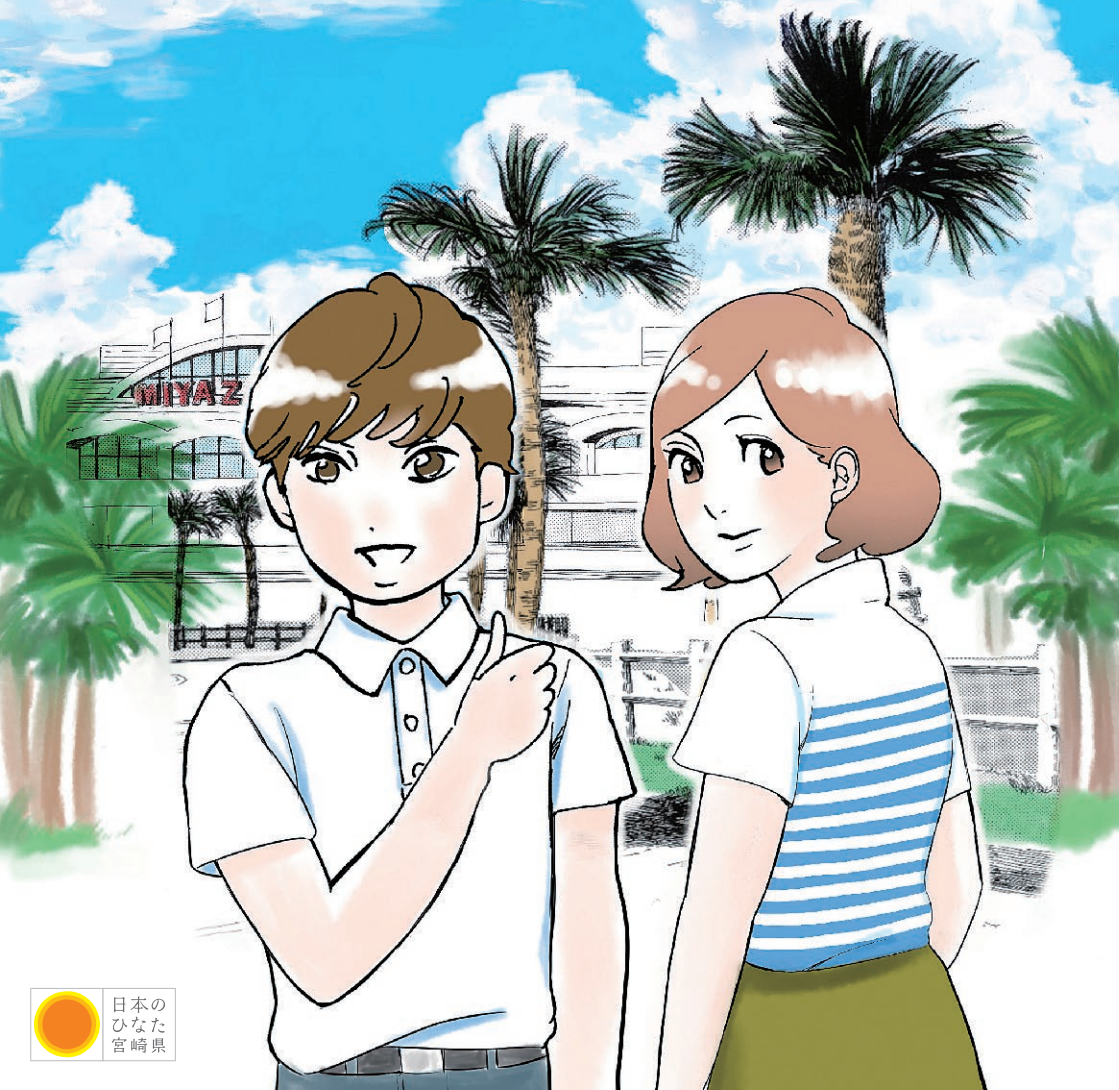


# ひなたのチカラ。

あなたにとって  
大切なことは何ですか？



日本の  
ひなた  
宮崎県



# 東京生まれ、東京育ちの僕がある日突然…!?

## 東京生まれ、東京育ちの僕

作：東村アキコ





# 数字で見る宮崎ひなた暮らし

Part. 1

## いい子どもが育つランキング 第2位!!

順位	都道府県	評点
1	秋田(2)	65.8
2	宮崎(1)	63.3
3	山梨(3)	57.0
4	埼玉(7)	56.4
4	広島(19)	56.4

共立総合研究所 2014年  
( )は前回調査(2010年度)の結果です。

## 全国一物価が安い!!

順位	都道府県	評点
1	宮崎	96.4
2	群馬	96.4
45	埼玉	101.7
46	神奈川	103.5
47	東京	104.0

総務省 小売物価統計調査(構造編) 2015年

消費者物価地域差指数(全国平均=100)が、3年連続全国一の低さ!  
最も高い東京都は宮崎県に比べ、7.6ポイント高くなっています。  
モノが安いだけでなく、新鮮な海と山の幸が豊富な宮崎。  
やっぱり、美味しく、安いのが一番!!

## 通勤・通学時間の短さ 全国No.1!!

順位	都道府県	評点
1	宮崎	19分
2	大分	20分
45	千葉	39分
46	埼玉	41分
47	神奈川	44分

総務省 社会生活基本調査 2011年 ※週全体・総平均15歳以上

宮崎県内での通勤・通学時間の平均は19分!!  
最も長いのが神奈川県内の44分で、宮崎県はこの半分以下!!  
その差は、1年間で約150時間に!!

## ひなた指数総合1位!!



ひなた指数とは「快晴日数」「平均気温」「日照時間」の3つの指数を総合的に比較したもので、宮崎県独自の指数です。  
宮崎県は、快晴日数、平均気温、日照時間の全てがトップクラスです。

## 東京まで90分・大阪まで65分

空港から市中心部まで、電車で10分・車で15分

- 東京(羽田)-18往復/日(片道約90分)
  - 名古屋(中部)-3往復/日(片道約70分)
  - 大阪(伊丹)-11往復/日(片道約65分)
  - 大阪(関西)-1往復/日(片道約65分)
  - 福岡-13往復/日(片道約50分)
  - 沖縄-1往復/日(片道約90分)
  - ソウル(仁川)-3往復/週(片道約100分)
  - 台北(桃園)-2往復/週(片道約120分)
  - 香港-2往復/週(片道約180分)
- ※H28.12.3~H29.3.25は4往復/週



# TOPIC I

## くらべてみました! オトナの DAREYAMI TIME!

### 宮崎

ディナー  
11,123円/月

同僚と2時間カラオケ!  
1,170円

タクシーで帰宅  
2,009円



### 東京

ディナー  
21,073円/月

同僚と2時間カラオケ!  
1,598円

タクシーで帰宅  
2,756円

一世帯あたりが1か月に支出した外食費(一般外食)  
総務省 家計調査 2015年  
(二人以上の世帯のうち勤労者世帯)

ルーム料金+カラオケ料金(飲食代を除く)(平日料金)  
小売物価統計調査 2015年

8km 15分 乗車した場合(宮崎駅からシーガイア間)  
全国ハイヤー・タクシー連合会 2017年



だれやみとは...

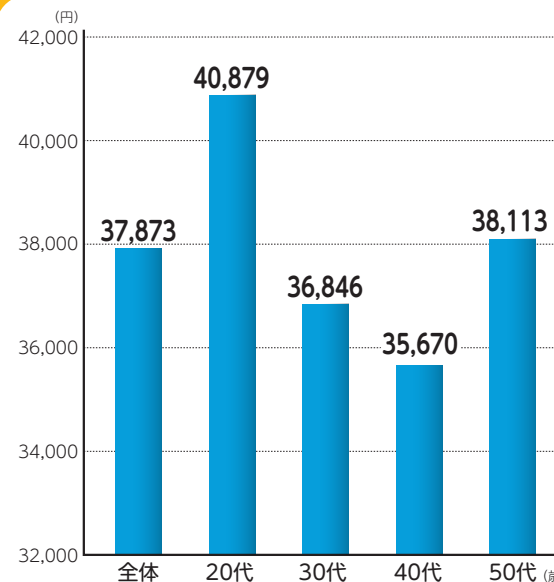
宮崎弁で、「疲れた」を「だれた」といいますが、そのだれをやめる(止める)ために一杯呑むことを「だれやみ」といいます。



	宮崎	東京
初乗り運賃	560円 (1.5kmまで)	410円 (1.052kmまで)
加算料金	359mごとに80円	237mごとに80円

# TOPIC II

## 社会人のお財布事情【全国版】



### 【社会人のとある1日の支出】

- (35歳サラリーマン男性・喫煙者の場合)
- 朝~コーヒー...¥120
  - たばこ...¥420
  - 昼~ランチ...¥587
  - 夕~飲み会...¥5,102(1次会のみ)

1日の支出の合計が、6,229円

30代のお小遣いの平均額が36,846円だから...  
1日飲み会があると大きな出費になるね!



サラリーマンのお小遣い調査 新生銀行 2016年



# 宮崎生まれ、宮崎育ちの私がある日突然…!?



## 宮崎生まれ、宮崎育ちの私

作：東村アキコ

<p>宮崎で生まれ 宮崎でのびのびと 育ち…</p> <p>宮崎の高校を卒業して 地元で就職</p>	<p>職場で知り合った ダンナさんとの間に ベビーも産まれて</p> <p>働くママとして 忙しくも楽しい日々を 送っていました</p>	<p>えっ</p> <p>東京!?</p>	<p>そうやとよ!! 急な転勤で</p> <p>夫婦一緒に 東京支社に 配属じゃ!!</p>
<p>えーっ あたし東京 なんて昔 ディズニーランド に行ったきり</p> <p>大丈夫って きっと 楽しいが</p>	<p>てげラッキー オレ 秋葉でアイドルの 握手会行ってみたかっ とよねー</p> <p>出た アイドル オタク</p>	<p>まああたしも おしゃれな街で おいしいスイーツの あるカフェ巡りとか してみたかったし</p> <p>東京ライフ 一度はやって みたかったわ</p>	<p>よっしゃー 行くぞ東京 !!!</p> <p>パパ</p>
<p>そして始まった 東京ライフ…</p> <p>わー お店いっぱい 刺激だらけ ーっ たのしい ーっ</p>	<p>いやしかしさすが東京 家賃がものすごい 値段…絶対ムリ 月13万なんて</p> <p>不動産 13.4%</p> <p>うち社宅で よかった~</p>	<p>物価も高いなー 宮崎産のきゅうりが 3本で200円とは</p> <p>子育て 環境!!</p>	<p>そして一番 きつのが</p>

<p>保育園は なかなか入れないし 順番待ちしてる間 民間の託児所に あずけるハメになる とは…</p> <p>はあーっ</p>	<p>宮崎と違ってお金かかる から車も持っていないし 移動は電車かバス</p> <p>宮崎なら 車でラクラク 移動だったのにー</p>	<p>でもダンナさんは すっごく楽しそう</p> <p>お店も 映画館もたくさんあるし マイナーなやつもやってるし コンサートもイベントも 毎週あちこちで目白押し</p>
<p>私もおしゃれな カップケーキ屋さんとか…</p> <p>激安の ファストファッションの お店でお買い物 したり</p> <p>楽しいことも いっぱいある♥</p>	<p>でもずーっとここで 暮らすのは</p> <p>現実的じゃない かもしれないなー</p>	<p>だって宮崎のお父さんと お母さんが年取ったら</p> <p>あたしたちが 頼りだろうし…</p>
<p>もちろん東京じゃないと できないこともたくさん あるし</p> <p>東京じゃないと 叶えられない夢も あるだろうけど</p>	<p>どちらを選ぶかは 人それぞれだけど</p>	<p>ただいまー</p> <p>聞いて聞いて 今日渋谷でも〇クロ のゲリラライブが あって うちわ もらっ ちゃった</p>
<p>宮崎で子育てしやすい 環境のもと、家族で楽しく 暮らしていくっていう夢も あるよね…</p>	<p>私には宮崎の 暮らしが合ってる のかな~</p>	<p>パパは東京暮らし が合ってる みたいでちゅね</p> <p>明日はあなたか 子育ての箱よ…</p>



# 数字で見る宮崎ひなた暮らし

Part. 2

## 健康寿命 全国No.3!!

順位	都道府県	評点
1	山梨	74.15
2	静岡	73.87
3	宮崎	73.56
4	福井	73.53
5	茨城	73.46

「日常生活に制限がない」と感じている期間(年)の調査結果で、宮崎県は全国3位に!!

「日常生活に制限のない期間の平均」と「日常生活に制限のある期間の平均」の全国と都道府県の推定値  
厚生労働科学研究費補助金「健康寿命における将来予測と生活習慣病対策の費用対効果に関する研究」2013年

## スポーツ行動者率 全国NO.1!!

順位	都道府県	評点
1	宮崎	15.9
2	鹿児島	15.3
3	徳島	15.2
4	栃木	14.9
5	広島	14.5

日曜日のスポーツ行動者率が全国1位!「スポーツランドみやざき」は、さまざまなスポーツのキャンプ地としてだけでなく、日常的にスポーツができる環境も整備されています!

### 主なキャンプ実績

(H28春季:1月~3月)

- ◎プロ野球 7球団
- ◎Jリーグ 22チーム

総務省 社会生活基本調査 2011年  
(日曜日・総平均10歳以上)



KIRISHIMAサンマリナススタジアム宮崎



宮崎観光情報旬ナビ サイト



また、宮崎は海も山も自然がたくさん!!  
県内の観光情報やキャンプ情報は、ここでチェック!!

## 「夫婦の幸せ度」全国トップクラス!!

順位	都道府県	評点
1	鹿児島(3)	632.0
2	宮崎(1)	631.7
3	東京(1)	630.5
4	沖縄(4)	627.3
5	高知(10)	619.0

QOM=クオリティ・オブ・マリッジ=結婚の質について全80問、1,000点満点で回答。  
宮崎県は、過去2014年~2015年の2年間は1位でした。

パートナーエージェンシー調査 2016年

( )は昨年の順位です。

## TOPIC III

### 家賃(1LDK)や駐車場代の比較



宮崎・東京編



1LDKのアパートの家賃は、東京は、宮崎の2.27倍!  
土地代が高いということは、駐車場料金も高くなります。

◎駐車料金  
平日昼間の時間貸し料金  
宮崎206円/時、東京563円/時

小売物価統計調査 2015年

※NEXT HOME'S HP 「東京都の家賃相場」「宮崎市の家賃相場」より\*1  
\*1 小売物価統計調査年報 2014年 一坪(3.3㎡)あたりの家賃…東京8,704円、宮崎3,831円

# 2.27倍の差

## TOPIC IV

### 子どもの教育にかかる費用の比較



宮崎・東京編



全国平均  
13,387円



【教育費に含まれるもの】  
・授業料等  
・教科書・学習参考教材  
・補習教育

1か月で約1万円の差があるね。

# 1か月1万円の差

総務省 全国消費実態調査 教育費 2014年(二人以上の世帯)



# Uターンの目

都会にあこがれて一度は故郷を離れたものの、結婚や会社の事情等様々な転機が訪れ、宮崎へのUターンを決意しました。愛知での暮らしも人間関係も、決して悪いものではありませんでしたが、生まれ育った宮崎県は、生活環境もよく住みやすい場所だと、故郷を離れてみて感じました。



24歳の時に、事業縮小による部署異動を断り、宮崎へのUターンを決意!! 「生物つながり」で酒造メーカーに転職。  
現在は、焼酎製造と並行し国内外から脚光を浴びる「宮崎キャビア」の生産に携わる米良さんの現在までの軌跡をご紹介します!!



井上酒造株式会社 製品課係長  
キャビア事業統括 **米良 雅博さん**

- 18歳 国家公務員試験失敗。愛知県の紡績会社バイオ事業部に就職。
- 19~23歳 植物の組織培養、胡蝶蘭栽培、シタケの組織培養に従事。趣味のバレーボールにも熱中! 毎週3カ所のチームで仕事後に夜間練習。
- 24歳 紡績事業悪化によりバイオ事業部廃部。配属転向の打診を断り退社。宮崎に戻ることを決意。井上酒造に就職。
- 25歳 地元消防団入団。青年団/バレーボール全国大会優勝。 **仲間のすばらしさを再認識!!**
- 34歳 日向夏を使ったお酒「日向の夏子」を宮崎県と共同開発。
- 42歳 宮崎県がチョウザメ事業本格化の情報入手。会社に参入を打診。
- 46歳 焼酎製品生産。チョウザメ養殖に従事。
- 50歳 自社焼酎ブランドの確立と増産。キャビア事業の拡大。

# Iターンの目

自分にとって何が大切なのか?それを知るには、いろいろな世界を見ることが重要で、私が気付くきっかけは東日本大震災でした。

# 東京



元小林市地域おこし協力隊 菓子製造業 **瀬尾 絵美さん**

## 東京での生活

7:00 二人の子どもを別々の保育所に預け出社。  
9:00~18:00 仕事  
19:00 満員電車で1時間ほど揺られ帰宅。  
子どもとふれあう時間も少なく、何のために働いているのか分からなくなる。そんなとき震災を経験し、人生を考え直す。  
小林市地域おこし協力隊員募集を知り移住を決意!

## 宮崎での生活

### 新しいことへのチャレンジの連続!!

- 市役所での協力隊のお仕事。
- 子どもに食べさせたい体に優しいおやつemiesの起業。
- 温熱刺激療法イトオテルミーマーの資格を取得。

東京は「チャレンジできる街」との印象もあるけれど、競争率の低い宮崎の方が、チャレンジしやすかった。



	東京	宮崎
子どもと過ごす時間(平日)	3時間	5時間
料理をする時間(平日)	1時間	2時間
子ども二人の共通の友達	3人	30人

がんばれ!



宮崎のわかもの!!

東村アキコ

## 宮崎を出て働く 私からの応援メッセージ

**昔**、漫画家という仕事は、漫画家の先生に弟子入りして互いの技術を高めながらでしかできない仕事で、みんな田舎から東京に出てこないでデビューできない時代でした。

今は、パソコンもFAXもネットもあるので、私は大学を卒業してから2~3年は、宮崎で働きながら漫画の仕事を始めました。そのうち、打ち合わせなんかが多くなって、嫌々ながらでしたが東京で活動することにしました。

**今**は、子どももいるので東京で暮らしてしまっているけれども、これが宮崎だったらどんなに楽だろうなあと年がら年中思ってます。東京は東京で刺激のある街で楽しいけれどもやはり「暮らす」となると宮崎のほうがいいなあと純粋に思います。

宮崎のように恵まれた環境が、全国的にいかにも珍しいかということを私は大人になって知りました。たとえば空港から街までが近いというだけでも貴重だし、食べ物も美味しいし、レジャーもいっぱいある。単に自然がいっぱいあるということではなく、レジャー系の海や山と街がこれほど近いところは他にないと思います。

個人的には、東京は暮らしにくいよ...、仕方なくやっているけれども、全然エンジョイしてません。(笑)ディズニーランドなんかにももうずいぶん行ってません...

**若**いみなさんの夢は十人十色ですが、クリエイターの立場から言わせてもらおうと、今の時代なら宮崎も東京も、パリもロンドンもNYも関係ない。この時代に生まれたことを最大限利用して、自分の進路を突き進んで欲しいと思います!

東村アキコ 宮崎県出身 みやざき大使

宮崎市内の小・中・高校を卒業し、金沢美術工芸大学美術科油絵専攻進学。大学卒業後、宮崎市内で会社員生活の傍ら、漫画の創作活動を開始。現在は、東京で執筆活動中。

### ◎主な受賞歴◎

このマンガを読め! 2009 1位『ママはテンバリスト』 2008年  
マンガ大賞2015 1位『かくかくしかじか』 2015年  
第6回ananマンガ大賞 大賞『東京タラレバ娘』 2015年 (現在日本テレビで放送中)  
第19回文化庁メディア芸術祭マンガ部門 大賞『かくかくしかじか』 2015年





1



2



3



4



5



6



7



8



9

## 平成28年度宮崎県高等学校総合文化祭 写真部門出品作品

- ①甲斐田 実希(富島) ②日高 千秋(宮崎農業) ③井上 結花(大宮) ④綿屋 奎杜(大宮) ⑤戸高 朝海(宮崎農業)  
 ⑥喜多林 直(延岡商業) ⑦藤井 陽南乃(延岡商業) ⑧佐伯 妃袈(高鍋) ⑨坂本 琴実(富島)

# ひなたのチカラ。

あなたにとって大切なことは何ですか？

発行: **宮崎県** 〒880-8501 宮崎県宮崎市橋通東2丁目10番1号  
TEL 0985-26-7105 FAX 0985-32-3887

企画: 宮崎県雇用労働政策課・株式会社宮崎銀行 制作: グレースランド



宮崎の企業情報250社掲載!!  
[WAKUWAKU Work!  
宮崎2016]  
宮崎県



ワークライフ情報WEB・  
アプリ「20do」  
宮崎市  
20do

