

能代市移住定住ガイドブック

# のしろ暮らし

- LIFE -



自分に丁度いい、のしろの暮らし

秋田県能代市



能代市暮らしをはじめの人を  
応援します!



子育て家族も安心な  
暮らしの情報をお届け!



雄大な自然のなかで  
野菜づくりを勉強中!



# 暮らしのわたしの好きになる暮らすことが

春はきみまち阪で桜を眺めながら散歩。  
夏は大きな灯籠がお囃子とともに  
練り歩く七夕行事。  
秋は紅葉の山々を楽しみながらだまこ鍋。  
冬は雪でそり滑り。  
のんびりゆったり、たまには派手に。  
日々の暮らしを  
無理なく楽しめるのが丁度いい  
「のしろ暮らし」。  
わたらしい時間を探しに、  
のしろの生活を覗いてみませんか。

## INDEX

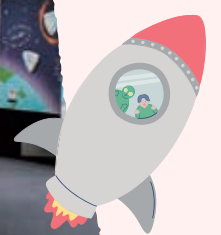
- のしろってこんなトコロ! ..... 4
- 能代あるある! ..... 6
- 移住体験ツアー ..... 8
- 越冬セミナーレポート ..... 10
- 出張!のしろ茶話会 Talk ..... 12
- 起業家・就業者インタビュー ..... 14
- 空き家バンク、出会い・結婚支援 ..... 16
- 子育て支援も充実 ..... 18
- 相談窓口案内 ..... 20
- よくあるQ&A ..... 22

### UIJ用語

- I ターン... 縁のなかった地域に移住すること
- J ターン... 出身地の近くの地域に移住すること
- U ターン... 出身地に移住すること
- A ターン... 秋田県への UIJ ターンの総称



バスケットに歴史、宇宙まで?  
能代は知れば知るほど  
おもしろい!



能代市自慢の〇〇

城郭型の灯籠を引き回す七夕が、能代市の定番。



能代七夕・天空の不夜城

24.1m!!

能代市旧料亭  
金勇(かねゆう)

木都能代の象徴ともなっている  
国登録有形文化財。



天然秋田杉の  
格天井

Before

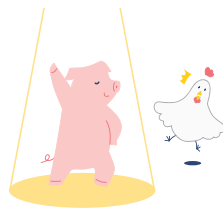


豚なんこつ

バラ軟骨を丁寧に叩き、塩こしょうで焼いたもの。  
お酒のおつまみにぴったり。



After



能代ではなんこつと言えば  
豚! 叩いた状態のものが  
販売されています。



だまこ鍋

ご飯をほどよくつぶし、まる  
めた「だまこもち」を、きり  
たんぼと同じく鶏だして、  
鶏肉や野菜と一緒に煮た  
郷土料理。



四季の移り変わりが  
はっきりしている

特に冬の風は骨身に染  
みみますが、その分、春  
の訪れはわくわくする!  
木々も花々もまぶしい!



新米の時期になると、親戚や知人  
に能代のお米を贈る人も多い。



きりたんぼも  
だまこも  
うどんも

地元っ子は遠足でだ  
まこ鍋を作って食べる!  
なべっこ遠足は、秋田県では定番の秋  
の学校行事のひとつ。

〇〇のまち・のしろ

JAXA  
能代ロケット実験場がある  
「宇宙のまち・能代」



樹高58m//  
日本一高い  
天然秋田杉がある  
「木都・能代」



地元高校の  
バスケットボール部が  
全国大会常連校である  
「バスケの街・能代」



アキタケン/  
ココ!



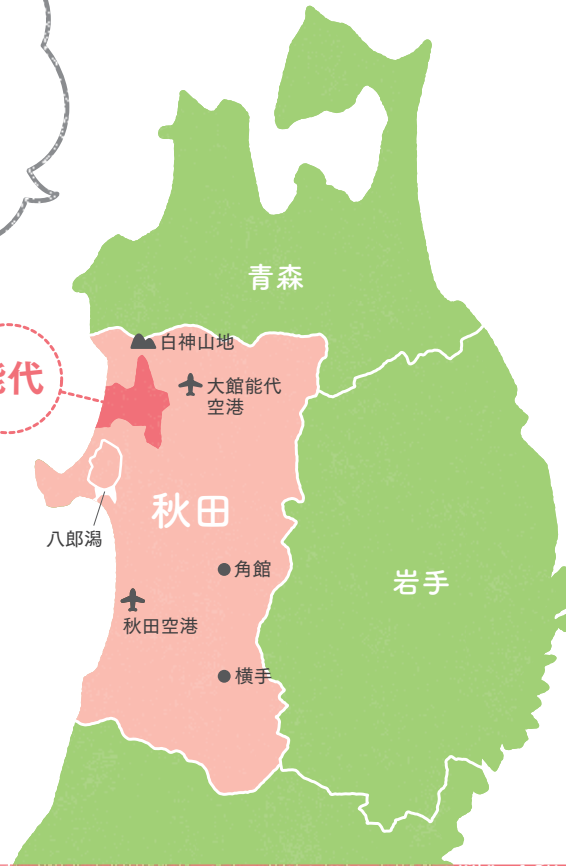
能代市DATA

面積	426.950km <sup>2</sup>
山林・原野	25.7%
農用地	20.0%
宅地	4.1%
年間平均気温	10度前後
平均降雪日数	70日

秋田県北西部に位置し、東は北秋田市・  
上小阿仁村、西は日本海、南は三種町、  
北は八峰町・藤里町に接しています。

能代市は平成18年3月21日に能代市  
と二ツ井町が合併し、現在の能代市に  
なっています。

能代



能代市まるわかり  
のしろってこんなところ!

能

代市は日本海に面し、日本で最  
初のユネスコ世界自然遺産とし  
て登録された白神山地の玄関口でもあ  
る自然豊かな市です。エネルギー港湾と  
しても発展してきた能代港を持ち、高速  
道路開通や秋田県北部に展開するエコ  
タウン構想と相まって、産業物流・観光  
交流の拠点としても期待されています。  
また、日本の洋上風力発電事業のフロ  
ントランナーとして、能代港では20基の  
洋上風車が稼働しており、今後は能代  
市の沖合にも導入が予定され、産業振  
興や雇用創出、人材育成に向けた取り  
組みも進んでいます。  
農業も盛んで、様々な野菜が生産され  
ています。代表的なのはネギやミョウガ。  
特に国の指定産地にもなっているネギは  
「白神ねぎ」として出荷され、その美味  
しさは評判です。  
スーパーや総合病院、公共施設なども  
充実しているため日常生活に困らず、積  
雪量も秋田県内では比較的少ないため、  
一年を通して過ごしやすいう環境といえま  
す。  
能代市を通る高速道路には3つのI  
Cがあり、近隣各県への車での移動もラ  
クラク。最寄りの大館能代空港を利用  
すれば、首都圏へ気軽に移動できます。

「～だろう」を「～だびよん」と言うのに驚きました。初めて言われたときはふざけていたのかと思いました!

UターンSOON



あるある 7

### 方言がおもしろい

「～だびよん」とは、「～だろう」という意味。「にや～」という語尾（主に女性）、否定の意思を表す「だー」、怒っているときは「いー」、落胆したときは「ぼー」「ばいー」「あばいー」など、オリジナリティのある言葉に出会うかも!?

あるある 6

### たろっぺと言えば?

冬の軒下に垂れ下がるつららを方言で「たろっぺ」と言いますが、能代で「たろっぺ」と言えば、能代山本地区の児童生徒の詩を収録する詩集のこと。昭和26年発行の「たろっぺ」。入選すると作品が、佳作は題名と名前が掲載されます。能代出身の人に「たろっぺ」に載ったことあるか、当時どんな詩を作ったのか聞いてみてください。



あるある 4

### だまこ鍋は2日目が好き派が多い

移住定住相談窓口スタッフKの家では鶏のキンカン多めのだまこ鍋にきりたんぼと能代うどんを入れて、締め中華麺を投入します。

あるある 1



### バスケの街を感じる

駅にバスケットボールのリングがあったり、街灯やマンホールのデザインがバスケだったりする。

能代科学技術高校(旧能代工業高校)バスケ部の活躍は、バスケットボールに関わった人なら知らない人はいないほど。バスケアニメのモデル校とも言われています。全国で唯一の「能代バスケミュージアム」はバスケファンならぜひ訪れて。

あるある 2



### 空が広い!

お天気の良い日は夕焼けや日本海に沈む夕日が美しいです。洋上風力越しの夕焼けが見られるのも能代ならではの。

市民が語る

# 能代

## あるある!

能代市に移住(Uターン)した方や地元の人に聞いた、知って楽しい「能代あるある」をご紹介します。



あるある 8

### V字飛行が美しい

時期になると空を見上げることが多くなる。

ハクチョウやマガンなどの渡り鳥をよく見かけます。その鳴き声が冬の訪れと終わりを教えてくれます。市内の小友沼は渡り鳥の生息地として有名です。

### ほかにも...

- 玉子焼きや茶わん蒸し、ポテトサラダが甘い
- 風が強いので傘が壊れがち
- ゴミ袋に名前を書くので、ごみ投げマナーが良い

※「捨てる」を方言で「投げる」と言います



あるある 5

### 小中学生の学力が高い!

長年の学校教育の蓄積により「自ら学ぶ」ことが浸透しています。「自学(じがく)」文化もその一つ。毎日1～数ページ、自分で勉強したいことをノートにまとめます。

移住定住相談窓口  
スタッフH



自学ノートにびっしり国旗が書かれていたときは驚きました!

あるある 3

### まんつ、練習すっぺし!

飲み会が始まる前に飲み物を頼んで「練習」と称して開始しています。

時と場合にもよりますが、だいたいは失礼に当たらず、時間通りに来た人には「練習してたよー」とほろ酔いで出迎えます。



もうのんでる!?

# 能代市の暮らしを見学しよう 移住体験ツアー


能代での暮らしを体験できる2泊3日のオーダーメイド型ツアー。  
宿泊費と交通費の一部を能代市が助成。




今回のツアーに参加したみなさんはこちら

**【現在の住所】**  
栃木県宇都宮市


**【家族の趣味】**  
長男はバスケット、長女はぬりえ、ご夫婦は食べることが大好き。家の庭でのBBQに憧れている。




夫・英孝さん  
(35歳)



妻・さつきさん  
(32歳)



長男・大夢くん  
(小学2年生・8才)



長女・ゆきちゃん  
(年中・4才)

※ツアー例作成のための架空の家族です。

## 1 社会福祉法人 轟婦人福祉会 轟保育園

乳幼児期から自然に慣れ親しむように、園の畑で土に触れ種や苗を植え、収穫した野菜を外の「かまど」で煮て食べる体験をはじめ、四季を通じて野外で遊ぶ環境が整えられている。



子どもたちの自主性を重んじ、保育士が成長を見守ります

九嶋 洋子 園長先生



梅田 佳洋さん

## 3 不動産会社(株式会社能代興産)

能代に移住するにあたり、住宅に関する細かな要望から相談に乗り、支援制度まで丁寧に紹介してくれるスタッフが揃う。「子育て支援や助成が充実し、市が積極的に移住者交流会や子育てサークルなどのコミュニティ情報も発信してくれます。能代市で新たな楽しみややりがいを見つける方も多いそうですよ」と梅田さんは語る。

バスケットが大好きで、能代市へ移住しました！

長嶺 薫さん

## 2 道の駅ふたつ

地産産物の新鮮な食材が揃う産直での買い物はもちろん、能代の食を楽しむレストランやフードコート、広いキッズコーナーもあり大人も子どもも楽しめる。

観光客や地域住民の憩いのスポットです



工藤 美幸さん

## 4 能代バスケミュージアム

地元・能代科学技術高校(旧能代工業高校)や、秋田県の社会人チームなどの試合映像、選手のアイテムを展示するバスケットファンの聖地。バスケット好きのスタッフが解説してくれる。



バスケットが大好きで、能代市へ移住しました！

長嶺 薫さん

## 移住体験ツアー日程例

1日目		2日目	
9:30	ホテルへ送迎	10:00	ホテルへ送迎
10:00	見 のしろ暮らす (イオンタウン能代)	10:30	見 はまなす展望台
11:00	見 ① 轟保育園見学	11:30	cafe&asobiba 4-6 で食事
12:30	見 ② 道の駅「ふたつ」で食事・見学	14:00	見 旧料亭「金勇」
14:40	見 ③ 不動産会社(能代興産)	15:30	見 ④ 能代バスケミュージアム
15:30	体 木の学校で木工体験	16:30	見 市街地周辺のスーパー
17:00	ホテルまで送迎	17:30	ホテルまで送迎
		18:00	懇親会
3日目			
10:00	ホテルへ送迎	10:00	ホテルへ送迎
10:30	見 能代山本スポーツリゾートセンター「アリナス」	10:30	見 能代山本スポーツリゾートセンター「アリナス」
11:30	夢工房 咲く咲く(カフェ)で食事	11:30	夢工房 咲く咲く(カフェ)で食事
12:30	大館能代空港へ送迎	12:30	大館能代空港へ送迎



## 自然も教育も食も実際に見て確認 能代独特の風土を体感してほしい

原則、2泊3日の日程で能代市を訪れ、能代暮らしのシミュレーションをするように、住居・教育・医療福祉・買物・余暇などの環境を見学できる「移住体験ツアー」。専属のツアーガイドが事前に希望を聞き、プランを提案。当日同行し、案内する。

例えば子どもがいる家庭なら、保育所や小・中学校、図書館、スポーツ施設などを訪問。教育現場やスポーツ・文化活動の内容を知ることできる。交流の場となるカフェで食事を楽しんだり、希望によっては能代で暮らす先輩移住者たちとの懇親会もセッティング可能。他にも住まいや仕事探しを助けてくれる不動産会社やハローワーク訪問など、多彩な見学メニューがあり、希望に沿ったプランを提案する。

## セミナーオーダーメイドプランは 3つのテーマによるツアーをご提案

フルオーダーメイドプラン以外に、既に能代市の「ここが気になる」ということが次の3つに該当する方向けのセミナーコースがある。

農業法人の見学や作業体験、既に就農した移住者との懇談などを行う「就業支援特化型」。旧料亭金勇見学、木材関連産業事業所の訪問や見学を行う「木都能代体験特化型」。子どもの年齢に対応する幼・保・小・中学校での見学、授業・行事参加などを行う「教育・子育て環境体験特化型」。暮らしの情報や能代での楽しみをぜひ体験してほしい。



お気軽にご相談ください！

移住体験ツアー  
くわしくはこちら  
申込み・参加助成金に関する  
問い合わせ  
能代市移住定住相談窓口  
Email: jiu@city.noshiro.lg.jp



# 能代の冬を快適に過ごすために 越冬セミナーレポート

初めて雪国で暮らす人もこのセミナーに参加すれば心配無用。先輩移住者が冬を快適に過ごすコツをレクチャーしてくれます。



越後 康一さん  
NPO法人eナビステーションリあん 理事長



除雪車



白山山地と日本海



ティラノサウルスレース



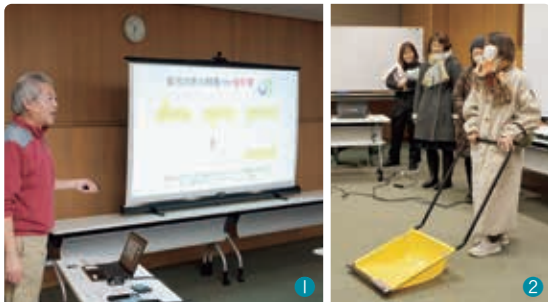
そりで散歩



七座山と米代川



市役所ライトアップ



1



2



3

- その年によって冬の気候は違う。過去の市の環境を写真やデータとともに紹介。
- スノーダンプには小型のもあり、重くなり過ぎないため、腕力に自信がない方にオススメ。
- のしろ暮らしスタッフによる冬グッズ紹介コーナー。湯たんぽや車が埋まった時の脱出道具など、実体験を交えて紹介。

## 気象条件や場所に合わせた対策、道具選びで楽しく越冬を

講師の越後さんは能代に移住して8年。工夫を重ねた越冬の達人です。毎回好評のセミナーでは画像を見ながらの能代市の冬の様子紹介に始まり、大雪・凍結対策の具体的な方法を説明。「能代の冬を快適に過ごすには、積雪・強風・低温・視界不良対策がポイント。気象条件や場所によってその状況は違い、ケースに合わせて「大事です」と、極意を語ります。

例えば「雪かき」といっても、方法はいろいろ。種類豊富な除雪道具には玄関前の雪をササッと寄せるもの、湿り気の多い重い雪を運ぶもの、車に積もった雪を払うものなどがあり、道具選びで苦労が違ふとの経験談に、セミナーに集まった人は納得の表情。除雪グッズや作業着の種類・価格など準備品の情報も得られます。

## 軽食を楽しみながら交流、越冬に向心強い仲間ができるのも魅力

また道路の凍結時に特に注意が必要な「ブラックアイスバーン」状態の路面の見分け方、地吹雪になったときの車のライント調整など冬道を安全に運転する要領を、実際の路面画像を使ってわかりやすく説明。視覚やハンドルの感覚で凍結状況をキャッチするコツを教えてくださいました。他にも凍結路面を上手に歩くには、歩幅を狭く靴底をしっかりとしつかりと地面に付ける「ペンギン歩き」が効果的だと、ジェスチャーを交えながら話します。

のしろ暮らしスタッフが越冬に便利なものを紹介したり、軽食を楽しみながら歓談する時間もあって、参加者同士が和やかに交流し、越冬に向けて心強い仲間ができるのも魅力です。



### 能代の冬初心者向け

## Q&Aコーナー

**Q** 朝の雪かきってどのくらい時間がかかるもの？

**A** 忙しい朝であれば、車を動かせる最低限さえすれば良いので、5分〜20分を目安にしておく◎。前日夜の積雪具合や、天気予報をチェックして、大雪予想の時は早起きを心がけましょう。周りの家の方が広範囲の雪かきをしていたとしても、無理する必要はありません。助け合いの精神は大事ですが、まずは自分ができる範囲で十分です。

**Q** 雪かき道具はどこで買えばいいの？

**A** 雪国のホームセンターには一通り揃っています。価格や形状もそれぞれ違うので、家の庭や駐車場の広さ、玄関用や車用、軽いふわふわの雪用と、溶けて固まった後の氷を砕く道具など、

自宅の環境にに応じて必要な分を買い足していくのが良いでしょう。

雪かき時には装備品も大事。スキーや登山用の本格的な防寒具などもおすすめ。時間がたつのを忘れがちな雪かきは意外と汗をかきます。着替えたり、お風呂に入るなどして風邪を引かないよう気をつけましょう。

### スタッフのオススメ!

私のオススメは「着る毛布」です！寒い冬は朝に布団から出るのが辛いですよね。そんな時は足元まで温まる毛布を体にまとい、冷えた室内でも大丈夫。部屋が温まるまでの間、朝食の準備もぬくぬくでできちゃいます。





木の温もりを感じる「遊び場スペース」。ランチやカフェメニューも充実しており、話が弾む空間。



今回は能代市に移住して約1年半の3人にお話をお聞きました！

能代暮らしを本音で語る

出張！のしろ茶話会Talk



Iターン  
たけだ かおり  
武田 香織さん

東京都出身。夫の実家がある能代市へは、夫が家業の手伝いをするため、上の子どもが小学生になるタイミングで令和5年の4月に移住。事務パート勤務。



Iターン  
いたばし つぐみ  
板橋 亜美さん

青森県弘前市出身。埼玉県で暮らしていたが、夫の仕事の関係で令和5年4月に移住。カメラが趣味で、能代周辺で自然いっぱいの撮影スポット巡りを楽しんでいる。



Uターン  
おざき かずよ  
尾崎 和代さん

秋田県能代市出身。横浜から令和5年の1月に能代市へUターン。能代市地域おこし協力隊で宇宙の街づくりを担当。イラスト・Live2Dクリエイターとしても活動している。

移住者コミュニティってどんなところ？

**七尾** のしろ茶話会は市内のレンタルスペースを会場に2か月に1回、暮らしの悩みから世間話まで自由にお喋りする交流会です。友達が見たい方や能代市で人と出会う機会が欲しい方には、ぜひ一度来ていただきたいですね。

**板橋** 私は茶話会のことをインスタグラムで知り、2回参加して七尾さんや他の移住者の方々とお話させてもらいました。能代市に知り合いもいませんし、能代市のことも知りたかったです。移住したばかりの頃は悩みも多くて、日常に突破口を探して誰かとお話したかったというのがあります。「のしろ会議」など他のコミュニティにも行ったおかげで、今では友達も増えました。

**武田** 移住の時にお世話になった方から誘ってもらって、何回か他の交流グループに参加したことがあります。能代市にはいろんな活動をしているコミュニティがありますから、自分に合った居場所が見つかると思います。移住前に市の移住体験ツアーで

コミュニティ活動を見学するのをおすすめです。

能代市に移住した感想は？

**尾崎** 私は高校卒業後に東京へ移住して、都会暮らしと能代暮らしを経験しましたが、年を重ねていくにつれて、都会の人混みがつらくなってしまい、穏やかな生活が恋しくなりました。都会に比べてお店が少ないとか、一部のサービスや仕組みが無くて不便に思うこともありますが、欲しいものはネット通販で手に入りますし、住めば都で、苦に感じることはあまりありません。

**板橋** 能代市は季節の違いもよく感じますね。以前住んでいた関東地方は雪がほとんど降らなかったのですが、冬になると毎週のようにウィンタースポーツを親子で楽しんでいます。特に子どもが自然の遊びが大好きで、休みの日は朝早くから夫と海釣りに出かけたり、山に虫採りやバードウォッチングに行ったり、能代の自然を満喫しています。

**武田** 自然が多くて星空が綺麗に見えますし、食べ物もおいし

能代市での子育てはどうですか？

**武田** 子どもが小学校に通っていますが、地域の歴史や自然に触れる環境がたくさんあって、みんなのびのび生活していると感じます。地域の方と触れ合うイベントもいろいろとあって、見守られていると感じます。

**七尾** 先日、第五小学校に取材に行ったんですが（P.18）、マラソン大会を見たお父さんお母さんたちが感動して泣いていましたよ。ちなみに尾崎さん、板橋さんのお子さんは、入園時はいかがでしたか？

**尾崎** 私が以前住んでいた地域の幼稚園から、オムツをつけたままの子は入園できないと断られたことがあったんです。なかなかオムツを卒業できないことが引越してから心配で、幼稚園に問合せたら「全然気にしないで！幼稚園で過ごしているうちに取れるから！」とあっさり入園できました。

**板橋** 私も入園に困りませんでした。以前は20件くらい申し込んでも入れるのが奇跡ってくらい

のしろ茶話会とは…能代市地域おこし協力隊の七尾さんが定期的に開催している、能代市に移住した方たち同士の交流会。自身もUターン。

七尾有紀さん



取材場所はコチラ//  
Café&asobiba4-6  
カフェ アソビバ よんのろく



多目的利用可能な「遊び場スペース」が併設されているカフェ。2Fにはコワーキングスペースもあり、カフェで購入した飲み物の持ち込みも可能。

住所 〒016-0831 能代市元町4-6  
営業時間 11:00～18:00  
定休日 日曜日

**七尾** 能代市に移住して、趣味や子育てに前向きな皆様とお話できてとても明るい気持ちになりました。これからも能代暮らしを楽しんでいきたいと思います。

**板橋** それと、引越してきてから部屋が多く、広くなったので自宅の一室を自分だけの趣味部屋にして楽しんでいます。一部屋まるっと使えるなんて、都会じゃ考えられませんから。

**尾崎** 最近、個人経営のお店

# 起業者・就業者インタビュー

能代市で就職・起業した先輩移住者に「のしろ暮らし」のお話を伺いました。



誰でも無料で自由に使うことができる「みんなのリビング」。地域の方の交流の場としても利用されている。

## 【起業者】 デジタルマーケティングを秋田で広げたい

Uターン 三種町出身 諸江 秋広さん(33)

【起業者】



## 【就業者】 大型農機具を操縦し50ヘクタールの夢を拓く

Uターン 能代市出身 工藤 哲也さん(30)

【就業者】



首都圏でも県内でも事業展開に情熱、地域貢献が喜び

能代市の高等学校を卒業後、県外の大学へ進学し、楽天株式会社や大手広告代理店勤務を経て28歳で独立。デジタルマーケティングや広告業を手がける株式会社RLECT(レクト)を起業した後、故郷の近くに移住し能代暮らしを始めた諸江さん。

首都圏での事業内容はそのままだに、地方で仕事をするを選びました。能代市は大館能代空港から首都圏へのアクセスが良いため、出張も気軽にでき、地震や台風などの自然災害も比較的少なく安心して暮らせることに魅力を感じています。

首都圏に加え地元での事業も展開し、地域の活力となる一面も。地方はデジタルマーケティングを活用できていないところが多いため、地元企業や自治体へのアドバイスから具体的な事業実施へと進むケースも増え、地域に貢献できることも諸江さんのモチベーションを高めています。

カフェでリモートワーク  
オフタイムは温泉へ  
ストレスフリーで自然体に

素敵なカフェがたくさんある能代は、リモートワークにうれしい環境。移動先や市内の coworkingスペースなどで仕事をすることもあり、場所選びも楽しみのひとつです。

オフタイムも充実。車にはいつもマイ温泉セットを載せて気が向けば温泉へ。湯上がりはそのまま過ごし、都会では身だしなみに気の抜けなかった日常が、ストレスフリーになりました。自然体でいられる能代での暮らしに満足しています。



※取材場所はコチラ//  
TENOHA NOSHIRO  
テナハのしろ

旧常盤小・中学校をリノベーションし、レンタルオフィスや coworkingスペースとして活用している施設。

●住所 〒018-2801 能代市常盤字堂回90  
●営業時間 10:00~17:00

人とのつながりに感謝し  
技術を修得して  
自分なりの農業をめざしたい

家業の農業を継ぐ工藤哲也さん。能代市の高等学校を卒業後、首都圏の大学へ進学、就職し結婚を機にUターンしました。

およそ50ヘクタールの農地で土作りから整地、季節毎の手入れ、農機具の扱い等を父から習いながら主に大豆の生産をしています。初めての経験ばかりで覚えることが多くやりがいを感じ、特におもしろくてたまらないのが大型の農機具の操縦。広大な畑を効率よく耕したり、収穫したりする際の操作感に魅力を感じています。また、農家にとってJAなど関係機関からの協力は不可欠。感謝を忘れず、人とのつながりを大切に、学んだ技術を活かし、自分なりに考えて生産性の高い農業をめざす毎日です。

海や川で趣味の釣り  
「天空の不夜城」を楽しむ  
能代での新婚生活

県外で生まれ育った妻は、釣りが趣味。海に面し米代川も流れ

る能代市は海釣り、川釣り釣り場に恵まれ、休日には夫婦揃って釣りをしたり能代暮らしを楽しんでいます。都会育ちが長かった妻が能代を気に入ってくれたのは心配だったと言いますが、今ではすっかり馴染んだ様子。都会では味わえなかった採れたての野菜や果物の美味しさに日々感動しています。

夏には、高さ日本一の灯籠が練り歩く、能代七夕「天空の不夜城」を二人で観覧するなど、能代市での新婚生活を満喫しています。





# 能代市 空き家バンク

家を買りたい・貸したい人と  
家を探している人をマッチング

能代市では、空き家を「売りたい」「貸したい」と希望している所有者の方から【物件登録】をしていただき、能代市に定住したいと希望している方へ、情報提供を行っています。契約にあたっては、原則として、空き家バンクに登録されている物件を取り扱う秋田県宅地建物取引業協会に加盟する協力事業者が仲介しますので安心です。

市の空き家バンク担当者もご相談から物件確認、ご契約まで必要に応じて立ち会います。

また、【利用登録】をしていただくと、希望に沿った物件が登録になった際に優先的にご紹介することができます。手続きは、利用登録申請書と個人情報に関する同意書をご提出いただくだけ！

ご相談・物件内見は随時受け付け

## ご契約のながれ

- 1 ご相談
  - 2 物件内見
  - 3 ご検討
  - 4 ご契約
  - 5 (リフォーム) 引越し
- 新生活スタート!

### 〈問い合わせ先〉

能代市移住定住相談窓口  
☎0185-74-6767



物件情報は  
こちらから

しています。お住まい探しのひとつとして「空き家バンク」もご活用ください。

## リフォーム支援制度

● 能代市では住宅の増改築・リフォーム工事に對し、工事費の一部を補助するリフォーム支援制度をご用意しています。空き家取得や3世代以上の同居、3人以上の多子世帯に該当する場合には、各々補助額が加算されます。

能代市住宅リフォーム支援事業  
都市整備課  
☎0185-89-2940

● 秋田県独自のリフォーム支援制度です。市の制度との併用も可能です。

秋田県住宅リフォーム推進事業  
県山本地域振興局建築課  
☎0185-5216103

● 新築や増改築の際に秋田スギを内外装材として使用する場合に購入経費を助成する制度です。

「秋田スギの温もり」木のまわりの取り組み  
林業木材振興課  
☎0185-89-2250

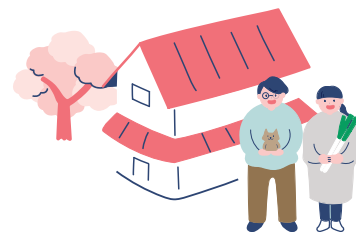
能代市のアパート事情

一戸建て、マンション、アパートなど、都会と比べると安価で借りることができる。車を必須とする方が多いので、駐車場付きかどうか確認を。月極駐車場は4000円～5000円程度。

### ■ 能代市内の民間賃貸物件の参考賃料

家賃(月)	能代市	東京都 23 区	東京都全域	宮城県
1LDK・2K・2DK	3.9万円	13.4万円	10.3万円	5.1万円
2LDK・3K・3DK	5.0万円	18.7万円	13.6万円	5.9万円
3LDK～	6.1万円	19.1万円	14.7万円	7.2万円

※ SUUMO ホームページ家賃相場より計算



# 出会い・結婚支援

能代市は男女の出会いを応援しています。

## 【出会い支援】

- 出会いイベントや婚活セミナーの主催・開催支援
- あきた結婚支援センターの入会金全額助成



私たち、のし恋結婚です

## 【あきた結婚支援センターとは?】

結婚コーディネーターがマッチングのお手伝いをします。入会はオンラインのほか、月1回程度、出張センターでも手続き・相談が可能です(無料・予約制)。AIにより相性がよい方を診断し、紹介する機能もあります。

◎ 問合せ・フリーダイヤル  
0800-800-0413

出会いイベント情報も!



## 【結婚支援】

● 結婚祝い金5万円をお贈りしています。結婚後6カ月以内であれば、能代市以外で婚姻届を提出した方も申請できます。(年齢、居住意思等要件あり)。



● 新生活に伴う初期費用を助成しています(年齢、所得等要件あり)。  
対象費用…住宅取得(新築・中古住宅購入)費用、住宅リフォーム費用、住宅賃貸借費用、引越費用  
助成額…最大60万円



詳細はHPをご覧ください。

## 読んでみて「能婚設計」



結婚サポーター  
ケンヤさん

これからライフプランを考えていく独身の方や、出会いを支援したい方のツールとして、能代市出会い応援ハンドブック【能婚設計】を発行しています。

能代市民は何歳くらいで結婚しているんだろう?

未来の家族のために知っておきたいこと(妊娠・出産の適齢期)など



能代市ホームページからご覧いただけます。

## 【出会い応援し隊!】 結婚サポーターから一言

結婚サポーターのトモヨです。県外の大学卒業後、地元能代にUターンし、能代での出会いのお手伝いをさせていただいています。婚活イベントに参加することは、初めは少し緊張するかもしれませんが、お相手と自然に会話を楽しんだり、自分の希望に合った相手を見つけるヒントを得ることができます。移住された方はお友達作りのきっかけにもなるかもしれません。焦らず、リラックス

して参加してもらえれば嬉しいです。また、一緒に活動する仲間も随時募集しています。お問合せは☎74-6767まで。お待ちしております!

結婚サポーターとは…  
県へ登録し、出会いや結婚に関するアドバイスや出会いイベントの企画・開催のお手伝い等をするボランティアです。



# 能代っこすくすく!

— 子育て支援も充実 —



## なべっこ遠足

秋田県では定番の秋の学校行事のひとつ。材料を持ち寄って屋外で鍋を作って食べます。能代市ではきりたんぼ鍋やだまこ鍋が主で、キムチ鍋やカレーを作るところも。



## 能代市立第五小学校

令和7年には創立150周年を迎える歴史ある小学校。平成31年には鶴形小学校・崇徳小学校と統合し、現在の能代市立第五小学校となりました。

統合前の小学校で行われていた地域活動が現在も引き継がれ、地域住民を講師とした「松山納豆づくり」や「鶴形そばづくり」「モリアオガエル観察」「小友沼学習」など地域の自然や文化について学ぶ取組を行っています。

市内の小学校では学年別の活動のほか、縦割り班活動を取り入れています。一年生から六年生までの各学年から1・2名ずつ選出して班を組み、日々の掃除、なべっこ遠足などの活動を行います。高学年は低学年の面倒を見ながら先輩としての意識を持ち、中学年は高学年のそばでいざれ自分たちが先輩になる時の行動について考えることで、縦割り班を通じて歳の違う子たちとのコミュニケーションや人間関係を学んでいます。



ミニゲーションや人間関係を学んでいます。

## 妊娠・出産

年度ごとにサービス一覧を作成しています。詳細についてはQRコードを読み取るか、左記URLからご確認ください。



<https://www.city.noshiro.lg.jp/kurashi/kosodate/kosodate-center/323>

## 子育て支援センター (サンビノ、さんぼえむ)

子育てに関するさまざまな情報提供や、子育て中の不安・悩み相談に応じます。センター開放日は、天候を気にせずに子どもたちを遊ばせることができ、利用者同士や職員との交流により、気分転換や友達づくりの場としても役買っています。

詳細についてはQRコードを読み取るか、左記URLからご確認ください。



<https://www.city.noshiro.lg.jp/kurashi/kosodate/kosodate-center/2716>



子育て支援センターで親子の交流を楽しむ。子の月齢が近い者同士だから話しやすい。



自然豊かな能代の環境を活かし、冬には田沢湖で2泊3日のスキー教室を開催したり、地域のおじいさん、おばあさんにあそびを教えてもらったり、地域ならではの体験や子ども達が楽しめる取組を行っています。



渡部剛 校長



強い気持ちを育てるマラソン大会

### ■ その他問い合わせ先

妊娠・出産、育児に関する相談、子どもの予防接種、未熟児等に関すること	児童扶養手当、家庭児童相談、母子・父子相談、ひとり親に関すること	保育所、児童手当、児童福祉等に関すること
●子育て支援課(本庁舎2階)	こども家庭センター	●子育て支援課(本庁舎2階)
めんchocoてらす TEL : 0185-89-2948 FAX : 0185-89-1679	児童家庭福祉係 TEL : 0185-89-2947 FAX : 0185-89-1679	子ども福祉係 TEL : 0185-89-2946 FAX : 0185-89-1679
●ニツ井地域局 市民福祉課 市民福祉係 ③番窓口(ニツ井町庁舎1階) TEL : 0185-73-5500 / FAX : 0185-73-5224		

●一時預かり  
生後2か月から小学校就学前の子どもを対象に、保育所等で一時的にお預かりするサービス。お買物の間、ちょっとした用事を済ませたい時や、冠婚葬祭時などに利用できます。

●病児保育  
子どもが病気のため、保育所、認定こども園等で保育ができない場合や、保護者の仕事などのため世話をすることができない場合に、医療機関で一時的にお預かりするサービス。

# 1 能代移住相談窓口 「のしろ暮らす」

能代市への移住を希望する方のあらゆる相談に応じる移住定住相談窓口「のしろ暮らす」が、2023年、イオンタウン能代に移転しました。商業施設内に開設することで、買い物や帰省のついでに相談や助成金等の申請をすることができま  
す。日曜日、祝日も開設しています。

能代市役所総合政策課内でも対応していますので、お近くの窓口へお気軽にお立ち寄りください。

**企画部移住定住推進課**  
〒016-0121 秋田県能代市臈淵字古屋布1  
イオンタウン能代内  
☎018517416767  
FAX:0185158100  
E-mail: jiu@city.noshiro.lg.jp



都内等での移住相談会に参加しています!最新の移住相談会の日程はコチラ



# 2 能代市移住支援 無料職業紹介所

ハローワークなどの求人情報サービスを活用と併せて、市の移住相談に伴う無料職業紹介所をご利用いただけます。移住相談と併せて行いますので、ご家族の状況や移住されるご事情などを踏まえた対応ができます。また、既存の求人情報ではなかなか就職が決まらない場合でも、状況により、あっせんできる可能性があります。

**求人者**  
● 秋田市以北の秋田県内を就業場所とする企業・事業所

**求職者**  
● 能代市への移住希望者及び転入日から1年以内の方  
● 藤里町、三種町、八峰町への移住希望者及び転入日から1年以内の方  
※能代市、藤里町、三種町、八峰町以外からの転入の方に限ります。

# 3 起業、就職支援

**【起業等相談窓口】**  
未来の起業家の育成、既存事業から新たな事業分野への進出、新商品開発などを計画する個人や企業などを総合的に支援するための起業等相談窓口を開設しています。

相談は、完全予約制による面談形式、秘密厳守、無料で行いますので、お気軽にご利用ください。



能代市創業等サポート事業 (起業等相談窓口)  
商工労働課  
☎018518912186

# 4 就農支援

能代市はネギや米、キャベツなどの栽培が盛んな地域です。若い就農者も増えていて、就農者同士の交流も活発に行われています。

能代市では、新規就農しやすい環境を整えるため、就農前の研修制度から、就農後の補助金などによる支援を行っています。セミナー・オーダーメイド型移住体験ツアーに参加し、実際に能代の農業に触れることもできます。

また、農地の権利取得時の下限面積も撤廃されましたので、意欲ある新規就農者等の参入がよりしやすくなっています。お気軽にご相談ください。



「白神ねぎ」は毎年15億円以上の売り上げを誇るブランド!

マスコットキャラクター 白神ねぎのん

詳しくは市ホームページへ



# 5 農業技術センターによる農業支援

**【農業を営む方向け】**  
農業技術の新しい情報を集めて、農家に提供、各種研修会、栽培講習会の開催や現地巡回を行い、営農及び栽培技術、病害虫防除などの指導を行っています。

また、センター内の圃場では、主要作目の品種比較など、栽培技術の実証を行うとともに、栽培農家への技術普及活動を行っています。

**【市民向け】**  
家庭菜園や、市民菜園で野菜や花卉などを育てている人に、品種、肥料、病気、病害虫、土壌改良など栽培方法の相談に応じています。センターの見学や市民グループ、小中学生を対象にした農作業体験学習などにも利用されています。

能代市農業技術センター  
☎018515212247



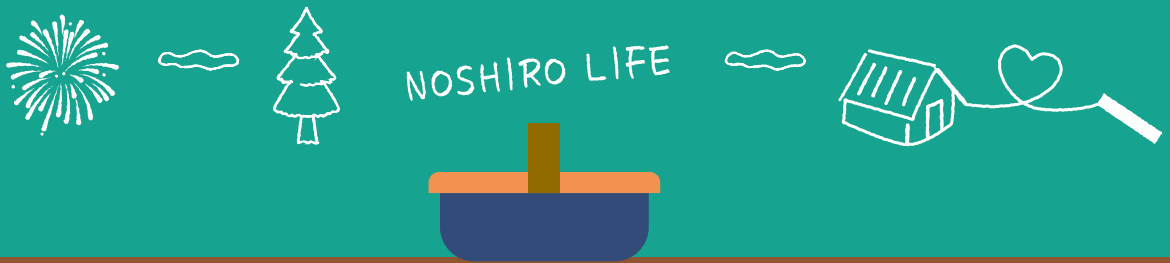
「やわらかくて美味しい白神ねぎ」



河井直之さん (令和3年に能代市で就農)

妻の実家が能代市で農家をしていたので、結婚前も埼玉から能代市にたびたび訪れ、義父の畑仕事を手伝っていたことから自然と能代市で農家になる道に進みました。農業技術センターを2年間利用し、講師の方に野菜の育て方を指導してもらいました。現在は季節によって義父の手伝いをしながら白神ねぎを栽培しています。

本センター内には某テレビ番組でも紹介されたことのある、全国唯一の部署「ねぎ課」が設置されています。ねぎ課では、能代のブランドねぎである「白神ねぎ」の生産拡大の推進をしています。



3



能代市は季節ごとにイベントやお祭りが開催されています。市民の手作りイベントが多く、老若男女問わず楽しめます。イベント情報は広報のしろやホームページ、のしろ暮らしのSNSなどでチェックできますよ。イベントに参加するのもよし、運営側になって仲間づくりをするのもよし、のしろ暮らしに馴染みきっかけになってくれたら嬉しいですよ。

## 春夏秋冬イベントを 楽しめるオモシロいのしろ!

1



2



1. 農家さんの野菜や雑貨販売「ときめ木マルシェ」
2. 「きみまち阪」紅葉イベント
3. 歩行者天国「のしろいち」



## よくある Q & A | 能代のあれこれ答えます!

A Q

**移住にはどの程度費用がかかりますか?**

家族構成や移動距離、時期、引越前後の住まい形態や家財の量などによって大きく異なります。主に必要な費用として考えられるものは、「引越費用」と「住居確保の初期費用」です。一例として、賃貸住宅の初期費用には、敷金(家賃1か月分)、仲介手数料(家賃1か月分)、保険料などがあります。そのほか、引越前の家財の処分費用や新しく購入する生活用品などの費用、転入後に最初の給料が入るまでの生活費も想定してください。活用できる各種移住支援制度を事前にご確認ください。

A Q

**運転免許や車は必要ですか?**

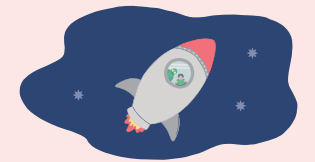
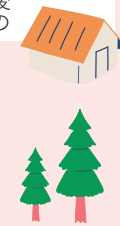
無くても暮らせる地域もありますが、車があると行動の自由度が増すので「一家に一台」さらには「二人に一台」というお宅もあります。通勤に車を利用する方が多く、運転免許必須とする求人も多いです。能代市での生活を始めるにあたり、自動車学校でペーパードライバー向けの講習を利用される方もいます。

### ■引越事業者に支払う費用の目安

単位：万円

世帯人数	1名	2名	3名	4名以上
費用(平均)	11.9	23.8	27.0	30.2

(能代市移住定住相談窓口調べ)



### 移住のご相談・お問い合わせはこちらまで

#### 【能代市の窓口】

##### 能代市移住定住相談窓口「のしろ暮らし」

〒016-0121 秋田県能代市臈淵寺古屋布1  
イオンタウン能代内  
※開設日 水曜日をのぞく平日、日曜日、祝日  
☎ 0185-74-6767 FAX 0185-58-5100  
Email: iju@city.noshiro.lg.jp  
秋田自動車道能代東 IC 降りてすぐ!



### 【東京都内で相談するには...】

#### 秋田県あきた暮らし・交流拠点センター 【アキタコアベース】

〒104-0031 東京都中央区京橋 2-6-13  
(京橋ヨツギビル 1 階)

受付時間 10:00 ~ 18:00  
※火曜日およびGW・お盆・年末年始を除く  
☎ 070-1359-9624 ※相談員直通  
Email: coabase@a-iju.jp

いずれも  
web会議システムによる  
オンライン相談が  
可能です



A Q

**買い物事情を教えてください**

日常的な買い物に困ることはほとんどありません。スーパーやコンビニ、ドラッグストア、ホームセンターなどで新鮮な食材や生活必需品を購入できるほか、周辺の秋田市や隣県にある大型ショッピングモールを利用している方もいます。また、道の駅や農産物直売所などもあり、地元の味を楽しむことができます。特徴です。

A Q

**能代の方言は難しいですか?**

生活に困ることはありませんが、高齢の方との会話は難解な場合があるかもしれません。また、少々強めの言い方に聞こえることがあります。方言に馴染むことも、移住後の楽しみのひとつにしてください。



### 【LINE公式アカウント】のしろ暮らし

トーク機能で移住に関する個別相談ができます。スタッフが返信するので安心です。また、季節の話題やイベント情報などを月に2、3度配信しています!

友だち登録は QR コードを読み取るか、LINE ID @noshiroclass で検索してください。



友だち登録はこちらから

### 【X】のしろ暮らし

ほぼ毎日、能代の暮らしを発信しています!



フォローはこちらから

### 【YouTubeチャンネル】のしろ暮らし

能代の魅力を動画で発信しています。チャンネル登録をお願いします!



視聴や登録はこちらから

### 【Instagram】あ!きた!能代山本!

能代市、藤里町、三種町、八峰町の移住担当者と地域おこし協力隊が暮らしの魅力やイベント情報などをお届けしています!

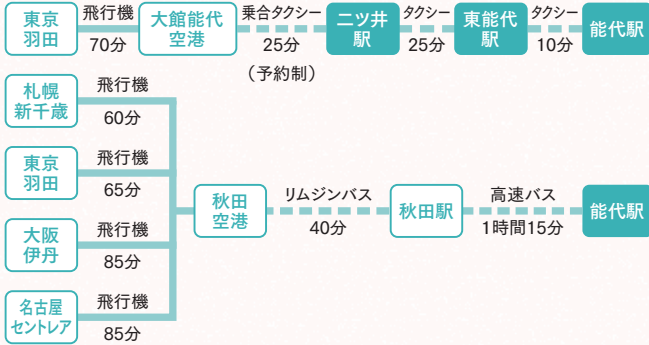


フォローはこちらから

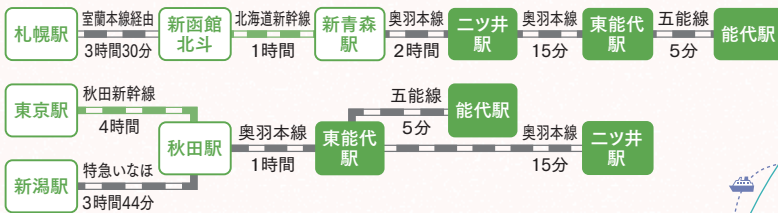
# 能代市へのアクセス

※時間は目安です。交通事情により異なる場合があります。

## 航空



## 鉄道



## 高速バス



## 高速道路

### ■ 東北縦貫自動車道



### ■ 秋田自動車道



秋田県能代市  
<https://www.city.noshiro.lg.jp/>



【発行】〒016-0121 秋田県能代市臈渕字古屋布1番 イオンタウン能代内 ☎0185-74-6767  
 能代市移住定住相談窓口「のしろ暮らす」(移住定住推進課)

