東京都（12.1%）」が突出して多かった。

現在働いている・今後最も働きたい・現在住んでいる都道府県（単一回答）

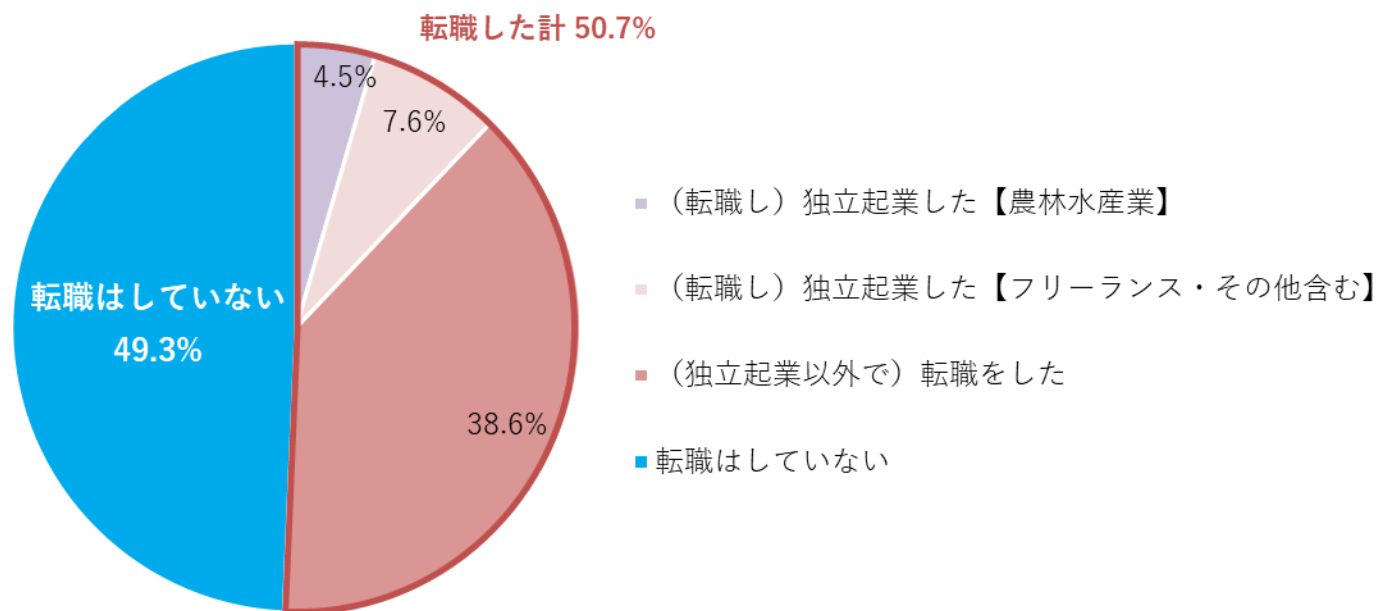


現在は、居住地と同様の都道府県もしくはその近くで働いている割合が高いが、今後の勤務先では、東京を希望する割合が高く、現状と希望にギャップがある。今後は、居住地は地方で勤務地は都心など、住む場所と働く場所を別にする移住者が増える可能性も考えられる。

■ 地方移住者は「転職していない」割合が5割

「転職はしていない（49.3%）」が最も多く、次いで「（独立起業以外で）転職をした（38.6%）」、「（転職し）独立起業した【フリーランス・その他含む】（7.6%）」、「（転職し）独立起業した【農林水産業】（4.5%）」。

地方移住を行った際の転職の有無（単一回答）



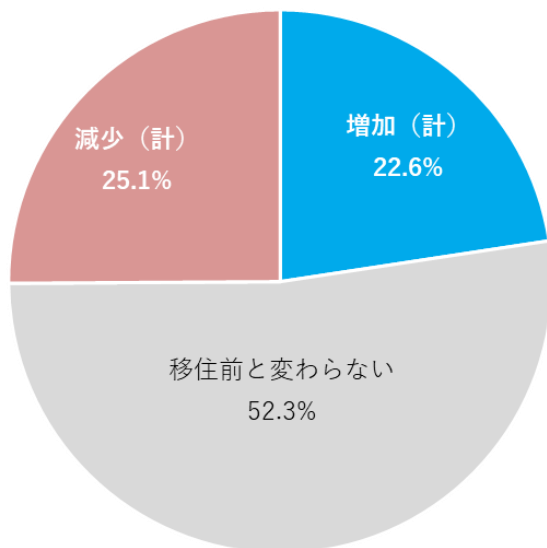
地方移住者の5割はリモートワークや通勤圏内転居で対応し、転職をせずに地方移住をしたようだ。

■ 地方移住者の移住後の収入は「減少した」が4割

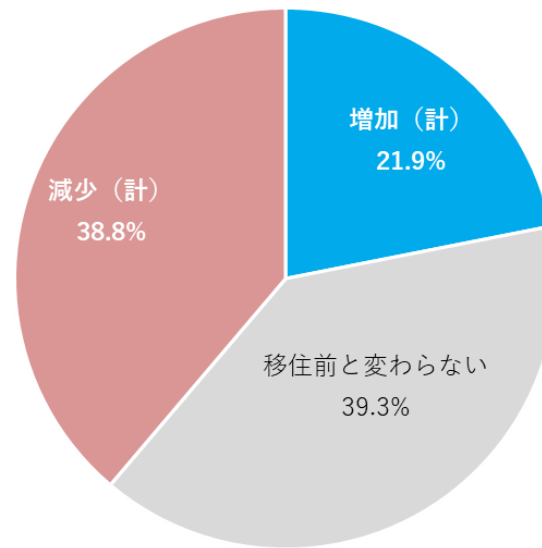
地方移住後の勤務時間は「変わらない」が52.3%、「減少した」が25.1%、「増加した」が22.6%。
 地方移住後の収入は「変わらない」が39.3%、「減少した」が38.8%、「増加した」が21.9%。

地方移住前と比べた勤務時間と収入（単一回答）

【移住前と比べた勤務時間】



【移住前と比べた収入】

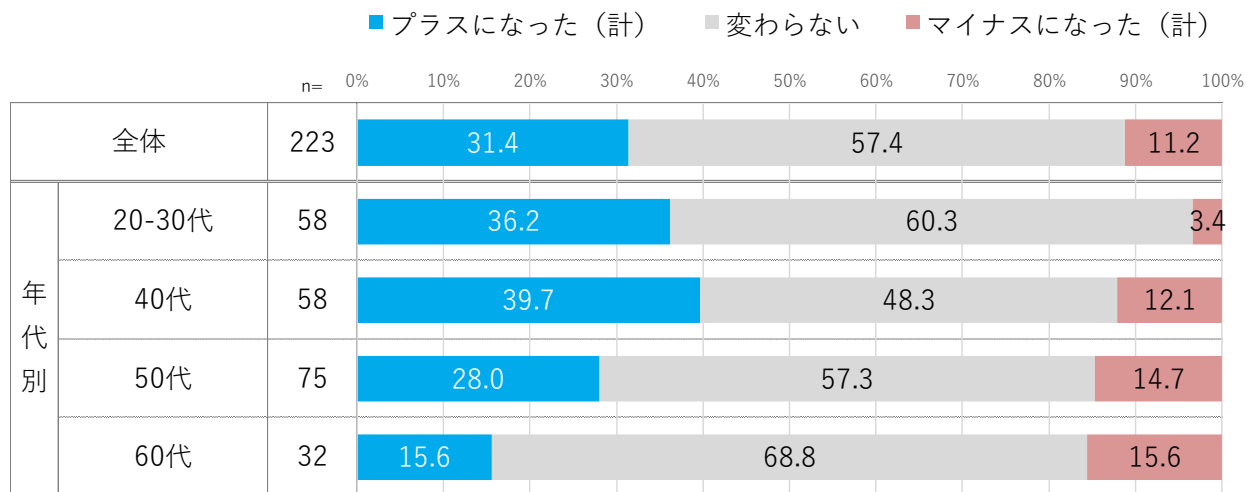


勤務時間の減少割合より収入の減少割合の方が高く、
 地方移住後に収入が減少した人が多い。

■地方移住者は移住がキャリア観に「プラスになった」が3割

地方移住後にキャリア観に変化があったか聞いたところ、「変わらない」は57.4%、「プラスになった」は31.4%、「マイナスになった」は11.2%、地方移住後にプラスになった割合は3割とマイナスより高くなった。プラスになった割合は20-30代と40代で高く約4割。

移住後のキャリア観への影響（単一回答）



【プラスになった】と思う理由	性別	年代
周りの人に良い影響を受けたから	女性	20代
視野が広がったと思うから	女性	30代
プライベートも充実させたいと考えるようになったから	男性	30代
自分の暮らしを守るためにほどよく働くという価値観を得た	女性	30代
気持ちに余裕ができた	女性	30代
自然豊かなので、精神的にいいため	男性	40代
選択肢が増えたから	男性	40代
新しい発見があった	男性	50代
精神的に安定して仕事も順調だから	男性	50代



若年層を中心に、住環境が充実したことでキャリアに対する考え方もプラスに変化した人が多いようだ。

第1章 地方移住者の実態

②移住理由

■移住理由は「働き方を変えるため」「家族友人・知人との距離が近くなるため」がトップ

全体では「働き方を変えるため（28.3%）」「家族や友人・知人との距離が近くなるため（28.3%）」が最も多く、次いで「自然豊かな環境で暮らしたいと思ったため（22.9%）」、「広い住環境を得たいと思ったため（14.8%）」。「回答数が少ないものは参考値とするが、移住タイプ別で見ると、Uターンでは「家族や友人・知人との距離が近くなるため（38.9%）」、Jターンでは「自然豊かな環境で暮らしたいと思ったため（34.8%）」、Iターンでは「自然豊かな環境で暮らしたいと思ったため（25.4%）」、**多拠点居住型では「働き方を変えるため（42.9%）」が多くなった。**

地方移住した理由 (複数回答)



移住タイプにより理由は異なるが、仕事面の変化を目的とした地方移住は多拠点居住型が多い。

第1章 地方移住者の実態

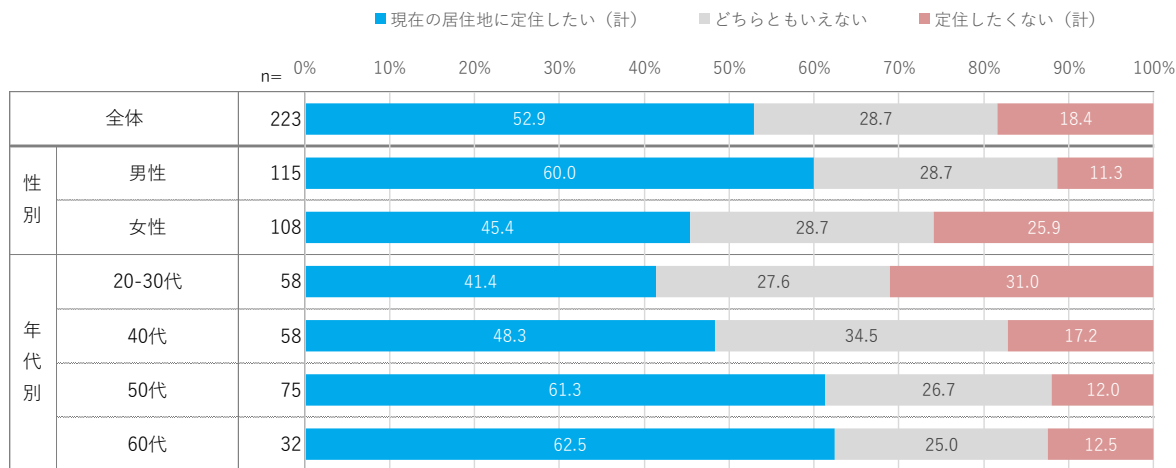
③ 今後の定住意向

■地方移住者は定住したい割合が5割

現在の居住地の定住意向を聞いたところ、**定住したい割合は52.9%**、定住したくない割合は18.4%で定住意向の方が高くなった。

しかし、**女性と20-30代では定住したくない割合が高く3割**となった。

現在の居住地への定住意向（単一回答）と理由（自由回答）



全体では利便性の悪さや気候があわないというワードが多くみられたが、女性と20-30代ではほかの場所に住んでみたい、給料が低い、近所付き合いが大変などという意見があがり、定住したくない理由につながっているようだ。

定住したい理由	性別	年代
生活が安定しているから	女性	20代
程よい田舎だが、買い物の利便性がよく都心部へのアクセスも悪くない為	男性	30代
地方の環境が子育てによく、仕事も特段問題なく、物価も安く暮らしやすいので	女性	40代
住みやすい環境にあるので、今の仕事がこのまま完全テレワークを推奨・継続できるなら、この形が理想であります。	女性	40代
大体ネットで買えるので、住環境的には田舎の方が良い。仕事があるなら。	男性	40代
どこに行くにも車が必要で何かと不便さは感じるけれど、自然環境が良く子どもの成育に良さそうだし、自分の親の様子も見れるから。	女性	40代
とにかく多くの大切な仲間と出会い、その縁を今後も大切に育てていきたいため	女性	50代
自然豊かな暮らしやすい環境だから	男性	60代

定住したくない理由	性別	年代
田舎過ぎて刺激がないから	女性	20代
違うところにも住んでみたい	女性	20代
車の運転が大変	女性	30代
気候が身体に合わない	女性	30代
東京は仕事も多く給料も高い。家族の転勤があっても、リモートで東京の仕事を続けることができる環境になってほしい。	女性	40代
給与が安い。近所付き合いが大変	女性	50代
地元に戻る	男性	50代
寒い	男性	50代

第1章 地方移住者の実態

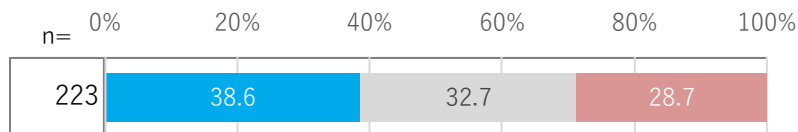
④ ストレスと満足度の変化

■地方移住者は日常生活・仕事ともに移住前よりストレスが減少

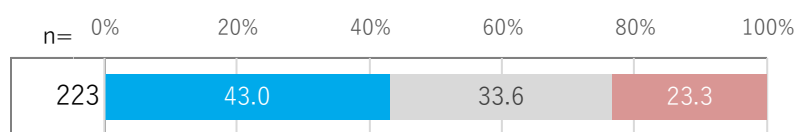
日常生活でストレスを感じている割合は、地方移住後では38.6%、地方移住前では43.0%となり、移住前より4.4pt減少した。一方で、仕事でストレスを感じている割合は、地方移住後では43.9%、地方移住前では49.3%となり、移住前より5.4pt減少した。

人間関係やコミュニティにストレスを感じたことがあるか（単一回答）

【現在の日常生活全般】



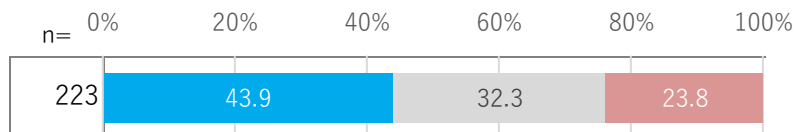
【地方移住前の日常生活全般】



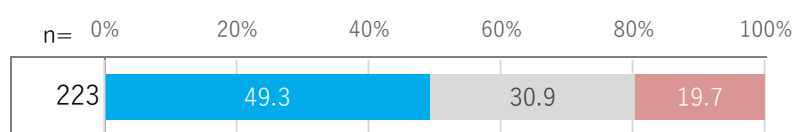
地方移住後の
ストレス増減率

-4.4%

【現在の仕事】



【地方移住前の仕事】



地方移住後の
ストレス増減率

-5.4%

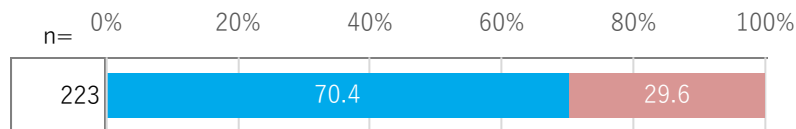
■ そう思う (計) ■ どちらともいえない ■ そう思わない (計)

■地方移住者の生活の満足度は移住前より増加

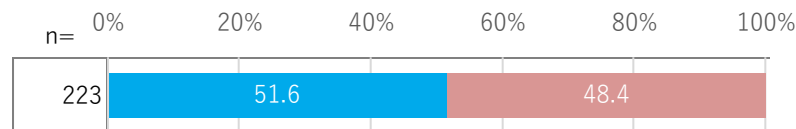
移住者の満足度は、「仕事」に関しては70.4%、「収入」に関しては51.6%、「住環境」に関しては81.2%、「社会・地域とのつながり」に関しては77.1%。**収入に関しては満足を感じている割合が5割程度となったが、住環境と社会・地域とのつながりに関しては特に満足を感じている割合が高く約8割。**また、満足度を地方移住前後の生活で比べると、地方移住後の総合的な生活では76.2%、地方移住前の総合的な生活では71.3%となり、**移住前より4.9pt増加した。**

満足度（単一回答）

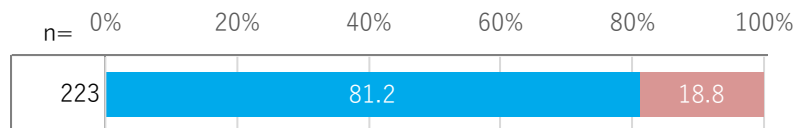
【仕事に関する満足度】



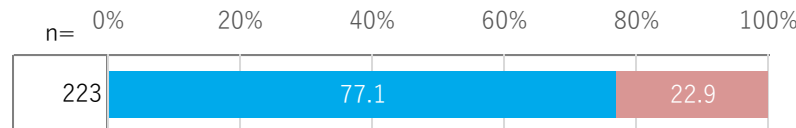
【収入に関する満足度】



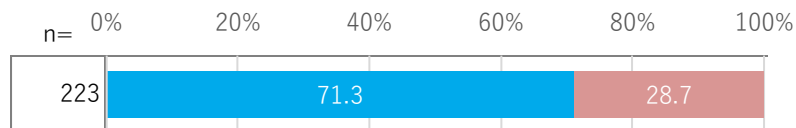
【住環境に関する満足度】



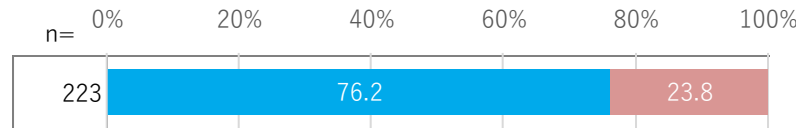
【社会・地域との繋がりに関する満足度】



【地方移住前の総合的な生活に関する満足度】



【地方移住後の総合的な生活に関する満足度】



■ 満足 (計) ■ 不満 (計)

地方移住後に住環境や社会・地域とのつながりの充実について満足している人は約8割で、ストレス軽減という面でもポジティブな影響があることがわかった。

■ 地方移住者の実態のまとめ

【移住後の状況（移住タイプ、居住地・勤務地、移住後の働き方など）】

◎移住タイプは、「Uターン」が約5割、若年層ほど多拠点居住型が多い

◎現在勤務している都道府県トップは「福岡県」、一方、今後働きたい勤務地トップは「東京」となっており、今後は居住地は地方で勤務地は都心など、住む場所と働く場所を別にする移住者が増える可能性も。

◎リモートワークや通勤圏内への転居などにより、移住時に転職せずに地方移住した人が5割

◎移住後の収入が減少した割合は4割

◎地方移住がキャリア観にプラスになった割合は3割

【移住した理由】

◎移住した理由は「働き方を変えるため」「家族や友人・知人との距離が近くなるため」が最も多い。

【今後の定住意向】

◎現在の居住地に定住したい割合は5割、しかし女性と20-30代では低く、定住したくない理由として仕事・収入面や利便性の悪さが出

【ストレスと満足度の変化】

◎日常生活・仕事ともに移住前よりストレスを感じている人は減少

◎「収入」への満足度は5割程度だが、「住環境」「社会・地域との繋がり」への満足度は8割、「仕事」への満足度は7割となり、地域移住前の総合的な生活と比較して、移住後の方が5ptほど満足度があがっている。



勤務地が希望とは異なることや、仕事・収入面や利便性の悪さを理由に女性と20-30代の定住意向がやや低めであることは課題としてあるが、地方移住者の生活は、移住前より満足度が高まっており、地方移住したことによりポジティブな影響があった人が多いことがわかった。

第2章

地方移住関心者の実態

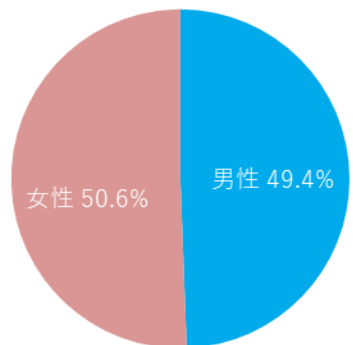
この章では、地方移住関心者を対象にした調査結果をもとに、地方移住関心者の実態を一部無関心者との比較を交えて紹介する。

【この章で取り上げること】

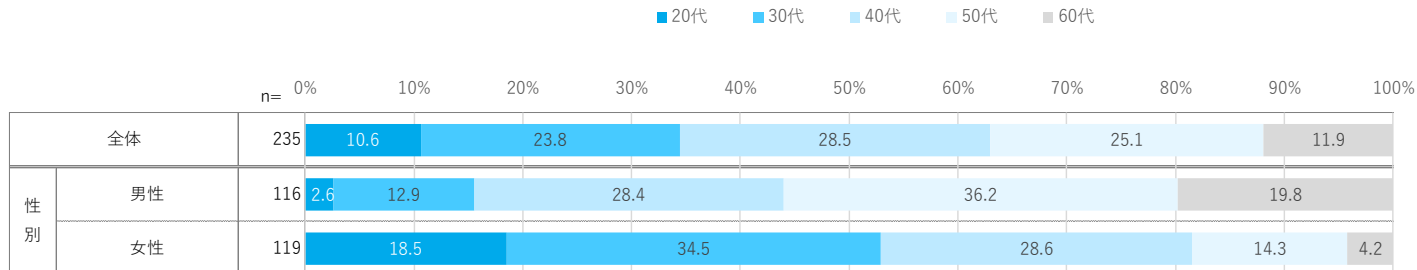
- ①移住に関する希望
- ②仕事観
- ③地方移住関心者と無関心者の比較

回答者属性

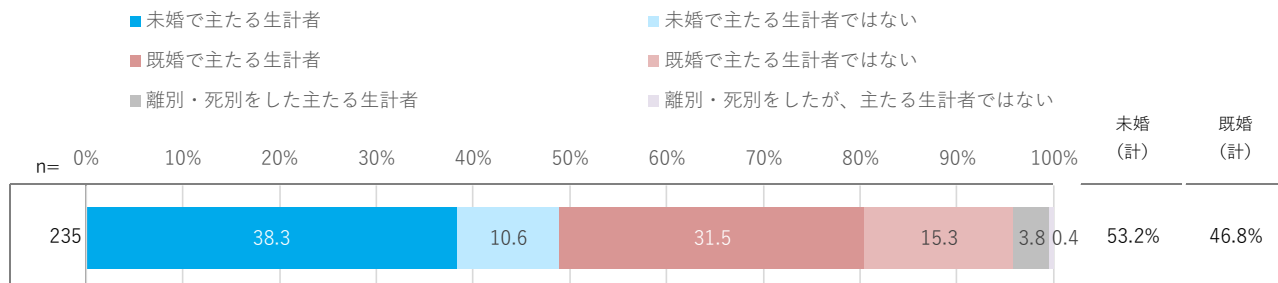
性別



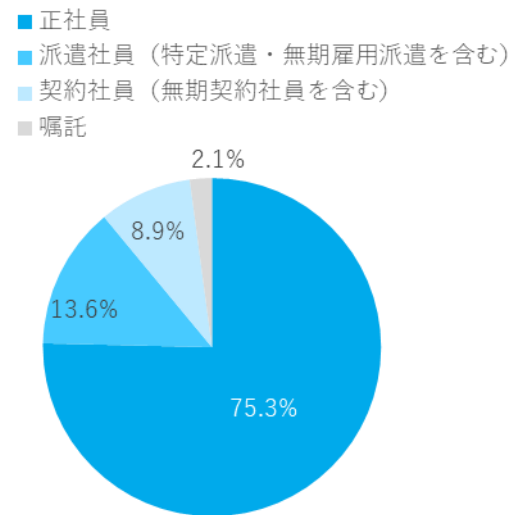
年代



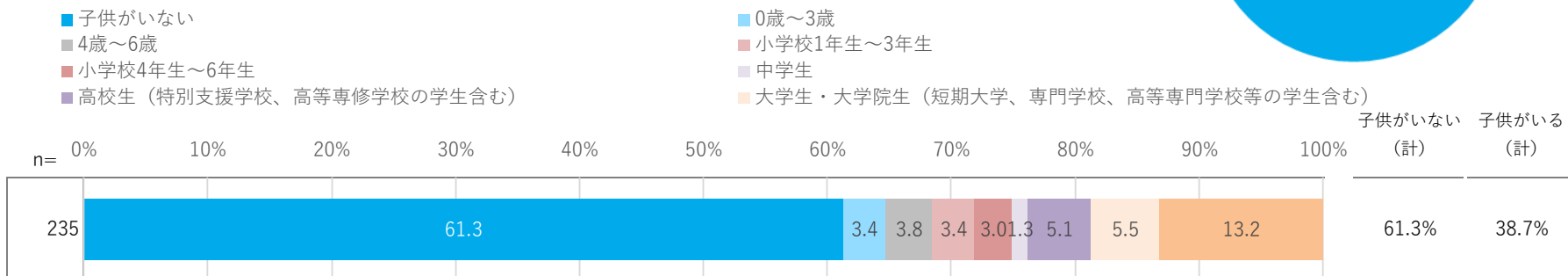
婚姻状況



雇用形態



子供有無



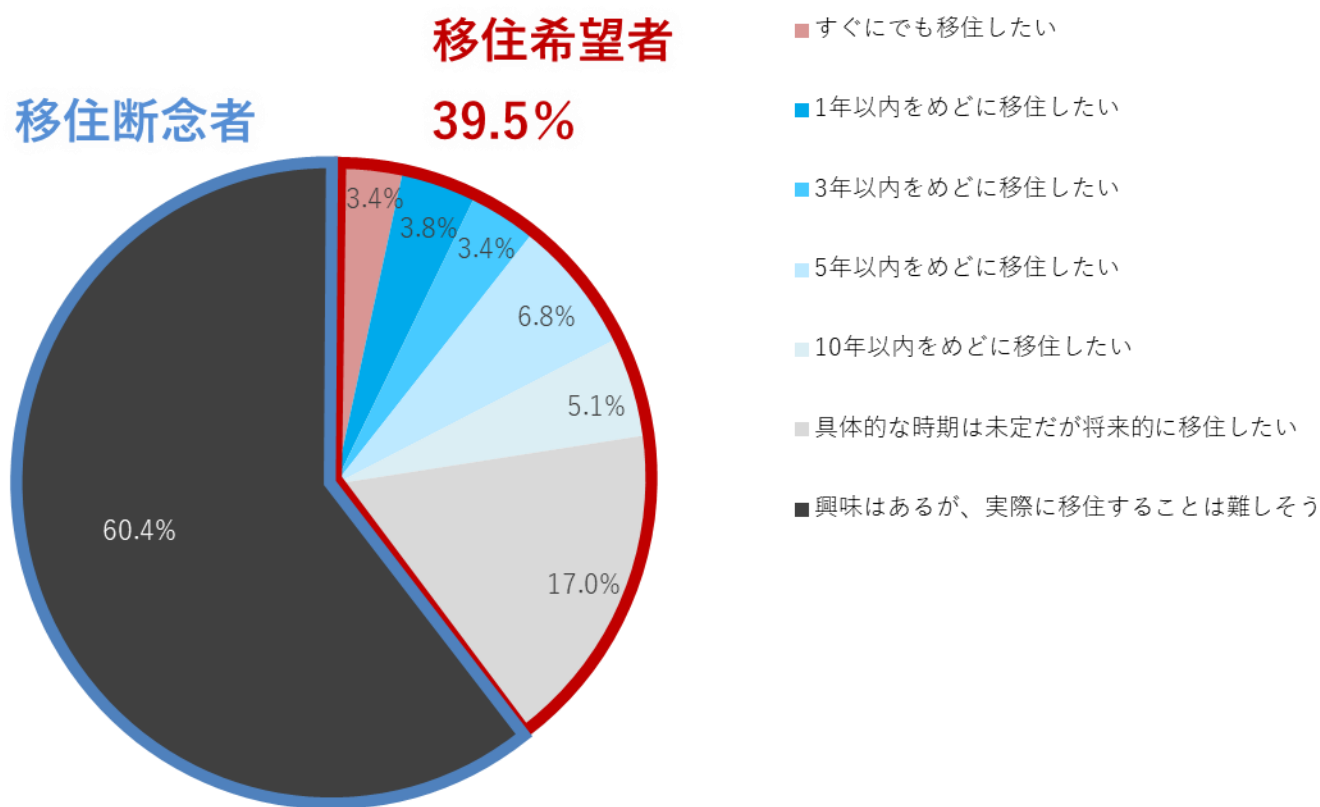
第2章 地方移住関心者の実態

① 移住に関する希望

■移住関心者の6割は「実際に移住することは難しそう」

地方移住の意向について聞いたところ、「興味はあるが実際に移住することは難しそう」と移住を諦めている人（移住断念者）が60.4%と最も高く、次いで「具体的な時期は未定だが将来的に移住したい」が17.0%。希望時期に違いはあるが、将来的に移住したいと思っている人（移住希望者）は39.5%にとどまった。

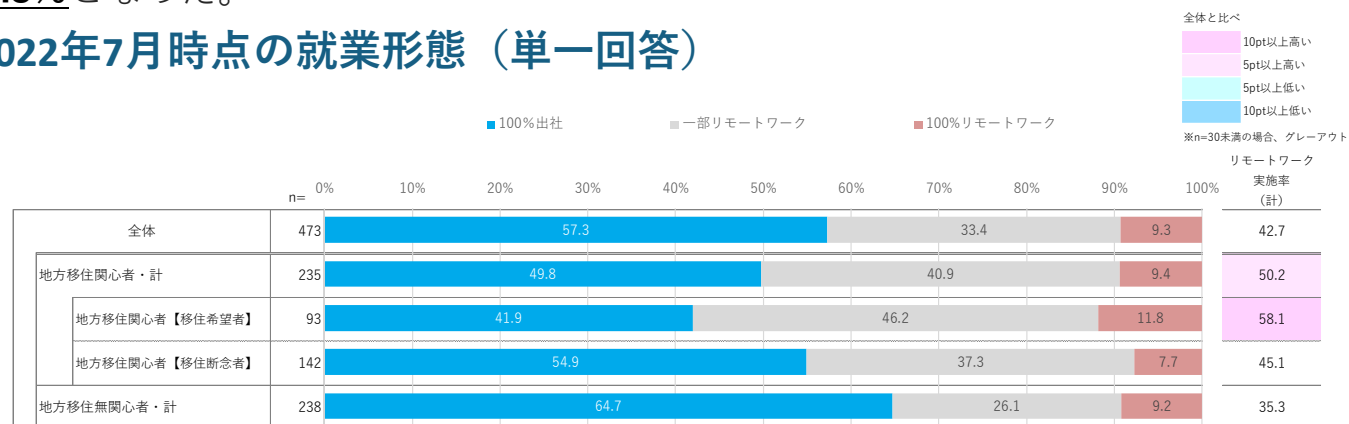
地方移住意向（単一回答）



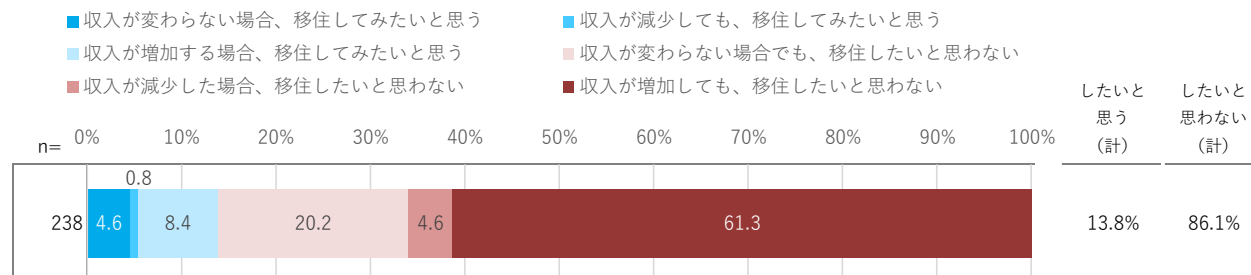
■移住関心者はリモートワーク実施率が高い

全体では「100%出社」が57.3%、「一部リモートワーク」が33.4%、「100%リモートワーク」が9.3%。地方移住関心者と無関心者を比較すると、**リモートワーク実施率は関心者で50.2%、無関心者で35.3%となり関心者の方が高かった**。関心者の中で移住希望者と移住断念者を比較すると、リモートワーク実施率は希望者では58.1%、断念者では45.1%となり希望者が高かった。さらに無関心者に現在の仕事でリモートワークや遠隔地勤務（居住地を自由に選択できる勤務形態）が可能な場合、地方に移住したいと思うか聞いたところ、**リモートワーク可能なら移住したい割合が13.8%**となった。

2022年7月時点の就業形態（単一回答）



無関心者 リモートワークや遠隔居住が可能な場合の移住意向（単一回答）



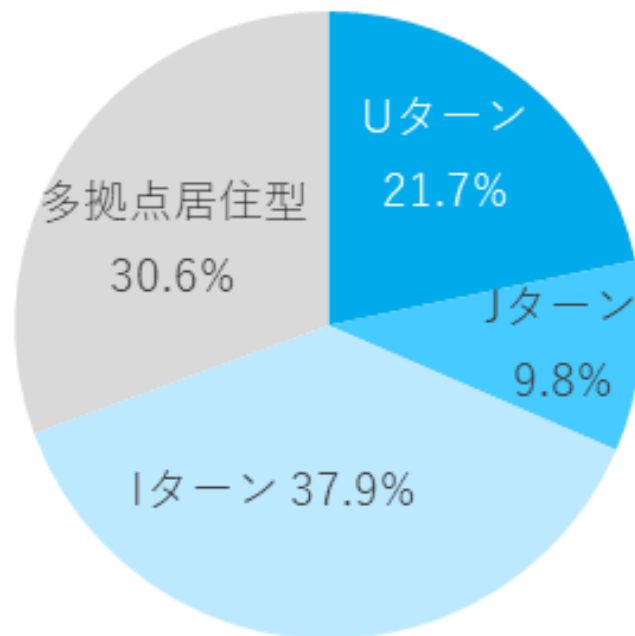
リモートワークが地方移住への関心度に影響しているといえそうだ。

■移住関心者は「Iターン」希望が最も多い

最も希望する地方移住のタイプは「Iターン（37.9%）」が最も多く、次いで「多拠点居住型（30.6%）」、「Uターン（21.7%）」、「Jターン（9.8%）」。

- Uターン：生まれ育った地域から別の地域へ移住した人が、再び元の地域に戻り住むこと
- Jターン：生まれ育った地域から別の地域へ移住した人が、生まれ育った地域に近い地方都市に移住すること
- Iターン：生まれ育った地域から別の地域へ移住すること
- 多拠点居住型：2拠点居住など、主な生活拠点をもちながら他の地域にも生活拠点を設けて行き来すること

最も希望する地方移住タイプ（単一回答）

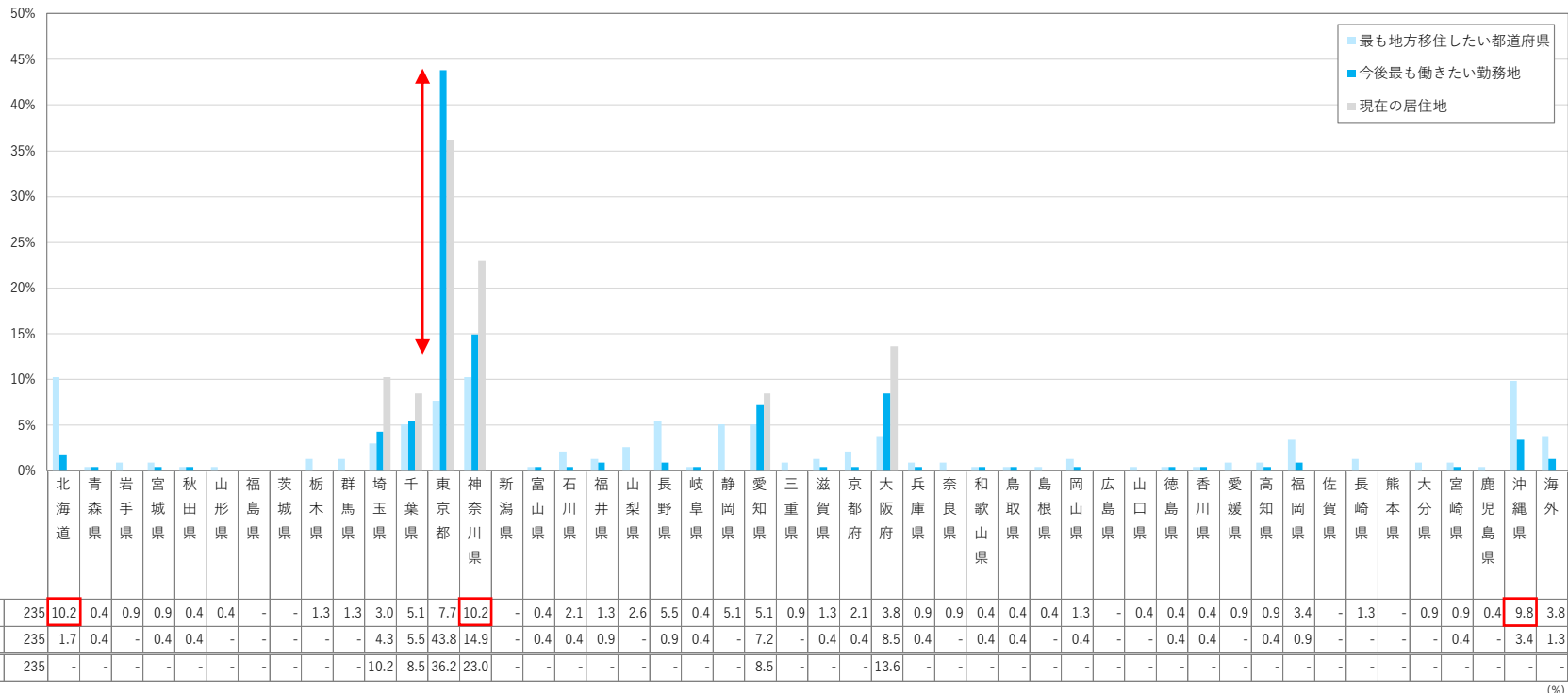


■ 移住関心者の希望する居住地は地方だが、勤務地は東京都が多い

最も地方移住したい都道府県は「北海道（10.2%）」「神奈川県（10.2%）」が最も多く、次いで「沖縄県（9.8%）」。

一方で地方移住後に最も働きたい勤務地は「東京都（43.8%）」が突出して高かった。

最も移住したい都道府県と地方移住後に最も働きたい勤務地（各単一回答）



地方移住関心者の希望する居住地と勤務地は必ずしも一致しておらず、地方はあくまでも”居住地”としてのニーズが高そうだ。

第2章 地方移住関心者の実態

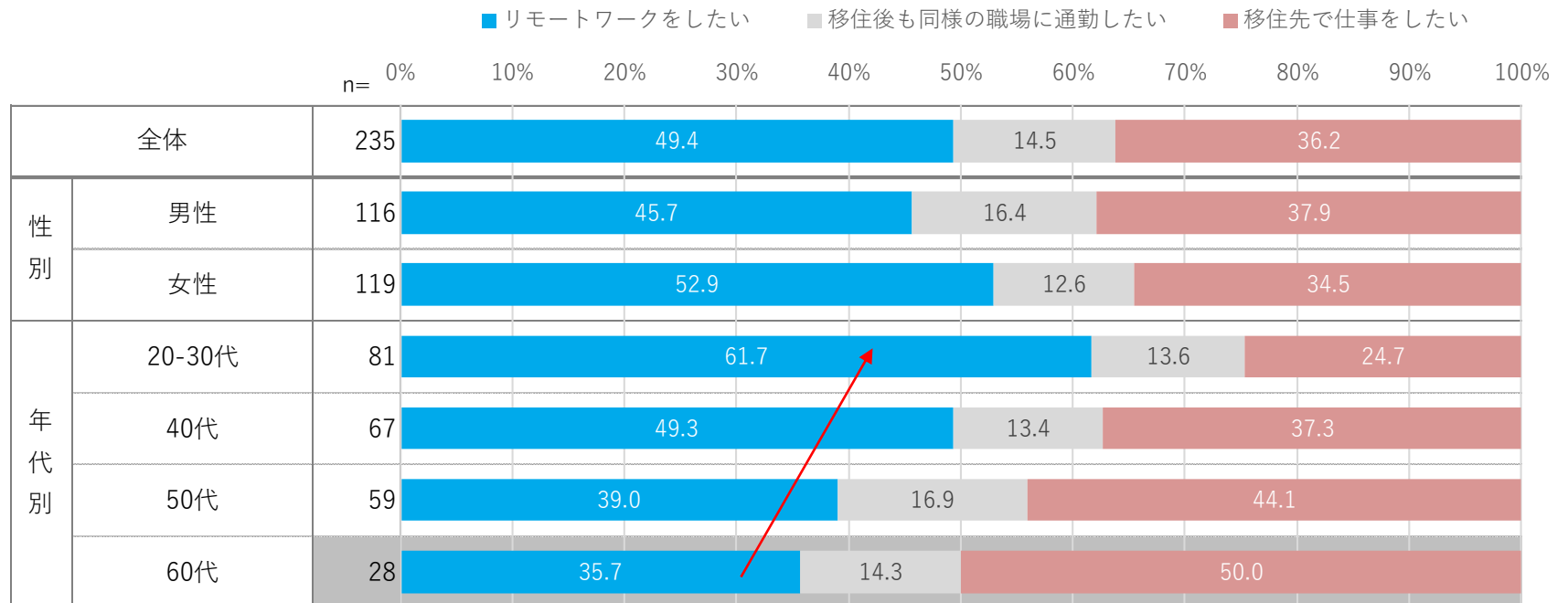
② 仕事観

■移住関心者の移住後に希望する就業形態は「リモートワーク」がトップ

全体では「リモートワークをしたい（49.4%）」が最も多く、次いで「移住先で仕事をしたい（36.2%）」、「移住後も同様の職場に通勤したい（14.5%）」。

若年層ほどリモートワークをしたい割合が高く、20-30代では61.7%となった。

地方移住を行う際のリモートワーク意向（単一回答）



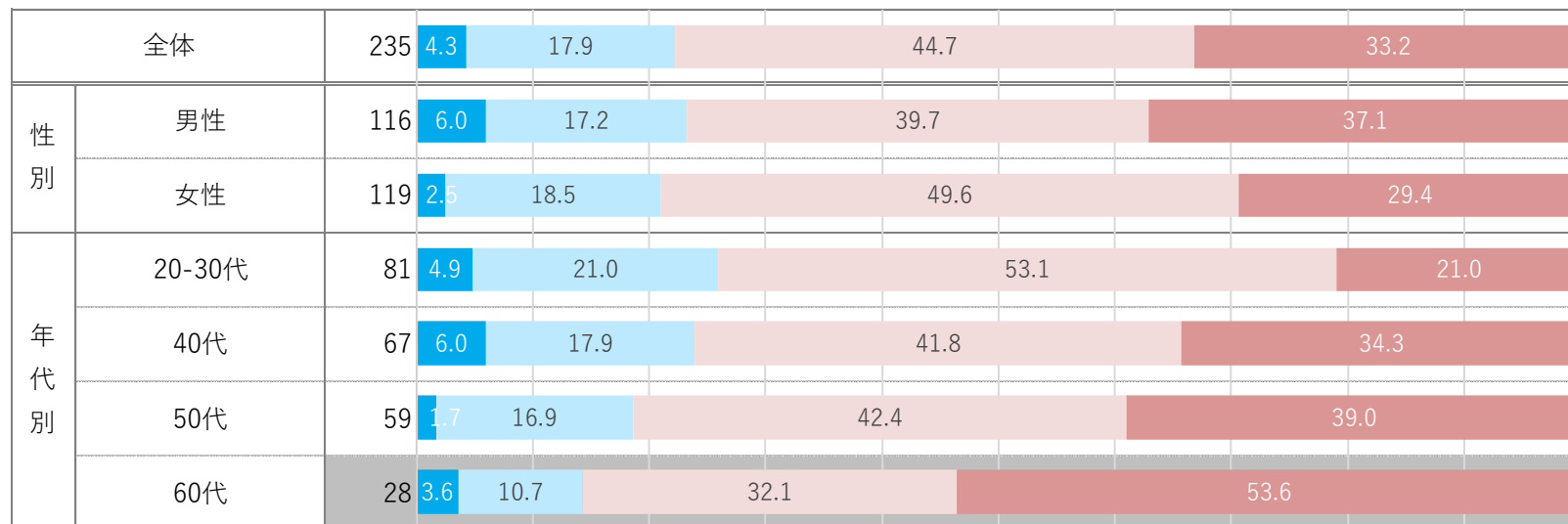
■移住関心者は移住時に「転職をしたい」がトップ

全体では「（独立起業以外で）転職をしたい（44.7%）」が最も多く、次いで「転職はしたくない（33.2%）」、「（転職し）独立起業したい【フリーランス・その他含む】（17.9%）」、「（転職し）独立起業したい【農林水産業】（4.3%）」。転職をしたい割合を年代別で見ると、20-30代で53.1%と全体より高くなった。

地方移住を行う際の転職意向（単一回答）

- （転職し）独立起業したい【農林水産業】
- （転職し）独立起業したい【フリーランス・その他含む】
- （独立起業以外で）転職をしたい
- 転職はしたくない

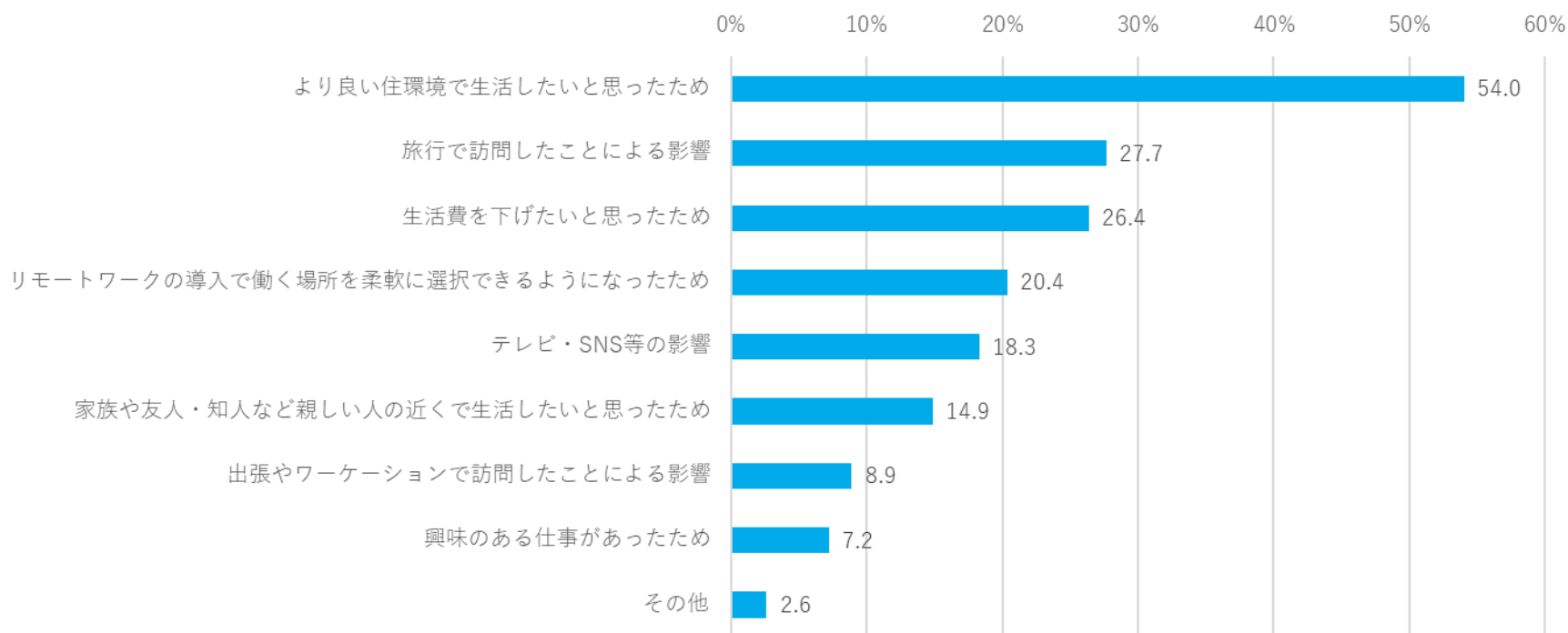
n= 0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%



■移住に興味を持ったきっかけは「より良い住環境で生活したいと思ったため」が5割以上

全体では「より良い住環境で生活したいと思ったため（54.0%）」が最も多く、次いで「旅行で訪問したことによる影響（27.7%）」、「生活費を下げたいと思ったため（26.4%）」、「リモートワークの導入で働く場所を柔軟に選択できるようになったため（20.4%）」。

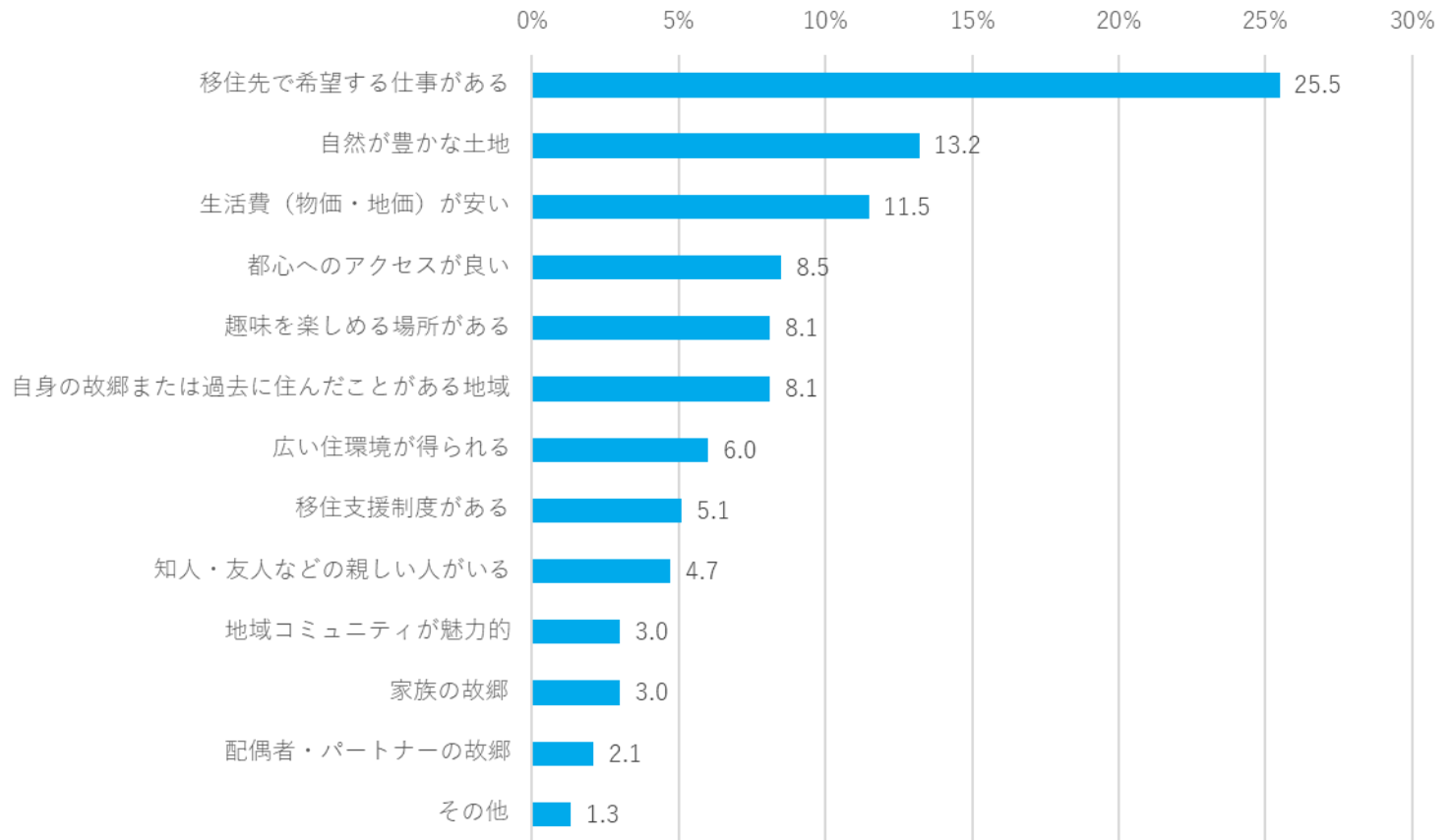
地方移住に興味を持ったきっかけ【回答数：235】（複数回答）



■移住関心者の移住先決定要因で最も重視することは「希望する仕事がある」ことがトップ

全体では「移住先で希望する仕事がある（25.5%）」が最も多く、次いで「自然が豊かな土地（13.2%）」、「生活費（物価・地価）が安い（11.5%）」となった。

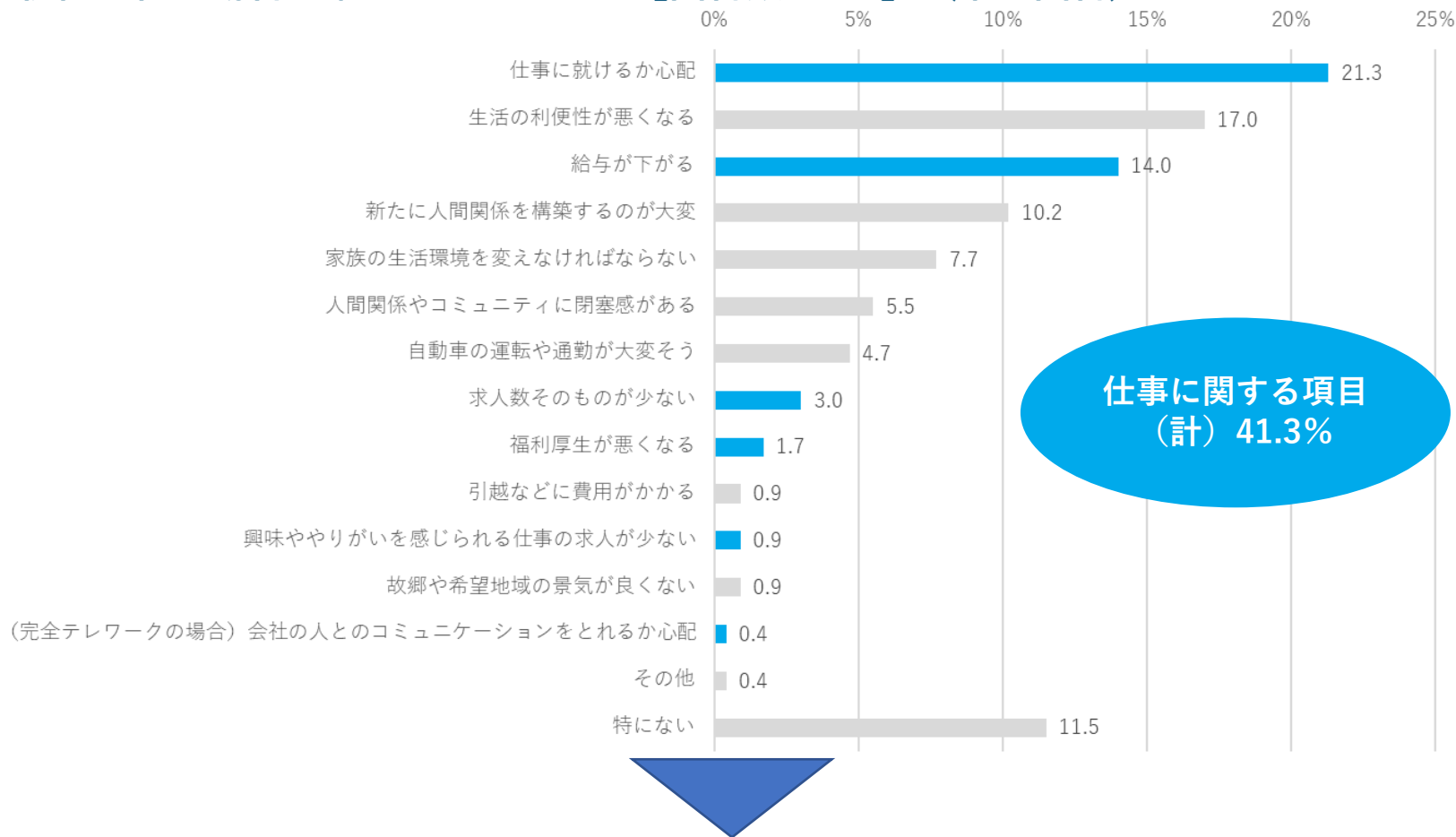
地方移住を行う場合に最も重視すること【回答数：235】（単一回答）



■移住関心者の移住の懸念点では「仕事に就けるか」が最も多い

全体では「仕事に就けるか心配（21.3%）」が最も多く、次いで「生活の利便性が悪くなる（17.0%）」、「給与が下がる（14.0%）」となった。

地方移住を行う場合に最も懸念すること【回答数：235】（単一回答）



仕事に関する項目を合算すると4割を超え、多くの移住関心者が仕事に関することが最たる懸念点と考えているようだ。

第2章 地方移住関心者の実態

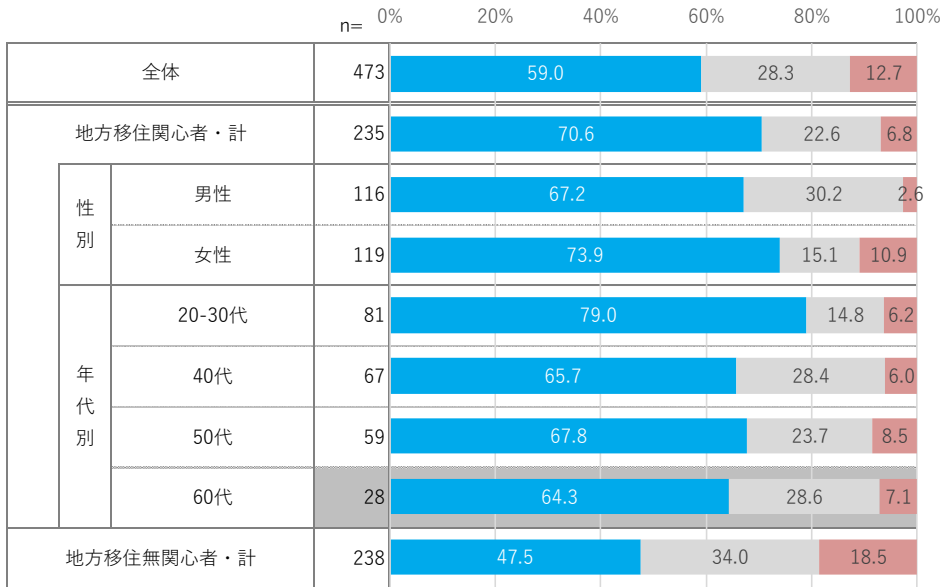
③ 地方移住関心者と無関心者の比較

■ 移住関心者は仕事で能力を活かしたいのに活かせていない

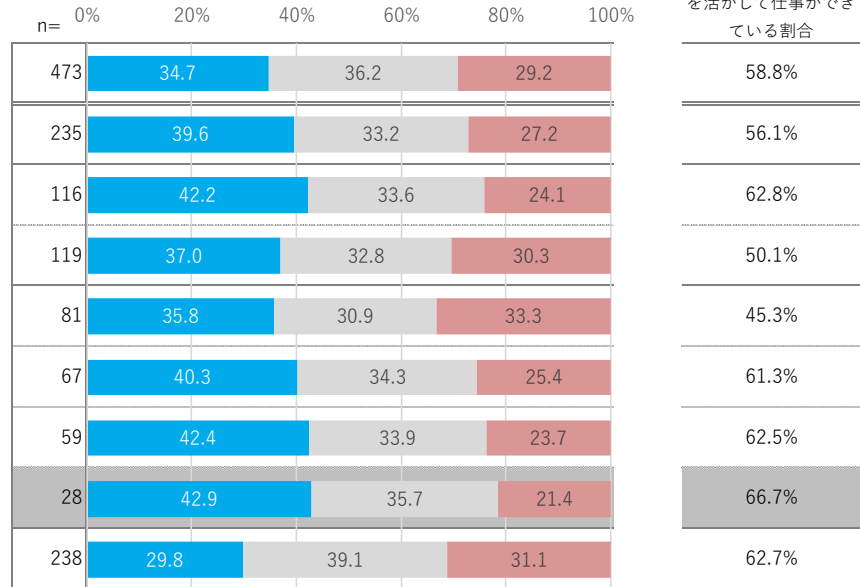
能力を活かして仕事をしたいかを聞いたところ、関心者ではそう思う割合が70.6%、無関心者では47.5%と関心者の方が高かった。しかし、**能力を活かして仕事をしたいと思っている人のうち能力を活かしている人の割合は関心者では56.1%、無関心者では62.7%となり関心者は無関心者より低かった。**関心者のうち女性と20-30代では特にその割合が低く5割以下となった。

仕事で能力を活かしているか、活かしたいか（単一回答）

【能力を活かして仕事をしたいか】



【能力を活かして仕事ができているか】



能力を活かして仕事をしたい人のうち、能力を活かして仕事ができている割合

全体	58.8%
地方移住関心者・計	56.1%
性別	
男性	62.8%
女性	50.1%
年代別	
20-30代	45.3%
40代	61.3%
50代	62.5%
60代	66.7%
地方移住無関心者・計	62.7%

■ そう思う (計) ■ どちらともいえない ■ そう思わない (計)

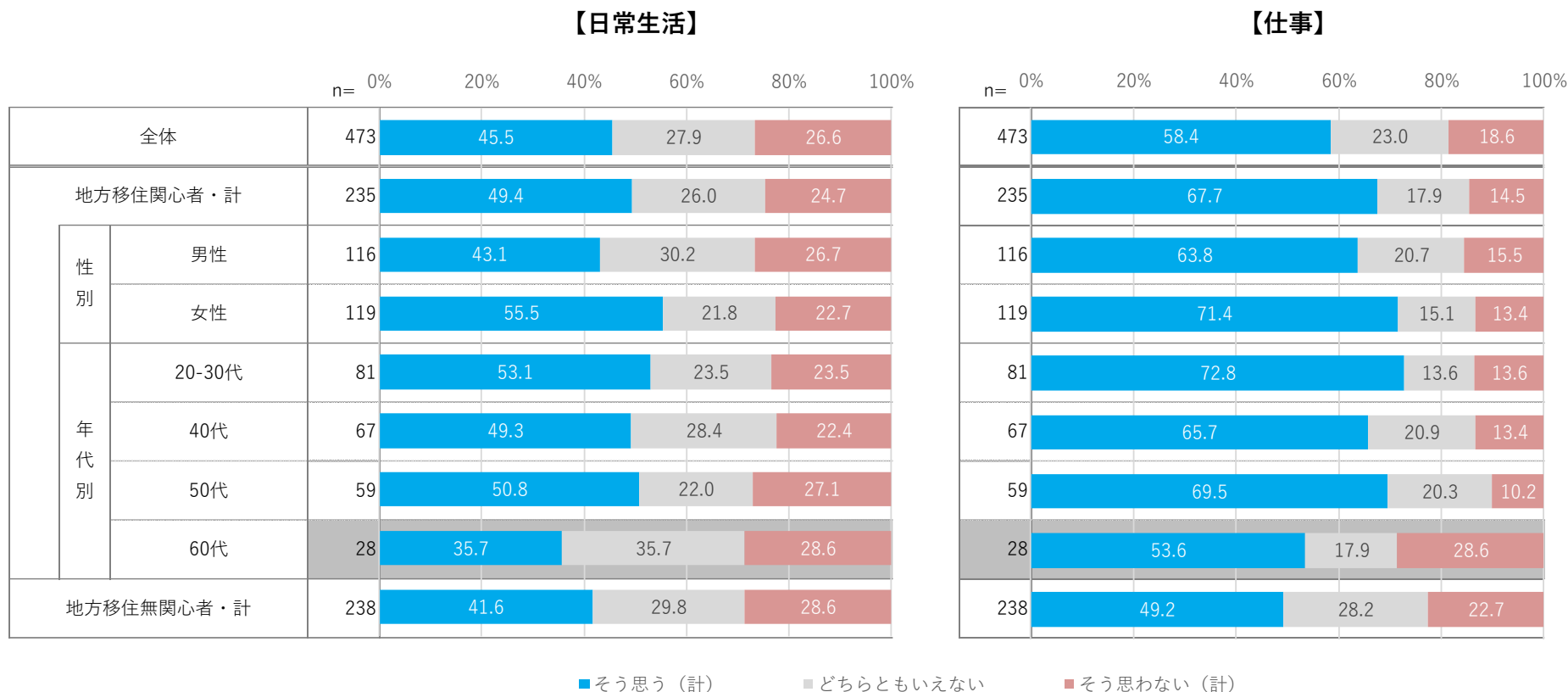
地方移住関心者は仕事で自分の能力を適切に活かせていないと感じている。

■移住関心者は日常生活・仕事ともにストレスを感じている人が多い

現在の日常生活でストレスを感じている割合は**関心者では49.4%**、無関心者では41.6%となり、**関心者が高かった**。現在の仕事でストレスを感じている割合は**関心者では67.7%**、無関心者では49.2%となり、日常生活同様に**関心者が高かった**。

女性と20-30代では特に日常生活と仕事のいずれにおいてもストレスを感じている割合が高くなった。

人間関係やコミュニティにストレスを感じたことがあるか（単一回答）

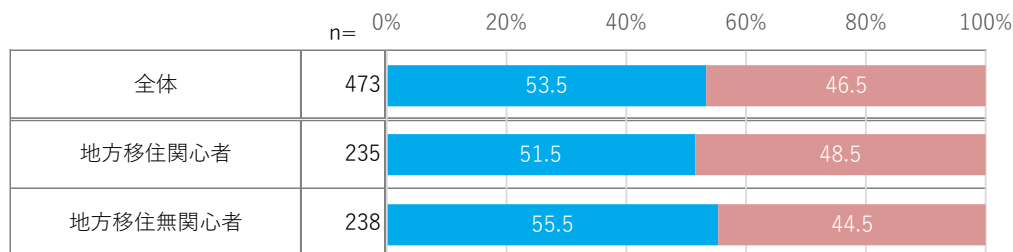


■移住関心者の満足度で最も低いのは収入

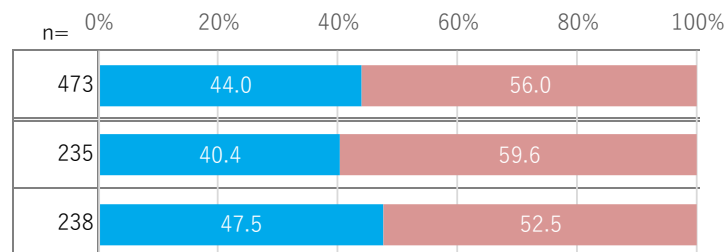
関心者の満足度は、「仕事」に関しては51.5%、「収入」に関しては40.4%、「住環境」に関しては62.1%、「社会・地域とのつながり」に関しては58.3%で、他の項目と比べて収入への満足度が低いのが目立つ。関心者は仕事、収入、住環境、社会・地域とのつながりといったすべての項目で無関心者より満足度が低く、特に住環境や社会・地域とのつながりで不満を感じている割合が高い。

現在の満足度（単一回答）

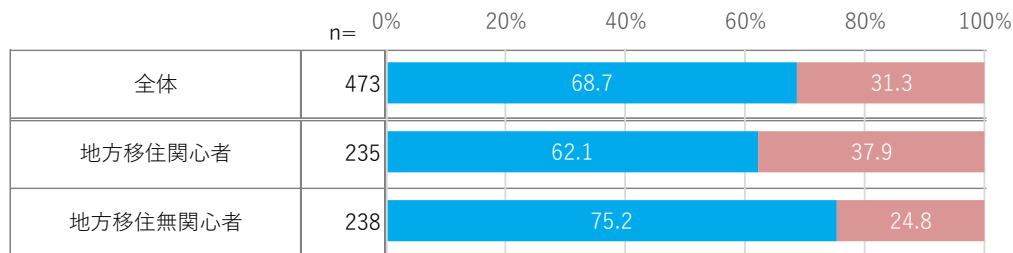
【仕事に関する満足度】



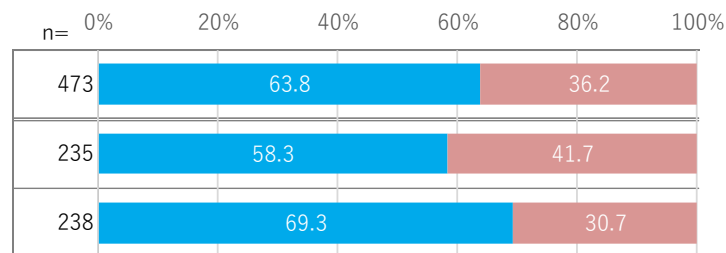
【収入に関する満足度】



【住環境に関する満足度】



【社会・地域との繋がりに関する満足度】



■満足（計）

■不満（計）

不満を抱えた現状を改善するための選択肢として地方移住を検討している可能性がある。

【地方移住に対する関心度】

◎地方移住関心者の内訳は、「興味はあるが実際に移住することは難しそう」が6割。関心はあるが、現実的に考えて移住を諦めている人が多い。

【地方移住時の希望】

◎地方移住に興味を持ったきっかけは「より良い住環境で生活したいと思ったため」が5割以上

◎最も希望する移住タイプは生まれ育った地域から別の地域へ移住する「Iターン」が最も高く37.9%、次いで多拠点居住型が30.6%。

◎移住関心者が移住したい都道府県トップは「北海道」「神奈川」、一方、移住後に働きたい勤務地トップは「東京」となっており、地方はあくまでも”居住地”としてのニーズが高い。

◎地方移住後は「リモートワーク」をしたいが5割で、特に20-30代で高く6割以上が希望。

◎地方移住の際に「転職をしたい」が約4割で、特に20-30代で高く5割以上が希望。

【地方移住関心者の現状】

◎移住関心者は現在の仕事で自分の能力を適切に活かせていないと感じている。

◎移住関心者は日常生活・仕事ともにストレスを感じている人が多く、無関心者と比べて、「仕事」「収入」「住環境」「社会・地域とのつながり」すべての満足度が低い。

【地方移住時の懸念点】

◎仕事に関する項目を合算すると4割を超え、多くの移住関心者が仕事に関することが最たる懸念点と考えているようだ。



地方移住関心者は不満を抱えた現状を改善するために、地方移住を検討しているようだ。

地方移住者の移住後の生活は満足度が高まっていることから、地方移住は現状を改善したい人にとって、ひとつの有効な選択となり得るかもしれない。

しかし、地方移住関心者では地方での就業に不安を抱えている人が多いのが現状だ。

次の章では、地方移住をする際に仕事も充実させるための仕事選びのポイントは何かを探っていく。

第3章

「仕事」の満足度の高い 地方移住をしている人の特徴

この章では、仕事に満足している地方移住者の調査結果をもとに、地方移住する際に仕事も充実させるポイントを探っていく。

【この章で取り上げること】

- ①満足者と不満足者の仕事観
- ②満足者と不満足者の働き方

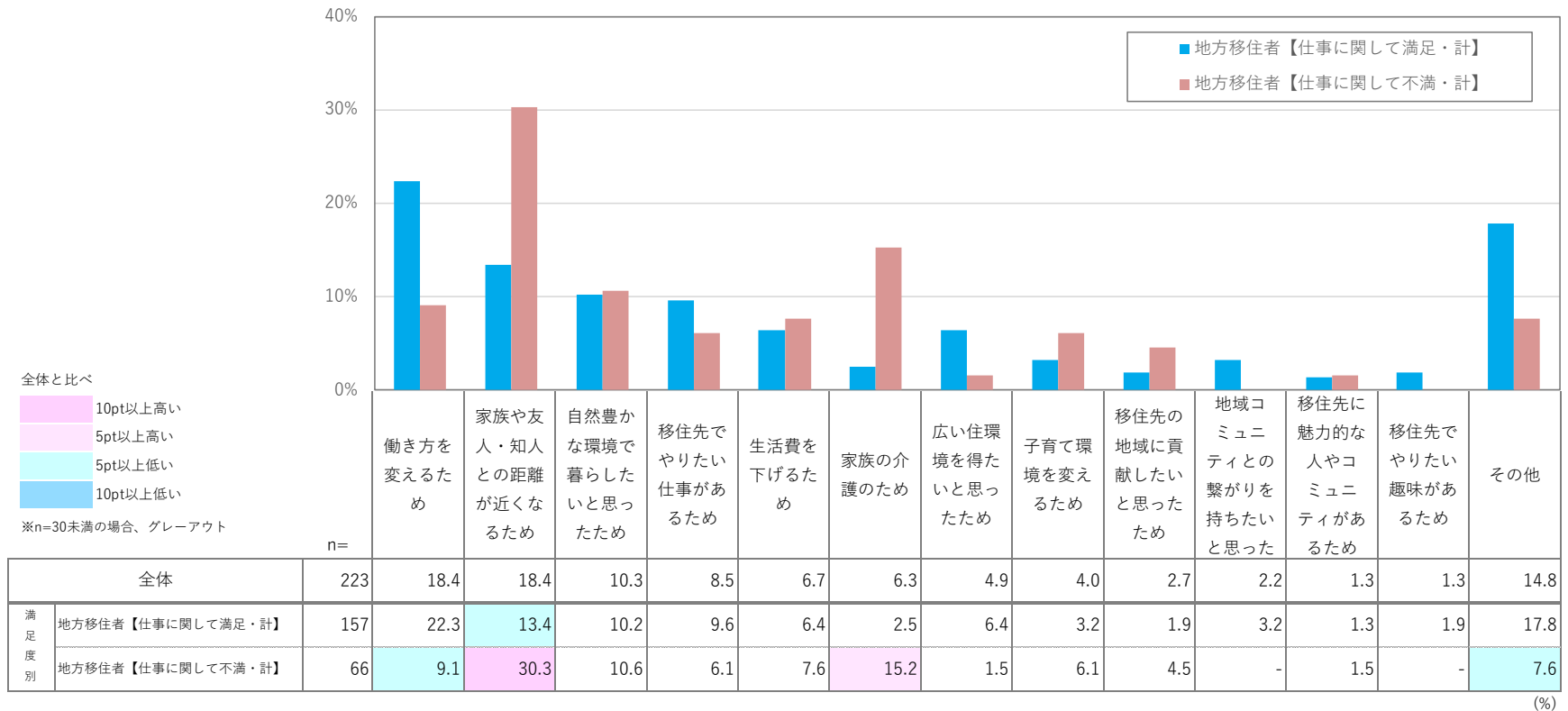
第3章「仕事」の満足度の高い地方移住をしている人の特徴

①満足者と不満足者の仕事観

■仕事の満足度が高い人の移住理由は「働き方を変えるため」がトップ

地方移住した理由について仕事に満足している人と不満な人の結果を比較すると、**満足している人は「働き方を変えるため（22.3%）」が最も多かった**。一方、不満な人は「家族や友人との距離が近くなるため（30.3%）」が最も多く、次いで「家族の介護のため（15.2%）」となった。

地方移住した理由（単一回答）



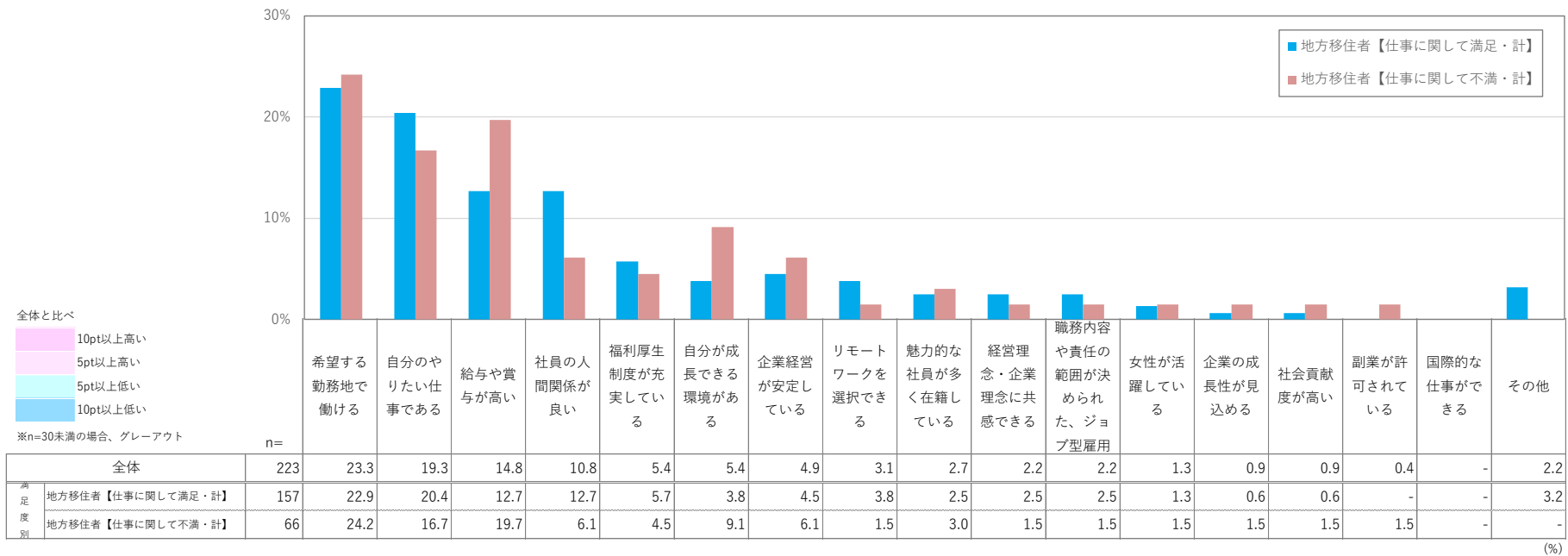
移住時点で仕事に関する目的を持って移住した人の方が移住後の仕事の満足度が高く、家族や友人など自分以外の理由で地方移住した人は満足度が低くなる傾向がみられた。

■仕事の満足度が高い人は地方移住時に職場での良好な人間関係を重視していた

地方移住をした際に仕事を選ぶ上で最も重視したことは、全体では「希望する勤務地で働ける（23.3%）」が最も多く、満足している人と不満な人でも同様だった。

満足している人と不満な人を比較すると、**満足している人は「社員の人間関係が良い」が不満な人より6.6pt高かった。**一方で、不満な人は**「給与や賞与が高い」が満足している人より7.0pt高く、「自分が成長できる環境がある」が5.3pt高かった。**

地方移住の際に仕事選びで最も重視したこと（単一回答）

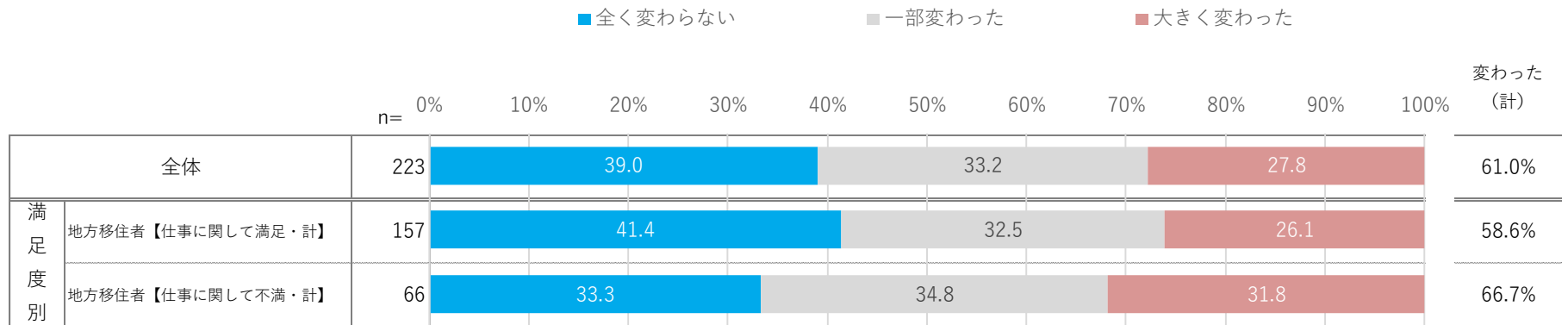


地方移住後の仕事では職場での良好な人間関係は実現できているが、収入や成長できる環境といった面では不満を持っている可能性もある。

■仕事の満足度が高い人は仕事内容が全く同じ割合が高い

地方移住後の仕事内容について全体では「全く変わらない」は39.0%、「一部変わった」は33.2%、「大きく変わった」は27.8%。満足している人と不満な人の結果を比較すると、「全く変わらない」で満足している人の割合が高く (+8.1pt)、「大きく変わった」で満足している人の割合が低くなった (-5.7pt)。地方移住後に仕事内容に変化がなかった人の方が仕事の満足度が高い傾向がみられた。

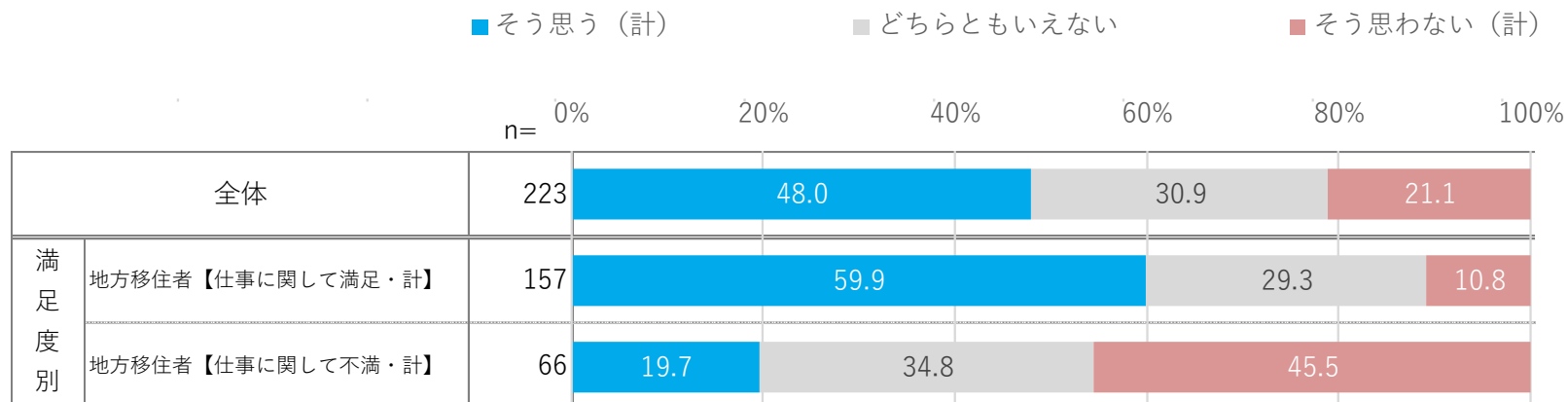
地方移住後の仕事内容（単一回答）



■仕事の満足度が高い人は自分の能力を活かして仕事をできていると考えている

現在自分の能力を活かして仕事ができているかについて、仕事に満足している人と不満な人の結果を比較すると、**満足している人は活かせていると思う割合が59.9%に対して、不満な人は19.7%**となった。仕事の満足度が高い人ほど仕事で能力を活かせていると思っていることがわかった。

仕事で能力を活かしているか（単一回答）

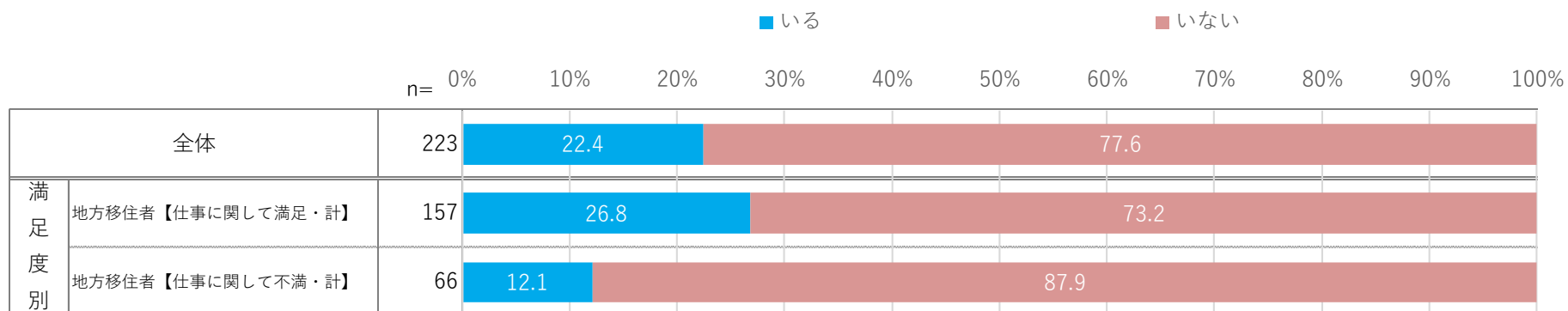


仕事に変化がなかった人の満足度が高いことから、地方移住前後で仕事が変わる場合、これまでの仕事と共通点があったり、能力を活かせると思えたりする仕事に就くことが、仕事の満足度を高める上で重要となりそうだ。

■仕事の満足度が高い人はロールモデルがいる割合が高い

現在周囲にロールモデル（自分の行動や考え方などキャリア形成の上で手本になる人物）がいるかについて、仕事に満足している人と不満な人の結果を比較すると、いる割合は、仕事に満足している人では26.8%、不満な人では12.1%となった。仕事の満足度が高い人ほどロールモデルがいることがわかった。

ロールモデルの有無（単一回答）



キャリア形成の手本となるロールモデルがいる環境で働くことは、仕事の満足度に影響していそうだ。

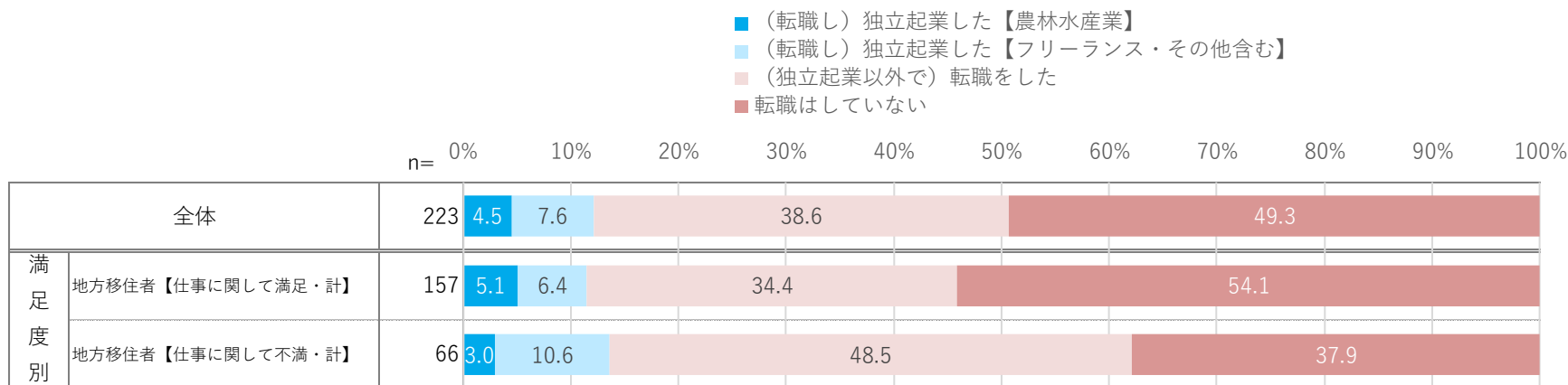
第3章「仕事」の満足度の高い地方移住をしている人の特徴

②満足者と不満足者の働き方

■仕事の満足度が高い人の方が転職をした割合が低い

地方移住後の働き方について全体では「転職はしていない」は49.3%、「（独立起業以外で）転職をした」は38.6%、「独立起業した（計）」は12.1%。満足している人と不満な人の結果を比較すると、「転職はしていない」で満足している人の割合が高く（+16.2pt）、「（独立起業以外で）転職をした」で満足している人の割合が低くなった（-14.1pt）。転職せずに地方移住した人の方が仕事の満足度が高い傾向がみられた。

地方移住後の転職状況（単一回答）



地方移住をする際、転職をするよりも、リモートワークや通勤圏内で転職をせずに地方移住した人の方が、移住後の満足度が高くなった。そういった柔軟な働き方ができる職場環境が仕事の満足度に影響していると考えられる。

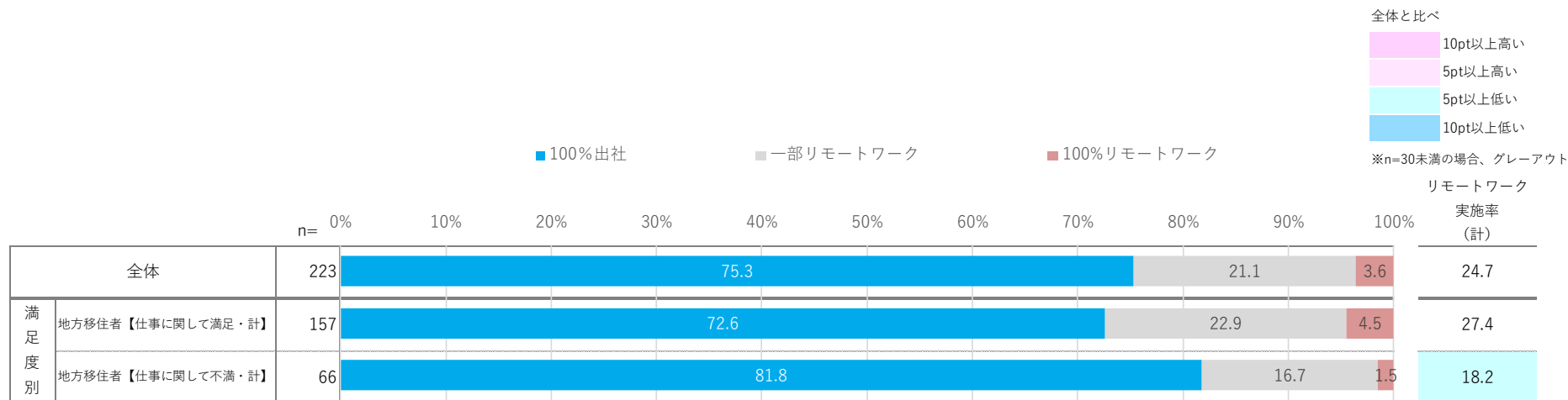
■仕事の満足度が高い人はリモートワーク実施率が高い

2022年7月時点の就業形態について、全体では「100%出社」は75.3%、「一部リモートワーク」は21.1%、「100%リモートワーク」は3.6%。

満足している人と不満な人の結果を比較すると、「一部リモート」で満足している人の割合が高く (+6.2pt)、「100%出社」で満足している人の割合が低くなった (-9.2pt)。

100%出社で仕事をしている人の方が仕事の満足度が低い傾向がみられた。

地方移住後の就業形態（単一回答）



コロナ禍を機にリモートワークが進む中、地方移住者の実施率は3割未満と低いが、出社もリモートワークも選択できる環境があることは、仕事の満足度を高めることに繋がると考えられる。

■地方移住をする際に仕事も充実させるためには

「仕事」の満足度が高い地方移住している人の特徴まとめ

- ◎「働き方を変える」など移住時点で仕事に関する目的を持って移住した人は仕事の満足度が高い。
- ◎地方移住時に転職よりもリモートワークや通勤圏内で転職をせずに地方移住した人の方が、移住後の仕事の満足度が高い。
- ◎仕事の満足度が高い人は移住前と仕事内容が全く同じ割合が高く、自分の能力を活かして仕事をできていると考えている。
- ◎地方移住時に仕事選びで重視していたことのうち、職場での良好な人間関係は実現できているが、収入や成長できる環境といった面では不満を持っている可能性もある。

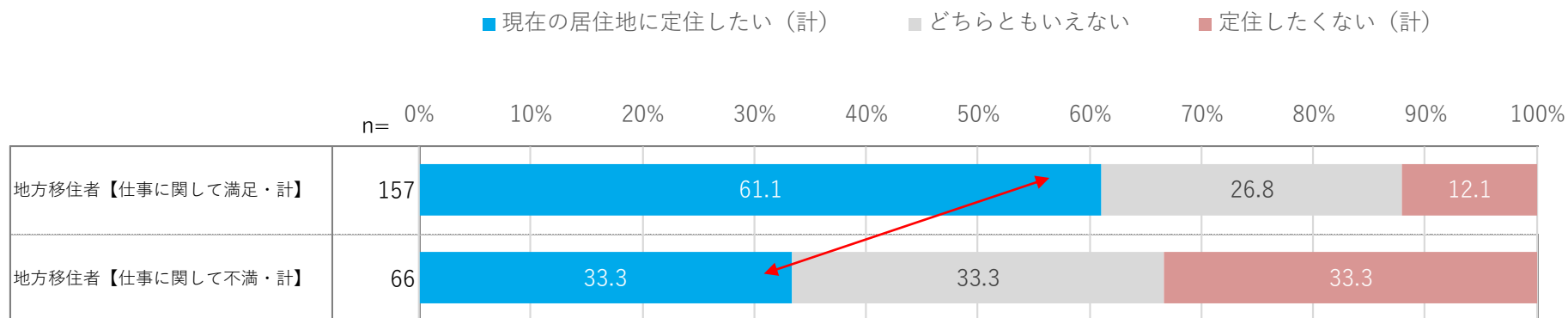
地方移住をする際の仕事選びのポイント

- 1.仕事に関する目的や希望の働き方を明らかにした上で、地方移住を行う
- 2.安易に転職をせずに、まずはリモートワークや遠隔地居住などで地方移住できるような柔軟な働き方ができないかを検討する
- 3.検討の結果、地方移住前後で仕事が変わる場合、これまでの仕事と共通点があることや、自分の能力を活かせそうな仕事に就く
- 4.仕事上で重視することが実現できる職場なのかを事前に検討し、入社後のギャップを少なくする

■おわりに

今回の調査結果から、地方移住先で満足度の高い働き方をするためには、地方移住の目的や仕事に関する希望を明確にした上で、それが実現できる移住先なのかを事前に検討することが重要であると考えた。

また、同調査では、地方移住者のうち仕事の満足度が高い人のほうが、定住意向も高いことがわかった。



仕事は生活の支えであり、社会との接点であり、また自己実現を図るためのものでもあることから暮らしの充実感に大きく影響している。

そのため、地方移住者の仕事の満足度を高めることは、移住後の生活の満足度も高め、定住意向に繋がる可能性も高く、移住者だけでなく移住先の企業や自治体にもメリットとなり得るのではないだろうか。

今後さらに個人のニーズに合わせた多様な働き方や暮らしの実現が期待される中で、地方移住に関心を持っている人がより納得感のある選択を行うための参考として本レポートを活用していただきたい。

調査名	調査概要
マイナビ 地方移住に関する調査	<ul style="list-style-type: none"> ◆調査地域：全国 ◆調査方法：インターネット調査 ◆対象者： <ul style="list-style-type: none"> 地方移住者：社会人となって以降、都道府県をまたぐ地方移住を経験し、現在も地方に住んでいる就労者 (※自分の意志で移住した場合とするため、会社都合の転勤・帯同は除外) 地方移住関心者：東京都、大阪府、愛知県、埼玉県、千葉県、神奈川県に在住で、今後都道府県をまたぐ地方移住に興味がある就労者 地方移住無関心者：東京都、大阪府、愛知県、埼玉県、千葉県、神奈川県に在住で、今後都道府県をまたぐ地方移住に興味がない就労者 ◆回答数：696サンプル ◆調査期間：2022年7月15日（金）～7月17日（日）
国立社会保障・人口問題研究所 日本の将来推計人口	<ul style="list-style-type: none"> ◆平成29年（2017年） https://www.ipss.go.jp/pp-zenkoku/j/zenkoku2017/pp_zenkoku2017.asp
総務省「住民基本台帳人口移動報告（日本人移動者）」	<ul style="list-style-type: none"> ◆2021年（令和3年） https://www.stat.go.jp/data/idou/2021np/jissu/youyaku/index.html ◆2020年（令和2年） https://www.stat.go.jp/data/idou/2020np/jissu/youyaku/index.html ◆2019年（令和元年） https://www.stat.go.jp/data/idou/2019np/kihon/youyaku/index.html ◆平成30年（2018年） https://www.stat.go.jp/data/idou/2018np/kihon/youyaku/index.html ◆平成29年（2017年） https://www.stat.go.jp/data/idou/2017np/kihon/youyaku/index.html ◆平成28年（2016年） https://www.stat.go.jp/data/idou/2016np/kihon/youyaku/index.html ◆平成27年（2015年） https://www.stat.go.jp/data/idou/2015np/kihon/youyaku/index.html を元に株式会社マイナビが作成