プレスリリース
（報道関係各位）

伊那市

令和 8 年 10 月 27 日
企画部地域創造課

Uターン相談窓口
「おかえり伊那カフェ」を開設します！

伊那市では、「いつか伊那に帰りたい」「地元で暮らすことを考えてみたい」という思いを気軽に話せる場として、新たにUターン相談窓口「おかえり伊那カフェ」を開設します。
まだ具体的な予定が決まっていなくても大丈夫です。担当相談員が、仕事や住まい、子育て、暮らしのことなど、Uターンに関するさまざまなご相談に一緒に考えながらお答えします。

1　Uターン相談窓口「おかえり伊那カフェ」
伊那市役所の移住・定住相談員が、伊那市へのUターンに関するご相談を承ります。
伊那市にお戻りの際などに、移住・定住相談窓口（伊那市役所 4 階　地域創造課）へお気軽にお立ち寄りください。
また、オンラインでの相談も受け付けております。

2　相談方法
(1)電話の場合
伊那市役所（0265-78-4111）へ電話いただき、電話交換担当へ「移住・定住相談窓口」とお伝えください。
受付：開庁日の午前 8 時 30 分から午後 5 時 15 分まで

(2)対面・メールの場合
以下のUターン相談窓口の「相談依頼お問い合わせフォーム」にてご連絡ください。
相談区分を「Uターン」、希望の面談方法欄で「対面」または「メール」をご選択ください。

(3)オンラインの場合
以下の「Uターン相談窓口」から希望日時を選択してください。
〈11 月の相談日〉
①11 月 6 日（金）18:00～21:00
②11 月 28 日（土）13:00～17:00

なお、12 月以降の日程につきましては、決まり次第「Uターン相談窓口」のホームページに掲載します。

3　添付資料　有

「おかえり伊那カフェ」　Uターン相談窓口　相談依頼お問い合わせフォーム

本件に関するお問い合わせ先

伊那市
INA-CITY
伊那市役所　企画部　地域創造課　移住定住促進係
（課長）田中 久　（係長）田中 稔　（担当）唐澤 直樹、小澤 恵理
電話：0265－78－4111（内線）2252
FAX：0265－74－1250　E-mail：jkz@inacity.jp

伊那市ではUターン相談窓口を新設します！

おかえり伊那カフェ



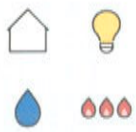
伊那市では「ふるさと伊那」へのUターンを応援します

「伊那に帰ろうかな」と思ったら、まず「おかえり伊那カフェ」へ。
仕事・住まい・暮らしのことなど、お気軽にご相談ください。

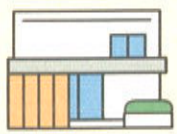
こんな相談ができます



仕事の相談
就職・働き方の情報



暮らしの情報
子育て・生活環境など



住まいの相談
住居探し・地域情報



Uターン支援
制度・支援策のご案内

こんな方におすすめです

伊那市へのUターンを考えている
地元に戻りたいけれど、仕事や住まいが心配
家族としてUターンの情報を知りたい
まずは情報収集から始めたい

Uターン相談の予約はこちら

お問い合わせ　伊那市役所企画部地域創造課
TEL 0265-78-4111　MAIL jkz@inacity.jp