



移住定住・関係人口作りを応援する元祖・地方創生マガジン

田舎暮らしの本

発売日 毎月3日発売

発行部数 100,000部

創刊 1987年9月

仕様 A4判無線綴

1987年の創刊以来、本誌は徹底して読者目線に立った実用的な誌面作りで読者ニーズに応え、多くの移住者の水先案内人を務めてきました。読者のほとんどが、真剣に地方移住を検討していることは、本誌の大きな強みです。一方、移住者を迎え入れる側にとって、地域の活性化は大きな課題です。地域間で有為な人材の獲得競争も発生しています。地域おこしに意欲的な20代、子育て環境が気になる30代・40代、第二の人生を地方を求めるアクティブシニア。彼らのニーズに応え、行動につながるような誌面作りを心掛けています。

読者データ



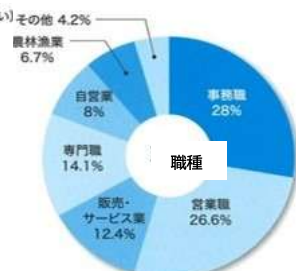
中心年齢層は50代。近年30～40代が伸びており、若い人の関心も高まっています。



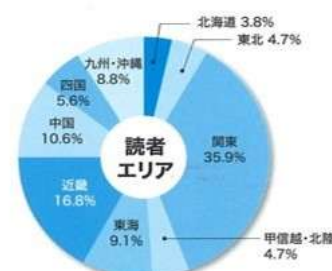
中心となる世帯年収は500万～700万円未満。平均世帯年収に比べてやや高所得です。



子どもがいる夫婦、子どもが独立した夫婦の割合が高いのが特徴です。



会社員が半数以上を占めます。手に職を持っている方、自営業の方も見られます。



関東圏および地方大都市読者も多いのが特徴です。特集によって他の地域の読者が増えることもあります。



『田舎暮らしの本』編集長 生川貴久（なるかわ たかひさ）

デジタルデータ



@inakagurashinohon

フォロワー

1,865人



@inakagurashi

フォロワー

3,900人



@inakagurashiweb

フォロワー

1.6万人

2025年11月現在

料金表

(天地×左右mm)

スペース	料金(円)	サイズ
表4	1,200,000	277×200
表2	1,000,000	297×210
目次対向	950,000	297×210
巻頭コラム対向	900,000	297×210
表3	800,000	297×210
はがき(1色)	900,000	—

(天地×左右mm)

スペース	料金(円)	サイズ
4色1P	800,000	297×210
4色1/2P	450,000	126×175 (枠付き)
4色1/3P	300,000	266×58 (枠付き)
4色1/4P	250,000	58×175 (枠付き)
タイアップ制作費	300,000	1Pにつき

田舎暮らしの本 Web

<https://inaka.tkj.jp>

国や地方自治体の支援策や田舎の不動産情報、先輩移住者の体験談などを発信しています。創刊以来、田舎での暮らしを紹介する日本で唯一の月刊誌としてのノウハウを活かし、定住・移住情報、子育て情報、物件情報などの田舎暮らしにまつわる情報を紹介。「よしもと住みます芸人」とのコラボレーション企画、ライフハック系情報など、WEBオリジナルの新しいコンテンツも取り入れています。



人気コンテンツ

人気コンテンツ①

吉本興業「住みます芸人」連載

【本坊元見（ソラシド）】すでに東京で大工だった僕は、現状を変えたい一心で、劇場のない地方に移住した！山形県住みます芸人



47都道府県の各地に移住し、地域の活性化を図る吉本興業の住みます芸人レポート記事が大好評！

人気コンテンツ②

ライフハック系記事が絶好調！

「エアコンの除湿い！5選！設定温度は28℃ではなかった!?つけっぱなし問題に終止符！「史上最も暑い夏」に失敗しない正しい知識を！



今年「史上最も暑い夏」になるかもしれないと、日本全国の各地でも猛暑が予想され、各地ではエアコンの除湿機能が注目されている。しかし、エアコンの除湿機能は本当に効果的なのか、正しい知識を知ることが大切。今回は、エアコンの除湿機能について、実際に使った人の体験談や、正しい知識を伝えます。

エアコンの「除湿」機能って、実際は湿気を吸い取っていないって、知ってましたか？

生活の知恵をはじめとしたライフハック系の記事が軒並み絶好調です。

人気コンテンツ③

田舎物件紹介＆移住者レポート

【ボツと田舎暮らし】出会いのきっかけは山暮らし、そこから始まる家族の物語【埼玉県秩父市】



田舎暮らしの魅力を伝えるために、全国各地の田舎物件を紹介し、移住者の体験談を掲載しています。移住者の声から、田舎暮らしのリアルな姿が伝わる記事が、多くの方に読まれています。

全国各地のおすすめ物件を紹介する記事や移住成功者に取材したレポートが、多くの方に読まれています。古民家をDIYで再生する等、ノウハウも紹介しています。

●提携メディア



LINE NEWS

月間PV：1,200,000

月間UU：400,000

料金

- ①記事転載 20万円
タイアップのみならず編集記事の転載も可
- ②素材支給 40万円
- ③取材・撮影あり 80万円
現地ライター＆カメラマンが取材

※本誌の田舎情報館（インフォメーション枠）もサービス



1 地方自治体のパンフレット制作実績多数！

本誌の取材力を生かした定住・移住者向けパンフレット制作事例は圧倒的な実績数です。鳥取県、大分県など、各自治体から長年信頼をいただいております、企画継続しています。



2 人気の首長インタビュー企画では様々な自治体が協賛

自治体のトップである首長のインタビュー企画が人気。政策やお取り組みを紹介することで、活動への想いや目的を対外的にはもちろん、自治体の皆様にもアピール出来る企画です。道府県のみならず宇佐市、豊後高田市、国東市など様々な市町村の首長への取材も敢行しています。



3 全自治体が注目！ “住みたい田舎ベストランキング”

毎年1月に実施する「住みたい田舎ベストランキング」は一番の注目企画です。全国の市町村を対象に編集部が独自に田舎暮らしの魅力を数値化、部門別にランキング形式で紹介しています。選ばれた自治体は、各メディアでも話題になります！



4 物件情報に定評あり！

毎号掲載している物件情報は本誌の鉄板企画です。古民家から、お手頃物件、リフォーム物件、行政分譲地、空き家バンク、別荘リゾート、ログハウスなど幅広く紹介し、実用情報として高い人気があります。



主な本誌出演（起用）メンバー



『田舎暮らしの本』 編集長
生川貴久（なるかわ・たかひさ）

1976年、三重県四日市市生まれ。2008年宝島社入社。男性ファッション誌『smart』、男性ライフスタイル誌『MonoMaster』の編集部を経て、2022年に田舎暮らしの本の公式Webサイトの専任に。就任後、日本全国の自治体プレスツアーに積極的に参加し、地方のリアルな情報をレポート。取材を通して築いた、自治体の移住関連部署とのパイプを武器に、各地の移住に関する情報を執筆。吉本興業の芸人との取り組みをはじめ、地域活性化を目的としたコンテンツを制作中。



田舎暮らしライター
山本一典（やまもと・かずのり）

1959年北海道北見市生まれ。1985年から田舎暮らしの取材を始め、日本でただ一人の田舎暮らしライターとして活躍。『田舎暮らしの本』では、創刊当時から取材スタッフとなり現在も執筆中。2001年から福島県都路村に移り住み、農村内部で田舎暮らしのさらなる可能性を模索しています。



人力社

ライター中山と和田、カメラマン阪口による旅とDIYを得意とする3人組ユニット。本誌連載の「人力工房」では、自ら小屋やテーブルをDIYで作り、その様子をコミカルな文面でレポート。読者に圧倒的な人気を誇っています。