

# えひめ暮らしのリアル

えひめ暮らしで、自分も家族もハッピーに!? 豊かな時間が増えた3人の移住者に、リアルな日常を聞きました。

## 生活費は？ 通勤は？ 数字で見る えひめ暮らし

### 愛媛の特長 01 通勤時間、仕事時間が短く、自由時間を堪能!

愛媛県は、6歳未満の子どもがいる世帯の夫の通勤時間の短さや仕事時間の短さ、3次活動時間の長さが全国上位。これは、早く帰宅して、子育てや余暇や趣味などに長く時間を使えることを表しています。手頃な住宅費で職場の近くに住めたり、交通網が充実していることが背景にありそうです。



出典：平成28年社会生活基本調査

<p>1日のうちで (3次活動時間) 自由に使える時間の長さ</p> <p>愛媛県 全国 <b>2</b>位</p> <p>6時間 43分</p> <p><small>※男女10歳以上の3次活動時間の平均値</small></p>	<p>通勤時間の短さ</p> <p>愛媛県 全国 <b>3</b>位</p> <p>34分</p> <p><small>※6歳未満の子どもがいる世帯の夫の通勤時間の平均値</small></p>	<p>仕事時間の短さ</p> <p>愛媛県 全国 <b>7</b>位</p> <p>7時間 6分</p> <p><small>※6歳未満の子どもがいる世帯の夫の仕事時間の平均値</small></p>
---	---	--

### 愛媛の特長 02 住宅費や物価が安い!

民営賃貸住宅の安さ

全国 **1**位

3,478円
東京都 8,566円
大阪府 5,907円

※1か月3.3㎡当たり

出典：平成30年小売物価統計調査

### 愛媛の特長 03 女性に優しい!

女性のストレスオフ県 ランキング2018

全国 **1**位

出典：株式会社メディアプラス

## えひめ暮らしのリアル CASE 01

### 神奈川県横浜市から Uターン



40代男性・会社員 Iさん

神奈川県横浜市出身。東京都勤務ののち、震災をきっかけに、パートナーの出身地である愛媛県へ。子育てががんばる3児の父。

Before 移住前のある平日	After 移住後のある平日
7:00 起床	7:00 起床 / 子どもを幼稚園へ送る
8:00 出勤	8:00 出勤
9:00 魔の通勤ラッシュ。	9:00
10:00	10:00
11:00	11:00 主に手弁当。
12:00 昼食 主に外食。	12:00 昼食
	仕事以外の活動ができる時間的余裕がある!
18:00	18:00 退社後、コミュニティのイベントや趣味の音楽活動
19:00	19:00 帰宅
20:00 平日はほぼ毎日残業。仕事以外のことはなかなかできない。	20:00 子どもをお風呂に入れる 前よりも帰宅時間が早い!
21:00 帰宅	21:00
22:00	22:00
23:00 子どもたちは、すでにお休みタイム…	23:00
24:00 就寝	24:00 就寝
25:00	25:00

### 移住してみて…

まず、「通勤ラッシュがない」というのが大きいです。そして何より子どもとの時間が増えたことが嬉しいです。でも、移住前より月収が減ったのは痛いですね。その分、外へ飲みに行く回数も減りました。

## えひめ暮らしのリアル CASE 02

### 東京都中野区から Uターン



30代女性・フリーランス Yさん

フリーランスのデザイナー。福島県出身→東京都→2011年より夫の出身である愛媛県へ。7歳の女儿、1歳の男児の子育て中。

Before 移住前のある平日	After 移住後のある平日
6:00 起床	6:00 起床
7:00 起床	7:00 愛媛の方が一日がゆっくりで長い感覚。
8:00	8:00
9:00	9:00
10:00 児童館 or ママ友の家など	10:00 赤ちゃん昼寝の間、PC仕事
11:00	11:00
12:00 昼食	12:00 昼食 落ち着いた気持ちで仕事に集中できる。
東京の一日はあっという間。どこに行くにも人が多く、スピードも早い。外が暗くなるのも早く感じた。	仕事の資料探しに書店や図書館 etcへ…
	長女帰宅
18:00 夕食の買い出しなど	18:00 夕食
19:00	19:00 夫が食事、家のメンテナンス、掃除担当。移住前より生活費が安く済むので、サラリーマンじゃなくても暮らしていける!
20:00 夫帰宅	20:00
21:00 子ども就寝	21:00
22:00	22:00
23:00 仕事・就寝	23:00 仕事・就寝
24:00	24:00
25:00	25:00

### 移住してみて…

家賃はなんと11万→4万! 食材のレベルは愛媛の方が格段上。海で魚やイカを釣ったり、実家で米や野菜をつかったり、自給自足もできそう。愛媛は人脈で仕事がどんどん広がるのが魅力です。

## えひめ暮らしのリアル CASE 03

### 千葉県千葉市から Uターン



30代女性・会社員 Mさん

愛媛県宇和島市出身→東京都にて10年間会社勤め→2017年より、転職をきっかけに愛媛県へUターン。

Before 移住前のある平日	After 移住後のある平日
6:00 起床	6:00 起床 お弁当づくり。
7:00	7:00
8:00 起床 出勤	8:00 出勤
徒歩と電車通勤	9:00 自転車通勤
10:00	10:00
11:00	11:00
12:00 昼食	12:00 昼食
外に出る余裕もなくほぼ社内で食事。	お弁当を持って近くの公園で昼食をとることも。食後はお散歩を楽しむ余裕も。
18:00	18:00 帰宅
19:00 通勤に1時間かかるため帰宅も遅くなっていた。	20:00 たまに英語学校、地域イベント。
20:00	21:00
21:00 帰宅	22:00
たまっている家事をこなしているともうこんな時間に。	23:00 就寝
22:00	24:00
23:00	25:00
24:00	
25:00 就寝	

### 移住してみて…

1時間かかっていた通勤時間が、今は自転車で15分に。景色を見渡す余裕ができて、近くの公園にいる白鳥にいつも癒されています。昼休みには職場近くを散歩するのも日課になりました。