

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



パパ・ママ・キッズ ☆ ゲンキ・すまいる・プロジェクト！1

夏休みも終盤の8月31日、春日井市少年自然の家にて「パパ・ママ・キッズ☆ゲンキ・すまいる・プロジェクト！」が開催されました。台風の影響で天気が心配されましたが、雨は降ることなく、蒸し蒸しと暑い日になりました。

午前中、子どもたちはボランティア大学生さんにお任せして、私は癒し体験の和室で、アロマトリートメント（マッサージ）を担当させていただきました。

子どもたちは、自然観察会、野外遊びなど様々な魅力あるイベントの中から、ものすごい迷いつつ、げんこつ飴作り、ぷち占いを体験したそうです。途中で和室に大興奮で入ってきて、報告しにきました。

癒し体験の和室は盛況で、癒されたいと思う人が多いのだなあ、と実感しました。かくいう私も施術する側ですが、他の整体や整膚を体験したくてうずうずしておりました。時間が空いたところで、整膚を体験させていただきました。とても気持ちがよくて、お腹が冷えていること、肩の凝りなどが判明。15分じゃ足りない！もっとじっくりやってほしい、と思いました。

お昼前に片付けが始まっていたおしゃべり



cafeに、少し顔を出せました。シフォンケーキとコーヒーをいただき、短い時間でしたが、普通に避難してることや放射能のことを話せるのは貴重でした。

お昼は野外炊事場で、子どもたちとボランティア大学生さんたちと合流し、バーベキュー、焼きそば、ずんだおはぎ、いかにんじん、サラダなどたくさんいただきました。事前に産地などをちゃんと調べておいていただいたので、安心して美味しくいただきました。子どもたちも家ではいつも手を付けられない野菜も、「玉ねぎ食べたよ！」と嬉しそうにたくさん食べていました。大学生のお姉さんの手前、頑張ったようです。

午後は息子の提案で、風も通らないむしむし暑いホールで、大学生さんたちに協力してもらい、延々と綱引きをやりました。娘は途中で念珠作りに参加し、大好きなキラキラビーズを集めて作り、大満足でした。大人の私もわくわくしながら、いろんなビーズの中から色の組み合わせなどを考えて作り、とても楽しかったです。

他にも参加しませんでしたでしたが、子ども健康相談会や生活・就労相談会、法律相談会など楽しむだけでなく、サポート体制がとても充実していると感じました。

私はこのような交流会や、支援センターが主催するイベントは初めての参加でした。人見知りなのでみなさんの輪に入れるのか不安で、今までは積極的に参加しようとは思っていませんでしたが、今回参加して親子でめいっばい楽しめたので、本当に良かったです。

スタッフの方々に感謝です。ありがとうございました！

（清水 知多市 在住）

パパ・ママ・キッズ ☆ ゲンキ・すまいる・プロジェクト! 2

8月31日土曜日に開催された「パパ・ママ・キッズ プロジェクト」に子ども3人と自分の4人で参加させて頂きました。6歳、4歳、1歳の子どもが居る私は、主人が仕事の為ほとんど家に居る事が出来ず、今まで参加したいなあ…と思うイベントなどがあっても、子ども3人を連れて参加する事は大変で、参加出来ずに居ました。3番目の子どもも1歳になり、自分から少し手が離れるようになり今回、春日井という自宅から30分位のところだったので、申し込みをして参加させて頂きました。

会場に着くと、直ぐに学生のボランティアのお姉さん2人が、子ども1人ずつに付いてくれました。最初は、子どもも緊張して照れながら居て、せっかく付いてくれているのに申し訳ない気持ちでした。しかし、30分もすぎると子どもたちは溶け込み、お姉さん達も振り回されて大変そうでした。

整体コーナー、ママカフェ、など色々なブースが設けられており、私は普段行きたくても行く事の出来ない整体をしてもらいました。とっても気持ち良くて、疲れが一気に飛んだ感じでした。あっという間にお昼になり、屋外の食事する場所まで移動しました。着いてみると、たくさんのボランティアの方やスタッフの方が暑い中、鉄板を使って焼き肉、野菜スープ、焼きそば、ずんだ餅、いかにんじんなど食べきれないほどの、たくさんの数の料理が並べられていました。私達は、お皿とお箸を持って好きな食



大好評だった、いかにんじん、ずんだもち

べ物を取りに行行って食べるだけです。果物好きな子どもたちは、贅沢にたくさんのメロンを食べて居ました。私は福島の郷土料理、いかにんじんを頂きました。実家に行くと私が好きなものを知って祖母がよく作ってくれてたなあ…なんて思いながら頂きました。食事も終了し、午後は子どもの健康相談会や、念珠作りなどがありました。ビーズなどが好きな子どもたちを連れて参加しました。たくさんの種類の中から好きなビーズを取って作るというものでした。子どもたちは、自分で作ったと言う喜びで気に入って、今でも付けています。最後までお姉さん達を振り回し、車に乗ったら直ぐに疲れきった様で寝ていました。

今回の様なたくさんの人達の交流会は始めてで、始めて顔を合わす人達ばかりでしたが、色々な人と色々な話が出来てとても楽しく、有意義な時間を過ごすことが出来ました。

支援センターのスタッフの方、ボランティアで手伝いをしてくれた方には本当に感謝の気持ちでいっぱいです。ありがとうございました。

(小野 恵美 小牧市 在住)



パパ・ママ・キッズ ☆ ゲンキ・すまいる・プロジェクト! 3

この度は、『ゲンキ・すまいる・プロジェクト』に参加させていただき、ありがとうございました。

最初、会場である『少年自然の家』とは違う場所の『東部市民センター』で、ボランティアで来ていた近隣のお母さまと一緒に、200人分のおにぎりとお東北地方の郷土料理である「ずんだおはぎ」を作りました。私は、ボランティアのお母さま方のお話を聞いて、「被災地に行ったことがないので、今の被災地の状況が分からないから、このようなプロジェクトに参加させてもらってよかった」と言っていたことが印象的でした。

200人分のおにぎりとおずんだおはぎを作り終え、その後「少年自然の家」へ移動し、バーベキューのお手伝いをさせていただきました。そこでは、被災者の方と一緒に肉や野菜を焼いたりしました。参加者の方々にたくさん食べていただき、嬉しく思いました。

また、私自身もいろんな参加者の方々とお話をさせていただきました。その中で、一人のお母さんがとても心に響くことをおっしゃっていました。「久しぶりに安心してたくさん野菜を食べることができました。ありがとう」その方は、愛知県へ疎開をされた方であり、一児のお母さんでもありました。やはり、被災者のみなさんは食べ物にすごく敏感で、産地を気にして毎日過ごしているんだと感じました。

食事後、子どもたちとふれあえる機会もありま



した。屋外でキラキラした笑顔を見せながら遊んでる子どもたちを見ていると、「子どもたちがたくさん外で遊べて、親御さんもリラックスして過ごせるような支援が、もっともっと必要なのではないか」と感じました。今回の「ゲンキ・すまいる・プロジェクト」は、子どもたちが思いっきり外で遊べて、日光をたくさん浴びることができて、大人はたくさんお話できる環境がありました。今回のプロジェクトに参加させていただいたことで、被災されたお子さん、親御さんが、少しでも安らげる交流機会を増やしていく必要があると感じました。

私が所属している『東日本大震災復興支援団体 愛チカラ』でも、このように被災者の方々が交流できる機会を作っていきたいと思います。今後も、このようなプロジェクトがありましたら是非とも参加させていただきたいと思います。この度は、本当にありがとうございました。

(東日本大震災復興支援団体 愛チカラ
宇野 瑞帆)

パパ・ママ・キッズ ☆ ゲンキ・すまいる・プロジェクト! 4

子どもに興味・関心がある、東日本大震災で被災された方々への支援がしたい! という想いから、今回の「ゲンキ・すまいる・プロジェクト」に参加しました。

私はこのようなボランティア活動に初めて参加したため、初めは不安や緊張もありましたが、子ども達の笑顔に触れることでそんな不安や緊張はすぐなくなりました。実際に無邪気で元気いっぱいの子供達と過ごした時間はとても楽しく、私も自然と笑顔になっていました。また、保育や幼児教育を専攻している私にとって、子ども達と過ごした時間は大学での学びを活かしたり、子どもへの理解をより深めたりすることができた時間

でもあり、貴重な体験ができたと感じています。

そして、保護者の方との交流では、食生活など、放射能から自分の身を守る大切さを教えていただき、自分の生活を振り返るきっかけとなりました。

今回、初めて「ゲンキ・すまいる・プロジェクト」に参加させていただきましたが、私にとってこのプログラムは、楽しいだけでなく、とても実りのあるものとなり、参加させていただいて本当に良かったと感じています。

最後になりましたが、スタッフの皆様には優しく親切な対応をしていただき、ありがとうございました。

(愛知淑徳大学 福祉貢献学部 4年 井藤 美賀)

子ども健康相談会

8月31日(土)の「パパ・ママ・キッズ ☆ ゲンキ・すまいる・プロジェクト!」の会場で、医師や臨床心理士に子どもの健康に関する相談や子育て相談ができる、「子ども健康相談会」を行ないました。

健康相談では2件の相談に対応しましたが、震災発生時に関東地方在住だったものの、放射線被ばくが心配で避難された方々でした。原発事故によってもたらされた放射能汚染の問題は、当時の状況を考えれば転居して被害を避けたいという気持ちになることは十分理解できます。慣れない場所に家族を連れての転居は心身ともに大きな負担になったことでしょう。

何とか暮らしも落ち着き、気になる身体症状や不安はあるものの、一家で前向きに生きていけるところまでようやくきている方もいれば、避難に対する考え方の違いが家族の間に亀裂を生み、実質的には家庭が破壊されしまった方も

いらっしやいます。お話の中には放射線被ばくに対する恐れが強く感じられ、この震災と原発事故が、平穏な家庭生活を終わらせてしまったことを実感させられました。同様の例は恐らく少なくないと思われませんが、時間をかけて傾聴する中で徐々に前向きな気持ちになっていただくことが必要だと感じました。

健康相談という看板で行いましたが、扱ったのは健康問題に限らず、避難された方々のこれからの人生設計全般に関わる根の深い問題であることを痛感させられました。

(愛知医科大学 医師 柴田 英治)

原発事故の影響で、福島からこちらに避難してきている方の相談会に参加させて頂きました。相談内容は単に健康のことだけでなく、生活全般にわたる深刻な内容が中心でした。

原発事故に関する家族間での価値観が一致せず、家族が分断され、バラバラで避難をされている実態がある一方で、原発の補償のことが未だ、曖昧なままになっているようです。周囲の人たちの中には「補償金 いくらもらってるの? だからあんな一軒家に住んでいるのでしょうか?」という言葉をかけてくる人さえいるとのことでした。

避難先では、公営住宅の無料での貸し出し期限の問題や、住んでいる地域で相談する相手がいなかったり、居場所がなかなかみつからないなどの問題もあり、生活習慣のみだれから体調もすぐれないとのことでした。

今回は二組の方々の話を伺っただけですが、それだけでも福島、原発事故の問題が如何に多くの課題を孕んでいること、何よりも、それらが解決の兆しを見せてないことがよくわかりました。

(南生協病院 医師 小早川 雄介)

小早川医師と共に健康相談会の1ブースを担当させて頂きました。

相談事にどうお応えできるか? 私でいいのか? 正直不安な気持ちでした。

当日2組の方が、「子どもの検査はどこで受けることができるか?」「住宅の無償貸出期限が切れるがその後どうしたらいいか?」「心無い言葉につらい思いをした」と心の内を語って頂きました。

病院内でお話を伺う際は、「事故当時どこにいたか」「事故後体調はどうか」など身体面の話になってしまいますが、ここでは一人ひとり違った悩みを伺うことができ、「これについては私で

も力になれる」「この点は〇〇分野かもしれない」とお手伝いできる方向性が見えてきた感じがしました。

私同様、当院のスタッフも実情がわからないために何もできないと思い込んでいます。被爆についてはお応えできないかもしれませんが心温かいスタッフが大勢います。互いにより解決策を導くことができればとても喜ばしいことです。

今回、このような機会を与えて頂き感謝しております。

(南生協病院 看護師 城間 裕子)

パパ・ママ・キッズ ☆ ゲンキ・すまいる・プロジェクト! 写真館



アロマハンドトリートメント



げんこつあめ作り



夏休みの宿題もやったヨ!



焼き板作り バーナーの火はちょっと怖かった…



食後、占いに行列が!?



子ども健康相談会



かまどの掃除もお父さん・ボランティアが
しっかりやってくれました!!



子どもたちは、ずっと元気に
走りまわっていました



地域の方々から
たくさん食材を提供いただき、
お土産にお持ち帰りいただきました

「相双地区交流夏祭り」に参加して 1

先日8月25日(土)、豊橋市で開かれた「相双地区交流夏祭り」に、参加させて頂きました。

私は、企画案からの参加で、当日は盆踊りのお囃子も担当させて頂きました。

人数が集まるか不安もありましたが、12世帯の方々が来てくださり、愛知に避難してから顔見知りになった方との再会もありました。

最初の自己紹介から、耳に心地よく響いてくる相双地区の方言。ふっと、福島にいるような気分になり、故郷の言葉は、やはり いいものだと思いました。

今回の参加者は、今も自宅に居住できない強制避難地区に指定されている方々。

あの日、何の心の準備もないまま自宅を離れ、まさか、避難がこんな長期になるとは思いもせず、気が付けば二年半。国の許可があれば、数時間の立ち入りは出来ますが、中には、一度も自宅に戻っていないという方も いらっしゃいました。

明るく楽しい自己紹介ではなく、少し重い内容ではありましたが、皆さん、前向きに愛知で

頑張られているという印象を受けました。

その後、昼食をとりながら交流を深め、盆踊りを踊りました。私は、父が民謡をやっていたので、子どもの頃から 生活の中に民謡がありました。自分自身も興味をもち、三味線を習っていました。その中でも、一番 思い出深いのが、今回の盆踊りの曲『相馬盆唄』です。夏になると、あちらこちらで耳にする、相双地区を代表する盆唄です。

一通り、踊りの練習をし、参加者とボランティアの方々も一緒に踊りの輪を作りました。愛知で故郷の盆踊りが出来て、私には夢のような時間であり、福島と愛知が一つになったような気がして、とても嬉しい事でした。

交流会の開催に協力、協賛して下さった皆様、多くのボランティアの皆様、ありがとうございました。

何にも変えられない思い出を、愛知でまた一つ作ることが出来ました。

(青木 幸子 豊橋市 在住)



「相双地区交流夏祭り」に参加して 2

愛知県豊川出身の私が、盆踊りを踊ったのは小学生以来？ 生のお囃子は人生初。初めは全然リズムにのれず戸惑いましたが、すぐに夢中になっていました。

愛知県被災者支援センターの瀧川事務局長とは2013年5月に、双葉郡富岡町視察のバスの中で知り合いました。私はその時、富岡町役場の方や国と、全国に避難された方とのきずなを取り戻す取組として、タブレット端末を使った情報配信システムのお手伝いをさせてくださいました。そこで瀧川さんに、愛知に避難されている方にも何かできないか、と相談させていただき、「相双交流夏祭り」に参加させていただくことになりました。

当日はタブレットコーナーで電源の入れ方から、文字の打ち方、好きな歌手の動画の探し方などのご相談をお聞きしました。ある方からは、「今まで情報が少なくて、自分達は置いて行かれているかと不安だった」とのご意見をいただき、ずっと私たちに何ができるだろうかと無力さを感じていましたが、私たちにしかできない支援

もあるのだと気づかせていただきました。

NTTドコモは、東日本大震災の被災地域の復興活動にお役に立てるよう、2011年12月「東北復興新生支援室」を設置しました。当時、私は名古屋で法人営業を担当していましたが、「東北復興新生支援室」の公募に手を挙げて単身赴き、携帯電話をつなげるだけでなく、人と人をつなげるのも私たちの使命として、瀧川さんをはじめ、参加していただいた皆さんとつながることができました。そして県外に避難されている方がこんなに不安に思っていること、タブレットがカラオケの代わりに使えること、そして盆踊りがとても大切なことなど、新しい発見があり内外に伝えていきたいと思いました。

今回は、今回参加できなかった方とも新しい発見をしたいと思います。役場や仮設住宅に通ううち身についた、私のヘンテコな東北訛りでいろいろお話をさせていただくのを楽しみにしています。

(NTTドコモ 平松)

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、毎月10日・25日の2回、さまざまな情報を皆様に提供するため、定期便を郵送しています。(名古屋市在住の方には、原則、名古屋市の情報と合せて、名古屋市より毎月15日・翌1日にお届け)

これら情報が届いていない、知り合いで届いていない世帯があるなどありましたら、愛知県被災者支援センターまでご連絡ください。

また、転居したり、登録情報の修正(世帯の一部転出・転入等)がありましたら、お住まいの市区町村の担当窓口、もしくは愛知県被災者支援センターまでお知らせいただきますよう、お願いします。また、住所表記等のまちがいなどありましたら、愛知県被災者支援センターまでお知らせください。

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

「相双地区交流夏祭り」に参加して 3

去る 8 月 25 日（土）、東京電力福島第一原子力発電所の事故による強制避難区域・旧警戒区域から、愛知県へ避難している世帯の交流会が、初めて開催されました。

今回は参加者兼ボランティアスタッフとして声をかけていただき、アロマハンドトリートメントのブースを担当させてもらうことになりました。

私自身、大熊町で暮らす父（現在は会津在住）の稼業を手伝うために、名古屋から富岡町への移住者ですが、子ども達はそれぞれ 2 カ月、2 歳、4 歳での引っ越しであり、個々の記憶の殆どは、福島とともに培ってきました。私たち夫婦も海と山と、共に土に触れて暮らし、主人も消防団員として地域の活動にも加わり始め、楽しくなってきた富岡ライフ 6 年目で起きた原発事故でした。

2011 年 3 月 12 日の早朝に避難命令が出て、川内村の避難所で数日間緊迫した日々を過ごす中で、とっさに持って逃げた物に助けられた経験がありました。

避難して二日三日経つと、子ども達の手足にしもやけができてしまいました。体育館の冷たい床の上に敷いていたのは、配給毛布が一枚。自宅から持ってきた毛布を、皆でかけていました。底冷えする体育館での暖房は間近にないければ、なかなか暖かさを感じることもできない。そんな中、3 番目の子どもが体調不良を訴え、泣きはじめました。保健師や消防士の判断で、



村の診療所へ向かいました。スクリーニングを受けてから中へ入るも、医療従事者より患者が多いのは明らかで、声をかけて受け付けるにも一苦勞、待ち時間も長く、全然薬が足りない上に、検査も思うようにはできない。専門医がいなければどうにもならない病気の方は不安定になっており、看護師に何度も苦情を言っているところを見て、子どもは怯えてしまうほど騒然としていました。ようやく呼ばれても診察には程遠く、半ば追い返されたようなものでした。これからどうしたらいいのだろうと、やりきれなさに包まれた時ハッと思いついたのが、家から持ってにげてきた天然精油、ハーブ療法の本、経絡を押す中医アロマセラピーの本でした。あっ！ これがあるじゃないか！ 今は私が、この子ども達の苦痛を和らげてあげられることができるかもしれない！ 子ども達の手や足はもちろん、背中まで植物油と天然精油を混ぜた物を使って、何度も手を当てました。何度でもさすったり、マッサージをしてあげる。時間はたっぷりあるので、ゆっくりと。マッサージと香りにつつまれて、落ち着く姿をみて自分も安心するのでした。

災禍のもと現代医療が機能しなくなった時に、歴史に残っている昔からの知恵に助けられた経験を踏まえて、勉強したハンドトリートメントの資格が、相双地区交流会で最初に活かす機会をいただき、嬉しかったです。またハンドトリートメント協会から有志で集まってくださった 7 名の先生も、「皆、笑顔いっぱい、参加させてもらえて良かった」、「誰かの為だけじゃなくて、自分たちもみなさんから笑顔を頂いて癒されました」、とってくださいました。

（愛知県被災者支援センター

編集委員 鈴村 ユカリ）

※ アロマハンドトリートメントについて知りたいという声がありました。興味を持たれた方は、あおぞら・情報掲示板（P.14）に情報を掲載しましたので、参考にしてください。

『第13回お茶っこサロンなごや』に参加して

8月25日(日)に、「お茶っこサロンなごや」が徳川美術館で開催されました。私は、子どもと二人で参加しました。当日は、あいにくの雨ではありましたが、徳川美術館の中は、凜としていて気持ちのいい空間で、贅沢な時間だなと感じました。

徳川美術館の説明の後、貝合わせ遊びを体験し、貝合わせに使う貝の作成もしました。そしておいしい団子のおやつもいただき、楽しい時間を過ごすことができました。

震災後すぐに、妻と子どもが関東から名古屋に避難して、私達家族は離ればなれになってしまい、毎日会えない寂しさはありますが、

妻から「お茶っこサロンなごや」や、他の避難されている方々との話を聞くと、支えてくださっている皆さんの温かさを感じ、感謝の思いがあふれます。

大人は気軽に話せて、子ども同士も楽しく遊べる。そこが「お茶っこサロンなごや」の最大の魅力だと感じます。色々な話ができる楽しい場、憩いの場として、今後も家族で参加させていただきます。

毎回企画して下さる方々に感謝しています。ありがとうございます。

(山本 健 東京都 在住)

ふれあいひろば小牧

9月1日(日)小牧市総合福祉施設ふれあいセンターで、「ふれあいひろば小牧」を開催させていただきました。

きっかけは、福島県白河市から昨年10月に家族4人で避難してきた方の声から生まれた交流会です。同じ小牧市に住んでいるきっかけで、実行委員長(名ばかりの)をさせていただいております。

今回、愛知県被災者支援センター、小牧市、小牧市社会福祉協議会、小牧市ボランティアの方々のご協力で開催できました。小牧市4家族、犬山市1家族、一宮市1家族と小ぢんまり話が見える集まりになりました。初めて会った・

初めて交流会に来たという人達の出会いの場になったことをありがたく、嬉しく思います。

台風も心配された日曜日でしたが、私達が話しに夢中になっていた昼過ぎに雨が降ったようですが… 行き帰りは雨にあたらずに済みました。

おにぎり・あさり汁・肉じゃが・菓子の差し入れもあり、楽しい時間が、あっという間に過ぎてしまいました。

反省点を踏まえ、2回目も開催したいと思います。次回もぜひ・次回はぜひお立ち寄り下さい。

(湊 房子 小牧市 在住)

＜アンケートご協力のお礼＞

先日臨時便にてお送りしました、「広域避難をされた方々の現状を正しく理解し、今後のより有益な支援等につなげるためのアンケート調査」にご協力いただき、誠にありがとうございました。アンケートの結果は、11月の定期便にてご報告させていただく予定です。

まだ提出していらっしゃる方は、お手数ですが9月30日(火)までにご記入の上、アンケート調査に同封した、返信用封筒に入れて「愛知県被災者支援センター」までご返送くださいますようお願い申し上げます。

【調査責任者】 名古屋大学大学院環境学研究科 教授 黒田 由彦 担当 浅井 南(修士課程2年)

愛知県被災者支援センター
460-0001 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
TEL : 052-954-6722 FAX : 052-954-6993

福島みんな！あそびにおいでん！プロジェクト

7月26日(金) - 31日(水)と8月2日(金) - 8日(木)の2回のおいでんプロジェクトが、今年の夏に開催されました。

その中で私が深く関わった8月5日 - 8日の報告をしたいと思います。

8月5日(月) - 8日(木)まで、豊田市の松平近くにあるマクロビレッジにて、福島ゲスト15名に保養して頂きました。マクロビレッジは山に囲まれた自然溢れるところにあるため、5日はバスがマクロビレッジまで到着できず、途中からスタッフの車に分乗してお昼過ぎに到着しました。2日 - 5日まで岡崎に滞在したゲストの皆さんは多少の疲れがありましたが、昼食を済ませてから、子どもたちはすぐ近くの川で川遊びを楽しみました。お母さんたちは、一緒に川遊びをする方や、お部屋でくつろぐ方など各自ゆったりと過ごしました。お風呂後は、ボランティアで来て下さった方のタイ式マッサージを、福島のお母さん達に受けて頂きました。普段一生懸命に子どもを守る生活を送っているお母さん達に、少しでも癒しの時間を持って頂けて良かったです。

6日は午前には予定していたマクロビレッジから徒歩10分の王滝溪谷が、雨のため午後延期。午前中はマクロビレッジ内で読書やトランプ、DVD鑑賞やゲームなど各自好きな遊びをしました。お昼に名古屋飯のてんむすを戴き、その後小学生以上は沢登りのチャレンジコースへ、乳幼児は王滝溪谷の浅瀬で2時間ほど川遊びをしました。お母さん達も水に浸かりながらたくさんおしゃべりをして、リラックスできていたように思います。チャレンジコースを挑戦した子どもたちは、達成感があって行きと帰りで表情が変わっていました。福島では思い切り自然体験ができないので、子どもたちの生き生きした表情が見られ、私もとても嬉しく思いました。川遊び後のお風呂では、福島の子、愛知の子、みんなごちゃ混ぜで入浴しました。同じ体験をすると仲良くなるのも早く、親として子どもの成長も嬉しく感じる瞬間でした。夕食後はマクロビレッジのイベントがあり、ライブや屋台など盛りだくさんの1日となりました。

7日は朝からクライミング体験。子ども一人



ひとり、丁寧に腰回りにベルトをつけてもらいました。「ロープを持つと落ちるぞお！」と何度も言われながら、手と足の力だけで上る子どもたちの姿は格好よかったです。降りてくる時には、岩壁に足をしっかりと付けて立って歩いて降りてきました。その不思議な感覚にどの子どもも笑顔で、本当に楽しそうでした。クライミングできなかった幼稚園の子ども達は、ボランティアで来て下さった幼稚園の園長先生に、山のお散歩に連れて行ってもらいました。キノコやセミの抜け殻集めを楽しむことができました。昼食後はハチミツ搾り体験。興味津々で説明を聞く子、味見が美味しくて止まらない子など、大人も子どもも楽しめたと思います。夕方からはマクロビオティックの先生を招いて、お料理教室。マクロビ餃子、芽ひじきご飯、焼き茄子、カボチャの天ぷらを戴きました。体に優しいお料理で、美味しく食べて頂きました。夕食後には「ら・びーた」によるコンサート。しっとりとしたオリジナルソングを中心に気持もゆったり過ごして頂けたように思います。

8日は朝から荷造りをして、スタッフの車に分乗してバスと待ち合わせ。バスが来るまで、福島のお母さんと愛知のお母さん達の交流は続きました。

マクロビレッジは山の中にあるため、買い物などで不便を感じた方や、いつもはクーラーなしでも快適なのに今年は猛暑でとても暑かったこと、大部屋での宿泊で疲れが取れない方など、大変な面もありましたが、自然体験をたくさんして頂けたことは本当に良かったと思います。夜は毎晩福島のお母さんたちと愛知のスタッフで語り合い、本音でいろいろな話が出来ました。いいことも嫌なことも一緒に体験できたことは、とても貴重な時間でした。子どもたちもす

ぐ打ち解け合い、仲良くなった分、最終日には別れを惜しんで涙ぐむ子もいました。愛知にいる私達にも多くの貴重な経験、気づき、勉強をさせて頂きました。ボランティアで参加して下さった方、食材を無償で提供して下さった方、マクロビレッジのスタッフ、支援して下さった団体、たくさんの方々のお力で、怪我や病気もなく無事に保養活動を終えることができました。ご縁に感謝して、また次回福島のママの笑顔に会いたいと思いました。

今回のプロジェクトではとても濃くスタッフとして関わらせて頂きました。

昨年夏に第一回があり、その時には自主避難してきた私が、どのように福島のママ達に関わればいいのかと悩み、考えている間においでんプロジェクトが終わってしまいまし

た。第二回は準備段階から、保養に来られるゲストさんと連絡を取り合い、一緒にプロジェクトを進めて行けるように、少しずつ変わることができたかなと実感できました。そして今年の夏は、ようやく本音で福島のママ達と向き合うことができたように思います。よかったと思う反面、福島に返してしまうと思うとやはり辛く感じる自分もいました。特に子ども達にはどうか元気でいて欲しいと強く願ってやみません。保養をきっかけに移住した方がいるという話を聞くと、とても励みになります。

短い期間でも綺麗な空気と自然体験でリフレッシュしてもらえること。また来たいと思ってもらえる活動にしていくこと。移住できない方にとって、保養活動が少しでも心の支えになっていたら、と願っています。

(ら・びーた 竹内 支保子)

低線量被曝勉強会が開催されました

8月24日、ウイנק愛知において、京都大学原子炉実験所助教の今中哲二氏を講師としてお招きし、低線量被曝勉強会が開催されました。当日は参加者数68名(うち弁護士61名)と、多くの方にお集まりいただきました。

今中氏は、専門は原子力工学ですが、「熊取六人衆」と呼ばれる原子力利用に否定的な研究者グループの一人として、これまで広島・長崎やチェルノブイリ事故等の調査、研究を続けてこられました。

講演では、放射線被曝による健康への影響として、一度に大量の被曝を受けた時に症状が現れる急性障害(確定的影響)と、被曝量は少なくとも細胞の受けた傷の影響が何年何十年も後になって現れる晩発障害(確率的影響)があることが説明されました。

低線量被曝で問題となる晩発障害の場合は、閾値は存在せず、放射線を浴びるほど健康被害のリスクが高まるというのが一般的な考え方です。このような考え方を裏付けるものとして、今中氏は、広島・長崎やチェルノブイリのデータを示しておられました。これらのデータによれば、広島・長崎では、被曝量が多くなるにつれてがんの発生リスクが増えており、また、チェルノブイリ事故の影響を受けたウクライナでは

1990年頃から子どもの甲状腺がんが劇的に増加しており、被曝により健康被害が出ることは明らかでした。福島でも、子どもの甲状腺がんが現実に発生し始めており、また、がん以外にも健康に影響が出るおそれがあることを危惧されていました。

そして、どこまでの被曝が受忍できるかという点については、一般的な答えはない、としつつも、国際的な基準であり法令でも定められている年間1ミリシーベルトが議論の出発点であると述べられていました。

特に、子どもは放射線に対する感受性が強いので注意が必要であり、子ども達を被曝から守るために、健康診断等のシステムを確立させるべきであることを強調されていました。

低線量被曝の問題は、原発事故の損害賠償請求訴訟をするにあたっては避けては通れない問題です。

その意味でも、今回低線量被曝について第一線で活躍されている専門家の講演を聴くことができ、非常に有意義な勉強会になりました。今回の勉強会で学んだことを被災者支援に活かしていきたいと思います。

(福島原発事故損害賠償愛知弁護士団
弁護士 土井 洋佑)

「20年後のあなたへ

－ 東日本大震災避難ママ体験手記集 －
発行：避難ママのお茶べり会

この本は、大阪に避難しているママ達の手記集です。

避難ママ達が支え合いたいとの思いから立ち上げた「避難ママのお茶べり会」という会の千葉、福島、東京から避難された3名のママが震災の頃の状況、避難を決断した時のこと、母子避難の葛藤、どん底の日々、それでも前を向いて生きて行く、お茶べり会との出会いなど、ママ達の思いが溢れた手記となっています。それぞれの手記の結びには、20年後のお子さんに宛てた手紙、ご主人に宛てた手紙も掲載されています。

3名の手記はどれも、うんうん、そうそうと頷きながら、そして時には涙が込み上げてきながら読ませて頂きました。

きっとこの手記を記す作業は相当に精神的にきつかっただろうと想像します。震災の日から現在までを振り返り、租借する作業は、一気に震災当時に時間を戻すものだと思うからです。私にも周りの方に震災のことを語った後に、しばらく落ち込んだ経験があります。子どもを被曝させてしまったかもしれないと自分を責めてしまうことも。納得したはずの選択に迷うことも、ふとした瞬間に訪れます。

今も葛藤しながら、それでも前を向いて生きて行く。大阪に避難したママ達と同じだなあと感じます。きっと全国各地に避難したママ達は同じような想いを抱えているのではないかと思います。この3名の避難ママは、お子さん達がまだ幼く、今の状況を理解できません。でもいつか自分から知りたいと思う時が来ると思うのです。

「なぜ父親と離れて暮らす時期があったの？」

「原発事故があった時、お母さんはどうしていたの？」

「なぜ避難を決断したの？」

その時が来たらその時の言葉で説明すればいいのかもしれないけれど、日に日に薄れていく記憶、震災から現在までの2年間の経験や学んだことは、今しか残せないのではないかとの思いから、手記を書こうと決断されました。

きっと、このあおぞらを読んでいる皆さんも、同じではないかと思えます。それぞれの想いを抱えながら、「今」を生きていると思えます。もしお子さんが小さいパパママがいらっしゃったら、公表するかは別として、ご自分のお子さんの為に体験や想いを記しておくのもいいのではないかと思えます。私はこの手記を読んで、書いてみようかなと思いました。きちんと振り返ることで、その作業はつらいことかもしれないけど、未来を切り開いて行く力が湧いてきそうな気がします。確かに日々の生活に追われ記憶が薄れて行くのも実感します。忘れないこと。これはとても大切なことだと思います。

前を向く力は、きっと周りに与えられるものではなく、自分で見つけるものなのではないかと思えます。その為に、そして未来の子ども達の為に書いてみようかなと思わせてくれた、そんな手記でした。

興味のある方は是非手に取って読んでみて下さい。愛情がいっぱい詰まった手記なので、とても勇気がもらえらると思えます。

（愛知県被災者支援センター

編集委員 竹内 支保子）

20年後のあなたへ

－ 東日本大震災避難ママ体験手記集 －
定価 500 円

注文は

避難ママのお茶べり会のホームページ

<http://hinanmama.jimbo.com/>

から申し込むか

E-mail : hinanmama@gmail.com

でお問合せください。

おいしいアイスクリームの作り方

私は、この夏休み、小学 1 年生の息子とふたりで、アイスクリームを作って食べました。生クリーム 50ML という中途半端な使い方は面倒くさいので、生 1 パック、牛乳 500ML 使い切りで、一気に大量に作り、食べきれない分は容器に移して、冷凍庫に保存して、時々食べました。乳製品や卵のアレルギーの方は、材料を工夫してください。アイスクリームのもとを作る段階で味見をしておいしければ、大丈夫です。

アイスクリームの材料の代わりに、ジュースを使うと、シャーベットも作れます。

塩には氷の温度を下げる性質があることが体感でき、化学遊びの要素もあります。

私の手持ちのアイスクリームメーカーで作るより、手軽で、冷凍庫の場所をとらず、しかも仕上がりは、なめらかで、ハイクオリティでした。

子どもと一緒に、手作りしてみませんか。

(あおぞら編集委員 吉田 育子)

材料)

生クリーム 50ML

牛乳 100ML

砂糖 大さじ 3

卵 1 こ

道具)

金属製のボール(大小)各 1 こ または ふたがしまる金属製の缶(茶筒や紅茶の缶など。口がひろい缶)と缶が入る筒(筒は、缶を入れた時に周りに氷を入れることができる大きさのもの。ウエットティッシュや乾パンの容器など)

泡だて器

ラップ

スプーン

氷 600g

塩 200g

輪ゴム 10 個

ガムテープ

作り方)

1. ボールの中にすべての材料を入れる。
さとう、生クリーム、砂糖、卵
2. 材料を泡だて器でよく混ぜる。(約 2 分)
アイスクリームのもとが出来上がり。
3. アイスクリームのもとを缶の中に入れる(缶いっぱいに入れず、半分くらいのところまで)

4. ラップをかけ、缶にふたをして、ガムテープでとめる
5. 缶を筒に入れる
6. 缶の周りに氷と塩を交互につめる
7. 筒のふたをしめてガムテープでとめる
8. 筒をタオルで巻いて輪ゴムでとめる
9. 筒をころころ転がす(約 20 分)親子で、テーブルの端に立ち、ころころすると具合がよい

※缶と筒が用意できない時は、缶と厚手のビニール袋 2 枚重ね、でも代用できます。
あるいは、缶を用いず、大小のボールで作ることもできます。

⇒ その場合、

1. 小さな金属製のボールに材料をいれて泡だて器でまぜてアイスクリームのもとを作る
2. 大きなボールに氷を敷き詰め、塩を入れる(氷 3: 塩 1 くらい)
3. 小さなボールを大きなボールの上においてラップをかけた後、大きなボール全体をタオルで覆う。
4. 30 分ほどたったら、材料をよくかき混ぜる。
5. さらに 10 分ほどおいて、材料をかき混ぜる。
6. 5 を 1 ~ 3 回繰り返すうちに、アイスクリームがしっかり固まれば、できあがり。



癒し

/// アロマハンドトリートメントの学校

Lavozou・らぼぞう ///

8/25(土)の豊橋市の「相双地区交流夏祭り」(P. 4)と、8/31(土)の春日井市の「パパ・ママ・キッズ ☆ ゲンキ・すまいる・プロジェクト!」(P. 1~5)、両イベントにてご自身も被災者であり、スクールで資格を取得された鈴木さんとスクールの認定講師の方々に、ボランティアでアロマハンドトリートメントの施術を行って頂きました。

天白区の住宅街の一角でアロマセラピーとハーブを楽しむ日々の生活の提案と、アロマハンドトリートメントと介護、看護へのアプローチといった学びの活動もしています。スクール活動以外にも、店頭ではアロマセラピーやハーブ、オーガニック製品とともに、ドイツのしホルム製品の販売も行なっていますので、お気軽にのぞいてみて下さい。

住所：名古屋市天白区元八事 3-352

TEL：052-832-8833

営業時間：平日・土曜日 9:30?18:30

定休日：日曜日・火曜日

HP www.lavozou.com



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。

/// ぎょぎょランド(赤塚山公園) ///

遊び場

東三河唯一の淡水魚水族館です。

館内には、とよがわの流れをイメージした水槽を配置した「流れの水槽」、ザリガニと遊べる「ふれあいの池」、とよがわに生息する小型の魚や両生類・は虫類、世界の熱帯魚を展示する「アクアギャラリー」などがあります。

また公園内には、ロバ、ポニー、ヤギ、ニワトリ、アヒル、フェレット、ウサギなど、かわいくておとなしい動物たちと親しめる「アニアニまある」や、水遊びのできる流水広場などもあります。

また、花見広場や花しょうぶ園・梅園もあり、散策しながら季節ごとの花を楽しむことができます。

所在地：愛知県豊川市市田町東堤上1番地30

TEL：0533-89-8891

FAX：0533-89-8892

開館時間：午前9時から午後5時まで

(ぎょぎょランド・アニアニまある)

休館日：毎週火曜日、国民の祝日の翌日、年末年始

入館料：無料

駐車場：327台(身体障害者用駐車台数：5台)

・東名豊川または音羽蒲郡インターチェンジから

車で約15分

・JR豊川駅又は名鉄国府駅からタクシーで約15分

・バスは「ぎょぎょランド」下車

(豊川市コミュニティーバス)

※ 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。