ほっとおたより NEWS

2026.11
No.87

11月 イベントカレンダー

●…相談日
●…ほっと岡山主催・共催 等
●…他団体イベント、他
●…ほっと岡山事務所おやすみ

相談員…●はっとり
●司法書士（随時）

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

日	月	火	水	木	金	土
10/25	26	27 ●相談員：はっとり	28	29	30 ●相談員：はっとり ●被災者検診(岡山協立病院)	31
10/1	2	3 ● 文化の日	4	5	6 ●被災者検診(岡山協立病院)	7 ●被災者健診@水島協同病院
8	9	10	11	12	13 ●相談員：はっとり ●被災者検診(岡山協立病院)	14
15	16	17 ●相談員：はっとり	18	19	20 ●相談員：はっとり ●被災者検診(岡山協立病院) ●おかやま映画祭「マイプレイスー保養という選択」	21
22	23 ● 勤労感謝の日	24 ●相談員：はっとり	25	26	27 ●被災者検診(岡山協立病院)	28
29	30 ●映画「SILENT FALLOUT」					

11/20 おかやま映画祭「マイプレイスー保養という選択」

保養とは、生きる権利。
福島第一原発事故から14年目の春。瀬戸内市を舞台に、2025年春に親子30名を招いて行われた5泊6日の保養の記録。
「保養」とは放射線の高い地域を離れ、一定期間、心身の回復を図るための取り組みです。福島第一原発事故をきっかけに岡山に母子で避難移住した蝦名宇摩さんが立ち上げた「せとうち交流プロジェクト」・2012年から現地で福島や関東圏の母子を受け入れる「保養」活動を始めた。2011年の事故から14年経っても、保養が必要とされる現実はあまり知られていない。放射能汚染への不安の中で孤立しがちな母親たちと、その隣で自由にありのままに過ごす子どもたち。監督は長く、蝦名宇摩さんとともに保養に関わってきた渡辺嶺也さん。保養がもたらす回復とつながりの時間を静かに描きだしている。東京ドキュメンタリー映画祭2025で準グランプリ・観客賞を受賞。映画の後、監督とのトークあり。

日時：11/20（金）18:00~
場所：岡山県天神山文化プラザ
参加：前売り一般1,000円、当日一般1,300円、大学・短大・専門学校　800円、中学生500円、小学生以下無料、障がい者及び付き添い1名様まで800円　お得なチケット3枚綴り2,500円、6枚綴り5,000円　※チケットは全作品共通　★チケット販売…シネマコレクターズショップ映画の冒険、ぎんざやプレイガイド
問合せ：岡山映画祭実行委員会事務局
Tel: 086-252-7606
E-mail: ofilmfes@gmail.com

11/30 映画「SILENT FALLOUT」

1951年からアメリカ国内で始まった大気圏内核実験は100回にのぼる。核実験によって北米大陸全域が放射能汚染され、汚染されたミルクを飲んだ全米の子どもたちが被曝した。立ち上がった女性たちの行動がケネディ大統領を動かし、ついに大気圏内核実験は中止される。もしもアメリカ国内で行われた828回の地下核実験が地上で行われていたら――北米大陸は死のエリアになっていたかもしれない。女性たちと歯の抜けた子どもたちが、放射能から北米大陸を救った奇跡の物語。

※託児が必要な方は、2週間前までにご相談ください。（先着順）託児料1人１回につき300円

日時：11月30日(月) 14時～16時
場所：岡山市立吉備公民館
参加：無料
定員：40名（先着順）
問合せ・申込み：岡山市立吉備公民館
TEL086-293-2170
岡山市北区庭瀬４１６
休館日：毎週水曜日・祝日・年末年始

ご案内 おすそわけをひとり親家庭へ

NPO法人おてらおやつクラブでは、ひとり親家庭の自宅におすそわけが届く支援をおこなっています。「紹介カード」をお預かりしております、ご希望の家庭の方はほっと岡山までご連絡ください。

※おすそわけを受け取れる方は「18歳未満のお子さんがいるひとり親家庭」です。該当しない場合も、まずはお気軽にお問い合わせください。

ほっと相談の電話番号が変わりました

「相談するほどでもないかもしれない……」

放射能が不安、健康被害のことを誰にも話せない…
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…

ご相談希望の方は、事前にご連絡ください。
お待たせせず、お話を伺うことができます。

070-5670-5676
［メール］hotokayama@gmail.com

［相談］電話・訪問（ご希望の場所）等
［時間］10:00～16:00（カレンダーをご覧ください）

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。

イベント

イベントのご案内

ご参加
お待ちしております！

●…ほっと岡山主催・共催など
●…他団体イベント、ほか

12/26(土) くるくるお茶会

お弁当を持ち寄りわいわいしています♪

お久しぶりの方も初めての方もぜひ♪

2026年最後に忘年会もかねてみなさんで集まりませんか？
お昼時はランチを持ち寄りお昼ご飯会もします。土曜日の開催ですので、平日は難しい方もぜひ！みなさんにお会いできたら嬉しいです。
今回から、ゆうあいセンターでの開催です！



日時：12/26（土）12：00～15：00
場所：ゆうあいセンター小会議室1　※駐車場あります
参加：無料／10名程度（途中参加、途中退場自由です）

2/6(土) くるくるお茶会

ティータイムだけでもOKです！お茶しましょ♪

どなたでもおきがるにお越しください

2027年最初のくるくるお茶会です、少人数でわいわいお茶でもいかがでしょうか？大人数が少し苦手なかたも交流しやすいこじんまりとした交流会です。初めてのご参加もお気軽にどうぞ！
土曜日&ゆうあいセンターでの開催です！



日時：2/6（土）12：00～15：00
場所：ゆうあいセンター小会議室3　※駐車場あります
参加：無料／10名程度（途中参加、途中退場自由です）

今年も3月に避難移住者交流会開催します

おかやま避難移住者交流会

日時：2027年3月7日（日）10:30~16:00
会場：ピュアリティまきび（予定）

今年度も3月におかやま避難者交流会を予定しています。
午前は支援情報提供をメインに、ランチを挟んで午後は交流とリラックスを中心としたひとときを過ごせるよう、企画しました。恒例のアロマケアのブースのほか、アロマスプレーを一緒につくったり、ご自身でできるセルフケアのブースも予定しています。
みなさんのご参加、お待ちしております！

ボランティア募集しています！

交流会を一緒に盛り上げてくださる方、募集！
わいわいみなさんで楽しい会にしたいと考えております！お気軽にご連絡ください！



こどけん通信が届きました

こどもたちの健康と未来をまもる情報マガジン『こどけん通信』秋号が届いております。
読んでみたい方は配布しておりますので、ほっと岡山までご連絡ください。

2026年度 被災者健診のお知らせ

●岡山協立病院／毎週金曜日（祝日・年末年始を除く）

【健診日時】祝日・年末年始を除く毎週金曜日 受付時間：10時00分
【健診場所】総合病院 岡山協立病院 健診受付 岡山市赤坂本町8−10
【申し込み方法】電話：0570（007）845（健診センター直通）
定員：1日3～5人、予約受付：月～金8時30分～16時　事前に問診票・検査容器などを送付します。
【検診の対象】東日本から原発事故をうけて岡山県内へ避難している4歳以上の方/他院を含めて前回に検診を受けてから1年以上経っている方
【費用】5千円　住民税非課税世帯の方は無料（検診当日に所得証明書をご持参ください）／4歳～中学生：3，750円　他費用設定あり

●水島協同病院 検診コーナー／毎月第2土曜日

【場所】水島協同病院 健診コーナー
【予約】TEL086−444−3211（代表電話）
＊予約窓口 地域保健課 ＊予約対応日時 月～金曜日、13時30分～16時
希望日時などは電話でご相談ください。
【健診の対象】東日本から原発事故をうけて岡山県内へ避難している方で、健康不安を持たれている方　※水島協同病院と岡山協立病院での被災者健診を初めて受診する方に加えて、2回目以降の方も受診できるようになりました
【費用】1万円（基金から助成しますので自己負担は5千円）　住民税非課税世帯の方は無料（健診当日に所得証明書をご持参ください。）

12/12(土) 避難者交流会@こっとんことむ

フェアトレードのお店やカフェをされている『こっとんことむ』さんにて定期的に開催されている避難者交流会です。
前日までの予約で美味しいランチも注文できます。

後楽園の近く、風情あふれる出石町にお店はあります。
足を運んでみませんか？



日時：12／12(土)　13：00～15：00
場所：こっとんことむ（岡山市北区出石町1丁目8−6）
参加：ドリンク代500円
申込み：こっとんことむまでお電話を（070-5520-0482）

※ランチは12：00からで、800円です。前日までにご予約ください。

今月のスタッフだより

嵐山のトロッコが来年新しくなるそうで、レトロなトロッコに乗りに京都に行って来ました。紅葉前の山も緑が青々と美しく見応えがありますね（S）

過ごしやすい時期になりました！ この時期で私が一番に頭に浮かぶのが「紅葉」です。　岡山の北部に紅葉を見に行くのが、毎年の楽しみとなっています。今年は忘れずに熊鈴を持って、紅葉狩りを楽しみたいと思います。（N）

事務所移転ではたくさんのみなさんにお力添えをいただき、ありがとうございました。10月から新しい業務体制でスタートしました。私の体調も年末までの治療が一区切り。ゆっくりじっくり、時にはのんびり過ごしています。くるくるお茶会、そして3月の交流会、お待ちしています。（はっとり）

スマホやPCから『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：2026年 10月31日
発行元：一般社団法人ほっと岡山
TEL：070-5670-5676
©2026ほっと岡山 All Rights Reserved
禁・無断複写、転載

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