

あおぞら

発行:愛知県被災者支援センター
住所:名古屋市東区泉 1-13-34
名建協 2階
TEL:052-971-2030
FAX:052-971-2050
開館:月曜～金曜 10時～17時



あま市小中学校生から「寒中見舞い」の絵手紙のプレゼント



募集中

- ☆『あおぞら』編集委員: 「私のお気に入りスポット」や「私のおすすめの一冊」、「我が家の自慢のレシピ」等の取材・投稿
- ☆新聞スクラップのボランティア: 定期便に同封の東北の地元新聞(『河北新報』・『福島民報』)のスクラップ作業
- ☆表紙の絵・写真: お子さんの絵、または趣味の写真など

愛知県・新型コロナウイルス感染症「県民相談総合窓口」
(コールセンター)

電話: 052-954-7453 (9:00～17:00 土・日・祝も毎日)

新型コロナウイルス感染症が心配な時の看護師による一般相談
窓口 愛知県感染症対策局感染症対策課

電話: 052-954-6272 (9:00～17:30 土・日・祝も毎日)

《もくじ》

- P1～2. あま市小中学校生の
絵手紙贈呈式
- P3. 東日本大震災の経験を...
つなぐ(つなぎ舎) 報告
- P4. 「ふくしま交流会」(豊橋市)
「濱田農園農作業体験交流
会・芋掘り他」(東浦町)
- P5. オンラインあおぞらカフェ
「小豆カイロ」、「桃太郎」
観劇交流会(名古屋市)
- P6. 「おすすめの一冊」
- P7. 「お気に入りスポット」
- P8. レシピ、イベント情報、
編集後記

あま市小中学校「絵手紙」贈呈式

冬の恒例となっているあま市の小中学校 14 校の生徒たちの取り組み「愛知県に避難されている方に寒中見舞いの絵手紙を送ろう！」で、今年度も約 3,700 通が集まり、12 月 10 日(金)に愛知県被災者支援センターで贈呈式が行われました。昨年からはコロナウイルス感染の影響により、あま市での小中学生よりの直接の贈呈式が叶わず、あま市小中学校人権研究会の先生方から避難者の代表の方に受け取っていただきました。

代表として参加していただいたのは、高橋百合子さん(名古屋市北区 避難元:福島県浪江町)と工藤福一さん(名古屋市港区 避難元:福島県郡山市)のお二人で、先生方から小中学生の思いの詰まった重い箱を受け取りました。各学校への報告として記念撮影も行いました。

その後、高橋さんと工藤さんから、被災時の状況や愛知県への避難のご苦労、慣れない愛知での生活などをそれぞれお話していただきました。



高橋さんは、「最初は避難所で炊き出しをしたりしていましたが、1 週間後に何も持たず着の身着のまま、母は車イスで、犬 2 匹を連れて新幹線「こだま」に乗り、夜中に名古屋に着きました。いろいろ大変でしたが、これからは語り部としてボランティア活動をしていこうと思います」と。

中国ご出身の工藤さんは「妻は日本人で、1990 年に日本へ来た時は 33 歳、子どもは 8 歳と 4 歳、3 人目は日本で生まれました。震災当時郡山

市に住んでいて、仕事は大型車の運転で日本中を回っていましたが、携帯電話は通じず、家族と連絡が取れず心配でした。その後は仕事が無くなってしまいました。自分は避難できたが、できなかった人に申し訳ない」と話されました。

先生方もうなずきながらメモを取り、「絵手紙の取り組みは 9 年目ですが、絵手紙を贈ることは引き継いで、震災の記憶を伝えていかねばと思っています。お聞きしたお話は学校で児童生徒たちに報告します」と言われていました。



またお二人は、「あま市の小中学生の皆さんの絵手紙を受け取って飾った後も、ずっと取っておいてあります」ということです。



児童生徒の皆さんの絵手紙は、小学校・中学校、絵のテーマ等をできるだけバランスをとるよう組み合わせて、皆さまへお届けしています



東日本大震災の経験を警戒される南海トラフ地震につなぐ～「つなぎ舎」開催レポート

NPO 法人レスキューストックヤード代表理事（愛知県被災者支援センター長）栗田暢之

東日本大震災の経験をつなぎ、南海トラフ地震等の大規模災害に備えるため、東北と東海地方の防災活動に取り組む NPO/ボランティア団体、大学生等が一堂に会して、防災人材交流シンポジウムがあいち健康プラザ(知多郡東浦町)で開催されました(主催:防災人材交流シンポジウム実行委員会)。「南海トラフ地震等の大規模災害に立ち向かうためには、地域のあらゆる主体がお互いに顔の見える関係を構築し、地域、世代、組織を超えて一体となって対応することが必要」という趣旨で、コーディネーターとして登壇した栗田暢之さんにシンポジウムの概略を報告していただきます。

昨年 11 月 14 日 (日)、「東日本大震災の語り部」「パネルディスカッション」「グループワーク」の三部構成で、会場とオンラインで 220 名が参加した。4 時間にも及ぶ企画だったが、東日本大震災から 10 年の月日を噛み締めながら、その被害をも上回ると想定されている南海トラフ地震に向け、活発な意見が飛び交い、あっという間に時間は流れた。



「語り部」では、当時河北新報報道部長で、宮城教育大学 311 いのちを守る教育研究機構・武田真一特任教授が開口一番、「私たちには後悔がある。備えの意識や思い込みで、犠牲と混乱を繰り返さないで」と熱弁を振るわれた。当時石巻高校 1 年生で、曾祖母・祖母・弟を亡くした永沼優斗さんは、「3.11 の 2 日前の地震 (M7.3) の際、家族で災害について話し合っきっかけにできなかった」。なので今、伝承活動を通じて、特に同世代の人たちへ精力的に防災の重要性を届けている。当時東松島市野蒜小学校 6 年生の志野ほのかさんは、避難所となった体育館に津波が襲い、自分は間一髪で 2 階に駆け上がった。そこで見た光景は「まるで洗濯機のように渦を巻いて次々に人を飲み込んでいった」と。そして、近所の人から早く逃げろ

と何度も言われたが、「孫の帰りを待つ」と言い残した祖父が犠牲となった。「どうして自分も逃げるからおじいちゃんも逃げてと話しておかなかったのか」と。3 人の「とにかくいのちを守って」との生の訴えを聞いた参加者は、大きな衝撃を受けた。

「パネルディスカッション」では、名古屋大学・福和伸夫教授から「臨時情報」の解説があった。南海トラフ地震は東海・東南海・南海と日向灘沖を震源とする地震の総称だが、史実からその発生パターンは異なることが分かっている。例えば、南海地震が先に発生した場合、愛知県に最も大きな被害を及ぼす東南海や東海地震発生の際の警戒が高まるが、その際に出されるのが「臨時情報」だ。各自治体では、浸水により避難が間に合わないおそれのある地域を「事前避難対象地域」に指定し、1 週間の事前避難を呼びかける。これに対して登壇した日本福祉大学 4 年生の後藤凜さんは「防災に興味がない人にも私が伝えなきゃと思った」。名古屋大学 3 年の福間美帆さんは「語り部とセットで聞いたことで、本当に大切なことだと気づいた」と。また、災害ボランティアコーディネーターなごやの高崎賢一さんは、自身が住む名古屋市港区にも対象地域があるが、「住民はまったく知らない」と危機感をあらわにした。

「グループワーク」では、防災関係団体や大学生、社協や行政職員が 10 のグループに分かれて、「若者の参加」「災害前のいのちを守る」「災害後のいのちを守る」テーマで、積極的な意見交換が行われ、全体で共有した。

東日本大震災から 11 年目を迎えるが、時間の経過ではなく、もっと東北と東海がつながり、まだまだ学ぶべきことは山積だと痛感した貴重な機会となった。

「ふくしま交流会」(豊橋市・カリオンビル) 11/28(日)



会場と福島(福島市・いわき市)を結んで、オンライン交流



交流会メイン会場



男性3人が話し込み



甲状腺エコー検診会場



アロマオイルで、セルフハンドトリートメント



荒れた手がスベスベに

《参加者の声から》

◎久しぶりに会った顔ぶれで、ホッとしました(S) ◎甲状腺の検査をして頂き、「大丈夫です」と言われると安心ができ、良かったです(A) ◎オンラインで話して、楽しかった(F) ◎何年かぶりに皆さんに会えて、うれしかった(K) ◎今日は久しぶりに交流会に参加することが出来て、とてもうれしいです。コロナ禍で、「ムダ話」や「立ち話」がはばかられている中で、このような話の重要性が増していたところでした。ちょっとしたこと、ささいな事を沢山お話ができて、また皆さんの近況を聞くことができ、心の中がさっぱりとしました。10年という長きにわたり続けていただいて、本当にありがとうございます。(K) ◎セルフアロマハンドトリートメントでは、輪になって話をしながら、簡単なながらも顔を見て話すことができ、嬉しく思いました(Y)

「濱田農園農作業体験交流会」(知多郡東浦町)12/5(日)「芋掘り・焼き芋・大豆収穫」



←芋掘り

↓たき火で焼き芋

↓大豆脱穀



芋掘り、大豆収穫の作業を終え、(ちょっとだけマスクを外し)記念撮影

オンライン・あおぞらカフェ「小豆カイロ」 12/18(土)10:30~11:40

あおぞらカフェの冬企画として「小豆カイロ」作り(講師は鈴木ユカリさん)を12/18(土)にオンラインで行いました。少人数でしたが、出来上がった小豆とハーブを使った手縫いの布のカイロを、電子レンジで温め、ほっこりとした楽しい時間となりました。

初参加の方から、「Zoom(ズーム)ってこんな感じで、家にいてできるんだ!と分かりました」と驚きと喜びの感想が。「裁縫をするのも久しぶり。ハーブの香りを楽しみながら無心で集中してリフレッシュできました」「zoomで久々に顔を見てお話しできた方もいて、とても嬉しかったです。コロナで自由に行き来できない中、こうして会えて心の充電ができています」「ハーブ(今回はタイム)の香りがして、世界に一つしかないものが出来ました」「家族の分も作りたい」という声も。



【材料】小豆 40g×4、ハーブ(ラベンダー、タイム等)2g×4、綿か麻の布(ヨコ26cm×タテ24cm)、木綿糸



【作り方】①短辺一か所を残し、袋状にぬう(縫目は細かく)②ヨコ中央をぬう③各2つの区切りに、小豆とハーブを入れる④タテ中央をぬい、③と同様に小豆・ハーブを入れ、口を閉じる



使い方:完成したカイロを、電子レンジで1.5~2分弱温めて使用する(最初は熱いので注意!)



劇団飛行船マスクプレイミュージカル「桃太郎」観劇交流会 12/25(土)

劇団飛行船マスクプレイミュージカル「桃太郎」の観劇交流会を日本特殊陶業様のご協力により日本特殊陶業市民会館(名古屋市金山)にて開催しました。



劇、おもしろかったです!



「めりくりすます!
げき たのしかった」



「読んだら面白かった」、「役に立った」という本、お子さんの大好きな絵本など、ご紹介ください。ジャンルは問いません。

①『明日、地震がやってくる!』世鳥アスカ著 カドカワ〔漫画本・2014年初版発行〕

2011年3月11日に起きた東日本大震災で、皆さんは千葉県浦安市で災害があったことをご存知ですか?津波でもない、原発でもない、「液状化」の被害です。あの恐ろしい津波や原発事故に比べたら、小さな災害です。もし東北の災害と同時でなく起きたなら、大きな災害として騒がれたことでしょう。

浦安市は殆どの土地が埋立地なので、海洋型、横揺れの地震では、よく揺れる、液状化が起きる、これらは予測できたことです。液状化で道路は自動車が行けず、ライフライン(上下水道、電気、ガス)が止まる、スーパーもコンビニも品物は全部売り切れる。そうすると、日頃から対策が出来ていない家庭はたちまち生活が出来なくなります。それも「避難生活」といいます。避難生活は「T・K・

B」=トイレ・キッチン・ベッドが困難になります。最近はその上に感染症も加わります。大地震で建物が何もかも壊れて命や全財産を失うことが無くても、日頃の生活が出来なくなると誰しも非常に困ります。この本にはそういうレベルの災害が記録されている、ちょっと珍しい本です。私たちは防災と言えば「阪神大震災」、「東日本大震災」や「南海トラフ巨大地震」という大災害を問題にしているけれど、実はこのレベルの対策がとても大切なことが実感できる本です。

漫画本なので読み易く、そして災害対策をこのレベルで準備することは、解りやすく手が出しやすいので、実際の災害時に役に立つと思います。ぜひ手に取ってご覧ください。(編集委員:瀧川裕康)



②『311 県外避難者について考えよう~子ども・若者の声~』

〔冊子・レスキューストックヤード編〕

東日本大震災は原発事故の影響が大きかったことから、小さいお子さんのいるご家族の避難も多くありました。今では中高大学生の年代も増え、当初の幼かったお子さんたちの成長した姿に驚かされます。そして、お子さんたちも10年経過した今だからこそ、お話してできることもあるのではと思ひ、レスキューストックヤード(RSY)では、小学生から高校生の年代で被災を経験し、東海3県に避難・移住した若者世代対象に、当時の体験談や現在の心境を伺うための調査を実施。アンケートは52名、ヒアリングは16名の若者にご協力いただきました。

お話くださった若者たちは、幼少期に当たり前だった日常が一変し、突然異なる地域での新しい学校や暮らしについて、「不安や大変な時もあったけれど、それを受け止めてくれる友だちや大人

との出会いがあった」と、周囲の理解者の存在が大切であると教えてくれました。

また、「自分の経験を伝えていく必要がある」と考えている若者が多くいること、その一方で「話せない、思い出したくない」という声もあり、それぞれの声に心を寄せていく必要があると感じました。

一人ひとりの経験や想いは様々でしたが、どれも貴重で、多くの方に知っていただけるように4コマ漫画入りの冊子『県外避難者について考えよう~子ども・若者の声』を発刊しました。

冊子は無料配布していますので、ご希望の方は右のフォームからお申込みいただくか、RSYにご連絡ください (Tel : 052-253-7550)。

(スタッフ:森本佳奈)



私のお気に入りのスポット ④

高募集中!

「お気に入りの所」または“大切な思い出の場所”について、

紙上でガイドしていただけますか?

こけいざんえいほうじ
虎溪山永保寺(岐阜県多治見市 臨済宗南禅寺派の寺院)

アクセス:JR 多治見駅から東鉄バス
小名田・小滝行き「虎溪山」下車



(編集委員 鈴村ユカリ)



寅年に因んで、1月2日に虎溪山永保寺へお参りに行ってきました。境内の池が凍っていましたが、風が無かったので、抜けるような澄んだ青空がとても気持ちよく、清々しいお参りでした。



樹齢 700 年の大イチョウ



観音堂や開山堂は国宝



永保寺の駐車場に案内所があり、そこで温かいおでんや、田楽、五平餅が食べられます。くるみダレが香ばしく、小さめサイズで食べやすく、炭火で焼いてくれるので、とっても美味しかったです。



< * ご注意：お出かけはコロナ感染状況をみて好転してからに！ >

さっちゃんのレシピ「野菜たっぷり サバフレーク」

【材料】 サバ水煮缶:1 缶、ゴボウ:中 1 本、ニンジン:中 1/2 本、レンコン: 100 g、エリンギ:大 1 本 (生シイタケの場合は 3~4 枚)、玉ねぎ:中 1/2、インゲン:7~8 本、ショウガ:2 かけ

【調味料】 砂糖:大さじ 1/2、しょうゆ:大さじ 2.5、酒:大さじ 2、みりん:大さじ 2

【作り方】

- ① ゴボウは洗ってササガキにする。
- ② ニンジン、レンコン、エリンギ、玉ねぎ、ショウガをみじん切りにする。
- ③ インゲンは盛り付けの色どり用に 2 本残して、7~8 mmの長さに切る。
- ④ ①と②をサバ缶の煮汁で柔らかくなるまで煮る (途中で煮詰まるようなら、水を足す)
- ⑤ 野菜が柔らかくなったらサバを入れてフレーク状によくほぐし、調味料を入れて全体をよく混ぜて味を調べ、③のインゲンを入れ火が通り水分が少なくなれば、出来上がり。
- ⑥ 残しておいたインゲン 2 本をさっと茹でて細く斜め切り、出来上がった⑤を器に盛り色どりよく飾る。
※みそ煮などの味つけサバ缶を使う場合は、味をみて調味料が足りない場合のみ少量足して下さい。
野菜が多く薄味なので、常備菜としても重宝します。



【イベント情報】 *開催・内容等が変更になることがあります。詳しくはチラシでご確認ください。

開催日	イベント名	内容 (主催など)	会場
2/6 (日) 13:00~16:00	とよた交流会	・ 甲状腺エコー検診(簡易版 先着 20 名) ・ 専門家相談会 ・ おしゃべり交流会 主催: 愛知県被災者支援センター 協力: 愛知県民主医療機関連合会	とよた市民活動センター(豊田市若宮町 旧松坂屋上階)
2/12 (土) 10:30~12:00	オンライン・あおぞらカフェ「オンラインでヨガ講座」	まなみん。さん(ヨガインストラクター)の「オンライン・ヨガ講座」第 2 弾! みんなで運動不足解消、ストレス発散しましょう! 主催: あおぞらカフェ実行委員会	オンライン開催
3/11 (金) 14:30~15:00	東日本大震災犠牲者追悼式	14:46 黙とう(18:46 にもおこないます)。献花・記帳は 13:00~19:00 の間におこなっていただけます。主催: 東日本大震災犠牲者追悼式あいち・なごや実行委員会	名古屋市・鶴舞公園・普選記念壇 鶴舞駅/JR・地下鉄鶴舞線

《編集後記》

- ・ 息子が子どもの頃「巻物は日本の文化を象徴し」と話しながらお節の昆布巻等を作っていました。息子は「分かったわ」と言うだけで食べませんでした。正月に息子が孫を連れてきて、孫は「お節は弱いんだ」と食べません。すると息子は「田作りは・昆布巻は」とお節のいわれを話します。私は孫に「パパが子どもの頃ね」と。孫はニヤリ。そして「大人になったら色々食べられるようになるよ」と言いました。(T.S)
- ・ あけましておめでとうございます。健康で仲良く、お腹いっぱい食べることのできる毎日でありますように! 短歌 1 首 ★ 年末に 散髪行って 5 ミリ刈り 沢山の髪 床に散らばる (T.H)
- ・ 年末に、2 年前の長野の水害被災の“応援リンゴ”を買った。恰好はいびつでも甘くとても美味しい! (T.K)