

あおぞら

発行：愛知県被災者支援センター
住所：名古屋市中区三の丸 3-2-1
愛知県東大手庁舎 1階
TEL：052-954-6722
FAX：052-954-6993
開館：月～金 10～17時



3年目もよろしくお願いたします

東日本大震災の地震・津波・原発事故が原因で愛知県に避難されている皆様へ

3年目も愛知県被災者支援センターは継続が決まりました。

皆様におかれましては、まだまだ大変な生活が続きますが、問題解決まで、どうか避難者同士お互いに生活を尊重し合って、励ましあって、温かい関係が続けられるような環境を作り、維持して頂ければと思います。そのようなことに心がけて、スタッフ一同、これまで通りの支援サービスを続けます。顔写真を載せて決意を表し、ご挨拶いたします。



「アースデイいわき in なごや 2013 ～愛知 meets 福島～」実施報告

たくさんのきっかけがありました。

「愛知の人に恩返ししてから帰ってこい！」

「おまえの帰る場所は残しておくから心配するな！」

福島でがんばっている友人からの励ましの言葉。

「あなたが福島の魅力を愛知の人に伝えてみたら？」

愛知で出会った人から投げかけられた言葉。

しかし、何より行動しなくてはと感じたのが、被災者交流会での出来事でした。私と似た境遇で避難をしてきたご家族が、「明日生活するお金もなく仕事もない。支援してほしい」辛い現状を涙ながらに訴えている、お父さんの姿でした。会場の皆が同情的に接していましたが、不安そうに見つめる子どもの顔を見た瞬間、「これではいけない！」と感じました。「本気で動けば何でもできる！」まずは自らが挑戦し、行動することでメッセージを伝えたいと思いました。

偉そうに言う私自身も、故郷を離れたことに負い目を感じ、新天地の愛知県でモヤモヤとした毎日を過ごしていました。私は震災前、福島県いわき市でNPO 法人として、市民とのコミュニティづくりを目指し、荒れ果てた山を開墾し、子ども達と一緒に自然体験をする「インディアン村づくり」という活動をしていました。そこで毎年 3 月に開催していたのが、「アースデイいわき」というイベントでした。

震災で中止になった「アースデイいわき」を名古屋で開催しよう！思い立ったその日にすぐ企画書を作成し、久屋大通公園を予約しました。企画の意図を知った愛知県被災者支援センターも、協力を申し出てくれました。愛知県から推



薦状をもらうこともでき、福島県の助成金事業にも採択されました。

こう記すとすべて順調に進んだように聞こえますが、この時点で、開催予定の 3 月までは残り 2 カ月。周囲からは「来年の 3 月でしょ?」「時間もないのに無茶だ!」「金もないのに無謀だ!」「知り合いはいるの?」「一人で何ができるの?」「きちんとした企画書は?」「パンフレットは?」

たくさんのご指摘をいただきました。さらに、「“いわき”なんて知らないから“アースデイ福島”に変更した方がいい!」とアドバイスされ、完全に全身のスイッチが入りました!私の故郷のいわき市は、福島県の中でも特別に複雑な問題を抱えている地域です。地震、津波、原発事故、風評被害、人口増加、補償問題の格差など、震災の影響が現在進行形で変わっている場所でもあります。このイベントをやり通すことで“いわき”を知ってもらうことになり、被災地に目を向けてもらうきっかけにもなると確信しました。

そして、お金も時間も仲間もないから、たった一人で始めたけど、本気になれば絶対にできる!ということを伝えたいと思いました。さらに本気モード全開で動きだしたら、手を差し伸べてくれる人が日に日に増えていきました。「放っておけない!」「手弁当でも手伝いに行くから!」「私にできることがあるかしら!」「あの人を紹介してあげる!」

イベント開催の 10 日前、アースデイいわき実行委員会の初会合が開かれました。この日初めて顔を合わせる人ばかりでしたが、30 人以上の協力者が会議室に入りきれないほどあふれていました。はじめて一堂に会した人たちでしたが、みな同じ方向を見てくれていました。

開催前日には、平日の日中にもかかわらず 70 人も有志が集まり黙々と準備作業をしていていました。「できる!」奇跡のような物語がはじまる予感を、この時初めて感じました。



前日までの雨予報を変えるほど熱い思いは天にも通じ快晴の二日間でトータル 2 万人の来場者を出迎え、いっぱい笑顔と感動が満ち溢れた希望を感じる奇跡のような空間となりました。

大震災から 2 年が過ぎ、無関心になっている人が増えたと言うマスコミも多いですが、私は今回のイベントを通じてまったく違うと感じました。関心はあるけど、何をしたいのか？ どう関わり合いを持てばよいのか？ そのきっかけがないだけなのだと、よくわかりました。



このイベントに関わってくれた皆様、誰ひとりが欠けてもこのイベントは開催できませんでした。皆様の大切なお金と時間と人脈とお知恵をおしげもなく提供していただき、無事閉幕できました。感謝しても感謝しきれない気持ちでいっぱいです。

活動を続けて、伝えていくことで恩返しをしていきたいと思っています。

本当にありがとうございました。

(アースデイいわき 実行委員長 吉田拓也)

「アースデイいわき in なごや 2013 ～愛知 meets 福島～」に参加して

最初に思った感想は、「このイベントは成功するのだろうか？」でした。私の周りの東北支援をしてくれている人たちが、facebook やクチコミでアースデイに関してつぶやき始めたのが 2 月 21 日、開催まで 1 ヶ月の時点でした。その時は関わるつもりも無く、一つのイベントとして傍観していました。失敗しても自分には関係無いと。

それから 1 週間ほど経った日に私は間違っていると思い、アースデイへの参加を決意しました。震災直後にボランティアしていた時は、困っている人のために自分の出来る事を全力を出して行きました。何故その時の気持ちを忘れてしまって、失敗するかもしれないと思っているイベントを傍観するのだと。傍観するのではなく、自分の出来る事を出し切って成功へ向けて協力すれば良いのではないかと、思っていきました。そして自分に出来る事を模索しながら、アースデイに関わって行きました。

私は普段の東北の物産販売や東北グルメの屋台をイベントで出しているのですこの部分と、ゆるキャラやのぼりを借りて当日の賑やかさをしよう。私が出来るのはこの 2 点ぐらいでした。

来場者は来るのだろうか？ との不安の中で迎えた当日、いざ蓋をあけてみると 1 日目は 5 千

人、ステージ前には人だかりも出来ていて、2 日目はさらに前日の倍以上の方の来場でした。私が準備した牡蠣 700 個にホタテ 400 枚も全て完売と大盛況。終わってみると予想を大きく上回る盛り上がりを見せ、大成功で 2 日間を終えました。

今回のイベントは吉田さんを中心にして各自が自分の持っている得意分野を如何無く発揮して、共同で作成したものだと思っています。テントや机を提供してくれた方や、ステージ進行や出演・音響を担当してくれた方、ボランティアの募集を行う方など様々な方が、もの凄いパワーを持って協力してくれました。イベントにほとんど経費をかけていないにも関わらず、あれ程の規模の大成功を収められたのは、本当に皆さんの持っている力を結集したからだと思います。

今回参加して得た一番の収穫は、みんなの力を合わせると本当に大きな力になるんだ、と言う点です。そして一東北人として、もっと情報発信をしていかなければならないと痛感しました。まだまだ愛知で出来る事がたくさんあります。これからも地元東北のために、全力を出して行きたいと思っています。

(東北産直プラザ みちのく屋 若林 隆之)

いっしょにやりますの集いに参加して

3月10日(日)、大府市民活動センターコラピアで開かれた、「いっしょにやりますの集い」に参加させていただきました。愛知県内に避難されている被災された方と、支援者が手をつなぎ、その時々課題を出し合い、できることをさぐりながら一緒にやってみよう、という集まりでした。孤立しがちな避難者の方が参加しやすいように、県内様々な所でこうした集いが開かれ、今回で8回目ということでした。大府市内での開催は初めてでしたし、こうした会の存在を私は、知りませんでした。ざっくばらんな雰囲気での会でした。

知多地域に避難されているお二人の状況や、被災地の現状を聞かせていただき、胸が痛みました。そして、支援者側も「どうしたら、お一人おひとりを支え、元気づけられるのか」を考え合おうと、それぞれの活動や想いを語られ、意見交換がされました。

みなさんが一生懸命に、おたがいさまの気持ちで支え合おうとしていることに、私も元気づけられました。今回は、大府市に避難されている方は来られませんでした。文化も言葉も違う知らない土地で、どんな毎日をご過ごされているのでしょうか。何かお力になれないだろうか、と

思いながらコンタクトを取る術がないままに、月日が過ぎていきます。

今回のみなさんのお話の中にもありましたが、「結局のところ、人と人」。あれだけの災害ですから、すぐに復興したり問題が解決できるわけではありません。でも、人が関係を築き、繋がりあうことで、心がいくらかでも明るくなったり、困難を乗り越えようとする気持ちが持てるのではないかと思います。

一人ひとりができることはささやかでも、共に力を合わせることで、解決できることがある気がします。そのためにも、こうした会の存在を広く知らせ、公民様々な立場の方々が集って、考え合う場を継続して持てるといいと思いました。人のためであり、自分自身のためでもあると思っています。気負わずに、自分らしく自然体でできることを、みなさんといっしょにやっていきたいと思います。

(あつまり処わのや主宰 大西小百合)

<http://www2.odn.ne.jp/mp-tapprin/wanoya.html>

※毎月11日(11時～14時)に、コラピアで東北物産市を開くことにしました。みなさん、東北の美味しいものを買いに来て下さいね。

第8回お茶っこサロンに参加して

第8回お茶っこサロンは、瑞穂区にて3月31日(日)開催されました。

当日はあいにくの曇り空でしたが、桜の名所である山崎川付近の散策も、ガイドボランティアの方々のご案内で、ゆっくりと堪能することが出来、とてもありがたく感じました。

散策後は地元のお菓子(桜のお花がのったマドレーヌ)を、参加された皆さんと談笑しながら

らいただき、ほっと一息つきました。

視覚も味覚も満たされ、大人も子どもも楽しく笑顔の一日となりました。

次回のお茶っこサロンは、4月20日(土)北区の名古屋市総合社会福祉会館での開催です。初参加でも気負う事なく過ごせますので、お時間の都合のつく方は是非ご参加下さいませ。

(ペンネーム：とりさん 名古屋市東区在住)



第6回囲碁クラブ交流会

3月30日は、前の週から風邪をひいて寝込んだあとだったので、体調はすこぶる良くなかったのですが、東片端でバスを降りて会場である日本棋院中部総本部のあるビルに向かいました。気のせいかな、前を歩いている年配の方々は皆同じ方向に向かってるように思えました。やはり皆、日本棋院へ入っていきます。私も続いて2階の受付に行きました。そこから見えた会場は超満員。もう対局が始まっており、内部の熱気が廊下にまで伝わるようでした。そういう対局室が2部屋ありました。そこを通り過ぎて、私たちの「第6回囲碁クラブ交流会」は、やや奥まったところにありました。被災者支援センターのスタッフをはじめ、いつもの皆さんで準備がしっかり整えられていました。

私たち夫婦は、名古屋市にお世話になってまる2年。今年2月の蒲郡での交流会に初めて参加し、そこで瀧川さんにもお会いできました。実は震災直後の一昨年4月、こちらに来てすぐのことだったのですが、栄の路上で募金活動を

なさっていたグループの皆さんに、「ありがとうございます」と声をかけさせていただきました。そのときが瀧川さんとの初対面だったのでした。思わぬ形で蒲郡で再会し、旧知の友にあったような懐かしさを感じていたので、今日もまた会えて、表には出さねど嬉しく感じました。

肝心の囲碁クラブの参加者は私も含めて数人で、お世話をしてくれる支援センターの皆さんの方が多くくらいで、非常に恐縮しました。お天気が良すぎて、お花見のほうに流れた方が多かったのではないのでしょうか。囲碁は大好きで、かつては熱中していた時期もありましたが、ここ十年ほどは石を握っていませんでした。お粗末なザル碁で上級者にお相手をしていただき、また、心温まるお世話をしていただきながら、大変楽しいひと時を過ごさせていただきました。瀧川さんをはじめ、皆さんには感謝の一言です。いつもありがとうございます。私も何かできることがあれば、いつかご恩返しをしようと思います。

(匿名希望 名古屋市在住)

「めぐりあい交流花見会」に参加して

4月7日(日)に「発達センター あつた」で開催された「めぐりあい交流花見会」に参加させていただきました。

開催日程前日に春の嵐が直撃したため天候が危ぶまれたのですが、当日の朝には雨も上がり、少しの肌寒さを感じるも晴れ間も見え、とても気持ちの良い1日となりました。

私達が到着いたしますとすでに大勢の方たちが。後程お伺いしたところ、25世帯76名(大人41名、子ども35名)、支援ボランティアの方(約100名)が参加されたとの事でした。

すぐにボランティアの方達がいらして子ども達と遊んでくださいましたので、私達はバザーを見たり、他の方とお話したり交流を楽しみながらゆっくり過ごさせていただきました。

また、桜がハラハラ舞う中、わたあめ、チョコバナナ、焼き肉、おにぎり、宇都宮餃子、みたらし団子、浪江焼きそば、焼き鳥、豚汁、フランクフルト…と沢山の美味しい食事や飲み物をいただきました。どれをいただいてもとて



も美味しく、子ども達も大変喜んでおりました。

他にもステージ企画で歌や演奏、踊りなど大人も子どもも楽しめる、いろいろな催し物が目白押し。ジャズの生演奏も素晴らしかったです。まるでお祭りのような1日でした。

お土産にいただいたお米も、炊くとピカピカしていてとても美味しかったです。本当にありがとうございます。

いつも楽しいイベントを開催していただき、家族一同感謝の気持ちでいっぱいです。また参加できればと思います。今回も楽しい1日をありがとうございました。

(三浦みちる 名古屋市中区在住)

おいでん保養活動の報告・感想文

我が家では、この 3 月 27 日～30 日の 4 日間、2 家族合計 6 名（大人 2 名・小 6 男子・年長女子・年長男子・2 才児女子）の方たちの、保養の受け入れを行いました。受け入れを決めてから実際に来られる方をお迎えするまでに、「コンシェルジュ」というかたちでメールやお電話などで何度かやりとりをさせてもらえたので、滞在期間の過ごし方などが予めイメージ出来たことと、一緒に来られる子ども達の年齢が自分の子どもと近かったこともあり、特に大きな不安もなく当日を迎えることが出来ました。

保養に来られる方達から、「福島に戻ってから実際に使える、自然のお手当など学びたい」、「子どもを外で思いきり遊ばせたい」、「甲状腺検査を受けたい」、「郷土料理など知りたい」、「地元の方達と交流したい」等々のリクエストがありました。そうした意見を尊重しながら、もう一人のコンシェルジュの方と相談し、スケジュールを組みました。

27 日（水）夕方到着。受け入れ側の家族と、コンシェルジュの方と食事をしながら交流会。

28 日（木）午前中、喫茶店のモーニングへ。午後は、福島の方達は名古屋の病院まで甲状腺検査へ。午後は、お寺で活動している育児サークルのメンバーから有志を募り、郷土料理「五平餅」を手作りし、福島の方達と夕食を共にしながら交流会。

29 日（金）10 時～14 時、講師の方を招いて、「自然法のお手当講座」を開催。午前中はこんにゃく湿布。午後はリンパマッサージ。子どもたちは



境内の広場を解放して、自由に外遊び。

夕方から、同じく育児サークルのメンバーから有志を募って、バーベキュー交流会。

30 日（土）は、午前中に集合場所まで車で移動し、そちらで 1 日一緒に過ごしました。

実際に受け入れを行ってから、それまで「遠いテレビの中の場所」だった「フクシマ」が、「友人の住む身近な場所・福島県」に変わったように思います。子どもたちも、「また〇〇くんと遊びたい」と口にしていきます。「保養に来る」という選択をする時点で、食事や日常生活全般についても、とても意識の高い方たちでした。「自分にとって 3.11 はどのような体験だったのか」等々、聞かせてもらう話はどれも重く、深く、「放射能と向き合って生きる日常」について深く考えさせられました。数日間の滞在でしたが、言葉で多く交流できたので、古くからの友人一家と一緒に合宿をしているような気持ちになりました。楽しい数日間でした。

（豊田市寺部町 守綱寺（しゅこうじ） 渡辺陽子）



小牧青年会議所 3 月度例会 報告

一般社団法人小牧青年会議所では、2011 年 3 月 11 日の東日本大震災を教訓に、この先、いつ起こるか分からない災害において自分達で出来る緊急時の対応、このまちに住む人々が安心できる術を地域のリーダーとして身につける必要があると考え、防災に対する備えをする為に、各関係諸団体と連携を図り、地域に適した防災のあり方を参加者と共に学び、人と人が助け合い、支え合える「つながり」の大切さを再認識する事を目的として、2013 年 3 月度例会を計画しました。

例会を開催するにあたり、震災により被災された方の実際の震災体験をお聞きして、体験した方では分からない情報、苦勞、事前の備えの大切さを学び、そして我々は震災体験のお話から多くの気づきを得るとともに、改めて、今後起こりえる災害においてどのような対処をする事が必要かと考え、愛知県被災者支援センタースタッフから宮城県東松島市で震災を体験し、小牧市に一時避難されています加藤好高さんをご紹介します。計 3 回の打ち合わせを行い、加藤さんの体験談をお聞きして講演内容を構築していきました。構築にあたり、画像・地図等の映像資料が必要と思い、宮城県東松島市役所及び株式会社三陸河北新報社より資料提供、加藤さんからも映像資料を頂き、3 月 12 日

小牧青年会議所 3 月度例会に望みました。

加藤さんより、この震災を風化させたくない思い、日常生活から常に地震に対して身を守る術を考える事、東日本大震災直後の出来事、そして普段の地震と違う揺れを感じすぐに高台に避難した事、津波があつという間の速さで到達した事、自分や家族の身を守る術があつたからこそ困っている方に手を差し伸べられた事、避難所の苦勞話や自主防災組織が立ち上がり加藤さん自ら担当者を名乗り上げた事、多くの方達より支援が受けられた事など、大変貴重なお話を伺える事が出来ました。

加藤さんの震災体験談を教訓に私達は自分自身や家族・従業員を守る為の自助の重要性、その自助があるからこそ共助へつながり、そして地域のリーダーをととして「鳥の目」「蟻の足」の精神で、この愛するまちを次世代に向けて守り、より豊かなまちを目指し明るい豊かなまちの創造に向け邁進していくきっかけが出来ました。結びとなりますが、加藤さんをご紹介します頂きました愛知県被災者支援センター スタッフの方、有難うございました。そして、震災体験を伝える事を通して、私達に大変貴重なお話を頂きました加藤さんに感謝致します。
(（一社）小牧青年会議所 まちづくり委員会)

名古屋のご当地紹介

名古屋には、珍しい地名や読めない地名がいっぱいあります。そんなご当地をご紹介します。

・ よびつぎ 呼続 - (名古屋市南区)

近世の東海道路でいえば、有松宿～笠寺観音～呼続なるみ～熱田宿(宮宿)とつながってくる。鳴海は呼続の東南の位置にあり、海のほとりにあつた宿である。その鳴海から浜が熱田方面につながっており、この浜辺のことを「よびつぎ浜」といったことから由来している。

宮の宿より渡し舟の出港を、「船が出るぞー!」と呼びついでことから「よびつぎ」の名があるとも言われている。

出典：名古屋地名の由来を歩く 著者：谷川彰英 出版社：ベストセラーズ
(編者 井川 真一 小牧市 在住)

公開フォーラム「大震災・原発事故 一人ひとりを地域で支える」

今年度一年のまとめと次年度の課題を考える公開フォーラムを、90名近い参加で開催しました。

第一部は「被災地と広域避難の現状と課題」。福島県二本松市などが拠点の、「特定非営利活動法人 JIN」の川村 博氏は、「福島は仕事はあるが、人材不足が続いている。働いてない被災者の自立を支援し、『胸に手を当てて、子どもたちに言える生き方をしよう』と呼びかけている」ことを報告されました。岩手県大槌町の「特定非営利活動法人 つどい」の元持 幸子氏は、震災で人口流出・少子高齢化が止まらないが、「日本の将来の最先端にいます」と前向きに語ってくれました。「3年目になって見えてきた、口にだせない住民のつぶやき」として、く周囲の動きが気になる×持ち家があるための遠慮×土地を離れると戻れなくなる不安×などにふれ、く仮設住宅で子どもや高齢者は出るが、若者の労働の情報はない×と報道と現状の違いを強調されました。東日本大震災支援ボランティアネットワークなごやの陸川 ようこ氏は、名古屋市へ避難されている方への「住宅・生きがい・地域における見守り」の例と、課題として「未登録の方への接触が難しい」「ニーズが多様化し、災害ボランティアの支援の枠を超える」ことを指摘しました。岐阜県の「特定非営利活動法人 泉京 垂井」の宇都宮 亮二氏は、岐阜に避難している佐藤さんの活動にもふれ、「私たちとつながって、地元のつながりができて活動を立ち上げることができた」「地域ニーズを広いながら活動している、行政には現場を見て欲しい」と述べました。

第二部は「2013年度に引継ぎたい重点」。「住んでいる地域で、一人ひとりを支えるネットワークをどうつくるか」のテーマで、安城市と安城市社協からは「市と社会福祉協議会・地元町内会の福祉委員会との草の根の結びつきがある」「登録時に個人情報提供の確認をして、良いという方に民生委員と同行訪問した」「被災者支援で特別なことをしているとは思ってない。必要な情報が共有できる仕組みがあり、ふだんから地



域の方とのつながり・信頼関係ができていた」と強調されました。小牧市からは「平成24年に危機管理課が担当になり、どんなことで困っているか聴こうと福祉部門の職員と訪問した」「平成25年度は社協とも協力したい」。小牧社協からは「避難者交流会をたくさんの方がつながっていけるように進めてきた」「交流会にきてない人の思いを知るため個別訪問に同行し、公的サービスできない生きがいくりの情報をつなげた。今後4,000人のボランティア登録者とのつながりをもちたい」と報告されました。

続いて「医療、健康、心の支えのネットワーク」について。愛知県から、大府小児医療総合センターで、愛知県に避難されている15歳以下の子どものうち、福島県を除く方に案内し、保険診療の範囲で甲状腺診察を実施していることの報告がありました。パーソナルサポート支援チームから、愛知県臨床心理士会との協力、甲状腺診察をする医療機関の把握を行ってきており、健康管理や不安に応える場を設けたいと報告されました。

第三部は「社会的に権利を守る」。「福島の子どものを守る弁護士ネットワーク」の江口 智子弁護士から「子ども被災者支援法」について、「避難区域による賠償の差があり、賠償だけでは限界。支援が大切」「放射性物質の影響は科学的に十分解明されていない。『被曝をさける権利』『とどまる事情』『いろんな事情から帰還したい思い』も尊重し、生活支援策や健康被害の未然防止と医療費減免も盛り込んでいる」「法律で予算措置が定められておらず、現時点では理念法にとどまる」ことが話されました。3月15日に復興庁から出された「原子力災害による被災

者支援パッケージ」については、「一定地域の母子避難の高速道路の無料措置は復活したが、子ども被災者支援法の趣旨がふまえられず、意見を反映させる措置がとられてない」「京都市・大阪市などで意見書が議決されている。被災者・支援者が粘り強く声をあげることが重要」としめくりました。

「東日本大震災支援全国ネットワーク」からは、東海・近畿・福島等全国で開いた支援団体のミーティングに共通する悩み（ノウハウ、避難者間の軋轢・分断、行政のリアクションがない）とともに、「都道府県をこえたつながり」「行政とNPOと一緒に取り組む事例」「避難された人の組織や動き」が紹介され、全国のつながりをつくっ

ていきたいと述べられました。

まとめで、「全国コミュニティライフサポートセンター」の池田 昌弘 理事長から「震災から2年経ったが、普通の制度にもどって支援もれを生まないように、被災地の取り組みを現行の仕組みを変えるきっかけにしましょう」と強調されました。

「東北の方、愛知県で受入を行う団体、医療関係者、弁護士など様々な立場からの話を聞いたことで、包括的に一つの問題に取り組むヒントを得られたと思います」との感想のように、2013年度に引き継ぐ豊富な内容を、学ぶことができました。

（愛知県被災者支援センター スタッフ）

「尾張温泉ふれあい交流会」に参加して

3月17日、愛知県被災者センターが蟹江町で開いた「尾張温泉ふれあい交流会」に参加しました。東日本大震災をきっかけに東北地域から愛知県に避難された方が、15世帯35人参加しました。私は、愛知県被災者支援センターのスタッフに紹介していただき、お手伝いさせていただきました。

少し、私の話をします。私は、現在は名古屋市の会社で働いていますが、震災時は東京にいました。電車が止まって会社から家に帰れず、友人の家まで1時間ほど歩きました。あの夜は、町が帰宅難民であふれていました。

次の日以降、東京電力福島第一原子力発電所の事故があり、世界が一変しました。被災地を思うとともに、食べ物や放射能の数値を心配したり、計画停電に振り回されたり、緊張して過ごしていました。

名古屋には2011年の9月、会社の転勤で来ました。こちらは関東と比べ、震災の話題が少ないと感じました。しかし、被災地が気にかかっていたこともあり、こうして声をかけていただいたことに感謝しています。

交流会では、福島県で家具制作をしていたという方と話しました。こちらで、奥様や息子と一緒に生活しているということでした。私が聞



いた質問に、嫌な顔ひとつせず、気さくに答えてくださったのが印象的でした。交流会にいらした一人ひとりが自己紹介をされていましたが、みなさんにここにしていました。

失礼な言い方かもしれませんが、率直に言えば、「辛い経験をしたのに、思ったより普通なんだな」と感じました。もっと暗かったり、どんよりした雰囲気になるのかとイメージしていたので。私の滞在時間が短かったこともあり、一人ひとり、違うとは思いますが、なぜなのか、何を考えているのか、人間の強さなのか。もっともっと、話が聞きたい。そして、できることがしたいと強く思いました。

勉強不足、経験不足もありますが、今後も、交流会など参加していきたいと思っています。福島からいらした方に、「あんたは気が強そう。もっと穏やかにいなさい」と声をかけていただきました。みなさんに、いろいろ教えていただきたいです。よろしくをお願いします。

（愛知県被災者支援センター ボランティア
坂本 智佳子）

私達の健やかな生命を輝かせたい

「命の輝きを食卓に」とのメッセージをお伝えしながら、有機野菜料理を中心にオーガニックカフェを始めて13年になります。「食べる」ということは、生きるということと同義である位、健康な時も、病める時も、幼な子にも、年寄りにも、みな等しく毎日の営みです。それはお腹を満たすものであったり、元気に暮らしてゆくことであると同時に、美味しく楽しいことでもあるはずです。私がこの仕事をスタートした25年前に遡りますと、私達をとりまく食の環境は心配なこと不安なことがたくさんあり、特に子どもの好きなパンやお菓子、卵やお肉に農薬や添加物がいっぱい、穀物や野菜果物の多くに、殺虫殺菌発芽防止の放射線照射など危ないことが行われていました。そういう時代に子どもも大人も元気に暮らし、美味しく楽しく食べて健康に生きることを目指すためには、食べるものそのものに生命力が強くなければいけないんだと気付きました。

大地で太陽のエネルギーを思いきり浴び、四季の巡りどおりに植物自身の成長に合わせた栽培がされること。そうした野菜は色も鮮やか、香りも強く、味も濃くて、本当に美味しいですし、普通には、むかれたり、捨てられてしまう皮や根や外側を野菜丸ごと使うことで、旨味が十分発揮されるばかりか、様々な効用があります。身体にとりこんだ有害な化学物質や、病気のもとになる過食や高脂肪、高たんぱくを、身体の外へ排泄してくれるそうですし、細胞の酸化老化による血液、血管、身体の機能低下を防ぐこともできます。

料理に使う調味料では、海のリネラル豊富な自然塩や、日本の伝統調味料といわれる味噌、醤油、酢、酒、みりん、植物油など、日常的で極くシン

プルなものです。自然塩は、身体によくないものを摂り込まないようにブロックしたり、発酵調味料は良質なアミノ酸類を身体に合成して、化学物質排除に大きく役立つことが立証されています。

今や日本の食は、安くて大量なコンビニエンス食、スーパー・デパ地下のお惣菜、格安弁当、ワンコインランチと、健康には心配な方向へと流れています。家庭・台所で、ひと手間ふた手間の心掛けをすれば、心の負担もふり切って、元気な生命力溢れた美味しい食生活ができると思っています。そうは言っても新鮮な有機野菜はなかなか手に入りにくいかもしれません。ちょっとした工夫として、果物はヘタの部分や皮はよく取り除き、葉物野菜は根を切ってよく洗い、夏野菜やエンドウ、ブロッコリーなどは水に漬けたり流水洗いするだけでずいぶん違うようです。魚は塩水に、肉は酢水に30分位漬けておき、加熱調理がよいかと。

食べたエネルギーだけでなく、身体の健やかな機能アップのために使う食材は、御飯に麦や雑穀を混ぜて炊く。ヒジキ、昆布、ワカメなど食物繊維の多いものを加える。大根、玉ネギ、長ネギ、ニラ、生姜など香りの強いものを欠かさないようにする。太陽のエネルギーを浴びたお豆や乾物を取り入れるなど考えるとよいかと思います。

私の料理教室では、お味噌、梅干し、米粉菓子、麺類など、もうひと手間の手づくりを楽しんでいます。食べものの命の力を信じて、困難に負けない身体をつくって、私達の健やかな生命を輝かせたいですね。

(ポランの広場 宮澤 節子)

支援センターからのお知らせ

愛知県被災者支援センターでは、朝日新聞(当日朝夕刊)、中日新聞(当日朝夕刊)、東京新聞(前日朝夕刊)、岩手日報(数日前朝刊)、河北新報(数日前朝刊)、福島民報(数日前朝刊)、福島民友(数日前朝刊)をお読みいただくことができます。

原則、支援センターの下記の開館日時であれば閲覧可能ですが、会議や作業などでご遠慮いただく場合もありますので、お越しいただく前にご連絡いただくとありがたいです。

愛知県被災者支援センター

名古屋市中区三の丸3丁目2番1号

愛知県東大手庁舎1階

利用時間 月～金 10:00～17:00

(土・日・祝・12/29 - 1/3 休)

TEL : 052-954-6722 FAX : 052-954-6993

- ・地下鉄名城線「市役所」駅(2番出口)から徒歩3分
- ・名鉄瀬戸線「東大手」駅から徒歩3分
- ・基幹バス「市役所」停留所から徒歩5分
- ・とよやまタウンバス「県庁前」停留所から徒歩5分

あおぞら・情報掲示板

/// 南相馬市ボランティア活動センターからの
お知らせです!! ///

南相馬市(原町区・小高区)から避難している皆様が一
時帰郷をされる時などの、被災されたご自宅のお掃除
などのお手伝いをしています。

お手伝い

- ・ご自宅やお庭の掃除やお庭のお手入れをする時間が
無い
- ・家具の移動や、ごみの分別をする人手が足りない
- ・水路の泥出しや、ビニールハウスの片づけなど、力
仕事は大変
- ・なかなか帰れないので、誰かに敷地や庭の草刈りを
やっておいてもらいたい

こんな時は、ボランティアセンターにおまかせ下さい!
全国から集まるボランティアさんが無料で作業します。
必要な道具を持ってお伺いしますので、ご安心下さい!
是非一度ボランティアセンターにご相談下さい。

南相馬市ボランティア活動センター
TEL : 0244-26-8934 (10:00 ~ 18:00)
携帯電話 : 090-6046-5976 (センター長・松本光雄)
(10:00 ~ 18:00)
公式ブログ : <http://ameblo.jp/v-home-net>
所在地 : 〒979-2124
福島県南相馬市小高区本町 2-89
小高区社協会館

/// 家族で学不健康セミナー
「微生物が支える健康生活」///

日時 2013年5月19日(日)

13:00 ~ 16:30

場所 ウイングあいち 2階大ホール

名古屋市中村区名駅4丁目4-38

(名古屋駅 コニモール地下街 5番出口 徒歩 2分)

入場無料

内容 13:00 ~

講演 1)「現代医学の常識、非常識 ~健康への第一歩は
正しい知識から~」

杉本 一朗 医師

(医療法人 照燈会 理事長 脳神経外科専門医)

14:15 ~ 体験イベント

15:00 ~

講演 2)「EMが未来を復興する ~微生物のたいなる可
能性と幸福度の高い社会づくり~」

比嘉 照夫 教授

(琉球大学名誉教授 農学博士 EMの開発者)

16:25 ~ お楽しみ抽選会

主催 EM友の会事務局

TEL : 052-243-3758

申し込み

https://f.msgs.jp/webapp/form/15464_uww_15/index.do
詳しくは、「EM生活HP」をご覧ください。

<http://www.em-seikatsu.co.jp/>

学習

皆様からの情報をお待ちしています。

◆ 応募方法

◎ メールまたはFAXにて

E-mail : aozora@aichi-shien.net FAX : 052-954-6993

◎ 文字数 : 1情報につき 200字以内

◎ 氏名・現住所・電話番号を明記してください。

(実名・匿名・ペンネームなど、掲載の表記希望をお知らせください)

※ 掲載時、こちらで編集したり、内容によっては掲載不可となる場合もあります。その他、相談させていただく場合があることを、
ご承知おきください。

※ これらは、さまざまな方々から寄せられた情報を元に
掲載しています。
掲載された情報元にご確認のうえ、皆様の判断でご利用
ください。

あおぞら・情報掲示板

/// JIKLAN COFFEE (ジムラン コーヒー) ///

こだわりの音響で往年の JAZZ を BGM で聴きながら、心を込めて一杯ずつ入れられた優しい味のコーヒーがいただけるお店です。

ニで扱われているコーヒーは、種が植えられカップに注がれるまでの品質管理を徹底し、地球環境や生産者ことも考えられていて、更に「一般社団法人日本スペシャルティコーヒー協会」の評価で、一番高いランクを与えられた、安全で風味豊かな高品質のコーヒーとのこと。

コーヒーカップもシンプルで味のあるものが揃っていて、コーヒーや BGM をひきたえています。

また、季節ごとにお店のオリジナルブレンドのコーヒーが登場するので、季節の変わり目は特に楽しみです。スイーツも素材や産地にこだわっていて、粉は甘味のある北海道産が使われているので、どれも優しい甘さになっています。スイーツも季節によって変わるものがあり、旬のフルーツを使ったクッキーは、オススメの一つです。

お店の方もとても穏やかで優しい方々なので、毎回ゆったりとできて癒されます。ぜひ皆さんも一度足を運んでみて下さい。

(お子さんも、騒がしくなければ同席 OK のことです)

住所：名古屋市中川区一色新町 3-1202

TEL：052-303-4131

営業時間：11:00～18:00

定休日：月、火曜日

駐車場：5台

URL：<http://www.jimlancoffee.com/>

カフェ

/// オアシス 21 オーガニックファーマーズ朝市 ///

毎週土曜日、午前 8:30～11:30 名古屋栄の、オアシス 21 でオーガニック朝市が開かれています。

東海地方の有機農家が、自分が作った農産物、加工品を持って来て販売する「生産者の顔の見える」朝市で、毎週 20 軒程の農家が出店しています。

今年で、9 年目になり、常連のお客さんも多く、旬の安全な農産物が都会の真ん中で買えると好評です。

太田農園は米、野菜を持って毎週参加しています。

当農園は、野菜の収穫、田植え、稲刈りなど、農業体験を行っていますので、お気軽にお問い合わせください。

オアシス 21

所在地：名古屋市中区東栄 1-11-1

地下鉄東山線・名城線 栄駅から徒歩

問合せ：オーガニックファーマーズ朝市村

052-265-8371

太田農園

E-mail：ota-noen@deluxe.ocn.ne.jp

Blog：<http://otanoen.blog.fc2.com>

所在地：知多郡武豊町東大高浦の島 39-2

TEL：090-7301-1786

食品



皆様からの情報をお待ちしています。

◆ 応募方法

◎ メールまたは FAX にて

E-mail：aozora@aichi-shien.net FAX：052-954-6993

◎ 文字数：1 情報につき 200 字以内

◎ 氏名・現住所・電話番号を明記してください。

(実名・匿名・ペンネームなど、掲載の表記希望をお知らせください)

※ 掲載時、こちらで編集したり、内容によっては掲載不可となる場合もあります。その他、相談させていただく場合があることを、ご承知おきください。

※ これらは、さまざまな方々から寄せられた情報を元に掲載しています。掲載された情報元にご確認のうえ、皆様の判断でご利用ください。