2022.4
No.34
4月号
[Take Free]

ほっとおたより NEWS

令和3年度福島県県外避難者帰還・生活再建支援補助金
「ほっとおたよりNEWS」は、東日本大震災により岡山県へ避難されている方にむけて無料配布しています
–
編集・発行：一般社団法人ほっと岡山
岡山市北区東古松1-14-24 コーポ錦1階
電話：070-5670-5676
メール：office.hotokayama@gmail.com

ほっと岡山
岡山からできる東日本大震災の被災者の支援

ねっこぼっこギャラリー No.12

円形織り機を使って毛糸を丸く編んでみました。

全国の避難者数
[令和4年2月25日復興庁調べ]
約38,000人
—
岡山県の避難者数 906人
（うち、福島県からの避難者176人）

「ともしびのにわ 311にこころをよせる」
ほっと岡山のエントランスで、
ささやかな心を寄せる場をもうけました。
たくさんの方からメッセージを
お寄せくださいました。
ありがとうございました。
直接足を運んでくださった方も
ありがとうございました。
全ての生命の平和と安寧を祈ります。
2022・3・11

[特集]
ほっと岡山の相談窓口

[今月の内容]
ほっと岡山レポート
ホームページをリニューアルしました!
寄付のお願い
こころのオアシス
新聞記事から考える。
ニュースダイジェスト
みなさんのオススメ本
イベントのお知らせ
イベントカレンダー
スタッフより

「ともしびのにわ311にこころをよせる」

3/11、ほっと岡山のエントランスで、ささやかな心を寄せる場をもうけました。

被災された方にむけて、岡山に避難されている方にむけて、

被災された方も避難された方もさまざまな方からお寄せいただいたメッセージです。

絵画教室のお子さんたちや、学童のお子さんたち、地域の方も直筆でお寄せくださったり、インターネットのメッセージ受付フォームへも全国各地から集まりました。

たくさんお寄せくださりありがとうございました。

当日直接お越しくださった方、下校時にかいてくれた小学生や親子連れの方も。

ほっと岡山がある地域の方にも関心を寄せていただいた機会になっていたら嬉しいです。ご参加ありがとうございました。

下校時の小学生の男の子は、メッセージを書きながら、「ぼくが生まれた年だ」と言って、彼が知っているかぎりの東日本大震災のことを話してくれました。「いつもげんきでありますよう。」としたため、「あ、もっとかくことがある。」と、平和のこと、忘れないということを、つらつらとかき始めました。

お寄せいただいたメッセージは、あらためてほっと岡山のHPやSNSでご覧いただけるようにいたします。ぜひ、のぞいてみてください。

寄せられたメッセージ

●おかえり。ここは帰ってきていい場所。ただいま。ここはいつでも来ていい場所。行ってらっしゃい。ここはまた新たに出掛けていける場所。これを目にした皆さんへ

●あの時助けられなかった！ずっと後悔しています！

●遠く離れても故郷の空と心はつながっている

●あの日から起こったさまざまな出来事を、語られる思いを、決して忘れないで欲しい

●怒りを超える、愛がエネルギー^^

●「原発」や「避難」は、海の向こうの話だけではない。今そこにある危機は、今もって、どこにでもある危機になった。

●最近、やっと、少しずつ、当時の思いに向き合えるかな？という気持ちが芽生えています。先日「Fukushima 50」の映画を観て、自身の中にあった悔しさに気付き始めました。まだまだ自分のその当時の気持ちに向き合うことは簡単ではないけど、少しずつ向き合っていきます。

●私たちも忘れません。　東北のみなさんへ真備より

●あの日から11年。あの日にお腹にいた子どもは10才になりました。今でも思い出すあの日。岡山で出会った避難者の皆さんが、心穏やかに過ごせていますように。願いを込めて。

●避難者の方達が1日でも早く自分の故郷に会いに行かれるようになることを心より願っています。

●若い頃過ごした東北の人やあたたかさや自然の美しさは忘れることはありません。

●11年ですが、誰もが自らのここまでを振り返り、ご自身のことを受け止めるようなひとときが過ごせればと心から願っています。

●トンペイの貧食カレーもう一度食べたい。

●月日が流れ時世は移ろっても、変わらない大切な人との想い出は、そこにあると思います。どうかすべての方々に鎮魂と、そして、心穏やかな日がありますように。

●あの日を忘れられません。またこの日が来ましたね。

●保育園の庭にパジャマで逃げたあの日から　11年の今日は中学卒業式子ども時代を助けてくる人たちが存在することを知りながら育てて　感謝。日々支えられてます。

●悲しみや喪失が身近であればあるほど、なかなか向き合えないものだと思います。でもそれでいい。人生を有為にも無為にも過ごす内、いつか心に滲むように、それと一体となる日がきっと来る。

特集 ほっと岡山 相談窓口

ほっと岡山は、東日本大震災·原発事故を経験された方に向けた相談窓口です。
被災、避難、移住、帰還といった、暮らしの変化を余儀なくされた方、
どなたでも、お気軽にご利用ください。

「相談するほどではないけど、なんだかもやもや…」
「同じ経験の人と少し話したい」「これからどうしよう」。
悩みや葛藤に寄り添い、お話を聞いています。
一緒に解決の方法を探しましょう。

どんな相談があるの？

今まで多様なお悩みが寄せられてきました。一人で考えていると「自分だけ」と追い詰めてしまいがちですが、あなただけではありません。

お一人おひとりを取り巻くお悩みはさまざま。

子ども / 母子避難 / 家 族 / 孤 立 / 不安 もやもや / 地 域 / DV / 帰 還 / 引 越 / 住まい / こころ からだ / 病 気 障がい / 高 齢 介 護 / 困 窮 / 長期避難 / これから のこと / 暮らし / しごと 再就職 / 労働環境 / 賠 償 ADR

以前は解決できた小さな困りごとも、いくつも重なったり、変化が大きいために心が疲れてしまうことも。

避難者の背景は？

長い「仮」の生活にいる感覚があるかもしれません。同じような経験をした人同士や、安心して本音が語れる場が何より大切だと考えています。

避難者は、「二人の私」を行ったりきたりしているかもしれません。

- どこに住むか、「仮」と「現実」の錯綜
- 被災を共有する経験が少ない
- 他人の土地に住う身の置き所のない心細さ
- 避難回数増による精神健康の悪化
- 日常的な近隣関係が希薄

避難先住民 — 現実生活
避難元住民 — 想 い

- 生活習慣の略式化·簡素化
- 取り残され感
- 時間が止まっている感覚
- 被災が現在進行形

一人の人格として支えることが大切

どんなふうに対応するの？

困っている方を真ん中に、まず声をしっかり聴くことを大切にしています。また安心して参加できる交流の場をつくったりご紹介します。被災·避難のことを話したくなった時、安心して話すことができるよう、細く長く続けていきます。

お一人おひとりの今はそれぞれ。それぞれにあわせて伴走します。

専門的な対応が必要なとき	「聞いてほしい」「整理したい」とき	つながり·応援がほしいとき
つなぐ	よりそう	エンパワメント
必要な相談機関等へ安心して繋がるお手伝い	安心して悩みを話せるよう、しっかりお話を聞きます	暮らしづくり·仲間づくりのサポート、情報提供など希望に沿って応援します

行ったりきたり、ゆらぎ·変化を伴うこともあります

一人ひとり、歩みの速度はそれぞれ。無理なくご自身のペースを大切にしています

私たちが、お一人おひとりに寄り添って、お話を聞いています
（相談員のプロフィール詳細は、ほっと岡山HPをご覧ください）

「今まで多様な依存症の本人、その家族からの相談や家庭内で発生する暴力、虐待、PTSD、思春期などの相談を受けてきました。相談は、相談員と利用者二者の共同作業であると考えます。」

大和田雅子
（おおわだ·まさこ）
2013年7月初旬に、東京から岡山へ避難しました。大学の精神神経科心理研究室を皮切りに精神医療の分野で心理職として働いています。

臨床心理士ってなに？
心の問題にアプローチする「心の専門家」。「心」や「行動」について一緒に考えることで、より健康な状態に近づくようお手伝いします。

臨床心理士：野﨑詩織
（のざき·しおり）
普段は民医連に所属する精神科の病院で臨床心理士として相談業務を行っています。（おたよりNEWSにて「こころのオアシス」を担当くださいました）

司法書士ってなに？
暮らしの身近な法律家。あなたの権利·財産を守ります。相談内容：家·土地／老後や介護／借金／日常生活トラブル／労働トラブル／会社 など

司法書士：岩田 豪
（いわた·たけし）
大学卒業後、都内にて出版業等でアルバイト。造園業を経て、2011年2月末子どもの誕生を機に岡山へ転居。2015年司法書士試験合格、登録。

宮岡義人
（みやおか·よしと）
少しでも生活に潤いがあることができたらと、岡山案内を始めたのがきっかけです。話すことで解決する糸口が見つかり、気持ちが楽になるかもしれません。

宮岡篤子
（みやおか·あつこ）
近所のおばちゃんや親戚のおばちゃんだと思ってください。ちょっと話したいとか、これって愚痴だよなと思うことでも何でも聞きますよ。会いに来てくださいね。

はっとりいくよ
2011年、東京から岡山へ避難。避難前は子育て支援NPOに従事。避難者支援に携わる中、社会に埋もれる見えにくい問題を解決したいと取り組んでいます。

丹治泰弘
（たんじ·やすひろ）
司法書士。福島から岡山へ家族で避難。2018年に帰還。「福島の子どもたちを守る法律家ネットワーク」等関わり、現在は主に、原発ADR相談に対応しています。

電話でも、メールでも、ご来所でも。
ご希望があれば、ご自宅へ伺うこともできます。

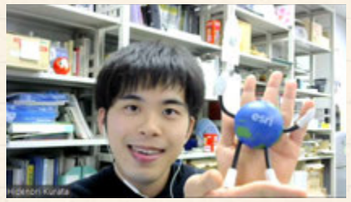
秘密は守ります / 相談は無料です / 避難元を問いません / 予約がおすすめです

時間 火·木·金·第2土 午前10時～午後4時／ご予約いただけますとお時間を確保できます
電話 0120-566-311（フリーダイヤル）
メール hotokayama@gmail.com
来所 岡山市北区東古松1-14-24 コーポ錦1階／駐車場有
宇野みなと線「大元駅」から徒歩10分（アクセスの詳細は裏表紙をご覧ください）

ほっと岡山レポート

「ほっと岡山」主催のイベントや関わったイベントの模様をご紹介します。

2/16(水) オンライン学習支援 子どもの居場所「ひみつきち」



倉田先生、いつも丁寧な授業をありがとうございました

2021年の夏から実施させていただいた「オンライン学習支援」は、残念ながら2月で終了になりました。短い期間でしたがみなさんと一緒に勉強ができて、とても楽しい時間を過ごせました。

私はこの春から神戸にある学校で教員として働くことになりました。「オンライン学習支援」はこれで終了ですが、これからも何かの形でお手伝いすることができればと思っていますので、また会えるときを楽しみにしています。

計10回の開催に参加してくださったみなさん、本当にありがとうございました。(倉田英法)

2/16(水) オンライン あーとのじかん ねっこぼっこ

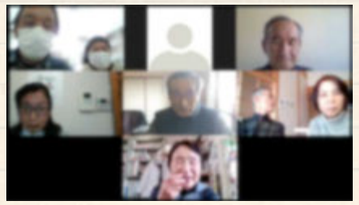
2月の「ねっこぼっこ」は赤磐市熊山地区の人たちが羊毛を手紡ぎし、草木や小豆などの自然素材で染めた毛糸を使ってミニ織り機でコースターを作りました。

同じ材料でもみんなデザインの違う素敵な作品が完成しました。(大谷)

木のミニ織り機と羊毛の手紡ぎ毛糸とコースター

2/25(金) オンライン かけはし交流会

福島県に帰還された丹治さんと避難者の方との交流会をオンラインで開催しました。オンラインでしたが久しぶりに丹治さんとお会いできて、ゆっくりお話を聞くことができました。



福島県の状況や避難者同士の近況を共有でき有意義な時間でした

丹治さんからは「まだ大変かなと帰ったけど被災地は避難区域に指定されたところのような雰囲気があってなんとも言えない気持ちになった」「帰ってから今も知り合えた方とも震災原発事故のことを話す人とは出会わない」など、福島での最近のご様子や岡山の原発訴訟のお話などもじっくりお伺いしました。

避難者の方からは「震災から時間が過ぎ、いろんな減免制度も終わり、被災地に手付かずになっている土地の管理のこと」「大変なのが夏季の草刈り。家は取り壊し更地にした、宅地の税のこと、売り出しているがなかなか買い手がつかないこと」「県外避難していまだに住所は福島県に置いたまま」「コロナのワクチン接種も居住地に住所がないことで苦労したこと」などのお話しをお聴きしました。

震災から11年も経過する中で、帰還された方も避難者の方も互いの現状や思いについて共有することができ、有意義な時間でした。(宮岡)

2/27(日) ヒラエスフォーラム2022

語りのかたち ～心震わす体験から生まれる力～

「311当事者ネットワークヒラエス 」が毎年311に向けて企画するフォーラムへ、ヒラエスメンバーとして参加しました。今年もオンラインで全国の避難者、支援者のみなさんとご一緒しました。東日本大震災を経験した当事者が、みずからの体験を、歌、詩の朗読、踊り(フラ)であらわし、ともにそのひとときを過ごす。そして、「体験をものがたる」その意味を、心理学的な側面から考える講演として、「ひとの語りを聴くということ－心理学の立場から－」を徳島大学 甲田宗良先生にご講話いただき参加者のみなさんと考えました。

当事者の語りを通じて、受け取る側と体験を共有すること。お互いが一方的に語るのではなく、「対話」を通じ新しい物語をともに創造すること。物語でできている体験に耳を澄ますこと。私たち一人ひとりにその力があることを、今回登場した3人のそれぞれの表現から一緒に心を揺らし共感した時間となりました。

井上さん、森さんは、ほっと岡山のフォーラムや交流会でもご参加いただいたご縁のある方。沖縄の美しい景色を背景にフラを披露くださった大貫さんは、いわき市のスパリゾートハワイアンでダンサーで活躍していた方でした。またぜひご一緒したいみなさんでした。(はっとり)

詩の朗読による表現:井上 美和子さん
(福島県南相馬市→京都府へ避難)

歌による表現:森 加奈恵さん
(宮城県亘理町にて被災、同町在住)

フラによる表現:大貫 佑美さん
(福島県いわき市→沖縄県へ避難)

3/4(金) 大谷先生の アロマテラピー&リラクゼーション

3月のアロマケアはコロナのまん延防止が続いていることもあり、マンツーマンのオンラインで開催しました。

対面ではなかったのですがそれぞれ前回お渡ししていたオイルを使ってアロマセルフケアの練習をしました。

手や頭を自分の手で優しくタッチすることで自分自身を優しく包んだ感じになります。心地よいセルフケアの方法を画面越しではありましたが、ゆっくりお話しながら一緒に練習しました。(大谷)

アロマテラピーで使うエッセンシャルオイル

ほっと岡山のホームページが　4月から新しくなります！

←HPは
こちらから！

変わったポイント！

わかりやすくなりました。

利用してもらう方や興味を持ってもらう方々に、やっていることが伝わり、参加したいと思ってもらえるように改善しました。

❶ほっと岡山のメインメニュー、「相談してみる」「交流してみる」「お知らせ」にトップページからすぐ飛べ、ご提供内容が一覧できるようになりました。

❷寄付のページがリニューアル。ほっと岡山の活動をより理解してもらえるように詳しく説明。

❸採用情報も加えました。皆さまのご参加お待ちしております。

❹メニューがより操作しやすく、見やすくなりました。

変わったポイント！

ほっと
もも太くん

事業の透明性がアップしました。

利用されている方々のみならず、賛助会員の方々や、いつもご支援いただいている方、興味を持っていただいている方などにも事業内容を知っていただけるようにしました。

❶ビジョン・ミッション、顔つきのスタッフ・理事会メンバー紹介を掲載。

❷事業報告書・決算書を公開しています。

変わったポイント！

多岐に渡る情報を整理してお伝えできるサイトに。

開催したイベントのレポートや利用者の方の声、多様な困り感に応じたリンク集を備えました。流れていってしまう情報を整理し、SNSとも連動して生き生きとした情報発信ができるようにしました。

❶「ほっとおたよりNEWS」にも載っている最新情報がウェブサイトでも読めるように！（今まではPDFのみでしたが、記事として掲載されるようになります。）

❷「みなさんの声」として利用者アンケートやインタビューからのコメントを紹介します。

❸お知らせのページに「健康・福祉」「補助・支援」「生活」などにカテゴライズされた役立ちリンクが登場します。

その人らしい人生を歩む方たちを一緒に応援し、安心して本音を語ることのできる社会を実現しませんか？

ほっと岡山は、気持ちのゆらぎ・変化をともなう場合でも、
一人ひとりにじっくり時間をかけて寄り添います。

つなぐ

専門的な対応が必要なとき

必要に応じて、さまざまな相談窓口へおつなぎします。他にも、司法書士、臨床心理士への相談が直接できます。不安な方には、同行支援でご一緒します。

よりそう

「聞いてほしい」「整理したい」とき

スタッフは看護現場でも使われている傾聴スキルのトレーニングを受けています。安心して悩みを話せるようしっかりお話を聞きます。

エンパワメント

つながり・応援がほしいとき

例えば地域のみなさんと防災訓練をやりたい、不登校のサポートをしたいなど、みんながやりたいを応援する体制があり、仲間づくりを応援します。

「わたしたちが取り組む課題」

人は孤立してしまった後、他者との交わりを回復するには時間がかかります。そして孤立の背景には深い喪失があります。
人は安心して話せる他者がいると、将来や生きる意味を言語化し回復することができます。社会の中で語りにくさが強いほど、「実はね」と本音が話せる場と関係性が、その人にも、そして巡りめぐって社会にも大切だと実感しています。

毎年の寄付

継続的な支援で避難者を応援

ほっと岡山 賛助会員になる

賛助会員申込みフォーム

さまざまなタイプの相談やカウンセリング、交流の場を提供するだけでなく、一人ひとりにじっくり時間をかけて寄り添い、経過を支えています。
そして、それを続けていくため、より多くの人に届けていくためには多くの時間とお金が必要です。
年6,000円～のご寄付で一人ひとりの声を尊重し、その人らしさを支える社会を一緒に実現しませんか？

◎個人 6,000円～　◎団体 12,000円　◎法人 24,000円

今回の寄付

ご都合のよいタイミングでの支援

自由な額を寄付する

問合せフォーム

継続的な寄付に限らず、ご都合のよいタイミングにお好きな金額で応援いただくことで、一人ひとりの声を尊重し、その人らしさを支える社会の実現を応援することができます。
現在銀行振り込みをご利用いただけます。
＊クレジットカード寄付については後日開設予定です。

◎銀行名
中国労働金庫(2984)
◎支店
岡山支店(693)
◎口座番号
普通 6996289

◎口座名義
一般社団法人ほっと岡山
◎名義(カナ)
シャ)ホットオカヤマ

＊後日お礼をさせて頂きたいので、お振込後、上のフォームからご連絡ください。

あなたのご寄付でできること

例えば、毎年6,000円のご寄付が10口分集まると…
「ユースプロジェクト」の場所が1回提供できます。

例えば、毎年12,000円のご寄付が20口分集まると…
一世帯が岡山⇔東北～関東が1回往復できます。

皆さまからいただいたご寄付は、活動のベースにある避難者支援活動はもちろん、そこから派生する当事者活動やプロジェクト、政策提言、情報発信のための媒体物の作成などの様々な事業費や、事務局運営費などに大切に活用させていただきます。

こころのオアシス No.17

野崎詩織（臨床心理士・公認心理師）

今を生きる

アドラー心理学というのをご存じですか？ 2013年に発行され、ベストセラーとなった『嫌われる勇気』。この本は、アドラー心理学に基づいて“哲人”と“青年”が幸福への道を徹底的に討論したものになります。
アドラー心理学の教えの中の1つ、今を生きるということを今回はお話しします。

私たちの時間軸には、過去・現在・未来がありますね。過去があったからこそ今の自分があるわけですが、過去に縛られている人はいませんか？

- **親が○○してくれなかったから、自分は今こうなっている。**
- **昔、友人からひどいことを言われて人間関係が上手に築けない。**
- **昔の自分はとても輝いていた、生き生きと仕事をして、周りからもきれいだと言ってもらっていた。**

時に人は、過ぎ去った「**過去の辛いイメージ**」を思い出して、辛い思いをしてしまいます。逆に「**過去の栄光やよかった時のイメージ**」に執着して今の自分と比べつらい思いをしている人もいるかもしれません。また、まだ来ない「**未来の不安をイメージ**」することでも辛くなります。

しかし、過去を変えることはできないし、未来を操ることもできません。修正できない過去も、不確定な未来も気にする必要はなく、「**いま、ここ**」を真剣に生きることが辛い思いをしないためには必要です。
失われたものをどうにかして取り戻そうと過去に執着するのではなく、過去を手放すのです。過去と同様、未来もまた手放すもの。まだ始まっていない親の介護のことで悩むことも、家族が病気にならないか心配すること…これから起こるかどうかわからないことを考えてもどうしようもないし、答えも出ませんよね…。
過去から抜け出せない方はとてもたくさんおられます。アドラー心理学に限らず、心理学の世界では、ゲシュタルト療法、マインドフルネスなど様々な技法の中で「**いま、ここ**」に注目することが大切だといわれています。いうのは簡単ですが、実践しようとするとなかなか難しいものですが、ぜひ、「**いま、ここ**」を今までよりも少し意識してみてください。

おまけ

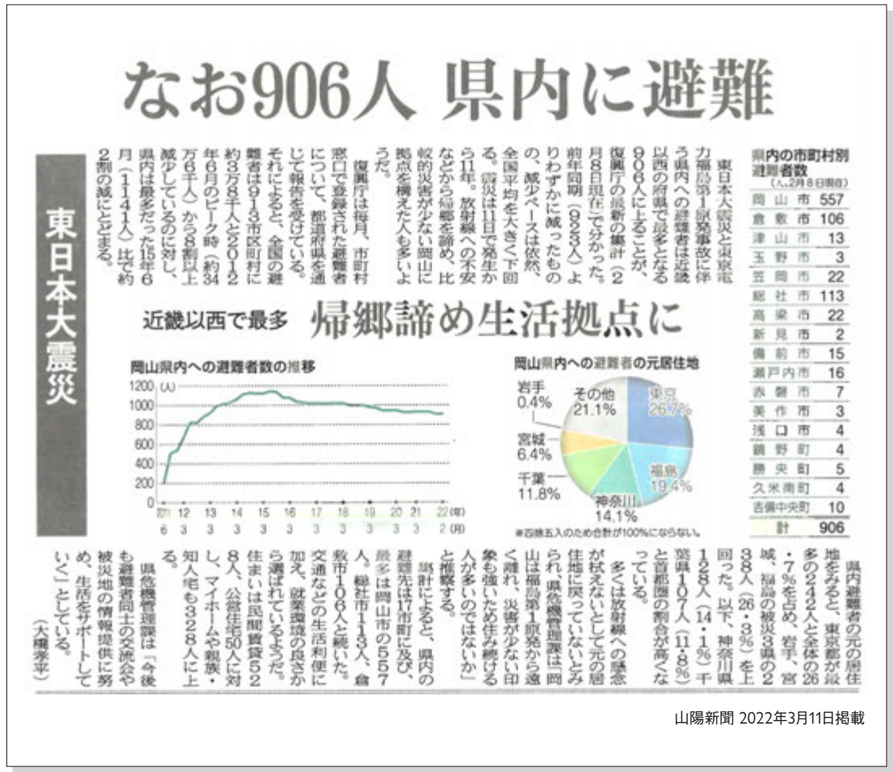
年齢とともに今まではこれぐらい平気だったのに、…前は無理しても大丈夫だったのに、ということ増えていませんか？年齢とともに、体力は低下ししていきます。若いころと同じようにはエネルギーが続かなくなるので、今の自分にあったエネルギー配分を見極め、自分に無理をさせない生活をすることも大切です。
以前の自分と比べるのではなく、これからの自分の体との付き合い方を少しづつ作っていきましょう。過去には戻れません。過去が今までで一番良かったと感じてしまうと、どんどんネガティブになっていきます。「いま、ここ」をみて、できないことも増えているかもしれませんが、できることも増えています。
今の自分らしく生きていきましょう。

ほっと岡山では、臨床心理士による相談を随時受け付けています。
「悩みや困りごとはあるけど、病院に行って相談するのはちょっと…」「こんな悩みを相談してもいいのだろうか…」など、相談内容は何でも構いません。おひとりで悩まずに、お気軽にご相談ください。

新聞記事から考える。

〈第4回〉避難者数、どう考えますか？

震災から11年目の3月11日を報じる新聞に、避難者数について記事が掲載されました。公的に発表されているこの「避難者数」について、どのくらい正確なのか、また数が何を意味しているのか、記事から考えます。



東日本大震災

なお906人 県内に避難

近畿以西で最多　帰郷諦め生活拠点に

東日本大震災と東京電力福島第1原発事故に伴う県内への避難者は近畿以西の府県で最多となる906人に上ることが、復興庁の最新の集計（2月8日現在）で分かった。前年同期（923人）よりわずかに減ったものの、減少ペースは依然、全国平均を大きく下回る。震災は11日で発生から11年。放射線への不安などから帰郷を諦め、比較的災害が少ない岡山に拠点を構えた人も多いようだ。

復興庁は毎月、市町村窓口で登録された避難者について、都道府県を通じて報告を受けている。それによると、全国の避難者は913市区町村に約3万8千人と2012年6月のピーク時（約34万6千人）から8割以上減少しているのに対し、県内は最多だった15年6月（1141人）比で約2割の減にとどまる。

県内避難者の元の居住地をみると、東京都が最多の242人と全体の26・7％を占め、岩手、宮城、福島の被災3県の238人（26・3％）を上回った。以下、神奈川県128人（14・1％）千葉県107人（11・8％）と首都圏の割合が高くなっている。

多くは放射線への懸念が拭えないとして元の居住地に戻っていないとみられ、県危機管理課は岡山は福島第1原発から遠く離れ、災害が少ない印象も強いため住み続ける人が多いのではないか」と推察する。

集計によると、県内の避難先は17市町に及び、最多は岡山市の557人。総社市113人、倉敷市106人と続いた。交通などの生活利便に加え、就業環境の良さから選ばれているようだ。住まいは民間賃貸522人、公営住宅50人に対し、マイホームや親族・知人宅も328人に上る。

県危機管理課は「今後も避難者同士の交流会や被災地の情報提供に努め、生活をサポートしていく」としている。（大槻孝平）

岡山県内への避難者数の推移

岡山県内への避難者の元居住地

※百分五入のため合計が100%にならない。

県内の市町村別避難者数（人、2月8日現在）

岡山市	557
倉敷市	106
津山市	13
玉野市	3
笠岡市	22
総社市	113
高梁市	22
新見市	2
備前市	15
瀬戸内市	16
赤磐市	7
美作市	3
浅口市	4
鏡野町	4
勝央町	5
久米南町	4
吉備中央町	10
計	906

山陽新聞 2022年3月11日掲載

「避難者」とはだれか。避難者支援を続ける中で、組織や根拠となる法律によって指し示す「避難者」がそれぞれであることがわかりました。一年前のおたよりでそのことを記載しましたが、この記事であらわれている「避難者」は、復興庁による定義によるものです。

避難者とは、東日本大震災をきっかけに住居の移転を行い、その後、前の住居に戻る意思を有するもの

- 原発事故による自主避難者も含む
- 戻る意思があれば避難者、ただし、意思の把握が困難な場合、住居購入などをもって避難終了と整理しても可
- 住民票を移したことのみで避難終了とは整理しない、ただし、その際に避難終了の意思を確認した場合は、避難終了と整理

「復興庁 避難者の考え方（平成26年8月4日付）」より

復興庁はこの定義で、全国の県・市町村に避難者数調査を依頼し、みなさんがお住まいの市町村から県へ、そして復興庁へ毎月報告されています。別の物差し（災害救助法や原発特措法、子ども被災者支援法など）ではまた、違う定義となっているため、特に避難先自治体で少数者である東日本大震災避難者をどのように解釈したらよいのか、時間の経過の後押しもあり、混乱をきたしているのかもしれません。

記事内の「県内市町村別避難者数」の表をご覧ください。避難者の方で、「あれ？ 自分は数えられていない」とお気づきの方もいらっしゃるのではないでしょうか？「知り合いの避難者があの地域にいるはずだけど」「市役所窓口で登録しようとしたが、家を購入したら避難者じゃないと言われた」など、登録の問題をうかがいます。

一方で、「もう登録を外したい」という声も。「登録しているか不明」「実は登録したいけれど」「あまり登録したくない」「登録の意味がない」といった声も、継続して聞いてきたご意見です。そもそも制度を知らなかったという方にも現在も出会っています。

主体である避難者は、今、この登録についてどんなふうに考えているのか、数える側へ伝えることも大切ではないかと感じています。さまざまな理由から支援が必要な方もいらっしゃいます。また時間の経過とともに当事者同士のつながりや、本音が話せる場・関係の必要性も支援の現場で実感しています。震災の経験を生かしたい・伝えたい希望の声もアンケートに記されていることも。避難者の実態を把握することは、こうした支援のニーズや、避難者が社会に向けて働きかけたいという願いを実現していくためにも必要なのではと考えています。

主体が置き去りにならないためにも、実態に即した避難者数の把握は必要ではないかとあらためて感じる11年めです。

ニュースダイジェスト

2022年1月28日～2月22日

全国の紙面から被災地、環境、食品などに関する記事を抜粋してご紹介します。
なお、ほっと岡山では『福島民報』『福島民友』を一定期間保存の上、関連する情報をまとめたスクラップ記事化しています。
閲覧可能ですので、ご興味のある方は、事務所までお越しください。

甲状腺がん患者6人が東京電力提訴　原発事故との因果関係問う

（福島民友新聞 2022.01.28）

甲状腺がんになったのは東京電力福島第1原発事故による放射線被ばくの影響だとして、事故当時6～16歳で県内に住んでいた男女6人が27日、東電に計6億1600万円の損害賠償を求めて東京地裁に提訴した。

原告の20代女性は同日、都内で記者会見し「（がん患者であることで）差別を受けるのではないかと恐れ、誰にも言えず10年間を過ごしてきた。この状況を変えたい」と提訴の理由を語った。

弁護団によると、原発事故と甲状腺がんの因果関係を問う初めての集団訴訟。県の「県民健康調査」の検討委員会は、これまで「現時点で甲状腺がんと放射線被ばくの間に関連は認められない」との報告書をまとめている。

福島第一原発で増える放射能汚染がれき「地下埋設保管の検討を」規制委員長が指摘

（東京新聞 2022.02.02）

原子力規制委員会の更田豊志委員長は2日の定例会合で、東京電力福島第一原発で発生する放射能汚染の程度が比較的低いコンクリートがれきなどの廃棄物について、「一時的に地中に埋設保管するやり方を検討してほしい」と述べた。今後、具体的な方法を検討するよう東電に求める方針。

福島第一では、がれき類は金属コンテナに入れて屋外に積み重ねて保管している。東電と政府の計画では廃炉までに事故から30～40年かかるとしており、今後原子炉建屋解体などで多くのがれきが発生する。

4月めどに中間報告書　処理水巡るIAEA調査日程終了

（福島民友新聞 2022.02.19）

東京電力福島第1原発で発生する処理水の海洋放出方針を巡り、来日中の国際原子力機関（IAEA）の調査団が18日、今回の活動日程を終えた。安全性の検証結果について、4月をめどに中間報告書をまとめる。現地調査で把握した技術的な課題も盛り込む方針だ。

原子力安全局を担当するIAEAのエブラール事務次長がオンラインで記者会見し明らかにした。エブラール氏は、海洋放出を巡って国内外から懸念が出ている現状を問われ「懸念を真剣に受け止めている。国際的な安全基準に準拠しているか、透明性を高めて見ていく」と述べた。

飯舘村、今秋にも準備宿泊開始　帰還困難区域の一括解除は今後判断

（朝日新聞デジタル 2022.2.22）

【福島】原発事故により帰還困難区域となっている飯舘村の長泥地区で、特定復興再生拠点（復興拠点）に村民が寝泊まりできる「準備宿泊」が早ければ今秋に始まることがわかった。杉岡誠村長が21日、朝日新聞の取材に答えた。来春に予定する避難指示解除に向け、村は年度内に「除染検証委員会」を発足させて除染の効果などを調べ、生活インフラの整備を急ぐ。

みなさんのオススメ本

このコーナーは、皆さんからのオススメの本をご紹介します。昔読んだ本でも大丈夫です。ぜひご紹介ください。
投稿は、ほっと岡山のメール（hotokayama@gmail.com）までご連絡ください。

「職務質問」

著者：古野まほろ／出版社：新潮社（2021/10/18）

職務質問というと「任意ですか？」という対応が有名ですが、果たして適切な対応と言えるのか、警職法第二条とはどういった内容なのか、職質の対象になる人とは、自分が職質にあった場合にはどうしたら良いのか、など実際の例をもとに解説がされています。

また職務質問には技能指導者制度というものがあるそうで、それに基づいたⅠ～Ⅳの階級があり、Ⅳレベルになるとその腕は「神」だそうです。指導は山本五十六の「やってみせ言って聞かせてさせてみせ、ほめてやらねば人は動かじ」の精神で行われており、達人でさえその「職質道」に終わりはないとのことです。

読み終えてからパトカーを見たら、何となく常時獲物を狙っているハンターに見えてきてしまいました。（K）

Kさん、は新聞各社の記事をスクラップしてくださっています。

イベントのお知らせ

4月に行われる予定のイベント。その詳細をご紹介します。
興味のあるものがあったら、ぜひお越しください。ご質問も遠慮なくどうぞ！

毎週水曜
4/6、13、20、27
子どもの居場所「ひみつきち」

水曜日の放課後、ほっと岡山交流スペースでボランティア高校生と一緒に、おしゃべりしたり、宿題をやったりしながら過ごしてみませんか。

- 時間 午後4時30分～6時
- 場所 ほっと岡山交流スペース

毎月第2土曜夜
4/9(土)
避難者オンライン交流会

311直後に大きな地震がありました。気持ちがざわつく方も多かったのではないでしょうか。「思い出してつらかった」「もしもの時のために、こんな対策しています」など、ざっくばらんにお話しませんか？全国どこからでもご参加ください。「ネット環境がない」「うまくつながらない」など、参加したいのにできない環境の方は、遠慮せずご相談ください。機器の貸し出しや他の手段をご提案いたします。

- 時間 午後7時30分～9時
- オンラインにて開催（Zoom使用）
- 対象 避難者、被災者の方
- 締切 4月8日午後4時
- 申込 右のQRコードよりお申し込みください。（お電話やメールでもどうぞ）

毎月最終木曜日
4/28(木)
ミニ交流会くるくるお茶会

4月のくるくるお茶会は、おひとりずつブレンドしたオイルとお好きな香りでリラックスとリフレッシュのためのハンドケアトリートメントを行います。

- 時間 午前11時～午後3時
- 場所 ほっと岡山交流スペース

新型コロナウイルスに関するイベント開催についてお知らせ
新型コロナウイルス感染拡大による政府・行政の判断により、イベントをオンライン開催へ変更する場合がございます。変更の場合、既にご予約の方には、ほっと岡山事務局よりご連絡します。参加をご検討の方は、事務局へお問合せいただくかホームページでご確認ください。ご理解のほど、よろしくお願い申し上げます。

申込み先　ほっと岡山　0120-566-311
Fax:086-230-4561
E-mail:hotokayama@gmail.com

イベントカレンダー［2022年4月］

火・木・金・第2土…相談日
●…ほっと岡山主催・共催等
●…協力イベント、他

相談員…●大和田（精神保健福祉士）　●宮岡（義）
●司法書士（随時）　●宮岡（篤）
●臨床心理士（毎月第3金曜）　●はっとり

日	月	火	水	木	金	土
3.27	28	29 ●相談員：はっとり	30	31 ●相談員：宮岡（義）	4.1 ●大谷先生のアロマテラピー	2
3	4	5 ●相談員：はっとり	6 ●ひみつきち	7 ●相談員：宮岡（義）	8 ●相談員：はっとり	9 ●相談員：大和田 ●オンライン交流会
10	11	12 ●相談員：大和田	13 ●ねっこぽっこ ●ひみつきち	14 ●相談員：宮岡（義）	15 ●相談員：はっとり	16
17	18	19 ●相談員：はっとり	20 ●ひみつきち	21 ●相談員：宮岡（義）	22 ●相談員：はっとり	23
24	25	26 ●相談員：はっとり	27	28 ●相談員：宮岡（義） ●くるくるお茶会（宮岡篤）	29	30

◎司法書士による法律相談は随時受け付けます。ほっと岡山事務局まで、お気軽にご連絡ください。

「グリーンコープでんき」とは

こんにちは。グリーンコープ生協おかやまです。私たちは普段、安心安全な食べ物などをお届けしている生協ですが、一方で「グリーンコープでんき」という新電力事業にも取り組んでいます。グリーンコープでんきには大きく2つの特徴があります。

❶ 供給電源に原子力発電所由来のものを含まない「原発フリー」
❷ 二酸化炭素を排出しない発電所から電源を調達しています。

今回はグリーンコープがなぜ電気の取組を行っているのか？についてご案内したいと思います。

きっかけは1986年4月26日に起こったチェルノブイリ原発事故でした。この事故により世界中に大量の放射能が放出され、多くの人々から日常生活を奪いました。生命（いのち）の大切さを重んじるグリーンコープでは「生命（いのち）と原発は共存できない」という強い思いと意思を持ち、脱原発社会への道を歩み始めました。そんな中2011年3月11日に東京電力福島第一原発での事故に直面しました。これを受けグリーンコープでは安心して食べられる食べ物を自分たちの手で作ってきたように、自分たちで使う電気も自分たちの手で何とかしようという思いが一層強まりました。

そして、2012年、一般社団法人グリーン市民電力（現：一般社団法人グリーンコープでんき）を立ち上げ、2016年からは電気の小売事業をスタートさせています。興味を持っていただけた方はホームページもご覧いただければ幸いです。

スタッフより

●去年は、今頃思い立ってジャーマンカモミールの種まきをしたけどうまくいかなくて、今回は秋の終わりに植え付けを終わらせています。暖かくなってきてすこしづつ大きくなってきました。ゴールデンウイークの頃には咲くのではないかと楽しみにしています。（宮岡義人）

●株をやってるんですが。半年くらい前から、東洋水産の株を買おうかなぁと狙っています（下がるのを待ってる）。皆さん知ってますか？マルちゃんって、輸出も多くて南米で売れてるんですよ。（宮岡篤子）

●温かくなると気持ちも明るくなりますね。4月は私の誕生日もあるのですが、我が家では誕生日を祝ってほしければ自分でケーキを用意することになっています。今年はどんなケーキにしようかあれこれ迷う日々です。（杉本）

●私の家の近くには桃畑がたくさんあります。周囲がピンクの桃の花でいっぱいになると「春が来た～！」とウキウキ気分になります。ちょうどこのおたよりNEWSがみなさんのところに届く頃にはさまざまな花が咲きはじめ、草花の色や香りが気持ちを穏やかにしてくれるはず。「爆弾を花の種に変える魔法が使えたらなぁ」（大谷）

●2011年5月に福島から岡山に家族と一緒に来て、子どもにとっては一番長く過ごした県になりました。その間、何度も引っ越しや転校を繰り返すこととなり、本人は長く住んでいるイメージはないようでした。福島への帰還も考えながら、未だ岡山にも馴染めたとも言わないのが、間もなく11年経過する岡山での生活への心境のようです。（木原）

●ウクライナのニュースを観ては遣り切れない思いに駆られるのは世界中の人が現在感じていることだろう。3.11も重なり更に気分が塞ぐ。その中でアノニマスがロシアの国営放送にウクライナの戦況を流したというのは、ほんの少し爽快感を感じさせてくれた。一瞬でも現状が正確に伝われば有難い。ウクライナの戦争を巡っては日本で核の共有、原発の増設、など馬と鹿が騒いでいる。原爆、原発の両方の被害を受けている国の住人としてそれでいいのだろうか？忘れてはいけないこと、思想に関係なく人として選んではいけないことが、必ずあるはずだ。ともすると無力感に覆われる日々であるが、一人でもやれることもある。署名行動，はがきを送る、核を容認する銀行を使わないこと、原発関係の電気を使わないこと、電力会社の株主企業の不買行動など。挙げてみると何もしていないわけでない。まだできることはあるだろう、知恵を絞れば！（大和田）

● 夜の地震。びっくりでした。大きく揺れた地域の方も、私たちのように離れている方も、気持ちがざわざわしてしまいますよね。被害が大きくなりませんよう、お祈りしています。20日の郡山でのふるさと交流会は急遽中止に。大きな地震があるたびに、「何事も起こりませんよう」と。祈るしかないんでしょうか。（はっとり）

「相談するほどじゃないかもしれない…」

「相談」というと、ハードルが高いように感じるかもしれません。
モヤモヤした気持ちを吐き出したり、一緒に整理したり、一緒にこれからのことを考えたり。
どうぞ抱え込まないで、だれかとつながることで、ほっと一息ついてみませんか？

- 放射能が不安、健康被害のことを誰にも話せない…
- 岡山のことがわからない…
- 母子避難でもう限界
- 相談したいけど相談先が分からない
- さびしい…
- これから、どこで暮らしていこう…

［相談］電話・来所・メールにて対応
［時間］火・木・金・第2土 10:00～16:00

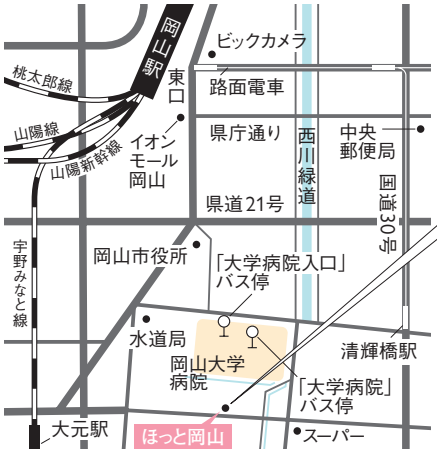
相談員は、避難当事者、支援者のほか、精神保健福祉士、臨床心理士、司法書士がおり、さまざまな相談お悩みをお聞きしています。まずはお気軽にご連絡ください。秘密厳守ですのでご安心ください。

ほっと相談 専用ダイヤル

0120-566-311

［メール］hotokayama@gmail.com

アクセス



近隣詳細地図

◎岡山駅から

［車］約10分

［徒歩］約30分

［路面電車］岡山駅前から「清輝橋」行きで12分「清輝橋」下車、徒歩約15分

［バス］

○岡山駅東口バスターミナルから「12」「22」「52」「62」「92」系統の岡電バスで「大学病院入口バス停」下車徒歩10分

○岡山駅東口バスターミナル「4番乗り場」から「2H」系統の岡電バスで「大学病院構内バス停」下車徒歩10分

○岡山駅東口バスターミナル「4番乗り場」から「83」系統（新保西・万倍行）の岡電バスで「東古松四丁目」下車徒歩4分

○岡山駅前（イコットニコット前または高島屋入口）から循環バスで「大学病院入口」下車徒歩10分

ホームページやフェイスブック、YouTubeでも『ほっと岡山』の活動などをご覧いただけます。

「ほっと岡山」ホームページ

フェイスブック「hotokayama」

YouTube「ほっとチャンネル」

インスタグラム「hotokayama」

発行：2022年3月31日
発行元：一般社団法人ほっと岡山
〒700-0921
岡山県岡山市北区東古松1-14-24
コーポ錦1F
TEL：070-5670-5676
FAX：086-230-4561

©2022 ほっと岡山 All Rights Reserved
禁・無断複写、転載

Design: Okano Yuichiro (hifoo farm)

ほっと岡山
岡山からできる東日本大震災の被災者の支援