

子どもがのびのびと育つ長野県

2015年から「信州やまほいく認定制度」をスタート
豊かな自然と温かな地域の中で“人生の根っこ”を育みます
認定団体は185園に上ります(2019年6月現在)



冬～春の訪れ

1月の平均気温と
最深積雪の状況



2019年 1月	平均 気温(°C)		最深 積雪 量 (cm)
	日 最高	日 最低	
白馬	1.3	-8.7	71
長野	4.0	-4.5	17
須坂	2.8	-8.7	16
池田	5.5	-5.7	3
上田	4.1	-5.7	2
松本	7.6	-3.8	1
軽井沢	10.3	1.4	-
諏訪			
伊那			
飯田			
大鹿			

※年によって積雪量が増すこともあります。
出典: 気象庁

桜

例年の見ごろ

花見スポット		4月		
		上旬	中旬	下旬
臥竜公園	須坂市		桜	桜
上田城跡公園	上田市	桜	桜	
陸郷地区	池田町		桜	桜
高遠城址公園	伊那市	桜	桜	
大西公園	大鹿村		桜	桜

出典: Jorudan



信州・長野県への移住相談窓口

相談で来訪される場合は、事前のご予約をおすすめします

長野県企画振興部 信州暮らし推進課
TEL 026-235-7024 ① iju@pref.nagano.lg.jp
長野県移住ポータルサイト「楽園信州」

東京 銀座NAGANO 移住・交流センター
東京都中央区銀座5丁目6-5 NOCOビル4階
TEL 03-6274-6016 ② tokyo-ijucenter@pref.nagano.lg.jp
相談時間 10:00~18:00 (年末年始を除く)

東京 認定NPO法人ふるさと回帰支援センター
信州暮らしサポートデスク
東京都千代田区有楽町2-10-1 東京交通会館8階
TEL 080-7735-3992 / 090-1657-7401
③ nagano@furusatokaiki.net
相談時間 10:00~18:00 (月、祝日、年末年始を除く)

大阪 大阪移住・交流サポートデスク (長野県大阪観光情報センター内)
大阪府大阪市北区梅田1-3-1-800 大阪駅前第1ビル8階
TEL 06-6341-7006 ④ osaka-ijudesk@pref.nagano.lg.jp
相談時間 9:30~17:00 (土日、祝日、年末年始を除く)

名古屋 名古屋移住・交流サポートデスク (長野県名古屋観光情報センター内)
愛知県名古屋市中区栄4-16-36 久屋中日ビル4階
TEL 052-251-1441 ⑤ nagoya-ijudesk@pref.nagano.lg.jp
相談時間 9:30~17:00 (土日、祝日、年末年始を除く)

発行: 2019年9月



データから知る 長野県の魅力

長野県に移住すると、生活はどう変わるの?

データから長野県の暮らしを見つめます。

信州暮らし、一緒に楽しみませんか？

自然豊かで、温泉やスポーツが身近に楽しめる長野県。でも魅力はレジャーだけではなくありません。実際に働き暮らす場所としてもなかなか快適です。

アクセスの目安！



長野県の平均通勤時間は東京の3分の2。自動車普及率は全国トップクラスで1世帯に約1.5台、通勤もマイカーが主流です。

働く

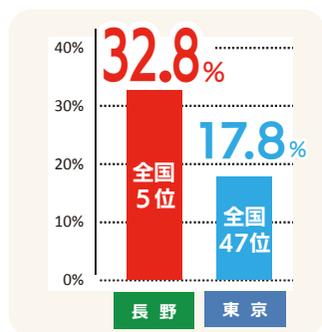
通勤・通学時間 (片道)



平均帰宅時間 ※1



共働き率 ※2



高齢者の就業割合 ※2



早く帰れるとプライベートも充実します。共働き比率も高く子育てしながらのお仕事もしやすい土地柄です。

お金

収入は東京より減ってしまう傾向にあります。自動車関係の支出は増えますが、食費や交通費・家賃などの支出は抑えられます。

収入 (2人以上世帯の勤労者世帯1世帯あたり平均1か月間)



支出 (2人以上世帯の勤労者世帯1世帯あたり平均1か月間)



住まい

長野県は県土が広いから、家も広い! 郊外に行けば、庭付き一軒家を格安で借りることもできます。

住宅の敷地面積 (1住宅あたり) ※2



民営賃貸住宅の平均家賃 (1か月 3.3m²あたり) ※2



借家住宅の平均延べ面積 (1住宅あたり)



生きる

イキイキと健やかに暮らせる! やっぱ長生きが一番!



平均寿命 ※4



医療費 ※2



暮らす

これ、み～んな日本一!

信州、お国自慢



出典 ※1 平成28年社会生活基本調査から分る47都道府県ランキング(総務省統計局) ※2 統計でみる都道府県のすがた2018(総務省統計局) ※3 平成26年全国消費実態調査結果(総務省統計局) ※4 平成27年都道府県別生命表の概況(厚生労働省)