

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



東日本大震災犠牲者追悼式 2022



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》

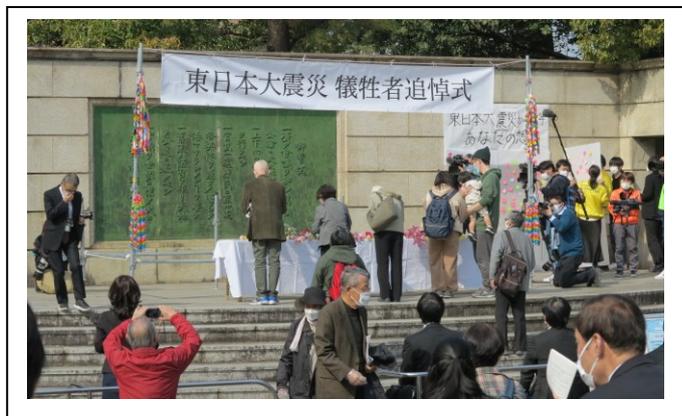
- P1~2. 東日本大震災犠牲者追悼式 / 11年
- P3. 当事者団体紹介・アスチカ
- P4. 「とよた交流会」(豊田市)、一宮商業高校生メッセージ
- P5. あおぞらカフェ「オンライン・ヨガ講座」第3弾
- P6. 「おすすめの一冊」①、②
- P7. 愛知県被災者支援センター 2021年度の活動報告
- P8. さっちゃんのレシピ、イベント情報、編集後記に変わって「ウクライナ/チェルノブイリ/福島」

東日本大震災・福島原発事故から 11 年

東日本大震災・福島原発事故から 11 年となる 3 月 11 日(金)、13 時より名古屋市鶴舞公園普選壇において、犠牲者追悼式が行われました。犠牲者を悼み、14 時 46 分には黙とう、記帳や献花が捧げられ、ゴスペルグループの祈りの歌も流れました。

また例年会場に設置される追悼キャンドルに代わり、それぞれの想いを込めた一言メッセージを付箋に記入し、台紙に張って掲示されました。

追悼式に参加された避難者の方から、11 年目の心境や想いを寄せていただきました。



<追悼式の参加者のお声>

- ・「日本全体でみれば震災の記憶は薄らいで、忘れられていると思います。災害の国日本で、この経験は忘れてはだめで、今一度、いろいろ意識して話して、今後どうすればいいのか考えていかなければならないと思っています」
- ・「あの年のあの日も金曜日だった。あの日のことを朝からずっと思い出してみた。偶然に助かった、家族も…。」
- ・「追悼式の始まる前と後に新聞社・TV局 2 社が、「事故から 11 年が過ぎてどう思いますか？」と聞いてきた。彼等の聞き方からは、事故から大分過ぎたのに・・とでも言いたいように感じられた。しかし、まだ 11 年でしかない。・・・Cs-137 の半減期は 30 年である」
- ・「あれから 11 年だけど…。ハード面ではいろんなことが進んでいるけど、被災地では人口も少なくなつて、地元の農業や漁業の担い手も今後どうなるのか心配。食べることは一番大事な事だからね。故郷でも農業に携わりたいという若い人が出てきたと聞くので、ぜひ頑張ってもらいたいと思いますね」
- ・「今年も 3.11 が来ました。追悼式ではたくさんの方が忘れず、黙とう、献花をしてくださいました。

11 年前のあの日、陸前高田は寒く雪が降ってきた中で、一瞬にして町が、人が亡くなってしまいました。目の前の現実に言葉を失い、途方に暮れた私がありました。今この日は、大都会の名古屋にいます。不思議な感じであります。この会場では、愛知に来て寄り添い支援をしてくださる方々が、あちこちから声をかけてくださいます。家族、この皆さんとのつながりが私の財産であり、今の私の力となっています」



また夕方の部は 18 時 30 分から行われ、LED キャンドルが灯され、18 時 46 分に黙とう、宣言、記帳等の他、いくつかの高校の高校生たちによる「花は咲く」の合唱もありました。

当事者団体紹介

「アスチカ」

広島市の避難当事者の団体「アスチカ」の代表三浦 綾さん(避難元いわき市)に
広島地域での活動、これまでの思いなどについて寄稿していただきました。

こんにちは。広島からお届けしています。今年に入り、新型コロナウイルス感染症の感染者急増で落ち着かない日が続いていますが、いかがお過ごしでしょうか。

私たち「アスチカ」は、東日本大震災によって広島に避難した当事者の会として、2012年10月に設立しました。現在、東北から関東圏までの103世帯337名の会員がいます。「アスチカ」の名前には「明日に進む力を育て、次のステップに進めるように！」との願いを込めています。

私も福島県いわき市から避難したひとりでした。アスチカの会員に共通しているのは、「震災により広島に来たこと」だけでした。設立当時は何もないところからのスタートでした。会員のみならず寄せられた声を活動に取り入れながら、月日を重ねました。活動は、社会福祉協議会や地域支援団体の皆さんにも支えていただきました。交流の時間や悩み相談、学びの時間だけでなく、ヨガやストレッチポールなどの時間も、心身の疲れを癒してくれることを覚えました。こうして震災から3年目の2014年6月には、広島市内に事務所を開設。このオープンにより、地域の支援団体や地域住民の方が立ち寄られ、広島のことを教えてもらえる時間も増えました。

走り出した2か月後に、「8・20 広島土砂災害」が起きました。アスチカの会員も40世帯ほどが

被災地域で、これまで支えてくださっていた方々も被災されました。「私たちにも何か出来ることは無いだろうか」と、炊き出しへ参加

したこともありました。2018年には西日本豪雨災害、この時は県内23カ所にボランティアセンターが立ち上がり、被災地応援に出向く余裕のない中で、地域の力で支え合ったように思います。アスチカの会員も、生活している地域でそれぞれに乗り越えた災害でした。避難所にボランティアとして出向いたアスチカの会員もいます。地域災害で、支える側になっている話が聞けたのは嬉しいことでした。つらい経験だったからこそ、「同じ経験をしてほしくない」と思うのかもしれませんがね。

2021年に『広島に避難した私たち～あの日から10年 今そしてこれから』を発行しています。活動に繋がった方の10年、アスチカ会員の声と共に過ごした10年を1冊にまとめました。今後、想定されている大規模災害でも、県域を越えて避難する方がいるかもしれません。避難して迷うかもしれません。1歩踏み出す時にお役に立てたら幸いです。

もうすぐ東日本大震災から11年になります。「今ごろ?」「何の相談?」「もう何年も経ったのに?」なんて言葉が返ってきそうで、グッと我慢したことありませんか?私にも経験があります。でも、**ため息より深呼吸**がいいことを知りました。たわいもない話の中に、意外と楽しみのきっかけが潜んでいたこともありました。これからも、話したくなった時に、いつでも**寄れる場所**でありたいと思っています。

(代表 三浦 綾)



とよた交流会



子どもたちも立派な参加者です

<参加者のアンケートから>

◎4 回目の甲状腺検査で、いつも丁寧に、また定期的に見て頂けているので安心できています。本当にありがとうございます。また今日は寒い雪の中、色々と準備して下さい、心より感謝申し上げます。私は名古屋に来て、皆さまの優しさに



オンライン接続も、小児科医のお話の動画も

触れ本当に気持ちが救われました。今は子育てで追われる日々ですが、皆さまにして頂いたことを忘れず、次は私が誰かの安らぎになれる様に過ごしていこうと思っています (H)

◎参加時間に遅れてしまいましたが、あたたかく迎え入れて下さりとても嬉しかったです。こうして検診を続けて下さること、支援して下さいの皆さまがいることを今回も実感できて嬉しいです。ありがとうございます！定期的に診てもらえて安心しました (Y)

2022年2月6日(日)13:00~16:30) とよた交流会を豊田市駅前のとよた市民活動センターで開催しました。コロナ禍に加え、雪模様の悪天候で欠席もありましたが、甲状腺エコー検診を予約されていた2世帯7名(大人3名、子ども4名)の参加で無事に行うことができました。検診を担当して下さった医師、在宅保健師等専門家4名の他、オンラインでも2名の専門家の方が加わって下さいました。



お子さんのエコー検診には、在宅保健師さんがサポート

触れ本当に気持ちが救われました。今は子育てで追われる日々ですが、皆さまにして頂いたことを忘れず、次は私が誰かの安らぎになれる様に過ごしていこうと思っています (H)

◎参加時間に遅れてしまいましたが、あたたかく迎え入れて下さりとても嬉しかったです。こうして検診を続けて下さること、支援して下さいの皆さまがいることを今回も実感できて嬉しいです。ありがとうございます！定期的に診てもらえて安心しました (Y)

「ライオンキング」観劇・一宮商業高校交流(名古屋市)

(愛知県立一宮商業高等学校生徒会より)

3月19日開催の一宮商業高校東日本大震災被災者ミュージカル招待交流では、残念ながら劇団四季のキャストの方々との交流は叶いませんが、楽しく観劇いただき、少しでも前へ進む活力になれば幸いです。皆様に直接お会いすることができず、代わりに私たちの想いを記させていただきます。

○私たちが行った活動が、被災者のみなさんに届けることができ嬉しかったです。

○少しでも笑顔が増えたり、楽しい気持ちになれたらいいなと思っています。

○活動する前に、被災者の方の体験談を伺いました。その時に「なぜ一生懸命生きている人たちに、悲しい出来事が次々と起こるのだろう」と感じました。この感情から「自分の募金で少して

も被災された方々に笑顔を届けられたらいいなと思い、募金を行いました。

○募金活動を通して、相手を思いやり、助け合うことの尊さを、改めて知ることができました。

このような想いで募金活動を行い、少ない人数ではありますが、ミュージカルにご招待させてい



いただくことができました。観劇いただく方々だけでなく、被災されたすべての方々の傷が少し

でも和らぐことを願うとともに、この活動がその助けになればいいなと思っています。

2月12日(土 10:30~12:00)に、オンラインであおぞらカフェ「ヨガで自分の健康を守る一第2弾」を行いました。講師は昨年夏と同じく、まなみん。さん。参加者は5世帯(大人8人・小人3人)計11名でした。

まず始まりはイスに座って、コロナ禍で問題になっている認知症予防にも有効な、脳の活性化シナプソロジー〔二つのことを同時に行う・左右で違う動きをする〕に挑戦。なかなかうまくできなくても、まなみんさんいわく、「そんな時は笑って、笑って！」。

また「毎日5分、続けることが大事！」と励ましの言葉。



＜参加者の感想＞

- ★まなみんさんのヨガは、心も体も元気になるので、ありがたいです。後半は少しハードだったからか、翌日は腕や腹筋に筋肉痛が。効いてる証拠ですね?!
- ★「体が疲れたまま寝るのは、手が汚れて、べたべたのまま寝るのと同じ」というお話しは目からウロコでした。手洗いや歯磨きのように、寝る前にヨガで疲れや体の滞りを流すことを、日々のルーティンにしようと思います。
- ★まなみんさんのヨガ、ぜひ定期的に企画して頂きたいです。よろしくお願いします!
- ★厳選されたお菓子やお茶、美味しく頂きました。ありがとうございました。どんなものがくるだろうと、毎回の楽しみになっています。
- ★私は少し忙しく参加は無理でしたが、大学生の娘が参加しました。恥ずかしいらしく、音声も映像もオフでしたが、楽しく参加していました。私はその横で仕事していました。またよろしくお願いします。



【前半 椅子に座って (高齢者も)】

動画リンク <https://youtu.be/UKPgXAQh1BQ>

【後半 子どもも一緒に】

動画リンク <https://youtu.be/PhqlEE74CZE>



*来る 4/16(土)10:30~12:00 に、あおぞらカフェ「オンライン・ヨガ講座」第3弾を行います(チラシ参照)

①『自然(じねん)の哲学』 高野雅夫著(合同会社ヘウレーカ)
～おカネに支配された心を解放する里山の物語～

里山から始まる持続可能な未来

豊田市の旭地区などに若者の移住者が多い。特にコロナ禍になって、問い合わせが非常に増えていると聞く。10年前には小学校の存続が危ぶまれていたのが、最近はまだ一つ小学校を作れるほどに増えているらしい。その移住者の中に、東日本大震災で愛知県に移住しているTさん家族が含まれている。

100年前には人口の8割が田舎に、2割が都会に住んでいた。高度経済成長を経て、現在は都会に8割、田舎に2割が住んでいる。ところが、最近再び逆転現象が起き始めている。

移住ブームの動機は「自然豊かな広々としたところで子育てをしたい」、「自分で食べるものは自分で作る農的な暮らしがしたい」、既に移住した人からは「都会で働いても社会に貢献していない。田舎で収入は減ったが集落の人たちに喜ばれ、生活に手ごたえがある」、「田舎では付き合いが濃厚で、受け入れられ期待されていることを実感する」などの声が多く聞かれる。かつては「都会が自由



②『核のない未来を願って 松井英介遺稿・追悼文集』(緑風出版)

私が先生と呼ぶ人は何人いただろう？ある時松井先生と話をしていた私が何かで激昂した後だったろうか、岐阜の先生のお宅に泊りに来いと言われた覚えがあります。私が話した事で何か先生の琴線に響くものがあったのだと思います。松井先生は被災した私たち以上に、拡散した放射性物質を原因として想起される健康被害の警鐘を鳴らす事に医師として真摯に向き合って来られました。

松井先生のお姿で今でも思い出すのは、名古屋地裁での私たちの裁判には必ずご夫妻揃って傍聴に来られ、その後の報告会でも一番に挙手され、医師として科学者として意見を述べられていた姿でした。しかし、国と東電の責任を科学的に立証

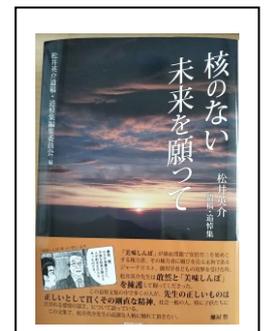
だ」という声を聞いたものだが、生き方に大きな変化が見られる。これら移住する人の3/4は20代、30代、40代で子育て世代が圧倒的に多い。

1960年代の高度経済成長時代に、「良い学校→良い会社=大企業=終身雇用・年功序列→定年=退職金+年金」という“人生の方程式”が確立していたが、今ではこの“方程式”で生活出来る人は非常に少ない。むしろこの“方程式”(お金に支配された社会)に追われてはじき出される人の方が圧倒的に多い。コロナ禍では特にそれが顕著である。

田舎には仕事がないのでは？と心配される方が多い。だが、都会とは別の働き方がある。「頼まれ仕事」である。年間休みなく(生活の中では休みながら)次々に、収入は減るが食べて行くだけの仕事・収入はある。家賃は安い。近所から食べ物ももらえる。

「人生の価値はおカネか？人としての生き方か？」この疑問がある方にお勧めの本である。

(編集委員：瀧川裕康)



する事の難しさからか、弁護団からは敬遠され続けていた印象がありました。裁判後の報告集会で、ある人が「誰かが亡くなっていたならば・・・」と私の隣で呟いたのを聞いた覚えがあります。東電刑事裁判のように亡くなった方がいればとでも思ったのでしょうか？

ですが、むしろ10年を過ぎた今になって難病を発したり、命を落とされている方々がいる事実からも、事故を起こした責任こそが問われなければなりません。松井先生が恐れていたのは、この事なのだと思います。

(伊藤廣昭:名古屋市南区 避難元:南相馬市小高区)

【愛知県被災者支援センター 2021 年度の活動報告】

2016 年～2021 年度の主な活動を取り上げ、一覧表にしました。
2021 年 4 月より、センター事務所は県東大手庁舎から事業受託
団体(認定 NPO 法人)レスキューストックヤードと同じ名古屋建
設業協会(名建協)ビル 2 階に移転しました。

併せて、2020 年度、2021 年度はコロナウイルス感染症拡大に
伴って活動に制限がかかり、交流会等の実施回数が大きく落ち込
み、代わって見守り活動等は増えました。

2022 年度も事業は継続していきますので、定期便の案内等をご覧の上、どうぞご参加ください。



ウイールあいちでの愛知県被災者支援センターの活動展示

事業名	2016 年度	2017 年度	2018 年度	2019 年度	2020 年度	2021 年度 (予定含む)
定期便の発送	24 回	15 回	12 回	12 回	12 回	6 回
機関紙「あおぞら」の発行	(月 1 回) 12 回	(月 1 回) 12 回	(月 1 回) 12 回	(月 1 回) 12 回	(月 1 回) 12 回	(隔月) 6 回
交流会	83 回 延べ 561 人	66 回 延べ 437 人	46 回 延べ 592 人	46 回 延べ 476 人	21 回 延べ 148 人	16 回
相談会(弁護士・臨床心理士 等専門家を交えた各種悩み、 支援制度の説明など)	7 回	6 回	3 回	3 回	3 回	3 回
見守り活動 (市町村、保健師等と個別訪 問・電話聞き取り)	・市町村との 個別訪問: 49 世帯 ・電話聞き取 り: 53 世帯	・個別訪問: 25 世帯 ・電話聞き取 り: 80 世帯	・個別訪問: 22 世帯 ・電話聞き 取り: 複数 頻度(未カ ウント)	・個別訪問: 58 世帯 ・電話聞き 取り: 複数 頻度(未カ ウント)	・個別訪問: 27 世帯 ・電話聞き 取り: 複数 頻度(未カ ウント)	・個別訪問: 30 世帯 ・電話聞き 取り: 複数 頻度(未カ ウント)
支援調整会議(市町村や保 健師、社協、専門家等と連携し、 要支援者の該当市町村での支 援体制付いて検討、行動)	7 回	8 回	(未カウント)	10 回	4 回	2 回 ・ケース検 討会議 12 回
市町村訪問(避難者受入れ市 町村との連携による支援の定着 -県内 全 54 市町村)	延べ 40 市町村	延べ 38 市町村	延べ 12 市町村	延べ 14 市町村	延べ 45 市町村	延べ 19 市町村
パーソナルサポート(PS) 支援チーム(個別支援実施の ための協議と勉強会等。支援セ ンター、社協、弁護士、司法書 士、臨床心理士等で構成)	会議 24 回 学習会 2 回	会議 24 回 学習会 1 回	会議 24 回 学習会 3 回	会議 24 回 学習会 2 回	会議 24 回	会議 25 回 (セミナー 12 回含む)

さっちゃんのレシピ 「アボカドのパン粉焼」

【材料】アボカド1個、マヨネーズ大さじ1、しょう油大さじ1、パン粉少量

【作り方】① 良く洗ったアボカドは半分に切り、種を取る。

② マヨネーズとしょう油をよく混ぜ合わせる。

③ ①の種を取ったくぼみに②を入れ、上からパン粉をふりかける。

④オーブントースターで15分焼く。焦げるので、アルミホイルをかぶせ火力を調節する。

*アボカドはサラダなども良いですが、過熱すると違った食味が楽しめます。お試しあれ！



【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
4/16(土) 10:30~12:00	あおぞらカフェ「オンラインヨガ講座」③	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3弾！ 主催：あおぞらカフェ実行委員会	オンライン 開催
5/15(日) 10:00~15:00	岩手県宮城県「気軽にお茶飲み交流会」	コロナ感染対策を徹底して、近況報告などを行います。主催：気軽にお茶飲み交流会実行委員会	東海市しあわせ村(名鉄聚楽園下車)

《編集後記に変えて・・・東日本大震災・福島原発事故から11年目の日に 2022.03.11 記》

時々刻々//ロシア軍のウクライナ侵略とチェルノブイリ原発/福島原発



- ★ 今、世界中がロシア軍によるウクライナ侵略を注視し、胸を痛め、抗議の渦が広がり続けている。
- ☆ 首都キエウ(キエフ)市と周辺の町に、東部のハルキウ市に、南部のヘルソン市に、マリウポリ市に、中部のジトーミル市に、ロシア軍がウクライナ全土を取り囲むように進撃、爆撃している。
- ★ そして、北部のベラルーシとの国境付近に位置するチェルノブイリ原発を占拠し、南東部のザポリヅジャ原発でも攻撃による火災が発生し、占拠されたとも。さらに北西部の原発等も狙われている。チェルノブイリ・福島原発爆発の二の舞とならないかと、世界が固唾を飲んでる。
- ☆ チェルノブイリ原発の周囲30キロは「ゾーン」と呼ばれ、35年間なお立ち入り禁止が続いている。原発は「ドーム」で覆われ、各国からの科学者・技術者など専門家5,000人が廃炉へ向けて働いている。
- ★ 運転員らはロシア軍に人質に取られているという。ロシア軍が彼らに変わって、事故を起こした原発を安全にコントロールできるのか？もう決して被ばく者を生んではいけない!!
- ☆ 案じていた通り、チェルノブイリ原発の使用済み核燃料を冷却する電源が失われた！/監視システムからのデータ送信が停止した！など。11年前に、時々刻々と拡大していく福島原発事故にドキドキ、オロオロしたことがよみがえる。しかもこれは戦争であり、戦争は全てを破壊する。
- ☆ ウクライナに住んだことのある筆者にとり、第2の故国。自国を愛し生きる心温かい友人たち、子どもたち、事故処理業者たち、全ての国民の命を守りたい。あの美しい街を、豊かな大地を、長い歴史を、洗練された文化を守りたい。人々の人権と自由を守りたい。
- ☆ 自分にできることは何か、何かをしたいという志を、人々を支援することに変えることができる。(スタッフ 戸村 *地名はチェルノブイリ以外ウクライナ語表記)

<詳しくはチェルノブイリ救援・中部のHP参照➡>

