



ミウラで、心地いい暮らし =「バランスライフ」を。

三浦市の夏は、都内より涼しい*。

冬も、海風の恩恵で
都会よりもあたたかく感じます。

ところで、
あなたが移住を考えると、何を優先しますか？

田舎暮らしへの憧れ、土や海がそばにある生活？

反対に、買い物便などの都市機能はほしいし、
今の仕事は辞められない、などなど、
多様な悩みと決断が必要になる場合が
ほとんどでしょう。

だけど、何か決断して何かを削るって、相当難しい。

三浦市なら、
そんなことに悩まずに済むかもしれません。

自然、人、行政／商業施設、都市／勤務先へのアクセス。

すべての距離感が、ちょうどいい。

つまりそれは、
心と身体のバランスがうまく調和した暮らし。

極端に「自然だけ」「都会だけ」にとらわれない、
「いいとこどり」の暮らし。

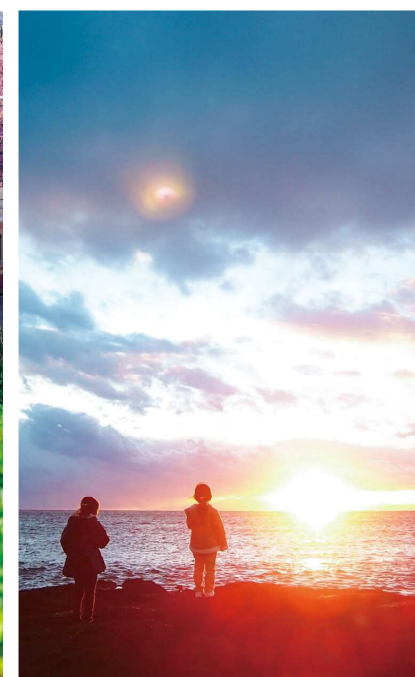
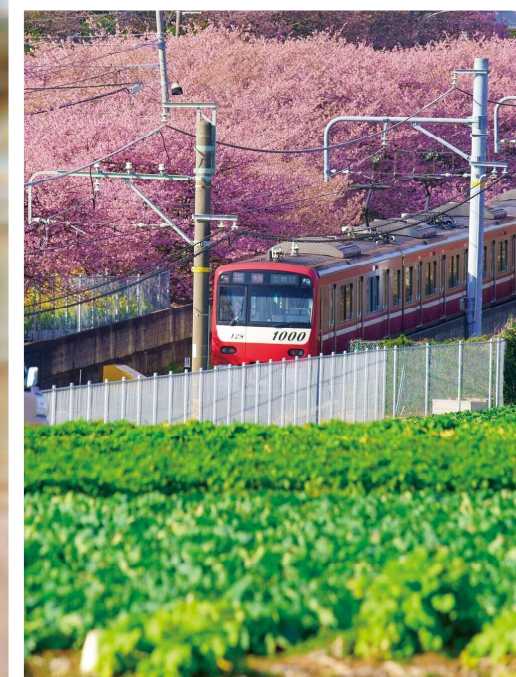
心地よい距離感で、
ONとOFFを自分らしく彩る暮らし。

「スロー」でも「ファスト」でもない、
「バランスライフ」。

ぜひこの街を体感してみてください。

*気象庁の年間データより抽出・比較

MIURA



CONTENTS

MIURA AREA MAP [三浦市エリアマップ]	05
スローでもファストでもない！ ミウラの心地よい「バランスライフ」	07
MIURA SIDE STORY [三浦で紡ぐ、新しい物語]	09
STORY 1 子育て家族	11
STORY 2 起業家	15
STORY 3 漁師・保育士・農家	19
特別インタビュー ミウラでスタートアップ	21
三浦ツナ之介に聞いてみました！	23
三浦市民リアルボイス	24
CLOSE UP 暮らしのインフラ	25
頼れる不動産会社紹介	27
ミウラのミライ	29
みんなのミウラライフ、支えます！	31
BY THE NUMBERS [数字でみる三浦市]	33

MIURA AREA MAP

三浦市 エリアマップ

海と緑だけじゃない。
暮らしに必要なすべてが、
中心地から約3.5km以内に。

--- POINT! ---

- 学校/保育施設/子育て支援施設が充実!
- 大小多くの医院・病院がある!
- 大きいスーパーが7つ、ホームセンターが1つ。
鮮魚と野菜直売所は、数えきれないほど!
- 写真映える素敵なスポットがすぐそばにある!
- バスは利便よく、各方面をめぐっています!

中心地から
約3.5kmライン

三方を海に囲まれている三浦市には、
大小の海岸や砂浜がたくさん!
日常のすぐそばに海遊びがある暮らしが待っています!

こちらからCheck

三浦での暮らしの様子はInstagramから



MAP内の白色部分は、
住居エリアです。

三浦地区では、キャベツ畑や
大根畑越しに富士山が見えます。
知る人ぞ知る、絶景スポットです!

Photo Spot!

教育機関は、小・中・高
合わせて12校!
どの学校も住居から
ほどよい近さにあります!

小網代の森
面積は約70ヘクタール!
関東で唯一、多様な生態系が
丸ごと残る貴重な森です!

三浦は観光やグルメが充実。
わくわくする出会い、
きっとたくさん!

市内には、多くのスーパー、鮮魚
店や野菜直売所、マルシェまで!
とにかく買い物便が充実してい
ます!

もっと詳しく知りたい!

施設の詳細は **P 25** **GLOSE-UP** **暮らしのインフラ** をチェック!

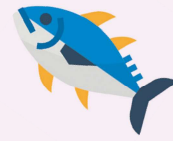
①~⑥をもっと詳しく知りたい!

三浦市に詳しい不動産会社さんです。

詳細は **P 27** **不動産会社紹介** をチェック!

有名な三崎マグロをはじめ、
おいしい魚介類がたくさん！

三崎マグロを筆頭に、旬のおいしい魚介類が身近に！新鮮な海の恵みを日常で味わえる、贅沢な暮らしがあります。



ゆっくりとした時間が流れる港町、三崎。昭和の面影を残す路地と海の気配が日常に寄り添うこの街なら、穏やかで人情味あふれる暮らしが叶います。

喧噪を離れた
静かでレトロな街並み！

心地よさ03

すぐそばにある 小旅行感



三浦市って、
こんな街！

スローでもファーストでもない！

ミウラの心地よい「バランスライフ」



旧市街の風景や坂、伝統的な祭事。畑の広がる丘陵越しには、透明度の高い海が見えます。心躍る景色が、日常のすぐそばに。



日常で出会う、
フォトジェニックな風景

磯遊びに海水浴！
SUPにボートに釣三昧！

三方を海に囲まれた三浦市。雄大な景色とともに、豊富なマリナーアクティビティが体験できます。海の近くで、好奇心と安らぎに満ちた暮らしが楽しめます。



都会へのアクセスと、田舎暮らし。買い物便と、自然あふれる三浦市は、このように相反する「こんな暮らしならいいな」



充実の生活環境！

観光名所×自然環境×生活環境の良好なバランス！

海がある、緑があるだけなら他の街にもあります。暮らしに重要なのは、住民が日常で使う施設、買い物の便が充実しているかどうか。三浦市には中心地から約半径3.5km以内に、スーパーが7つ、鮮魚店や野菜直売所は無数、大きな病院が点在！観光地や自然がすぐそばにあるのに、日常の買い物に困らない。日本のどの街でもなかなか無いのでは？

心地よさ01 気候

海と太陽がもたらす、
夏も冬もやさしい暮らし。

三方を海に囲まれた三浦市は、海洋性気候により夏は都心より涼しく、冬は暖かいのが特長。さらに日照時間も長く、四季を通して穏やかで、心地よい暮らしが続きます。

※気象庁データ調べ

1日の日照時間は、東京都よりも
月平均で約10時間長い！

2025年8月の
猛暑日数(35℃以上)



2026年1月の
平均気温



都内に比べて
猛暑日が
圧倒的に少ない！

都内に比べて
平均1.2℃
あたたかい！

✓ CHECK!

海洋性の温暖な気候で育つ、
三浦のブランド野菜たち！

スイカや大根、キャベツにメロン！三浦ブランドを冠した野菜や果物のおいしさは、海沿いの温暖な気候による気候条件が一因となっています。たくさんの直売所もあるので、ぜひご賞味ください！

乗換え無し！
座って行ける、首都圏通勤

品川まで電車で約75分！車でも約70分！

心地よさ02 生活利便

電車での移動なら

- 三崎口駅から京急本線「品川」駅まで約75分
- 三崎口駅から京急本線「横浜」駅まで約50分
- 三崎口駅から京急本線「横須賀中央」駅まで約25分

車での移動なら

- 三崎口駅から品川駅まで約70分
- 三崎口駅からみなとみらい出入口ICまで約45分

バスでの移動なら

- 三崎口駅から三崎港まで約15分

レンタサイクルでの移動なら

- 三崎口駅から三崎港まで約18分
- 三崎口駅から三浦海岸まで約11分



MIURA SIDE STORY



1 | [» P.11](#)

家族の時間が
どんどん豊かになっていく。

子育て家族
石川さんご家族の移住ストーリー



2 | [» P.15](#)

夢を叶えたこの三浦が、
私の生きていく場所になった。

起業家
菊地さんの移住ストーリー



3 | [» P.19](#)
ジモト民からの
メッセージ

ここには、安心できる
“いつもの人たち”がいる

漁師・保育士・農家
三浦ってどんなトコ？

三浦で紡ぐ、新しい物語

海と畑に囲まれたこの街で、
それぞれの人生が静かに、でも確かに動いています。

子どもと過ごす時間を大切にしたい家族。
三浦だからこそ実現できた挑戦を続ける起業家。
新しい人を迎え入れ、まちをつないできた地元の人たち。

三浦を舞台に新しい一歩を踏み出した人々と、温かい地元民(=以下ジモト民)を紹介します。

INTERVIEW

家族の時間が

どんどん豊かになっていく。

「家族の人数に合った自分たちの家で、のびのび暮らしたい」。この思いが移住を考えさせたきっかけだった。



四女：あいらちゃん
小1・7歳



五女：えまちゃん
年少・3歳

長女：凜さん
中2・14歳

次女：芽生ちゃん
小6・12歳



夫：石川 良さん
49歳

妻：あかねさん 47歳

三女：京ちゃん
小4・10歳

ズバリ！！私たちの移住の決め手

移住のきっかけづくり
三浦市トライアルステイ

「妻にとっては全く知らない土地。私自身も都心まで通勤できるか心配でしたが、お試し居住体験が不安を解消。実際に暮らしてみても、ここなら家族でやっていると確信を持ってました」

STORY 1
子育て家族

石川さんご家族の
移住ストーリー

遠足のバスから見た景色が忘れられず

東京都武蔵野市に家族6人で暮らしていた石川さん一家。子どもが増えるにつれ、家族の人数に合った広い家でのびのび暮らしたいという思いが強くなったという。三浦市との出会いは、ご主人の良さんが小学生の時の遠足。城ヶ島へ向かうバスの窓から見た風景にすっかり心を奪われた良少年。移住を考え始めた時に思い出したのが、あの時の景色だった。

憧れ止まりだった
三浦暮らしが鮮明に

平成29年、妻のあかねさんは4人目のお子さんを妊娠中。「突然」明日から1ヶ月三浦に

行ってくる」と言われ、何の話？という感じでした」と当時を振り返る。良さんのトライアルは三浦にある一軒家でスタート。そこから当時勤めていた新宿の会社に通い、週末は家族を呼んで一緒に過ごした。バスの窓から見た憧れは1ヶ月の暮らしを経て、良さんの中で確かな未来図へと変化。それでもまだ家族の賛成を得られないまま、不動産サイトでの物件探しが3年ほど続いた。そしてついに今の家に出会う。見た瞬間、ここだ！と確信したという良さん。「私はどちらかというと夫を止めるつもりでついて行っただけです（笑）でも実際に見たら気に入ってしまっ」とあかねさん。そこからはあつという間で、子どもたちの進学のタイミングに合わせて学校



の手続きを済ませ、引っ越してきたのは新学期が始まる1週間前だった。

変化に富んだ毎日が送れる家

良さんの長年の夢を叶えた石川邸。まず目に飛び込んでくるのは、門のようなフォルムのアパート。実はこちら、石

川さんが経営する賃貸アパートで、ここを購入する際に前のオーナーから引き継いだそう。このゲート型アパートの奥に秘密基地のような風貌で現れるのが石川邸だ。広い庭とDIYができる作業場、家の裏には池まであり、ワクワクが止まらない。とにかく広いのが気に入ったというその敷地はなんと828坪。家庭菜園やピオトープ、夏には庭でテントを張ってキャンプもできるという。

覚悟はいらない。
エイツと動いただけ

当初は不安の方が大きかったというあかねさんに移住を決めた思いを聞いてみると、意外な答えが返ってきた。「覚



BEFORE&AFTER

移住前と後の
休日に子どもと過ごす場所/
遊び方の変化

BEFORE

- アパート前の車通りが少ない道で近所の子どもたちと遊ぶ
- 徒歩圏内のスーパーを巡りちょこちょこ買い
- 近所にある公園のどこかで遊ぶ
- 家でテレビ
- あかねさんの実家に宿泊

素敵な雑貨屋さんやカフェ、憧れのレストランなどが徒歩圏内の日常。

AFTER

- 家の庭でBBQや花火・プール遊び
- ペイシアやエイビィで週1まとめ買い
- 自宅の畑で土にまみれる（泥んこ遊びになること時々）
- 自宅やアパートをDIY
- 海遊びや磯遊び
- 家でテレビ

週末に観光の方が集中するスポット以外は人混みとは無縁で、海や天気が良ければその海の向こうに富士山が見え、土や自然がすぐそばにある日常。

MODEL CASE

1ヶ月のお財布事情

1ヶ月の家計簿	
食費	150,000円
住宅費	ほぼ0円
通信費	約30,000円 (携帯5台・ネット・固定電話・ケーブルTV)
光熱費	約30,000円 (プロパン・水道・電気)
ガソリン代	約15,000円 (月500km走行)
教育・習い事	100,000円 (フラダンス・塾・そろばん・通信教育)
TOTAL	325,000円

住宅ローンは、賃貸収入でほぼ相殺！

都心と比べて土地や家も現実的な価格帯。生活コストを抑えられた分、家族の時間や子どもの経験にお金と心の余裕を回せるように。

石川さんご家族の ON OFF お仕事DAY お休みDAY

5:30

起床



6:00

庭の水やりは、
パパの日課です！



6:30

新横浜の職場へ。最寄駅の三崎口駅
までは毎朝バイクで通勤。



20:00 帰宅



20:15

子どもの仕上げ歯磨きは、
親子の大事なふれあいタイム。



20:30

下の子どもたちを寝かせて、
夫婦で語らうひと時♪

気がつけば
大人も子どももいつものびのび。
これが我が家の
「三浦暮らし」です

他の移住者インタビューは
こちら!!



過ごし方が変わって、ゆとり
が生まれた

三浦に越してから、ご主人は
新横浜の外資系企業に転職。
子どもが風邪を引いた時な
どはリモートにできるので
気持ちにゆとりができたとい
う。妻のあかねさんは週に
数日、近くのキャンプ場でア
ルバイト。5人姉妹と一緒に
フラ教室にも通う。転校当初
は馴染めるか不安だったとい
う長女の凛さんと次女の
芽生ちゃんだが、「クラス数
が少ないから卒業までには
全員が友達になってる」と笑
顔で話してくれた。

MIURA's BEST SPOT



庭でハンモック

ハンモックに身を任せて、た
だ風を感じる幸せ。夜には満
天の星も！

MIURA's BEST SPOT

和田長浜海岸

石川邸から車で5分。夏には
SUPで沖に出てシュノーケリ
ングをしたり、釣りをするの
もここでは何気ない日常だ。



8:00

夫婦でのんびり朝ごはん。
子どもたちはみんなでパンケーキ作り！



9:00

夫婦でDIY。家にある
井戸は夫婦の手作り



12:00

天気の良い日は、なんと庭でピクニック！



13:00

庭で思い切り遊べる
のもこの家ならではの。
鉄棒は子どもたちの
お気に入り。



18:00

家族でのんびり
TV時間。



Off

— お休みDAY

次の休みは、どこを塗ろうかな？
休日は夫婦揃ってDIYが定
番。ペンキだらけのつなぎ姿も
板についている。アパートの住
人たちとも仲良しで、家に招い
て一緒にお酒を飲むことも。子
どもたちのお気に入りには庭での
ピクニック。車で5分ほどの長
浜海岸（なはま）での貝拾いも楽
しい。雨の日の楽しみは洋裁と
いう良さん。越してきてからロッ
クミシンを買ったところで、「三浦
に来てからやりたいことがどん
どん増えているみたい」と笑う
あかねさんも何だか嬉しそう。

夢を叶えたこの三浦が、

私の生きていく場所になった。

人と人が自然と助け合える関係が、この街にはある。



菊地 未来さん 36歳

STORY 2
起業家

菊地さんの
移住ストーリー

三浦を愛する人々と、
美味しい野菜たち

「温暖な気候が育む美味しい野菜。そしてこの土地の良さを知り楽しむ人々。それら両方が三浦という場所に私を引き寄せたんだと思います」

ズバリ！！私の移住の決め手

運命を変えた「菊地未来さん」
との出会い



「あるべ」で働きつつ、月に2回トライアルキッチンで自分の店もオープン。二拠点生活を1年ほど続けるうちに、「やりたいこと」が少しずつ見えてきた。そのタイミングで「あるべ」を引き継ぐ話が持ち上がる。「これは人生の転機になるかも」と感じ、ついに三浦市への移住を決意。この決断が、のちに自分の店を持つ夢の土台となった。



せたスタイルでお弁当を提供している。「それぞれ」というお店の名前には、そんな菊地さんの想いが込められている。

起業を後押ししてくれた、
魚常荘のオーナーとの出会い

移住後、菊地さんは三浦から三浦海岸のシェアハウスへ引っ

越し。その大家さんが魚常荘のオーナーだ。自分の店を持つとうと奮闘する菊地さんの挑戦を受け止める形で、オーナーは店を改装。シェアスペースの運営管理を兼ねて、この一角を借りている。「このご縁がなかったら、三浦海岸でお店を持つなんて叶わなかったかも」。その言葉に、菊地さんがこの場所で店を続ける理由が詰まっているように思えた。

外から来たかどうかではない、
三浦暮らしを共に楽しむ関係

市内に沢山ある直売所を回るのが菊地さんの毎日のルーティン。「他では見ない野菜たちに出会えるのが楽しくて」野菜のことを語るその表情からは野菜愛が溢れている。高梨さんとは三



BEFORE&AFTER

移住前と後の
人と関わる時間や経験の違い

BEFORE

- 身近で新鮮な野菜や果物がなかなか買えなかった
- 通勤に時間がかかっていた
- 安定した収入があった
- 職場の方以外の方と話す機会があまりなかった
- 移動手段は電車とバスのみだった

安定はしていましたが、異業種の方や生産者さんとお出会う機会はあまりありませんでした。

AFTER

- 美味しく新鮮な食材が身近に手に入るようになった
- 自営業者として自分のしたいことを形にする喜びを知った
- 尊敬できる起業者にたくさん会えて刺激が増えた
- 近所に知り合いが増えて毎日寂しさはなくなった
- いろいろなお客様に出会うことができた

新しい出会い・経験だけの生活を過ごしています！

MODEL CASE

1ヶ月のお財布事情

1ヶ月の家計簿	
□ 家賃.....	100,000円
□ 食費.....	30,000円
□ 光熱水費.....	40,000円
□ 保険医療費.....	30,000円
□ 交通・通信費.....	20,000円
□ その他.....	30,000円
TOTAL	250,000円

家賃は店舗と自宅を合わせています。それでも、都内にいた時よりも心にも金銭的にも余裕のある生活ができており、日々が楽しいです。

菊地さんの

ON
お仕事DAY

OFF
お休みDAY

好きなことを好きなだけ没頭
することができる環境です。

異業種の人と、食を
絡めたコラボも

前日にメニューを考えながら仕入れた食材で、朝からお弁当の仕込みを開始。時間のかかる工程は前夜のうちから仕込んでおく。日によって配達や移動販売に出ることも。空き時間は、シェアスペース(魚常荘)の利用希望者との打ち合わせや利用率を上げるためのインスタグラム投稿など何かと忙しい。アクセサリや香水のワークショップ、アロママッサージなど、店舗を利用する人との異業種コラボも楽しみの一つだ。

移住して開業・開店した
他の方々の
インタビューはコチラ!



~魚常荘での1日~

6:00

魚常荘のキッチンで
仕込み

9:00

配達準備

11:00

『それぞれ』の店頭でお弁当を販売。
野菜たっぷりでお腹も心も満足

15:00

個別連絡

17:00

物件紹介



Off

— お休みDAY

MIURA's
BEST SPOT

高梨農場の直売店

店内にあるポップには食材の
情報が沢山詰まっております
とって本屋のような場所。



10:00

三浦野菜の師匠、
マサトさんと談笑

12:00

マサトさんの畑で
野菜の観察



13:00

マサトさんの野菜レクチャー

14:00

直売所で買い出し



18:00

魚常荘の
キッチンで試作

起業・創業支援について

三浦市で創業を
検討されている方は
こちら!



移住・定住に関する各種制度については

P.31

三浦市の三浦ライフ
を教えてください!

をチェック!

つつい寄っちゃっ
実家みたいな場所
野菜の仕入れでお世話になって
いる高梨農場のご主人、マサト
さんは大学で野菜園芸学を学び、
出身の農業高校で教鞭をとって
いたこともあり、野菜の事をわ
かりやすく説明してくれる。菊
地さんにとっては野菜の師と仰
ぐ人物。仕入れがない時でも畑
を訪ねて新しい野菜の話を楽し
んだり、見たりする時間が楽しい
という菊地さん。