

「地域働き方・職場改革」自治体向け 勉強会

「地方から流出する若者や女性の視点」



2025/05/14
地方女子プロジェクト代表 山本蓮

自己紹介

出身 山梨県韮崎市

経歴 2021年
内閣府後援 生涯活躍のまち・つる
ビジネスプランコンテスト 特別奨励賞受賞

2022年
C-table株式会社 入社
プロジェクトマネージャー
・Webディレクターに従事

2023年
経産省採択事業「未踏的女子発掘事業GRIT」に
参加し「地方女子プロジェクト」を運営開始

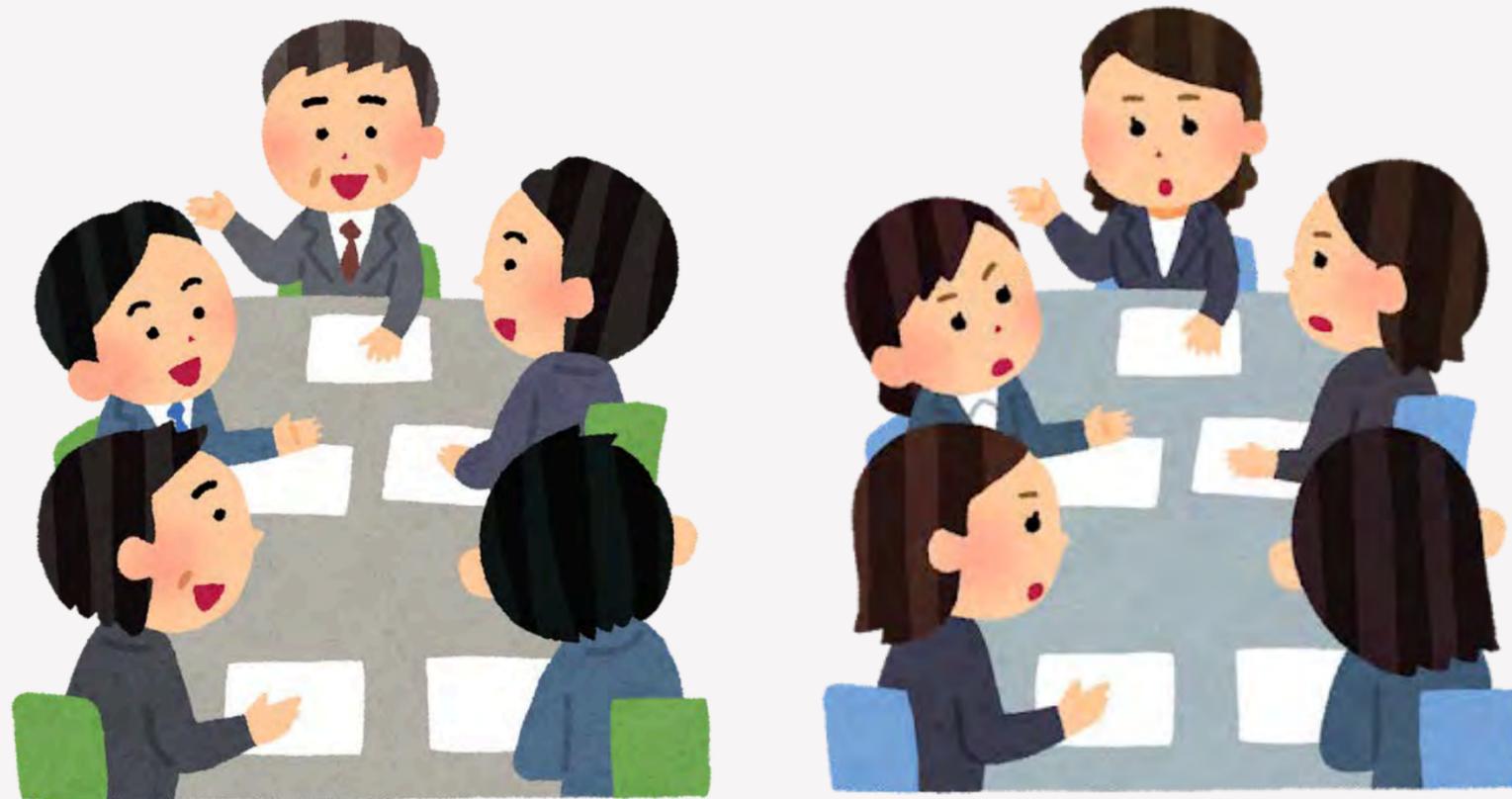
2025年
現在はフリーランスWebディレクター・IT講師



山本 蓮

「地方女子プロジェクト」代表 2

活動立ち上げのきっかけ



就職活動(2021年)で地元の
中小企業のOG訪問時、
女性社員の先輩から

「女性だから」という理由で
希望職種に就けなかった

話を聞き、男女で職種・役職
が異なる実情を知る

→その他の企業も同様の
課題を抱えていた

営業部 営業開発課 — 電話越しにお客様と
→ 営業アシスタント ... 事務 (女性中心)
営業マンのアシスタント・パソコン事務
↓
5年目も同じ 男性中心

視聴者参加型SNSコンテンツ

Listen Up!
地方女子
プロジェクト

とは？

地方女子プロジェクトとは

「地方の女性流出問題」に
当事者へのインタビューで
アプローチし、集めた声を
SNS上で動画で発信する
プロジェクト



募集要項

【対象年齢】 15～39歳

【条件】 以下の①と②にあてはまる方

①地方出身／在住

(ずっと地方に在住、地方から上京した方、
地方移住した方、Uターン、Iターン、Jターンなど)

②女性（トランス女性含む）

ノンバイナリー、Xジェンダーなど

※1. Iターンとは：生まれ育った故郷から離れて、別の地域に移住すること

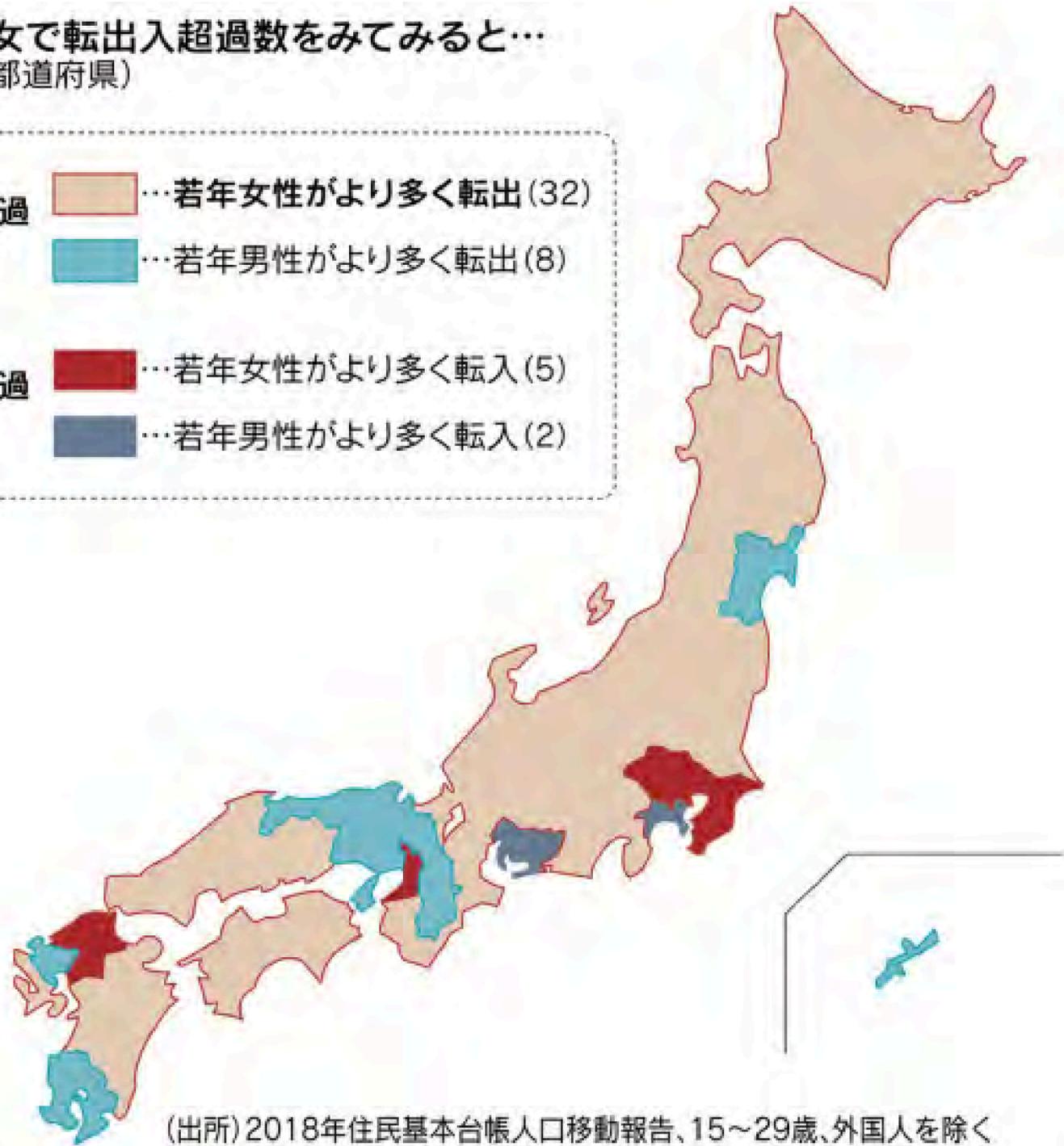
※2. Jターンとは：生まれ育った故郷から離れて暮らしていた人が、故郷に近い地方都市などに移住すること

※3. 当プロジェクトでは、本人のジェンダーアイデンティティ関係なく、社会的に女性として扱われた経験のある方の体験談を集めています。

地方の若年女性 流出問題の現状

地方の若年女性流出問題

若年男女で転出入超過数を見てみると…
(数字は都道府県)



日本では**約8割**の地域から
若年女性が首都圏に流出

この現象が人口減少・地方
衰退の一因と懸念される

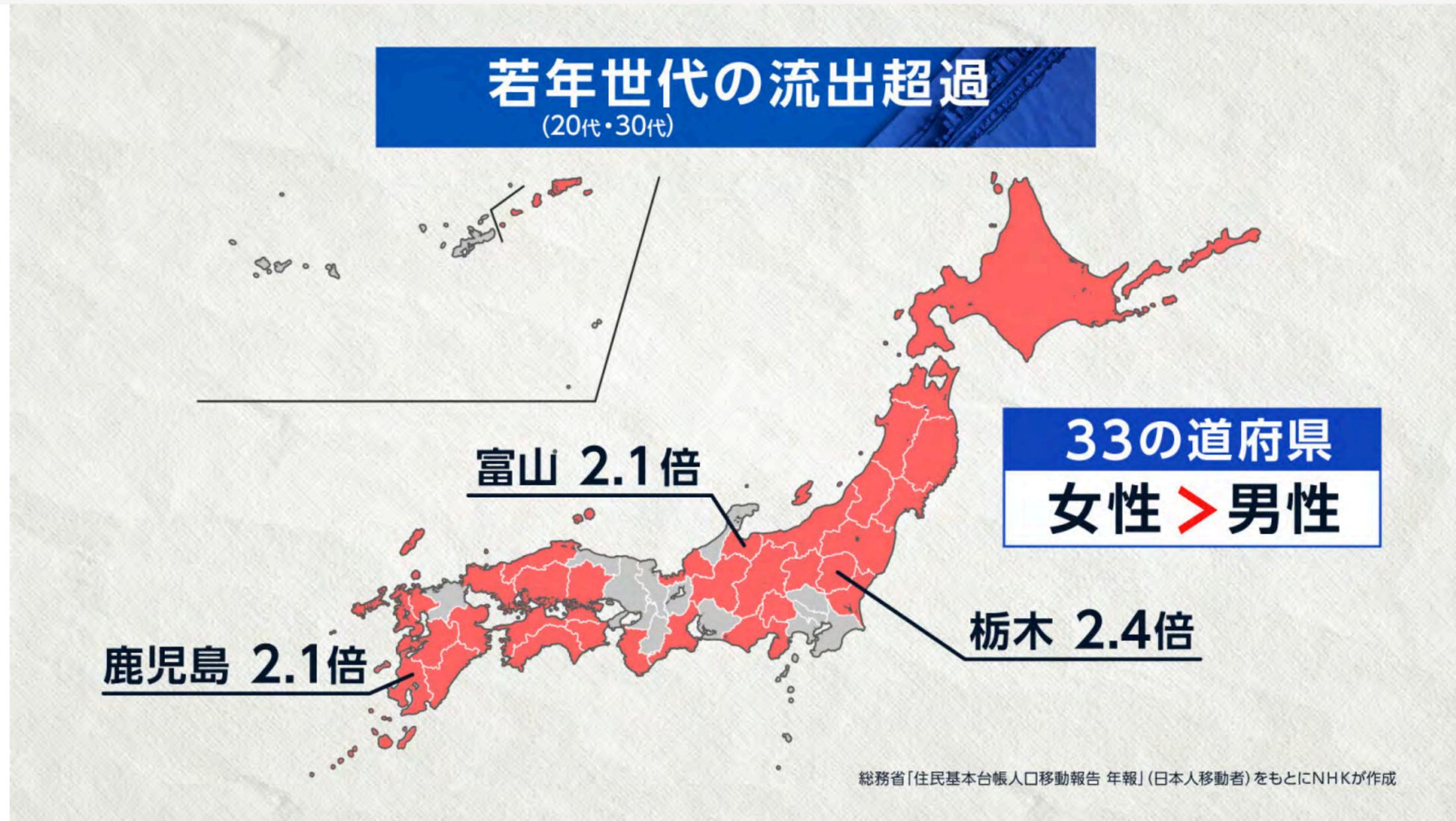
【出典】

若い女性流出 悩む地方 男女比崩れ人口減加速.

日本経済新聞.2019-9-6 15:30

<https://www.nikkei.com/article/DGKKZO49491730W9A900C1EAC000/>

地方の若年女性流出問題



【出典】

2024年6月17日(月)

女性たちが去っていく 地方創生10年・政策と現実のギャップ

<https://www.nhk.jp/p/gendai/ts/R7Y6NGLJ6G/episode/te/LJZ9Y93LN9/>

地方の若年女性流出問題

消滅可能性自治体の定義

2050年までに20代から30代の**女性**が半減し、消滅する可能性がある地域

(人口戦略会議より)



【出典】

2024年6月17日(月)

女性たちが去っていく 地方創生10年・政策と現実のギャップ

<https://www.nhk.jp/p/gendai/ts/R7Y6NGLJ6G/episode/te/LJZ9Y93LN9/>

Uターンの男女比

表2 上京者のUターン率(%)

	男性	女性		男性	女性
北海道	48.3	36.1	奈良県	43.0	54.7
青森県	31.7	22.8	和歌山県	31.5	24.6
岩手県	38.8	> 23.4	鳥取県	28.0	33.7
宮城県	50.1	> 34.0	島根県	44.3	> 19.4
秋田県	23.2	19.2	岡山県	38.5	39.2
山形県	35.9	23.7	広島県	50.3	38.5
福島県	36.0	> 20.2	山口県	45.2	> 27.7
茨城県	50.1	> 29.4	徳島県	44.2	38.7
栃木県	45.0	> 27.4	香川県	40.4	> 25.4
群馬県	34.6	28.2	愛媛県	35.8	27.6
新潟県	34.3	26.0	高知県	37.6	24.1
富山県	33.0	28.5	福岡県	53.1	> 36.1
石川県	48.7	36.2	佐賀県	20.2	21.3
福井県	25.4	17.1	長崎県	31.0	23.5
山梨県	32.5	25.2	熊本県	38.2	24.6
長野県	35.9	27.6	大分県	34.7	30.0
岐阜県	44.6	29.7	宮崎県	37.1	> 20.1
静岡県	45.8	> 25.4	鹿児島県	26.6	35.1
三重県	59.2	> 31.5	沖縄県	38.5	30.3
滋賀県	89.4	> 67.4			

* 1990年生まれ世代の試算値。

* 20歳時点と25歳時点の居住地の対比による。詳細は表1を参照。

* 総務省「国勢調査」より舞田敏彦作成。

【出典】 地方への女子のUターンをはばむものは何か？

2020年8月20日（木） ニューズウィーク日本版

<https://www.newsweekjapan.jp/writer/maita/>

メディアでの報じ方

朝日新聞デジタル > 記事

ジェンダーを考える
Think Gender

地方の人口流出、男女差はつきり 若い女性が東京に向かうワケは

有料記事
篠健一郎 土屋亮 2021年11月2日 6時30分

静岡県の転出超過、全国ワースト4位 若い女性が流出
データが語る静岡2020 (5)

静岡 + フォローする

2020年1月10日 19:04 [会員限定記事]

若い女性流出、悩む地方 男女比崩れ人口減加速

政界Zoom

政治 + フォローする

2019年9月6日 5:30 [会員限定記事]

愛知の20～24歳女性、東京圏へ流出多く 昨年

2017年2月2日 3:00 [会員限定記事]

“消滅する可能性がある”744自治体 全体の4割に 人口戦略会議

2024年4月24日 16時09分

民間の有識者グループ「人口戦略会議」は全体の4割にあたる744の自治体で、2050年までに20代から30代の女性が半減し、「最終的には消滅する可能性がある」とした分析を公表しました。

当事者の背景が見えてこない

当事者抜きでの議論に疑問



これって女性が問題なの？



当事者である女性たちは何を感じているのだろうか？



100人の当事者に話を聞こう！

現在約**101**人に インタビュー



メディア出演



2024年 6月

- ☑ NHK クローズアップ現代
「女性たちが去っていく
地方創生10年・政策と現実のギャップ」
- ☑ 番組史上最多の
コメントが集まる反響

メディア出演



2024年 11月/2025年 1月

NHK あさイチ
「なぜ？地方は女性が生きづらい？」

番組に寄せられた
コメント・FAXは3600件

メディア出演



読賣新聞



AERA

ハフポスト 日本版

「若者・女性に選ばれる地方」に関する車座



話題になった赤澤大臣の発言

「自分たちは産む機械かと」「地方は非常に生きづらい」…指摘に赤澤大臣「大変申し訳ない状況」 少子化の進展は「政策責任者の問題」 若者や女性にも選ばれる地方に取り組む自治体を後押し

4/28(月) 19:53 配信 1459

BSS山陰放送

石破政権の看板政策「地方創生」を実現する柱の一つ「若者・女性にも選ばれる地方」について、赤沢亮正経済再生担当大臣は、女性の役割を決めつけてしまうような状況を払しょくする意識改革が重要だ等と述べるとともに、改革実現に取り組む自治体を後押ししていく考えを示しました。



【出典】

自分たちは産む機械かと」「地方は非常に生きづらい」…指摘に赤澤大臣「大変申し訳ない状況」 少子化の進展は「政策責任者の問題」 若者や女性にも選ばれる地方に取り組む自治体を後押し

2025/04/28 BSS山陰放送

<https://news.yahoo.co.jp/articles/30b01f30e1217d590da5000501c72f103192b58c>

若年女性が 地方から流出する 理由

インタビュー結果の傾向

1. 「やりたい仕事がない」
2. 「結婚・出産の圧を感じる」
3. 「地域の女性役割が息苦しい」

地方ほど女性のあるべき姿が画一化



女性が地方から流出する理由①

やりたい仕事がない

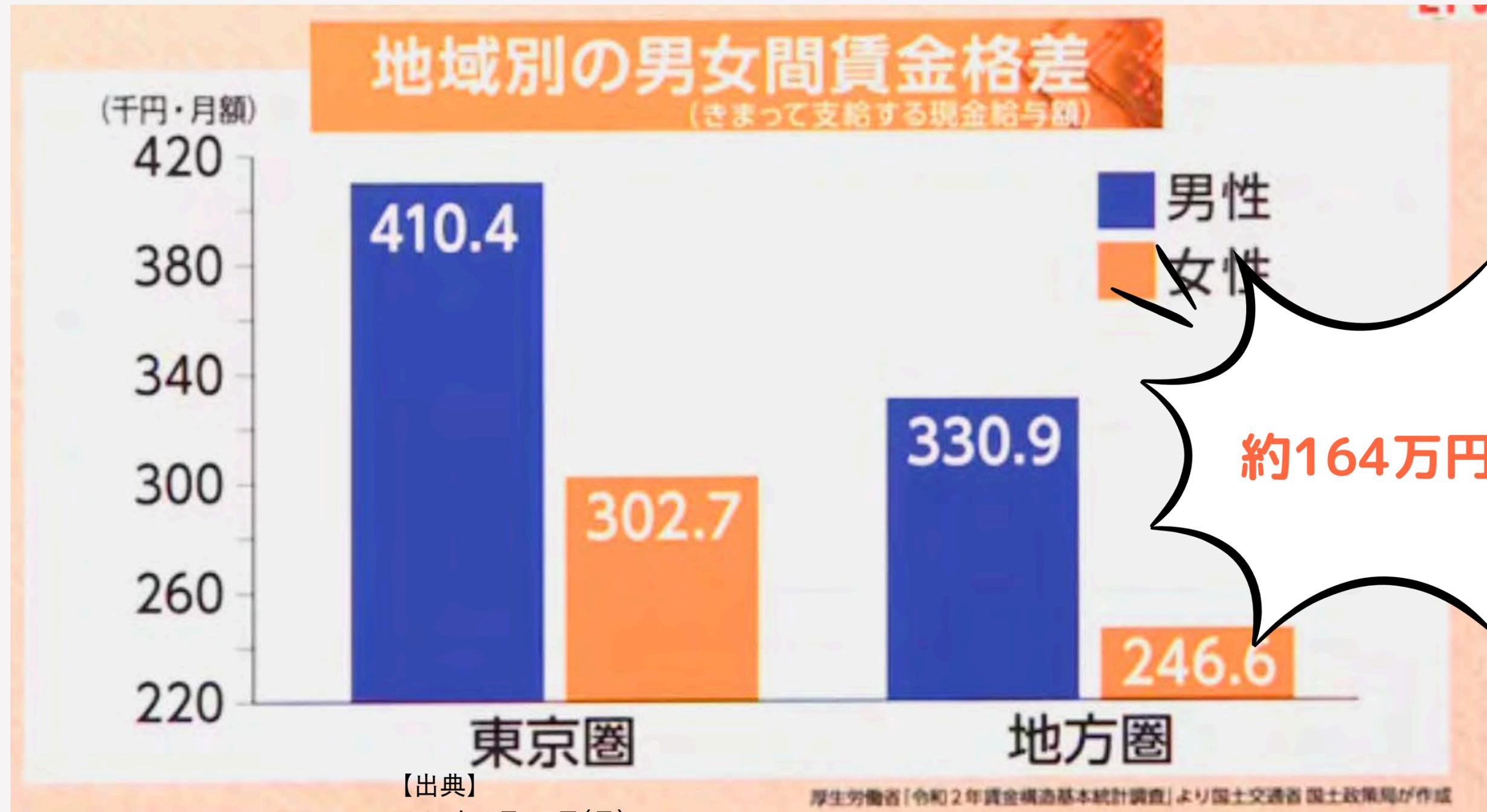
仕事に関する声

- 「上の世代は早く結婚して早く子ども産むって文化があるけど私たちは**仕事頑張りたい人多い**ですよ。」
(30歳・岩手県出身)
- 「今自分がいる業界と地域では**女性の先輩やロールモデルを見かけない**。東京に出たら女性も働きやすい環境があったり女性の先輩がいると思ったら早く出ていきたい。」
(24歳・鹿児島県出身)

仕事に関する声

- **地元は親が働く環境がなく、子育てをするには難しい環境。」**
(35歳・京都府出身)
- 「**地元にある仕事**といえは、**看護師、介護士、保育士、公務員、銀行員、教師、あとはパート**などのイメージ。
そこに自分がやりたいと思える仕事はなかった。」
(25歳・宮崎県出身)

地方×男女の賃金格差

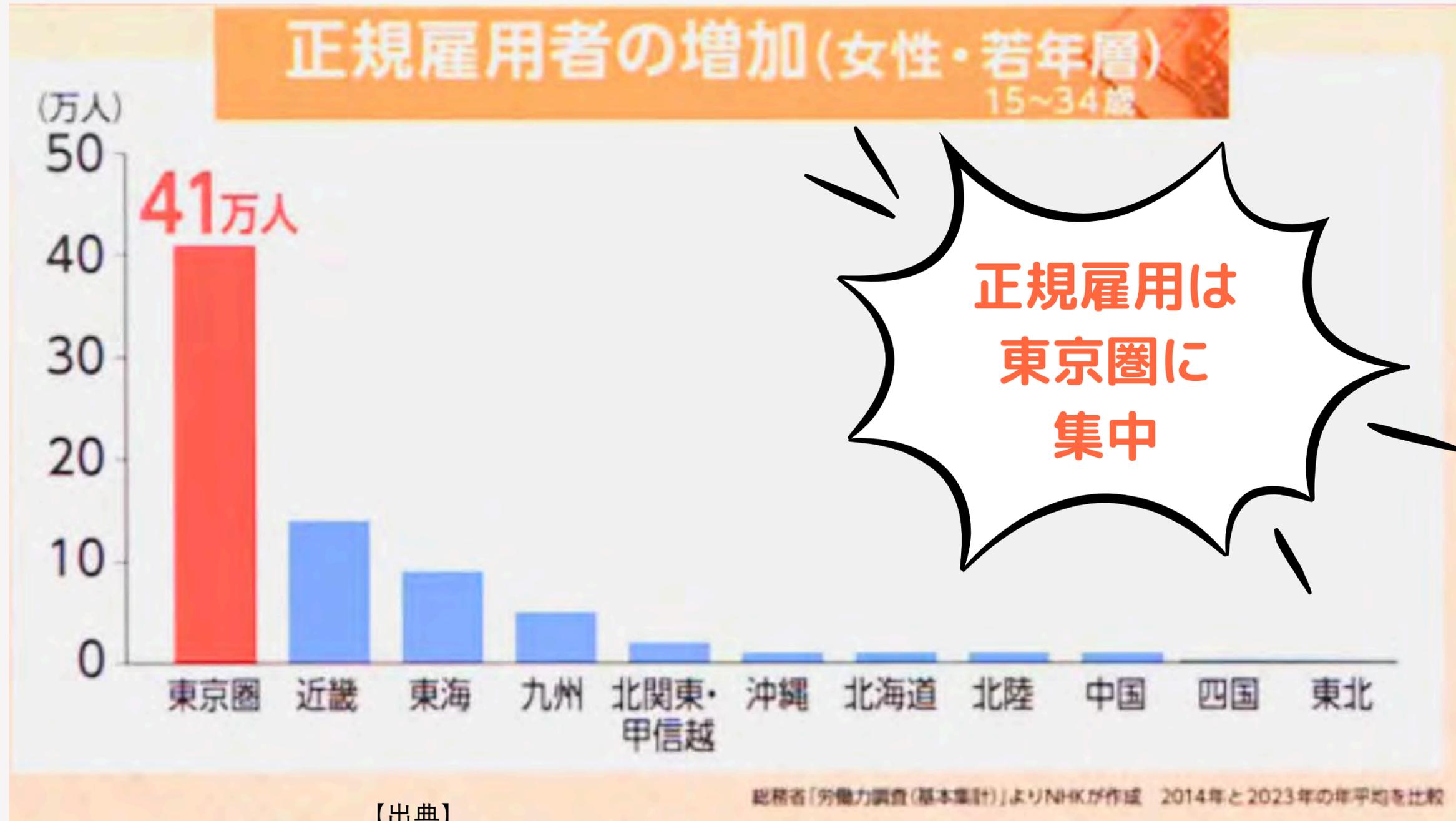


2024年6月17日(月)

女性たちが去っていく 地方創生10年・政策と現実のギャップ

<https://www.nhk.jp/p/gendai/ts/R7Y6NGLJ6G/episode/te/LJZ9Y93LN9/>

地方×男女の賃金格差



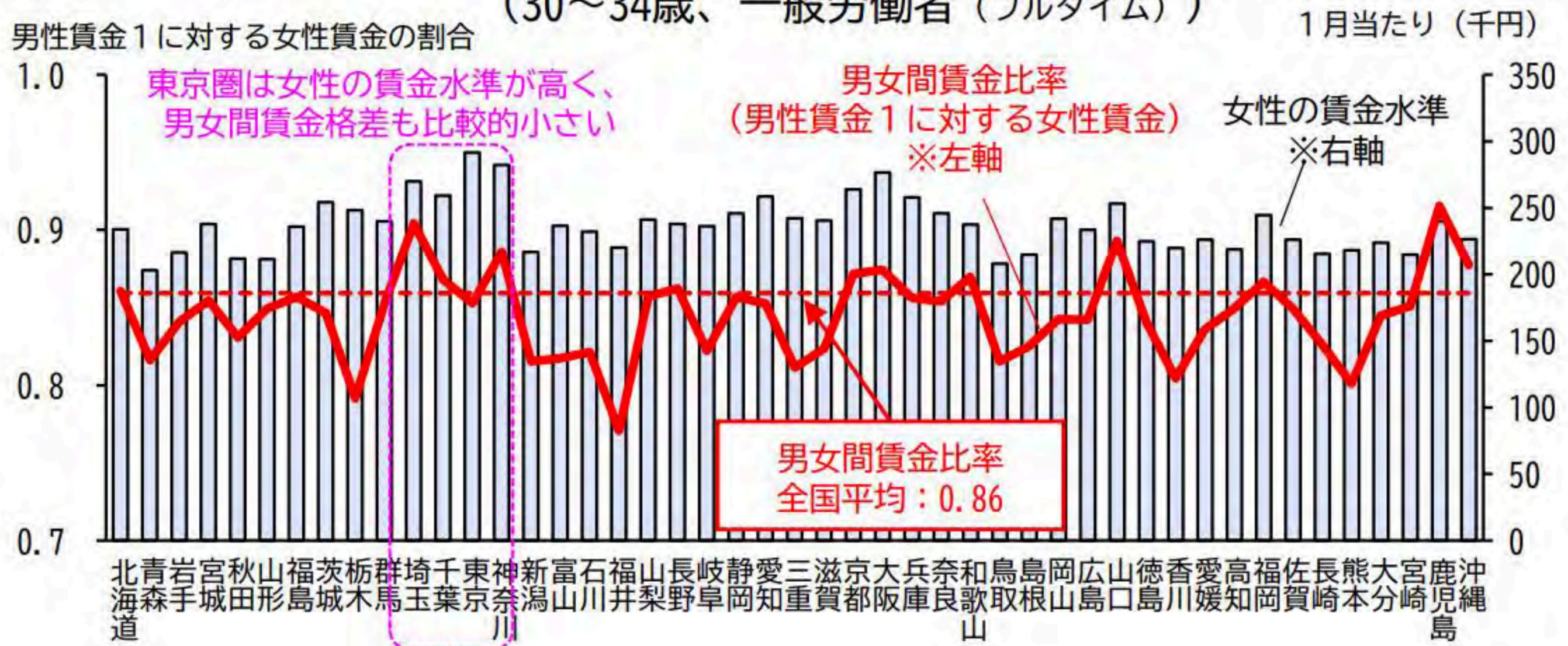
2024年6月17日(月)

女性たちが去っていく 地方創生10年・政策と現実のギャップ

<https://www.nhk.jp/p/gendai/ts/R7Y6NGLJ6G/episode/te/LJZ9Y93LN9/>

地方×男女の賃金格差

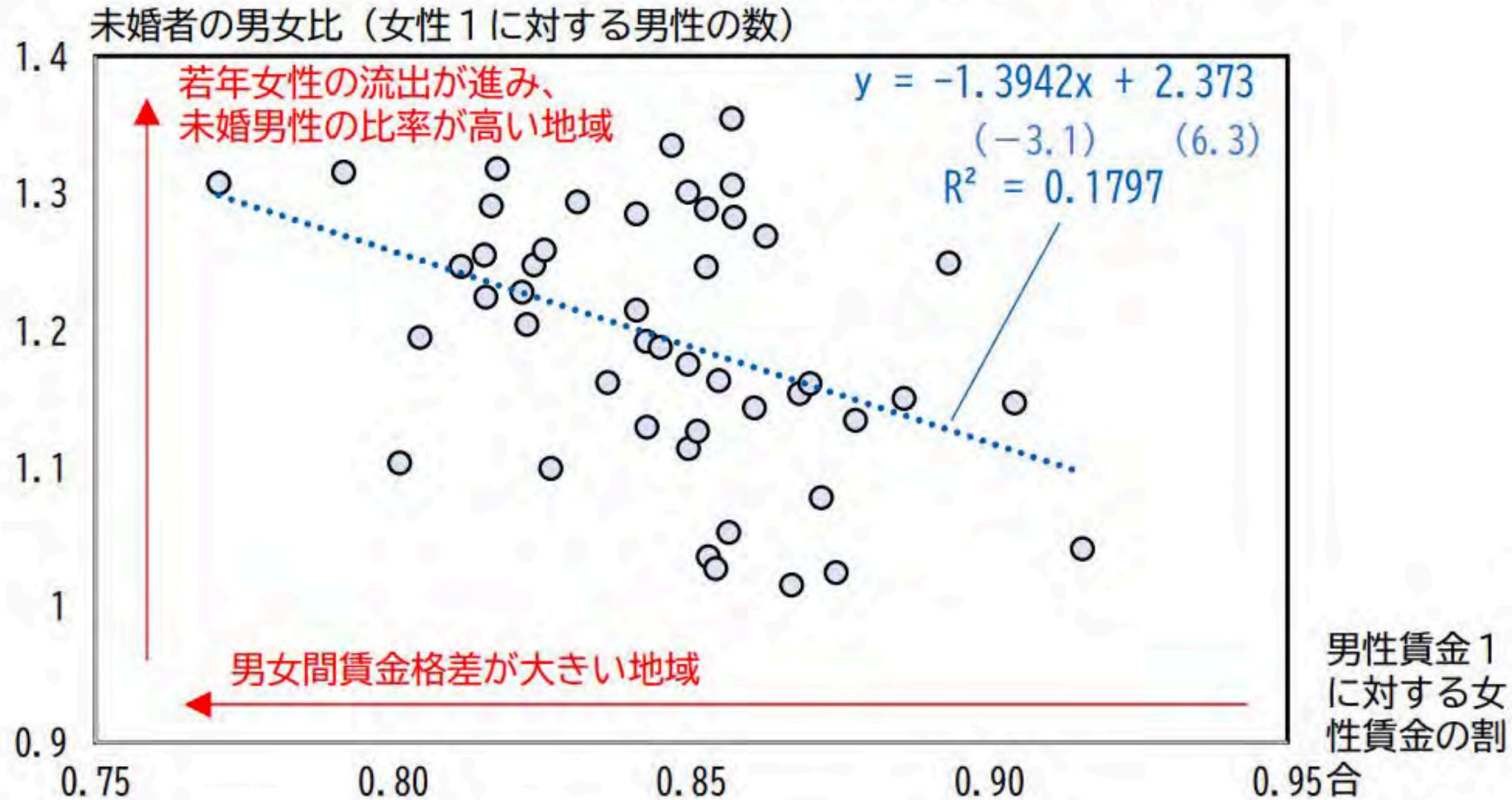
2図：男女間賃金格差と女性の所定内給与の地域差（2023年）
 （30～34歳、一般労働者（フルタイム））



【出典】
 都道府県別の女性の就業状況等について 厚生労働省
<https://www.mhlw.go.jp/content/11909000/001298022.pdf>

男女賃金格差が女性流出に関連する可能性あり

3図：男女間賃金格差と未婚者の男女比の関係



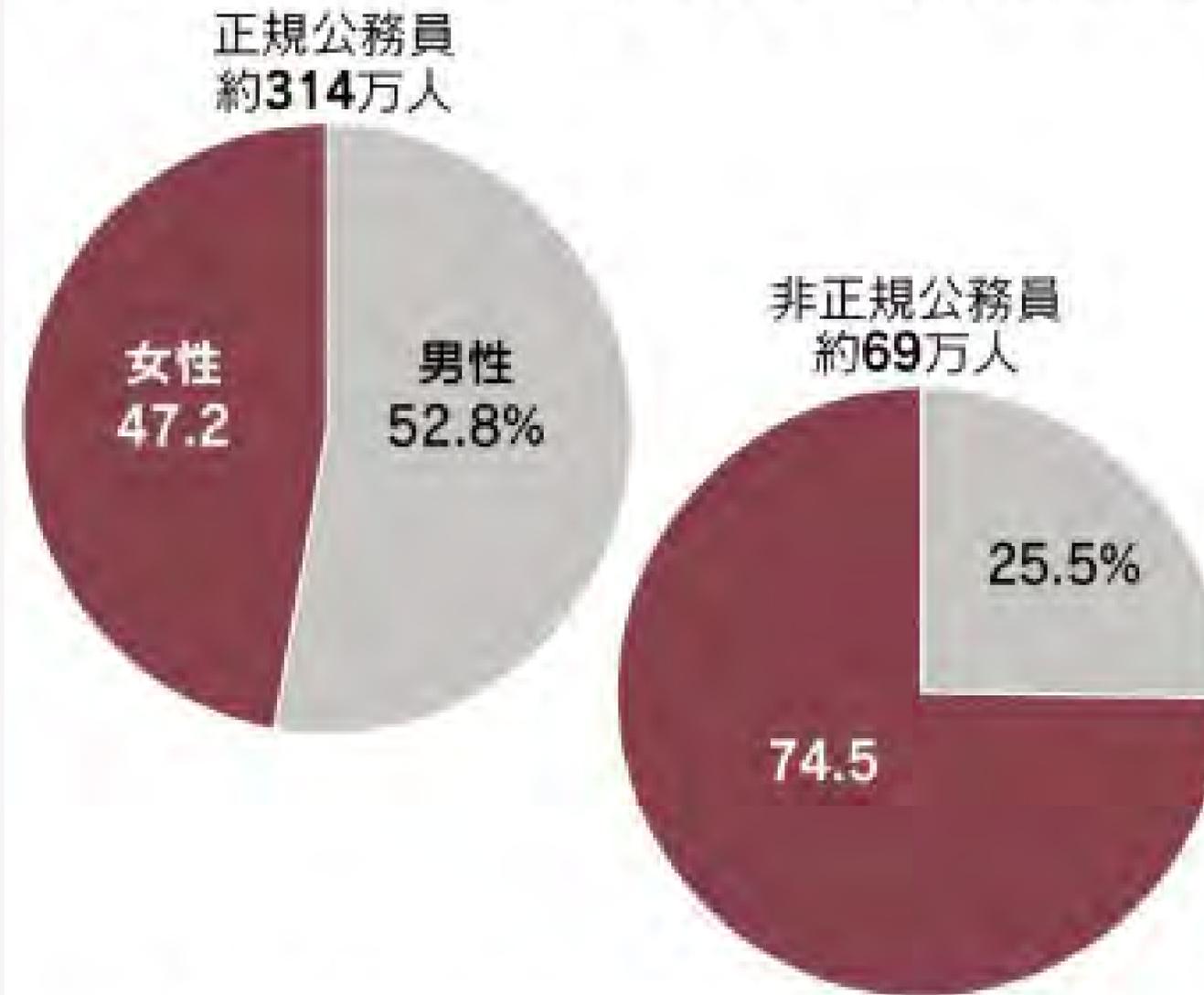
【出典】

都道府県別の女性の就業状況等について 厚生労働省

<https://www.mhlw.go.jp/content/11909000/001298022.pdf>

公務員の非正規割合

地方公務員の「非正規化」は女性に依存している



(注)総務省調査を参照。正規公務員は2018年4月、非正規公務員は20年4月時点

【出典】

女性が4分の3占める「非正規公務員」 遠い処遇改善

日本経済新聞 2021年9月21日

<https://www.nikkei.com/article/DGXKZO75848270X10C21A9TY5000/>

ケア労働の低賃金問題

政府が賃上げを決めた職種の月給と上げ幅



ケア労働
従事者は
女性割合が
高い

【出典】
「看護補助」賃上げを 介護職と同じ仕事なのに…処遇改善対象外
中日新聞 2021年12月26日
<https://www.chunichi.co.jp/article/390847>

女性が地方から流出する理由②

結婚・出産の圧力

結婚・出産の圧に関する声

- 「東京で就職することを親に伝えたら 『**女が一生懸命働かなくていいよ**。それよりはいい人見つけて、**結婚して**。』とやんわり反対された。」

(30歳・沖縄県出身)

- 「**地域おこし協力隊**で赴任したが、地元の人たちに『**女性は嫁にもらわれて家庭に入って一人前**。あなたも好かれる女性にならないと。結婚する人が減っているから日本がおかしくなっている』と言われた。」

(28歳・長崎県在住)

結婚・出産の圧に関する声

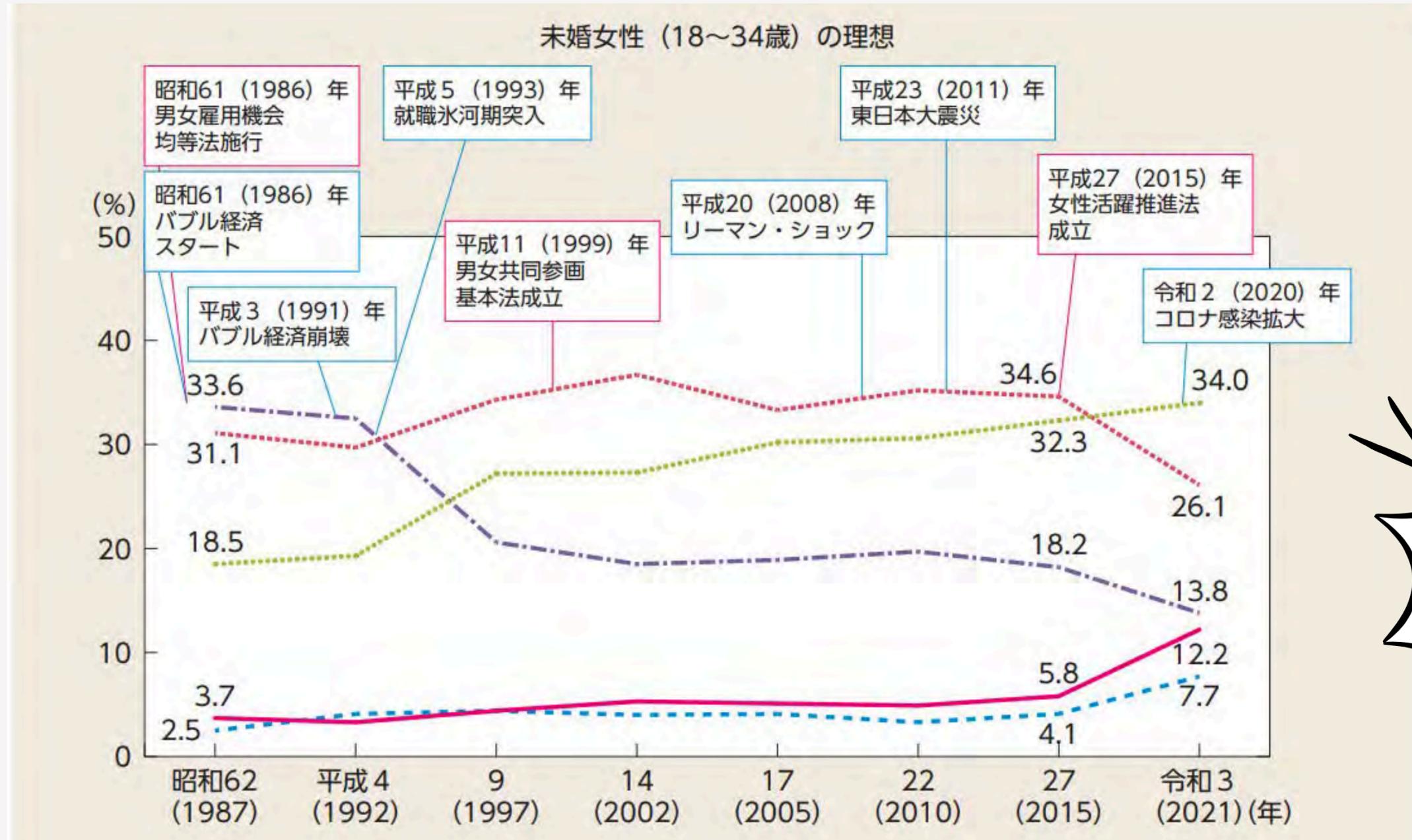
■ 「**不妊治療**に取り組んでいる最中、近所付き合いで『**新婚さんなんだからそろそろ子どもよね**』と日常的に声をかけられるのが辛く、家から一歩出たら全員敵だと思っていた。**子どもがいないと地域コミュニティに参加しづらい。**」

(32歳・富山県在住)

■ 「地元で**子どものいない女性は透明化される**。このまま透明人間になっちゃうのかなと辛くなったことはたくさんあった。首都圏で全く偏見がないことはないけれど、地元より楽になった。」

(32歳・三重県出身)

女性の望むライフコース



仕事と家庭の
両立希望が
最多

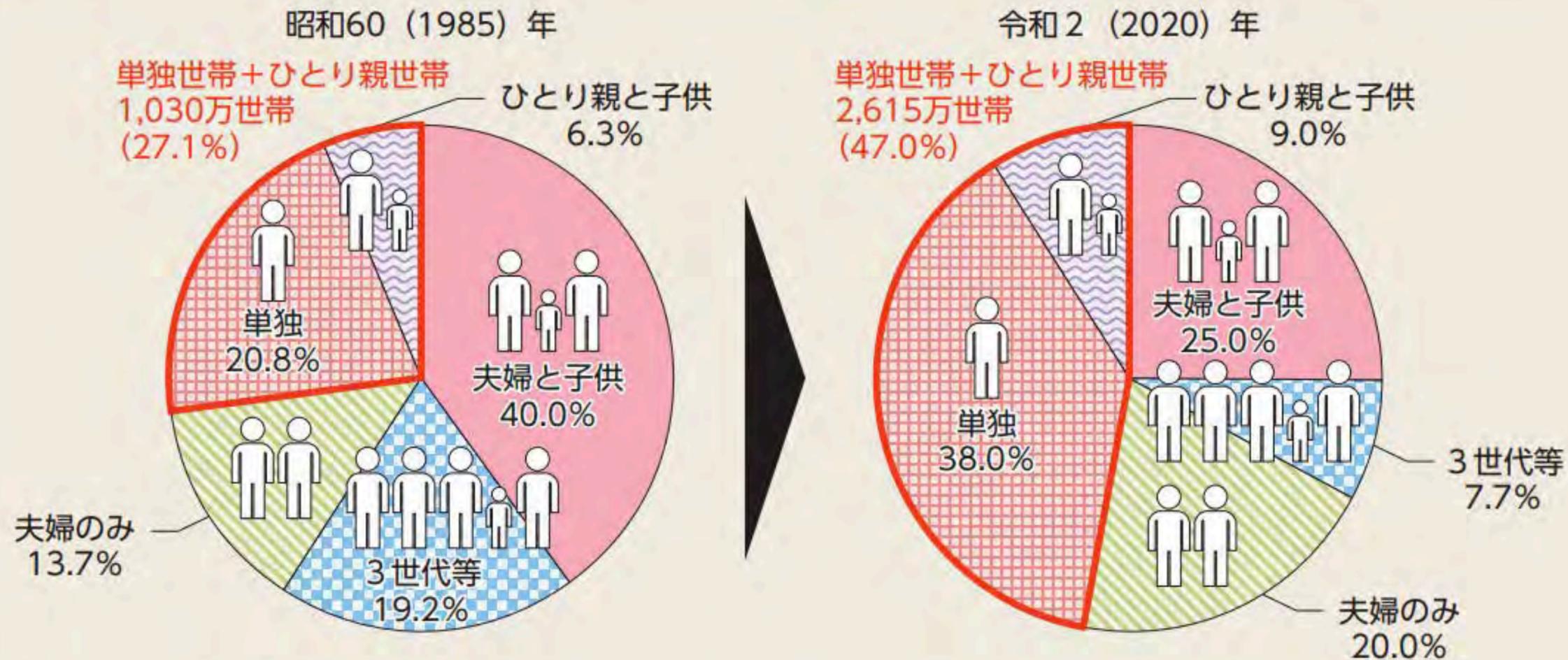
— 非婚就業コース ···· DINKsコース ···· 両立コース ···· 再就職コース - - - 専業主婦コース
【出典】

男女共同参画白書 令和5年版 内閣府男女共同参画局

https://www.gender.go.jp/about_danjo/whitepaper/r05/zentai/pdf/r05_tokusyu.pdf

家族構成の変化

家族の姿の変化



- (備考) 1. 総務省「国勢調査」より作成。
2. 一般世帯に占める比率。施設等に入っている人は含まれない。「3世代等」は、親族のみの世帯のうちの核家族以外の世帯と、非親族を含む世帯の合算。
3. 「子」とは親族内の最も若い「夫婦」からみた「子」にあたる続柄の世帯員であり、成人を含む。

【出典】

男女共同参画白書 令和5年版 内閣府男女共同参画局

https://www.gender.go.jp/about_danjo/whitepaper/r05/zentai/pdf/r05_tokusyu.pdf

女性が地方から流出する理由③

地域の女性役割が
息苦しい

地域の女性役割に関する声

- 「地域の行事や集まりで、女の人が料理よそって、男の人が座って食べてるのを見て、私も将来こんなことやらなきゃいけないのかな…と思う。」
(19歳・山形県出身)
- 「お盆やお正月では、料理を準備したり運んだり忙しそうなのは女の人、座って食べて飲むだけの男の人を見てきた。『将来、女の子なんだから気の利く人間になりなさい』と言われた時は、女の人って生きづらい、と感じた。」
(25歳・新潟県出身)

地域の女性役割に関する声

- 「親戚の集まりで小さい頃、「女の子だから」とお酌をさせられたが、弟には何もなかった。こういった経験の積み重ねで親戚の集まりに嫌悪感を抱くようになった。」
(23歳・栃木県出身)
- 「実家に帰ると、母親から自分には家事を手伝うようお願いされるが、兄や弟には指図しているところを見たことないし、男兄弟は手伝ってくれない。なんで私だけが？と思う。」
(30歳・沖縄県出身)

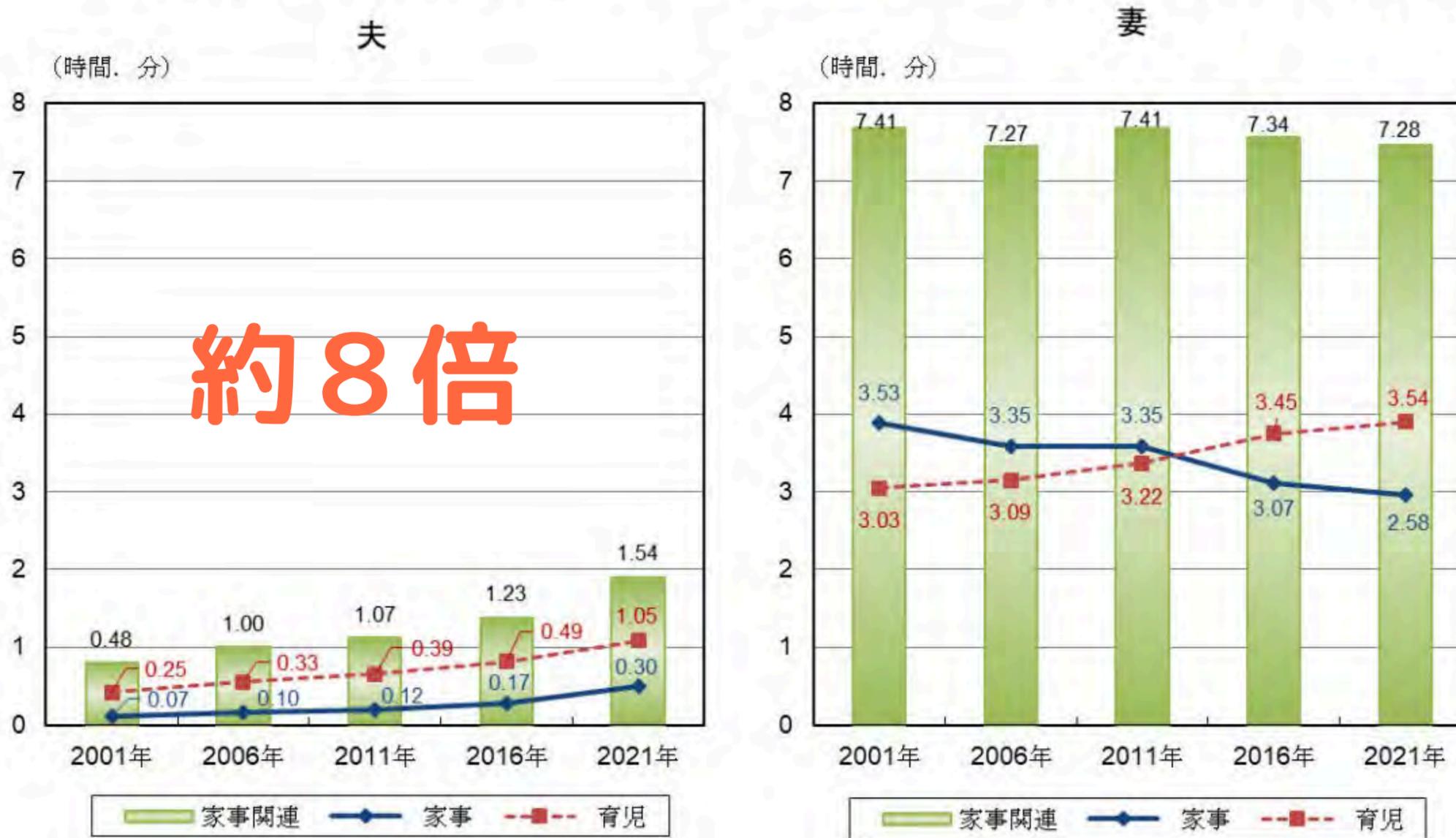
アンペイドワークとは

無償労働、不払い労働などと訳されており、いわゆる“ただ働き”の労働を意味する。領域的には育児・介護・家事等の家事労働、ボランティア、農作業・自営業等の家族労働に多く見られ、市場経済の外で行われる人間の生命維持・再生産にかかわる自給自足性の強いもの。



家事に費やす時間の男女差

図1 夫・妻の家事関連時間の推移（調査票Aによる結果）
（2001年～2021年）－週全体平均、6歳未満の子供を持つ夫婦と子供の世帯

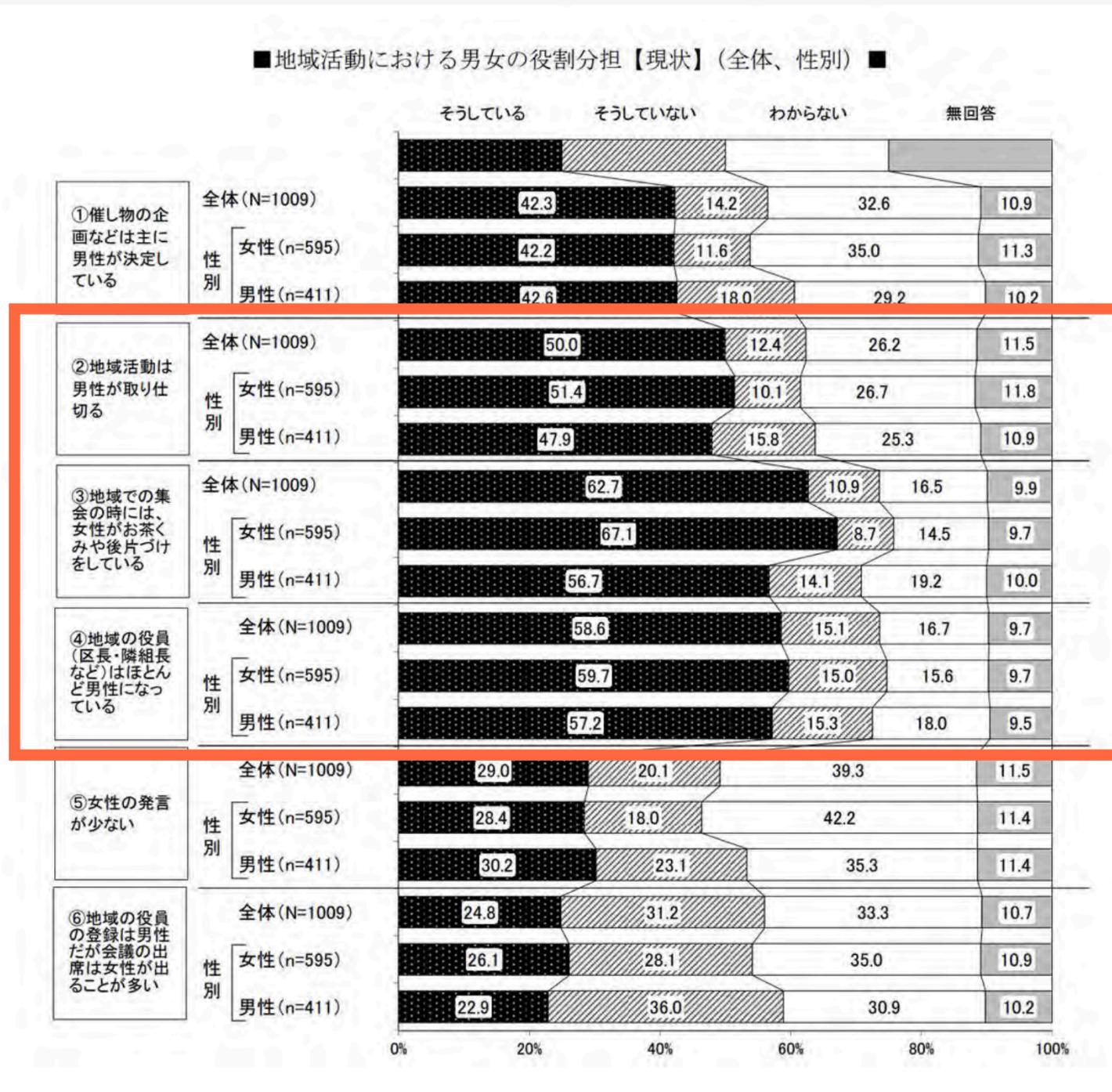


【出典】

わが国における家事関連時間の男女差 統計局

https://www.gender.go.jp/about_danjo/whitepaper/r05/zentai/pdf/r05_tokusyu.pdf

地域活動における男女の役割分担



【出典】 大川市
 地域活動における男女の役割分担
<https://www.city.okawa.lg.jp/s006/content/8.pdf>

地域に女性リーダーがいないと

輪島で車中避難の女性に不同意わいせつ、19歳の容疑者逮捕 石川県警

2024年1月20日 22時05分 (1月20日 22時06分更新)



輪島市の避難所

能登半島地震で避難していて知り合った女性の体を石川県輪島市内で車の中で触ったとして、石川県警は20日、不同意わいせつの疑いで、金沢市、自称アルバイトの男（19）を逮捕した。

県警によると、男は容疑を認めている。半島地震が起きてから、石川県内の被災地で性犯罪による逮捕は初めて。

逮捕容疑は、発生直後の1～3日ごろ、女性の家族が駐車していた車の中で、10代女性の体を服の上から複数回さわったとされる。

女性は家族とともに能登地方に帰省しており、被災。その後、家族の車で避難していて、被災者である男を輪島市内で同乗させたところ、女性が車内で被害にあったとされる。女性らと男は一緒に車中泊していたとみられる。家族から警察に相談があった。

【出典】

輪島で車中避難の女性に不同意わいせつ、19歳の容疑者逮捕 石川県警

中日新聞 2024/1/20

<https://www.chunichi.co.jp/article/840950>

ジェンダーギャップのないまちの未来とは？

「機械じゃない、人間なんです」 是正された子どもの命の「不平等」

社会 | 速報 | 事件・事故・裁判

毎日新聞 | 2025/5/3 05:30(最終更新 5/3 05:30) | 888文字



東日本大震災の津波で当時小学3年の長女未捺さんを亡くした只野英昭さん＝宮城県石巻市の震災遺構・大川小学校で2025年4月10日午前11時8分、巽賢司撮影

子どもが亡くなった事故では、男児のほうが女兒より賠償金の算定が高くなる傾向がある。だが、憲法14条は性別や身分による差別を禁じている。東日本大震災で犠牲になった子どもの「命の値段」を巡り、憲法の理念に沿った判断が示された裁判があった。

【出典】

「機械じゃない、人間なんです」 是正された子どもの命の「不平等」

2025/05/03

<https://mainichi.jp/articles/20250501/k00/00m/040/274000c>

ジェンダーギャップのない
まちづくりに向けて

女性たちが望む変化

偏見やそれに基づく
理不尽な経験が
なくなったらいいな

結婚・出産する女性のみへの支援？

移住支援金制度の対象者と条件



現行制度



- 男女問わない
- 東京都23区在住
- 東京圏から
東京23区に通勤
- 移住先での就業・起業

追加の新制度案



- 女性
- 東京都23区在住・
通勤
- 結婚を機に
移住



【出典】

「女性の人生を過小評価」 地方へ「移住婚」60万円案に批判相次ぐ 毎日新聞 2024/8/31

<https://mainichi.jp/articles/20240830/k00/00m/040/339000c>

背景には女性への偏見？

女性は結婚して子どもを産んで育てる**だろう**

“地方創生”
基本目標 “希望をかなえる”

結婚 出産 育児

年間予算 30億～100億円
(地域少子化対策重点推進交付金)

仕事をしたい

結婚・出産は自分で決めたい

地域の無償ケア役割やりたくない

【出典】
2024年6月17日(月)
女性たちが去っていく 地方創生10年・政策と現実のギャップ
<https://www.nhk.or.jp/gendai/articles/4915/>

The infographic features several illustrations: a man with a stern expression speaking at a podium, two women's faces, a woman with a pink hair tie, and three men at podiums. A central blue arrow graphic shows the stages of marriage, childbirth, and childcare with corresponding icons. A speech bubble from a man contains a statement about women's expected roles. Three speech bubbles from women express their desires for work, autonomy in marriage/childbirth, and reduced unpaid care roles. A source note is located at the bottom left.

まとめ

人口減少対策・子育て支援

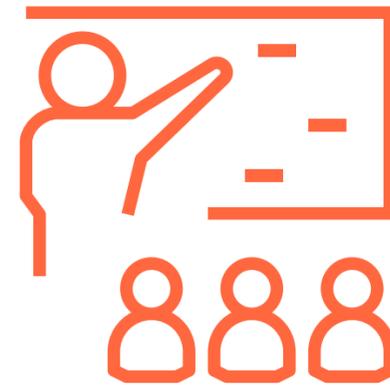
≠

女性支援

まとめ

地域からジェンダーギャップを解消

あらゆる人にとって自分らしい生き方を制限されない人権問題

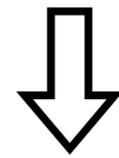


ステークホルダーは

政治・職場・家庭・教育・地域コミュニティなど多岐にわたる

まとめ

意識だけ変えるのは難しい



だから

仕組み・制度を変える

ジェンダーとは

セックス

生物学的な性差、身体的な特徴で振り分けられる

ジェンダー

社会的・文化的な性差、後天的につくられる



ジェンダーバイアスとは



男性は

- ・ 仕事をして稼いで家族を養うべき
- ・ 家を継ぐべき
- ・ 人前で泣いてはいけない・弱音を吐いてはいけない

女性は

- ・ 結婚して経済的に安定を得る方がいい
- ・ 家事・育児は女性がするべき・向いている
- ・ か弱い存在なので守らなければいけない

…など

男性から届いた動画への感想

今48歳の男性ですが、幼いころ、本当はピアノを習いたかったけど、男の子なら空手習え、もっと腕白になれ、そのひ弱な根性を叩き直せ、と言われたことを思い出しました。

僕の性格上の問題もあったかもしれないけど、やはり、ジェンダー的固定観念とも絡めて考えてしまいます。まだまだ、道は途上ですね。

男性から届いた動画への感想

50代男性です。このところ地方の女性が都会に出て行くことが「問題視」されているという話題を目にします。

地方の活性化、人口減少への対応が重要であることは当然ですが、それは誰かの犠牲のもとに実現されるべきものではないと思います。

私自身、地方出身者ですが、地元の古い考え方、悪しき風習や凝り固まった古い価値観に心底嫌気がさし40年ほど前に都会に出てしまいました。

正直なところ二度と戻りたくはありません。

今回驚いたのはその頃と全くと言っていいほど地方が変わっていない現実です。

古い価値観や悪しき風習がその後の世代に受け継がれた結果だと思っています。

私が地方のジェンダーギャップ解消に取り組む理由

「母や祖母と同じになりたくない」という友達の言葉。100年先の生きやすさのために今、地道に声を集める

就活と親族の死から見えた「地方のジェンダーギャップ」。地方出身・在住の若い女性たちの本音を映し出す「地方女子プロジェクト」ディレクターの山本蓮さんは、未来のために声を集める。

阿部 花恵

2024年08月18日 7時0分 JST

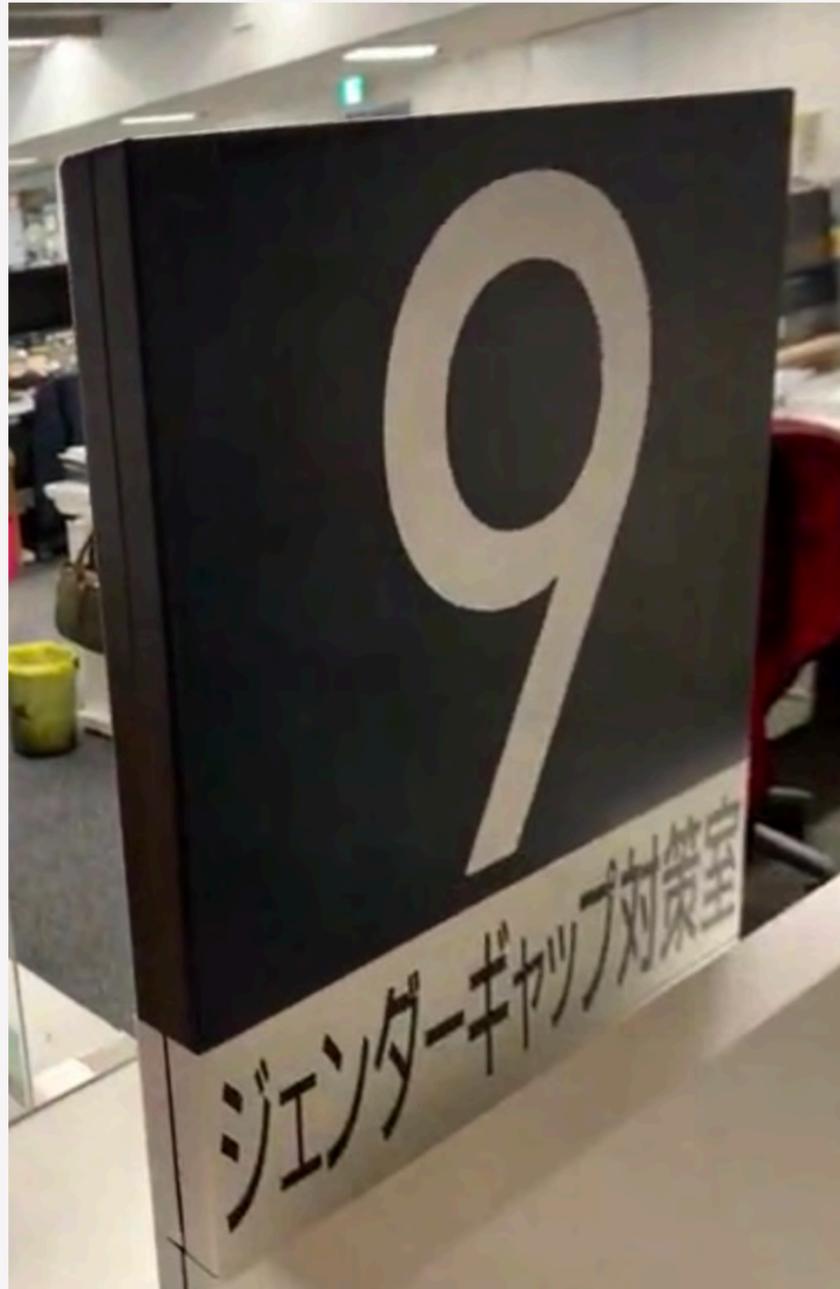


叔父の自死の背景

- 「男のくせに給料が低い」という義実家からの日常的な嫌味
- 「一家の大黒柱は逃げてはいけない」という実家からの圧力
- 男が弱音を吐く、相談するのは恥ずかしいという価値観

=男らしさの呪い

豊岡市・南砺市の視察から見えたヒント



いかに潜在的ニーズを見つけるか

- ・ 地方在住者も同様の課題を抱えている

最初は当事者もメリットに気づかない

- ・ 立場が変わって初めて気づく人も多い

男女役割分業前提の構造は未来にも影響

- ・ 孤独死は男性の方が多い

地方女子プロジェクトが
提供できること

- ① 勉強会・意見交換会
- ② 当事者を交えた 勉強会・意見交換会
- ③ 共同調査
- ④ 啓発コンテンツ制作

ご清聴ありがとうございました！



YouTube



Instagram



X



チャンネル登録・フォローお願いします！