



## U・Iターンをお考えの方へ「U・Iターン支援制度」

新潟県や長岡市のU・Iターンサポートの一部をご紹介します。金銭面のサポートや仕事についてのサポートなど、U・Iターンを考えている方はもちろん、県外在住のお子さんをお持ちの保護者の方もぜひご覧ください。

### 社会人のUターンに 最大120万円の 奨学金返還支援



最大20万円/年×最長6年 = 最大120万円

#### 【Uターン促進奨学金返還支援事業】

県外在住の本県出身者で、本県にUターン転職した30歳未満の方を対象に奨学金の返還を支援しています。

#### 【支援対象者】

新潟県内の高等学校などを卒業／学歴：大学、短大、専門学校等を卒業／新潟県外での就業期間が通算1年以上／転入した日の年齢が30歳未満／転入後6ヶ月以内に就業／大学等在学中に修学のため貸与を受けた奨学金を返還している など

#### ■お問い合わせ先

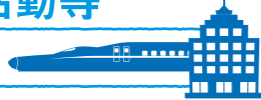
新潟県県民生活・環境部新潟暮らし推進課

TEL 025-280-5635

<http://www.pref.niigata.lg.jp/kurashi/1356888818141.html>



### 県外学生の就職活動等 交通費・宿泊費に 1/2の補助



申請1回あたりの補助金上限1万円 年度内3回まで

#### 【U・Iターン学生就職面接等 交通費助成事業補助金】

県外学生の県内就職活動等(インターンシップ含む)における往復交通費及び宿泊費の負担を軽減する取り組みです。

#### 【補助対象】

県外在住の大学生等が、以下のいずれかに該当する活動のために、公共交通機関を利用して住所地と県内を移動する場合の交通費及び宿泊費を補助します。(行政機関が実施する採用活動等への参加は対象外となります)就職活動で、新潟県内の企業が県内で行う企業説明会に参加する／就職活動で、県内で開催される合同企業説明会に参加する／就職活動で、新潟県内の企業が県内で行う、採用試験または面接を受ける／新潟県内の企業が県内で実施するインターンシップに参加する

#### ■お問い合わせ先

新潟県産業労働観光部労政雇用課

TEL 025-280-5259

<http://www.pref.niigata.lg.jp/roseikoyo/1356841151769.html>



### 長岡市で働きたい学生や 社会人の相談窓口



#### 【ながおか就職・Uターンサポートデスク】

#### ■お問い合わせ先

ながおか就職・Uターンサポートデスク

TEL 0120-7505-14 <http://www.de-job-ra.net/about>

就職に不安を感じている学生やその保護者、就職・進学のため一度は長岡を離れたものの、地元に戻って働きたい、長岡に移住して働きたいと考えている方の支援を行っています。長岡にサポートデスクを設置し、地元学生はもちろん、首都圏在住の学生・社会人に対しては出張相談等を行い、U・Iターン希望の学生と社会人の支援・相談を行っています。



### 長岡市・新潟県の U・Iターン情報サイト

ほかにも様々な支援があります。  
情報サイトをぜひご覧ください。

長岡市U・Iターン情報ポータルサイト  
「UI-LIFEながおか」



にいがたU・Iターン総合サイト  
「にいがた暮らし」



# ナガオカ U・Iターン応援!

長岡で暮らしたい方必見!

**Uターン** …地方から都市に移住した人が、再び故郷に戻ること **Iターン** …都市部から出身地とは違う地方に移住して働くこと

**Jターン** …生まれ育った故郷から進学や就職で都会に移住した後、故郷に近い地方都市に移住すること

# 長岡と

# 〇〇、

# 住むなら

# どっち!?



新潟県や長岡市は暮らしやすい? 「暮らし比較」

長岡市の働き方改革「はたプラ」

最大120万円の奨学金返還支援など! 「U・Iターン支援制度」など

**ながおか・若者・しごと機構**

〒940-0062 新潟県長岡市大手通2丁目3番地1

TEL: 0258-86-6008

E-mail: wakamonokikou@city.nagaoka.lg.jp <http://n-wakamonokikou.net/>



平成30年12月25日発行

# Uまれたマチ Iきるマチ、長岡

長岡と〇〇、住むならどっち!? 色々な可能性に挑戦しながら、いつかはジモトへ。

お正月、おうちでのんびり過ごすのもいいけれど、

将来のキャリア(働き方、働く場所)を考える第一歩として

「ジモトのシゴト」「生活スタイル」を見つめなおしてみませんか!?

長岡だからこそ輝ける未来がある。色々な可能性が広がっている。

例えば新潟の暮らしを東京と比較すると、、、

## 【長岡市へのアクセス】



自然が多いわりに、高速道路や新幹線の便も良い。商業施設も豊富で、郊外は駐車場無料のため、気兼ねなく買い物に出かけられる。(東京都から1ターン 30代 男性)

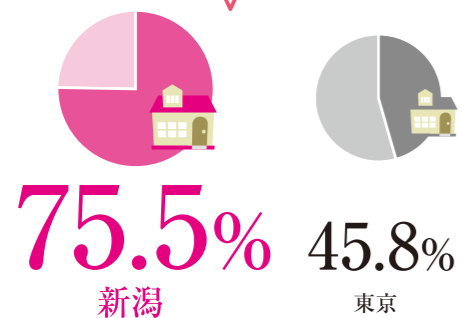


## 長岡市は働き方改革に取り組みます! 「ながおか働き方プラス応援プロジェクト」

長岡市は、「長時間労働の見直しや育児・介護との両立ができる労働環境の整備を始めとする働き方改革の推進」、「長岡で働くことへの意識づけとなる企業情報の発信やインターンシップの充実」といった取り組みを、地域全体で効果的に推進するため、「ながおか働き方プラス応援プロジェクト」を設置しています。このプロジェクトは、将来にわたり地元産業界で多くの優秀な人材が活躍し、誰もがいきいきと働き・暮らせるまちづくりを進めることを目的に、市が市内企業、団体等と連携しながら取り組んでいます。賛同企業など詳しくは長岡市ホームページをご覧ください。

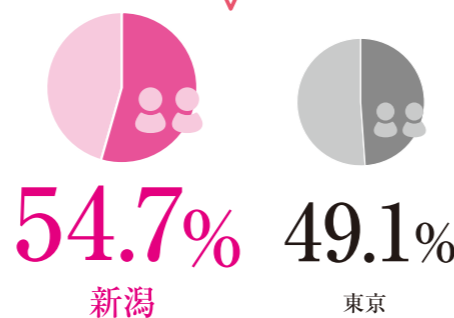
### 住まいなど

#### 【持ち家比率】



※総務省統計局「統計でみる都道府県のすがた」  
(<https://www.stat.go.jp/data/k-sugata/index.html>) より

#### 【共働き世帯の割合】



※総務省統計局「平成29年就業構造基本調査」  
(<https://www.stat.go.jp/data/shugyou/2017/index.html>) より

#### 【1か月あたりの住宅ローン返済予定額】



※住宅金融支援機構「フラット35利用者調査(平成29年度)」より

### 子育て・教育

#### 【待機児童数】



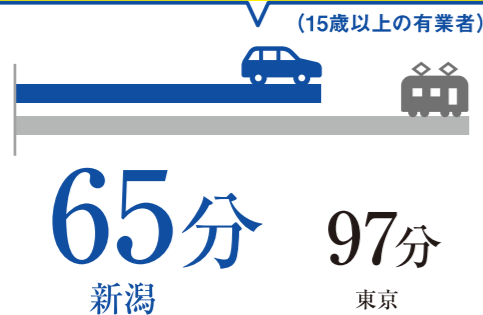
※厚生労働省 報道発表資料より

### U・Iターン 経験者の声

第一希望の保育園に入園できています。  
(東京都から1ターン 30代 男性)  
「てくてく」や「ぐんぐん」など子育て施設も充実しています。  
(東京都からUターン 40代 男性)

### 生活の時間 など

#### 【平日の通勤・通学の平均時間】



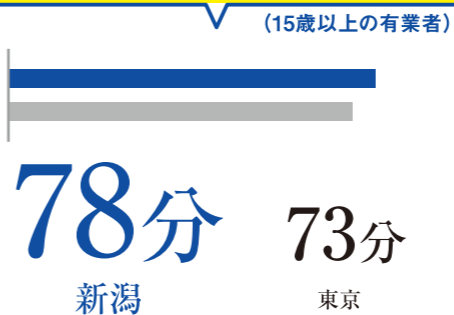
※総務省統計局「平成28年社会生活基本調査」  
(<https://www.stat.go.jp/data/shakai/2016/index.html>) より

#### 【平日の平均帰宅時刻】



※総務省統計局「平成28年社会生活基本調査」  
(<https://www.stat.go.jp/data/shakai/2016/index.html>) より

#### 【平日の休養・くつろぎの平均時間】



※総務省統計局「平成28年社会生活基本調査」  
(<https://www.stat.go.jp/data/shakai/2016/index.html>) より

### 学校・保育園

※平成30年5月1日現在

長岡市内には子育てや教育施設が多数あり、安心して子育て、教育ができる環境が整っています。

- 公立認可保育園41、私立認可保育園31、へき地保育園1、幼稚園7、認定こども園13、地域型保育施設11、認可外保育園4
- 小学校56、中学校29、高等学校12、特別支援学校4、高等専門学校1、専門学校15、大学3

### 医療機関

※平成29年10月現在

長岡市内には、病院が11施設、一般診療所が145施設、歯科診療所が134施設あり新潟県内でも充実した医療環境が整っています。

※日本医師会地域医療情報サイト(<http://jmap.jp/>)より

### U・Iターン 経験者の声

車だと公共交通機関と違って好きなタイミング、短時間で移動できて寄り道もできます。  
(東京都から1ターン 30代 男性)

時間に余裕があるので仕事終わりにゆっくり買い物したり、カフェで一息つくこともあります。  
(長野県から1ターン 20代 女性)

たまに子どもと一緒にランニングしています。信濃川河川敷をよく走りますが、長生橋と信濃川の景観は最高だと思います。  
(広島県から1ターン 30代 男性)