

平成 30 年度  
転入女性が暮らしやすい  
福島づくりプロジェクト  
活動報告書



ベルフォンテ

転入女性が暮らしやすい  
福島づくりプロジェクトとは…

パートナーの転勤や結婚により福島に転入した女性を対象として、  
福島の魅力を体験するワークショップや座談会を開催し、  
仲間づくりや情報交換を行う場を作るプロジェクトです。

不安や孤独で孤立しがちな転入女性が暮らしやすく  
いきいきと楽しく福島で生活できる環境を作ることを目指しています。

— 目 次 —

1. ごあいさつ	… 2
2. プロジェクト沿革	… 3
3. 実施報告	
1) WELCOME ワークショップ	… 4
2) 転入女性のしゃべり場	… 8
3) 転入女性の暮らしを応援するサイト tenten	…13
4. 活動成果（アウトカム）	…14
5. 参加者の声	…16



## 「転入女性が暮らしやすい福島を目指して」

友達もいない、知り合いもいない、土地勘もない。  
知らない土地に住むのは楽しみでもありますが、不安も募ります。

私も出身は石川県。東京で就職し、その後結婚を機に福島県へ転入したのが12年前。  
夫の仕事の関係で県内転勤をこれまで4回経験し、一番初めに住んだのが南会津町でした。

転入したばかりの、私の状況を表す言葉は「孤独」と「焦り」。  
誰一人として知り合いがおらず孤独そのものでした。ペーパードライバーだった私は  
一人で遠出する勇気もなく、  
毎日家とスーパーの往復。話す相手は夫だけという日々が続きました。

また、次にいつ転勤になるか分からない状況では定職に就くことができず、働きたい、  
何かをやりたいという思いを実現することができず、これからどうしたらいいだろうと、  
とにかく焦っていました。

しかし、スキー場でアルバイトをしたことをきっかけに、地域の方との交流が増え、  
ペルフォンテを立ち上げることになりました。  
自分の居場所ができたことで、私にとって南会津町は特別な場所となりました。

福島には私以外にも、結婚やパートナーの転勤で転入された女性がたくさんいます。  
このプロジェクトがきっかけとなり、孤独や焦りを感じている転入女性が一人でも少なくなるように、  
そしてこの福島に居場所ができて自分らしくいきいきと生活できるように。

そんな転入女性が増えれば間違いなく福島は元気になります。

転入女性自身には「福島に来てよかった」と、地域の人からは「あの人が福島に来てくれて良かった」  
という言葉がたくさん聞こえる福島となることを願っています。

ペルフォンテ 代表 藤本菜月



## プロジェクト沿革

- 平成 30 年 5 月 22 日 第 1 回転入女性のしゃべり場
- 平成 30 年 7 月 12 日 第 2 回転入女性のしゃべり場
- 平成 30 年 9 月 11 日 WELCOME ワークショップ初秋開催 第 1 回
- 平成 30 年 9 月 25 日 WELCOME ワークショップ初秋開催 第 2 回
- 平成 30 年 9 月 29 日 第 3 回転入女性のしゃべり場
- 平成 30 年 10 月 10 日 転入女性の暮らしを応援するサイト「tenten」開設
- 平成 30 年 10 月 18 日 WELCOME ワークショップ初秋開催 第 3 回
- 平成 30 年 11 月 8 日 第 4 回転入女性のしゃべり場
- 平成 30 年 11 月 13 日 WELCOME ワークショップ晩秋開催 第 1 回
- 平成 30 年 11 月 20 日 第 1 回 tenten ライター講座
- 平成 30 年 11 月 27 日 WELCOME ワークショップ晩秋開催 第 2 回
- 平成 30 年 11 月 29 日 第 2 回 tenten ライター講座
- 平成 30 年 12 月 11 日 第 3 回 tenten ライター講座
- 平成 30 年 12 月 13 日 WELCOME ワークショップ晩秋開催 第 3 回
- 平成 31 年 1 月 7 日 tenten の情報更新開始（毎週月曜日更新）

**参加者募集**  
**県北ふくしま転入女性対象**  
**WELCOME ワークショップ**

結婚や旦那さんの転勤などで東北地方へ転入された方を対象にした  
東北地方の魅力がますます広がった3回連続のワークショップを開催します。  
楽しく地域のことを学びながら仲間づくりをして、少しでも早く東北地方での生活を楽しまませんか？

**初秋開催【活動内容・全3回】**

第1回：9月11日(火) 「お互いを知り仲良く」 講師：子育て支援係員 高田真由美さん・高橋美穂さん	第2回：9月25日(火) 「花見山のドライフラワー を使ったハーバリウム作り」 講師：マテリアルコーディネーター 山田麻衣さん	第3回：10月18日(木) 「福島の果物から起こした 餅粉でパン作り」 講師：文芸春秋パン教室いんかろ 高田真由美さん
---	---	---

**晩秋開催【活動内容・全3回】**

第1回：11月13日(火) 「お互いを知り仲良く」 講師：子育て支援係員 高田真由美さん・高橋美穂さん	第2回：11月27日(火) 「福島の果物から起こした 餅粉でパン作り」 講師：文芸春秋パン教室いんかろ 高田真由美さん	第3回：12月13日(木) 「二本松上川崎和紙で 小箱作り」 講師：福山ユウキさん 高田真由美さん
--	---	---

開催時間 各日10:00~12:00  
場所 働く婦人の家(福島市入江町1-1)  
参加費 3,000円(3回ワークショップ参加料)  
※ワークショップはお子様連れはご遠慮ください。必要が可能な方は、  
参加料前払500円(1回1名につき)でご利用いただけます。(高回5名まで)

募集人数 初秋開催・晩秋開催 共に15名  
申込条件 福島県北地方のいずれかの市町村に転入した女性  
(福島市、伊達市、二本松市、会津市、国見町、川俣町、湯川町、大玉村)  
※応募者多数の場合は抽籤。転入してから3年以内の方を優先させていただきます。

締め切り 初秋：9月15日(金)、晩秋：10月20日(土)  
※結果は初秋は8月末、晩秋は10月末に全員に通知します。

申込方法 ①お申し込みフォーム → <http://fukushima.com/wa/ten/>  
②Eメール → [belfonte.fukushima@gmail.com](mailto:belfonte.fukushima@gmail.com)  
件名：「WELCOME ワークショップ申込」  
本文：①お名前 ②住所 ③連絡先 (電話番号・メールアドレス)  
④参加希望の回 (初秋 or 晩秋 or どちらでも)  
⑤転入してから何年経ったかの数値 (お子様の年齢)  
を記載の上、お申し込み下さい。

主催 ペルフォンテ  
Url: <http://belfonte.info>  
E-mail: [belfonte.fukushima@gmail.com](mailto:belfonte.fukushima@gmail.com)  
Tel: 090-3470-4708 (担当/藤本)

後援 福島県東北地方振興局/福島市・伊達市・二本松市・会津市・国見町・  
湯川町・川俣町・大玉村/福島民報社/福島県民間団体/いわき転入女性の会  
この事業はふくしま県民生活の向上に寄与しています。

## 実施報告

### WELCOME ワークショップ

【初秋開催】 参加者：13名

参加者内訳：結婚等による転入者（定住）5名 / 転勤族 8名

転入してからの年数：1年未満 5名 / 1～2年 3名 / 2～3年 2名 / 3年以上 3名

会場：働く婦人の家

#### 第1回 「お互いを知り仲間づくり」

講師：子育て支援 hanaso 吉田暁子さん・寺崎裕美さん

自己紹介後、体も動かしながらアイスブレイク（初対面の人同士が出会うとき、その緊張をときほぐすための手法）を行い、グループワークの最後には福島に住んでみてよかったなと思ったことを書き出して参加者同士でシェアしました。緊張の面持ちで集まる参加者の皆さんですが、アイスブレイク後には笑顔があふれます。



#### 第2回 「花見山のドライフラワーを使ったハーバリウム作り」

講師：一般社団法人 Oval ママライフコーディネーター添田麻美さん

福島市の観光地として有名な花見山について知り、その花見山で咲いていた花桃のドライフラワーをハーバリウムのメイン花材として、各々オリジナリティあふれるハーバリウムを作成しました。花見に訪れた花見山の風景を思い出しながらハーバリウムを作られた方もいました。個性あふれる福島でしか作れないオリジナルのハーバリウムができました。



#### 第3回 「福島の果物から起こした酵母でパン作り」

講師：天然酵母パン教室いわなみ家 岩波聡子さん

新鮮なフルーツが簡単に手に入る福島だからこそ楽しめる、果物から起こした酵母を使った生地を講師にご準備いただきベーグル作りを行い、その後参加者同士交流しながら出来上がったベーグルを食べました。最後にはお一人一人に感想を一言ずついただきました。

パン作りをした後は、託児に預けた子ども達も一緒になり、賑やかにパンランチ。

3連続のワークショップのため、参加者同士だけでなくお子さん同士も仲良くなった様子。

楽しかったから5回6回とやりたい！とリクエストいただきました。



福島のフルーツから起こした酵母



#### 参加者の感想

- ・同じ悩みを持つ方々とつながることができた
- ・福島でしかできないスペシャルな体験ができた
- ・家族や幼稚園・小学校関係の他に話せる人ができた
- ・花見山に行ったことがなかったので行ってみたいと思った
- ・福島の魅力をたくさん知ることができた
- ・子どもが大きくなって、知り合いを作るきっかけがなかったので参加してよかった
- ・雑誌やネットでは分からない生活に必要な情報を教えてもらった
- ・転入したばかりの人の意見を聞くことで、福島のいいところを再認識した
- ・知らない土地に知り合いがいることがとても心強い

【晩秋開催】 参加者：14名

参加者内訳：結婚等による転入者（定住）5名 / 転勤族 9名

転入してからの年数：1年未満 4名 / 1～2年 2名 / 2～3年 3名 / 3年以上 5名

会場：働く婦人の家

## 第1回 「お互いを知り仲間づくり」

講師：子育て支援 hanaso 吉田暁子さん・寺崎裕美さん

初秋と同様自己紹介後、体も動かしながらアイスブレイクを行い、グループワークでは福島の良いところを書き出してシェアしました。

呼んでほしい名前を決め、参加者全員から呼んでもらい、皆さん照れながら返事をします。体を動かし声を出すと、自然と緊張がほぐれ会話が弾みます。最後には勝手に会話が弾み参加者からは笑顔があふれていました。



## 第2回 「福島の果物から起こした酵母でパン作り」

講師：天然酵母パン教室いわなみ家 岩波聡子さん

福島産のラズベリーから起こした酵母を使用した生地でベーグルを作りました。講師の方から気持ちの変化など同じ転入女性目線でお話もありました。またランチタイムでは連絡先の交換をされる姿も見られました。初秋開催と同様、パン作りをした後はお子さん、託児のスタッフも一緒に美味しいパンランチを楽しみました。ベーグル作りを初めてした参加者も多く、ワークショップの中にクッキングが入っていることが嬉しいという声もいただきました。



## 第3回 12月13日(休) 10:00～12:00 「二本松上川和紙で小箱作り」

講師：姉妹ユニットをしり 春日麻里さん

長い繊維を散らして雲のような模様をあらわしている「雲竜」という種類の上川崎和紙を土台の小箱に貼り、蓋にはモチーフを付けるという自分だけのオリジナル小箱を作りました。数名ずつのグループでの作業で一人の女性として会話を楽しみながら、和気あいあいと作業が進みました。

普段触りなれない和紙に触れ、時間が足りない！！という声が出る程おしゃべりをしながらの作業に一人の女性として過ごすことができたという声も多く出ました。



### — 感想 —

- ・ 転入者だからこそ分かり合えることを共有できた
- ・ ガイドブックに載っているような情報は知っていても人とのつながりは薄かったが、今回は深いつながりができた
- ・ まだ福島に来たばかりで、福島のいいところをちょっとしか書き出せなかったけどこれからどんどん福島のことを知っていきたいと思った
- ・ 二本松の和紙伝承館のことを知ることができ、県外から両親や友人が来た時に連れていきたいと思った
- ・ 明るく前向きな女性が多く、私もパワーをいただきました
- ・ ワークショップの日の夜、夫に「いい顔してるね」と言われ、私がハッピーでいることが家族の幸せにつながってるんだと感じた
- ・ 全国転勤で縁もゆかりもない福島につながりができた
- ・ 福島のいいところをたくさん知ることができた
- ・ 託児だったからゆっくり作業ができてよかった
- ・ 福島にちなんだものというのが、県外出身の私には嬉しかった
- ・ 「子ども」という共通点以外で初めてつながりを持てた
- ・ 福島に来て4年も経つのに、福島について何も知らず、知らずともせず過ごしてきたけれど、今回のワークショップをきっかけにもっと福島について知りたいと思ったし、福島を好きになるきっかけにもなった
- ・ 地元でもないところで頑張っている人がいることを知り、自分も何かやりたいと思った



## 転入女性のしゃべり場

毎回トークテーマを決めて、参加者全員に話をしてもらうようにしました。  
後半は情報交換したいことをお互いに質問しあう時間にしました。

### 第1回トークテーマ「福島に転入して良かったコト、悪かったコト」

日時：平成30年5月22日（火）10:00～12:00 場所：コラボスペース COCO

参加人数：転入女性10名（福島市在住9名、国見町在住1名）

#### 【良かったこと】

- ・人が優しい（近所の人や幼稚園のお母さんたち etc）
- ・食べ物がおいしい（夏、桃は選果場に行くと安く買える）
- ・未就園児が遊ぶところがたくさんある
- ・保育園の支援センターが充実している
- ・公園が多い（水遊びできる公園、駐車場も遊び場から近い）
- ・仙台が近い
- ・街のサイズ感がちょうどいい  
（全国チェーンのお店はほぼあるが、混んでいない）
- ・運転がおだやか
- ・フリーランスで仕事をしているが、仕事のパイの奪い合いがない。顧客と直接契約を結べるので中間マージンを取られず収入面においてもいい。
- ・ゴミ袋が指定のものを購入しなくてもいい



#### 【悪かったこと】

- ・夏の暑さが厳しい。冬が寒い。
- ・水道料金が安い（東京より高い）
- ・ガソリンが高い
- ・待機児童が多い（転入者は基本、転入してから仕事を探す、求職中の身では100%保育園には入れない）
- ・学校に併設されている学童が少ない
- ・無認可の保育施設に対する補助がない
- ・子どもが文化・アートに触れる機会が少ない  
（美術館はあるが、面白そうなイベントはだいたい郡山かいわきで開催）
- ・放射線の事で、気にしている人から色々言われると心配になる

## 参加者の感想

■地元の友人とはまた違った視点で福島のことを語れるのがとても新鮮でしたし、何よりコーディネーターの方が話を回しながらまとめてくださったおかげで、初対面でもスムーズにかつ楽しく情報交換・共有が出来ました。

■私は福島市出身といっても18歳までしか居らず、その頃は都会にばかり目が向いていたこともあり、恥ずかしながら福島のことをほとんど知らずに過ごして来ました。でも今回福島に戻ることで、期間限定だからこそその間に色々とインプットして数年後東京に戻りたいと思っていました。今回この企画に参加させて頂き、このコミュニティであれば楽しみながら学びの機会をたくさん得られるのでは…と期待せずにはいませんでした。

■今日は、最初ドキドキで伺ったのですが、最後はみんなと打ち解けて話足りない感じでした。色んなかたがいて、転入女性のパワーはほんとに凄いと感じました。次回も楽しみです。

■あっという間に時間が過ぎ、『もう終わりか』と驚くほどでした。ささいな情報も福島市出身でない私には本当に有益なものばかり！あの場所で皆さんとお話するだけでも気持ちが明るくなり、充実した1日を過ごせたと感じる事ができました。『福島市に転入したばかりの過去の私に参加してもらいたい！』と思いました！これから福島市に転入されてくる方々に、早く福島市の良いところを知っていただき、笑顔で毎日を過ごして欲しいと思います！



↑ スケッチブックを使って自己紹介。  
名前や出身地、これまでの転勤経験等を記載。



↑ 地元菓子店の茶菓を食べながらのトークタイム。  
各テーブルにスタッフが一人ずつ入り、ファシリテーションをします。

## 第2回トークテーマ「この夏どう過ごす!? 福島で過ごす夏のおすすめスポット・イベント」

日時：平成30年7月12日（木）10:00～12:00

場所：コラボスペース COCO

参加人数：転入女性12名（福島市在住12名）

実家に帰る方がほとんど。

そんな中以下の意見が出ました。



### 【おすすめスポット・グルメ】

- ・森合のナイタープール
- ・二本松しんきんプール（ナイトプールも）
- ・イオンシネマ
- ・県立図書館で涼む
- ・信夫山文庫のかき氷がおいしい（クーラーはないが田舎のおばあちゃんの家のような感じがいい）
- ・森のガーデンの桃パフェ
- ・信夫山公園、四季の里、十六沼の噴水（子どもの水遊び、ベトナムも連れていける）
- ・小野川湖、キャンプ場（裏磐梯は福島市より-10°C）
- ・子どもは保養に出す（受付開始は春ごろから色々始まる）
- ・競馬場の花火大会
- ・桃。固い桃を食べたのは初めて。地元の人が皮ごと食べるのに驚いた。

### 参加者の感想

- ・自分と同じような状況の方々と出会えて今後の活力になりました。
- ・たくさんの情報がもらえたので、幼稚園の友達にも教えてあげたいと思いました。月1回位のペースでなにかアクティビティや話せる場があると嬉しい。
- ・たくさんの初めて知る情報を得られてよかった。同じようなしゃべり場やワークショップを定期的に開催してもらえると嬉しい。
- ・転入した参加者の方が「知ろう」としているので、飛び交う情報量がすごいと思いました。定期開催されるといいと思います。
- ・転入してきた人の悩みを聞いて共感出来る事も多かった。インターネットでは調べられないことを知れたので参加してよかったです。
- ・子供の年代や、悩み別とかにグループを分けると話しやすいと思う。
- ・もう少し周知されていると良かった。なかなか知る機会がなかった。
- ・既婚で子供なしの人が対象のしゃべり場もあるといい。

## 第3回トークテーマ「転入や転勤でリセットされた仕事やキャリアについて」

日時：平成30年9月29日（土）10:00～12:00

場所：コラボスペース COCO

参加人数：転入女性8名（全員福島市在住）

今回は他の転入者がどのようなキャリアを積んできたか、どのように転勤や転入を乗り越えてきたかを聞くことで、なにか自分自身の参考にするを目的としました。

そのため、自己紹介を中心とした会となりました。

タイで福島の桃を販売する仕事をされていた方、元教員の方、元青年海外協力隊の方、元脚本家の方、通訳士の方など経歴が豊かでパワフルな転入女性が集まりました。

### 参加者の感想

- ・和やかな雰囲気の中で、ざっくばらんな話ができとても楽しかった。
- ・忌憚なくたくさん話せて楽しかった。他の方の話をきいてエネルギーをもらいました。今回のような子供偏重の話題以外のしゃべり場、とてもいいと思います。
- ・色々な生き方があることがわかって楽しかった。
- ・色々な方がいらっしゃる事が分かり、福島、日本に寂しさを感じていましたが希望が持てました。いつでも集まれる場所があれば嬉しい。
- ・他の方の話を聞いてワクワクしました。転入女性はたくましい！
- ・とても楽しく充実した時間でした。いろんな職種の方のお話しが聞いて良かったです。続けていただければすごく皆さんの未来に役立つと思います。
- ・いろんな方のアクティブな話が聞いて楽しかったです。自分の事を話す機会もあまりなく、とてもスッキリしました。



↑ 今回もスケッチブックを使って自己紹介。仕事経歴についてもお話していただきました。



↑ 転入して間もない方は、地名や地理的感覚も良くわからないため、地図を書いて確認しながら話を聞きました。

## 第4回トークテーマ 「転入する前に調べたこと、知りたかったこと」

日時：平成30年11月8日（木）10:00～12:00

場所：信夫山ガイドセンター

参加人数：転入女性9名（福島市在住9名）

- ・子供が発達障害を抱えているので、療育センターの情報や、通級クラスがある小学校がどこなのかを教育委員会に聞いた。特別支援の取組みも学校によって違うし、WEBには載ってなかった。
- ・給食がある幼稚園はどこかを探し、その園バスが通る範囲でアパートを探した。
- ・3月末に転勤が決まった時点で入れる保育園がないか必死に探したが、皆無だった。まずもって求職中の身で入れる保育園が福島市にはなかった。なのでお預かりがある幼稚園はどこかを必死にWEBで探し、住む予定の社宅から通える範囲なのか土地勘がないか調べまくった。
- ・とにかく楽しんで生活したかったので、日帰り温泉を調べて、通いやすいところにアパートを借りた。
- ・転入する前に中古住宅を買ったが、子供が自転車で出歩いて危なくない所、高校生になったときに通いやすいようにバス停と駅に歩いて行ける所で探した。
- ・旦那の職場の近くにアパートを借りたが、日中その地で暮らすのは私と子供なので、もっと自分たちのライフスタイルに合わせて住む場所を決めればよかった。
- ・不妊治療専門の病院は福島駅前にある。治療に取り組んでいる人なら事前に問いあわせてもいい。



### 参加者の感想

- 同じ悩みを持つ方のお話や、これから自分が直面するであろう悩みを聞いて大変役にたった。いろんな人から情報をもらえて悩んでいることの解決の糸口が見つかり、前向きな気持ちになりました。
- 土地勘もなく、情報収集が難しかったので、今日は聞きたいことが聞いて良かったし、とても楽しかったです。定期的にしゃべり場を開催してほしいです。
- 信夫山ガイドセンターに初めてきましたが良かったです！

## 転入女性の暮らしを応援するサイト tenten

福島に転入した女性とこれから転入する女性の暮らしを応援するWEBサイト「tenten」を立ち上げ、10月に公開しました。

発信するのは観光情報ではなく、暮らしの情報。

どんなスーパーや直売所があるのか、車を使わずに生活することはできるのかなど、このプロジェクトで出会った転入女性がライターとなり、転入女性目線で福島の実情の暮らしの情報を発信します。

H31年1月から情報発信を開始。5名のライターが交代で記事を製作し、現在は、毎週月曜日に記事を更新しています。

<http://tenten-f.info>



WEBサイトの質を担保すること、将来的にライターとしての仕事ができるように、全3回のライターを実施しました。

### tenten ライター講座

1回目（11月20日）

- ・Web媒体について
- ・Webライターの仕事とは？

2回目（11月29日）

- ・記事ってどうやって作るの？（書き方のポイントや構成について）
- ・伝わりやすい記事とは？
- ・記事のネタ出し

3回目（12月11日）

- ・宿題のフィードバック（書いた記事を先生に添削してもらおう）
- ・インタビューの仕方、インタビュー記事の作り方

### 【講師】

株式会社ハタフル代表取締役 白井翼さん



オリジナルテキストをつくってもらいました



記事にするネタ出しをみんなで行った



真剣に講座に聞き入る受講生



tenten ライター1期生

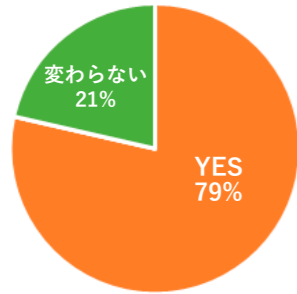


活動成果  
—アウトカム—

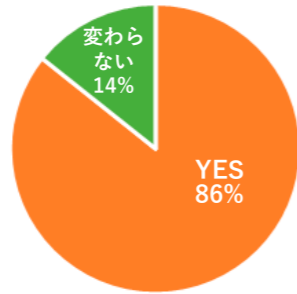
WELCOME ワークショップ参加者に2カ月後に状況や心境の変化についてフォローアップアンケートを取りました。

初秋開催

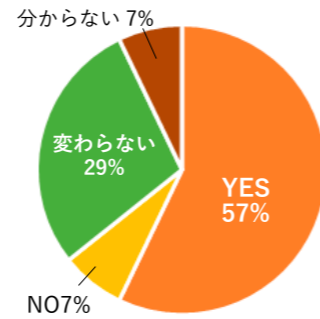
Q1. 不安や孤独を感じる事が  
少なくなりましたか？



Q2. 地域の情報を得やすくなり  
ましたか？



Q3. 福島で、自分らしい生活が  
できるようになりましたか？

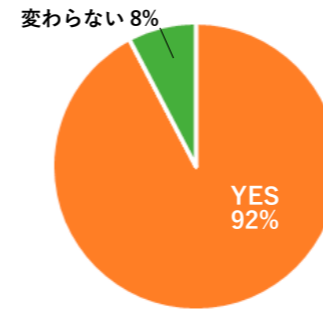


Q4. ワークショップ参加後ご自身の暮らしや生活に変化があれば教えてください。

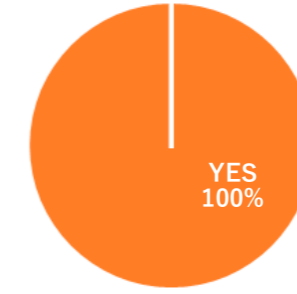
- ・新しいことへ挑戦できている
- ・自分がやりたいことをやれると生き活きて、生活にもメリハリができた
- ・いざというときに相談できる仲間ができたことで気持ちにゆとりができた
- ・友達ゼロでスタートした福島生活もいつの間にかたくさんの方とつながれた
- ・福島の魅力に気づくことができた
- ・ワークショップが縁となり仕事を紹介していただき、新たな仕事を始めることができた
- ・来たばかりの頃を思い出し、何か少しでも力になればと自分から情報発信をするようになった
- ・ワークショップを通してたくさんの人とつながり、情報交換ができるようになった
- ・イベント情報などを教えてもらえるので、家族で出かける機会が多くなった
- ・自分が住んでいる地域以外の情報が得やすくなった
- ・以前より外出することが増えた
- ・自分が住んでいる地域の情報も周りに伝えたいようになった
- ・子育てがさらに楽しくなると実感した

晩秋開催

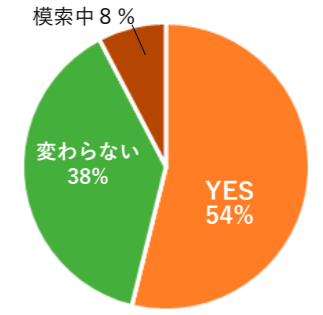
Q1. 不安や孤独を感じる事が  
少なくなりましたか？



Q2. 地域の情報を得やすくなり  
ましたか？



Q3. 福島で、自分らしい生活が  
できるようになりましたか？



Q4. ワークショップ参加後ご自身の暮らしや生活に変化があれば教えてください。

- ・福島のいいところを見つけるように私自身が変わりました
- ・何か地域的な困りごとや悩みなどが起きた場合、教えて〜と声をあげれば何かしら助けてもらえそうな気がして安心です。もっと福島市のいいところを探してみようと思っています
- ・イベント外でも交流できる友人ができた
- ・子どもイベントなど、行き先で知り合いが増えた。イベントの手伝いをするまでになった。気持ちを共感しあえたり、福島の事を知ることで前向きな気持ちになれました
- ・ワークショップで知り合った方に誘ってもらい、おすすめの支援センターを知ることができた。実際いっしょに行けてとても楽しかった
- ・元々福島出身ではありませんでしたが、提供される情報に目を通す度新しい発見があったり、より一層福島のことを知ることができてうれしいです。もっと外に出ようと思います。
- ・情報を得られたことで行動範囲が広がりました
- ・他の参加者から連絡をもらったことがあり、とても嬉しかった。暮らし方は今までとほとんど変わらないが、この土地に私の知り合い、友達、参加者のみんながいるのだという思いが大きな安心を与えてくれているように感じます。
- ・ワークショップで出会った人と絵本を通して遊ぶサークルを立ち上げて、イベントを成功させた。
- ・大きな変化はありませんが、「やってみたい」と思うことが増えました
- ・1回目の福島のいいところを挙げるワークで、福島の魅力を皆さんが話すのを聞いて、あのも自分なりに福島の魅力を探しています。住んでいる幸せに繋がっていると思います。
- ・話し相手があった
- ・仕事が決まり、働き始めた



真部さとみさん（WELCOME ワークショップ初秋開催に参加）

自己紹介、花見山の花桃を使ってのハーバリウム作り、福島からのフルーツからの天然酵母を使ったパン作りを体験しました。ハーバリウムやパン作りはとても楽しくて、花桃は福島の花見山のもので、ハーバリウムではあまり使われない珍しいものを作ることができました。フルーツからの天然酵母なんて考えもつかない酵母を使っての無添加かつ美味しいパンを作ることができました。しかし、意外にも私は最初の自己紹介が心に残っています。アイスブレイクという方法で緊張が砕けたという感じでした。集まって話をするのがこんなに楽しいことであり、転勤で苦労していた同じ境遇の方がこんなにいたなんてと、思いました。イベントを立ち上げる方もいてそちらに参加したり、ランチ会をしたり繋りができて活動的になることができました。病院、学校などの情報をもらうことができて視野が広がりました。すばらしい活動だと思います。



浅野聡子さん（WELCOME ワークショップ初秋開催に参加）

転入して半年が経とうとしていた頃、0歳の子どもの預ける場所も無く、外との交流が持てずに悩んでいました。そのような時に、託児付きでワークショップをし、転入者同士でお話をする会があると知りました。「知らない方と話せる?」「子どもは泣かない?」と不安は有りましたが、思い切って申込みをしました。1回目のアイスブレイクで、一瞬にして緊張は解け皆で笑い合えました。終わる頃には「もっと話したかった。」と思う程でした。ワークショップでは、ベーグル作り・和紙で小箱づくりを体験させて頂きました。託児はすぐ近くなので、安心して作業に集中でき、久々の楽しい会話に時間があっという間に過ぎてしまいました。全3回を終えて、もっとやりたいという思いが残りました。現在、この会で知り合った方と交流が続いています。ワークショップに参加して本当に良かったです。今後も、転入者の為に続けて欲しいと思います。



但野智子さん（WELCOME ワークショップ初秋開催に参加）

ワークショップには、「参加してよかった!」の一言です。  
参加したきっかけは、リビング新聞に菜月さんの記事を見つけたことでした。  
転入女性のためにイベントを企画する行動力に感銘を受け、菜月さんにお会いしてみたいという気持ちと、たくさんの新しい出会いがあったらいいなという思いで参加を決めました。  
正直、どのような方が参加されるのだろうかと不安もありましたが、最初のアイスブレイクで一気に緊張もほぐれ、「他の参加者」が「仲間」に変わっていきました。今では参加者同士ラインでつながり、イベントなどの情報交換をしたり、定期的にランチ会をしたりしています。  
菜月さん、そしてみなさんと知り合えただけでも、福島に転入してきたよかったなと思えるほどです。このようなステキなイベントを開いてくださった菜月さん、ベルフォンテのみなさまに感謝しています。



前田憲枝さん（WELCOME ワークショップ晩秋開催に参加）

福島に来てもう四年にもなるのに、顔見知り以上の知り合いはなかなか増えず、勝手に「よそ者感、とどこか孤独な気持ちを抱えていた私。転入女性の会が開催されると聞き、迷わず申し込みました。ワークショップでは、お互いの距離が縮まる仕掛けがいっぱい！笑顔いっぱい！パン作りや小物作りも楽しくて、毎回その日が来ることを指折り数えていました。そして、女子高生に戻ったかのようなおしゃべりの中で、お互いの転出入や、家族の打ち明け話をしたり…。でも、その中にはいつもみんなの繋がろうとする前向きなエネルギーが弾けていました。  
福島に来て、沢山観光に行きました。ガイドブックも読みました。でも、ガイドブックには載っていない福島の魅力的な女性、観光しても得られない人との繋がりがそこにはありました。そして私もその「福島の人、の一人だよな！もっともっと根を張ってみようかな！と思えるようになりました。

## スタッフの声



西村沙織（福岡県出身。伊達市在住。元転勤族）

福島に転入して約7年、主人の地元である伊達市に引っ越してきて3年が経ちました。もちろん友人や知人もいない、0からスタートした福島での生活が今では頼り頼られるような関係の友人をもつことができ、こうして転入したばかりの自分と同じような思いをしている方のために何かできないかと活動できるまでになりました。

この活動を通して、新しい土地に慣れるために「時間」は関係なく、「コミュニティ」ができれば全て解決するのではないかと感じました。

転入してわずか数か月の方でもコミュニティの中に入っただけで、どんどん会話は増え自らほしい情報を取りに行き発信したり活動したりされています。そして住み慣れることに必死だった様子が福島を知り、さらに福島に興味を持ち外へ目を向けられるようになっていきました。

そのような姿を目の当たりにし、これからも福島で多くの転入女性が輝けるよう活動を継続・発展させていこうと決意を新たにしました。



# Special Thanks

講師のご紹介（※順不同）

### 子育て支援 hanaso

福島市でカナダの親教育プログラム「ノーバディーズ・パーフェクトプログラム」を実施。

<https://ameblo.jp/kosodateshienhanaso/>

### 一般社団法人 Oval

ママの未来を作るをコンセプトに、ママと社会とのつながり、活躍機会の創出、コミュニティづくり、子育て・メンタルサポートなどを実施。

### 天然酵母パン教室 いわなみ家

レーズンなどで起こした自家製酵母を使ったパン教室。

<http://iwanamike.blog.fc2.com/>

### 姉妹ユニット をしり

福島をモチーフにした雑貨づくりの姉妹ユニット。何も無いところに何かがある、をモットーに日常にあるオモシロイを提案すべく活動中。

<https://www.woshiri.com/>

### 株式会社ハタフル

Webサイト制作（ホームページ制作）を中心にWebマーケティングを駆使して集客やお問い合わせ増加、最終的には売上増加を目指すために総合的な支援を行うWeb制作会社。

福島の観光Webマガジン「福島TRIP」も運営。

<https://hatafull.co.jp/>

## 補助金・助成金

### 【WELCOME ワークショップ・転入女性のしゃべり場の実施、tenten制作】

平成30年度福島県地域創生総合支援事業（福島県県北地方振興局）

平成30年度ふくしま未来基金（公益財団法人パブリックリソース財団）

### 【tentenライター養成講座の実施】

平成30年度「福島に来て。」頑張る地域応援事業補助金（福島県）



*Memo*



転入女性が暮らしやすい福島づくり  
プロジェクト活動報告書

---

発行日 / 2019年2月

制作・発行 / ベルフォンテ

<http://belfonte.info>

<http://tenten-f.info>

[belfonte.fukushima@gmail.com](mailto:belfonte.fukushima@gmail.com)

