

月刊 地域支え合い情報

東日本大震災の被災者の生活を支援するあなたのための情報紙です。



富岡町臨時災害FM おだがいさま FM 放送の様子

特集

想いを伝える

● 震災から学んだ支え合いを後世へ ③

三陸こごかなネット (宮城県石巻市)

● 故郷はいつもそばに！ 心をつなぐFM放送局 ⑤

富岡町臨時災害FMおだがいさまFM (福島県富岡町、郡山市)

● 住民目線の情報を発信 ⑦

大槌新聞 (岩手県大槌町)

☆ 専門家に聞く地域づくりのヒント ⑧

(立教大学コミュニティ福祉学部 教授 森本佳樹さん)

● 東北の元気⑩ ⑨

和田地区震災復興を考える有志の会 復興の館 (宮城県仙台市宮城野区)

● まちの仕組み⑫ ⑩

重層的なコミュニティ支援で市民を支える (宮城県石巻市)

● 事例をとおして考えよう！ ⑫

【今月の事例】宮城県石巻市

● 防ごう！生活不活発病⑤ ⑭

生活不活発病チェックリスト (国立長寿医療研究センター部長 大川弥生さん)

● 宮城県サポートセンター支援事務所からのお知らせ ⑮

ひとりごと サポーターのあなたへ⑤ (宮城県サポートセンター支援事務所アドバイザー 浜上章さん)

● 暮らしを支える支援員③ ⑯

東松島市生活復興支援センター

広域避難者の暮らしを支え合う情報紙「つなぐ・つながる・支え合う」vol.7を挟み込みました。宮城県 平成25年度みやぎ地域復興支援助成金事業

「東日本大震災・おらいの地域の元気興し第1回いがす大賞」の募集要綱を挟み込みました

想いを伝える

伝えたい想いがたくさんある。

伝えたい人もたくさんいる。

伝えたい想いや伝えたい人がたくさんあるように、

伝える方法もいろいろあります。

今回の特集では、「想い」をさまざまな手段で「伝えている」人たちをご紹介します。

宮城県石巻市で活動する「三陸ござかなネット」は

震災後、たくさんの人たちと助け合い、支え合った姿を伝えていこうと

震災記録漫画の作成を行っています。

福島県郡山市の仮設住宅内にある臨時災害FM「おだがいさまFM」は、

震災によって県内外に暮らすことになった福島県富岡町の住民と故郷をつなぐ

重要な役割を担っていました。

岩手県大槌町で発行されている「大槌新聞」。

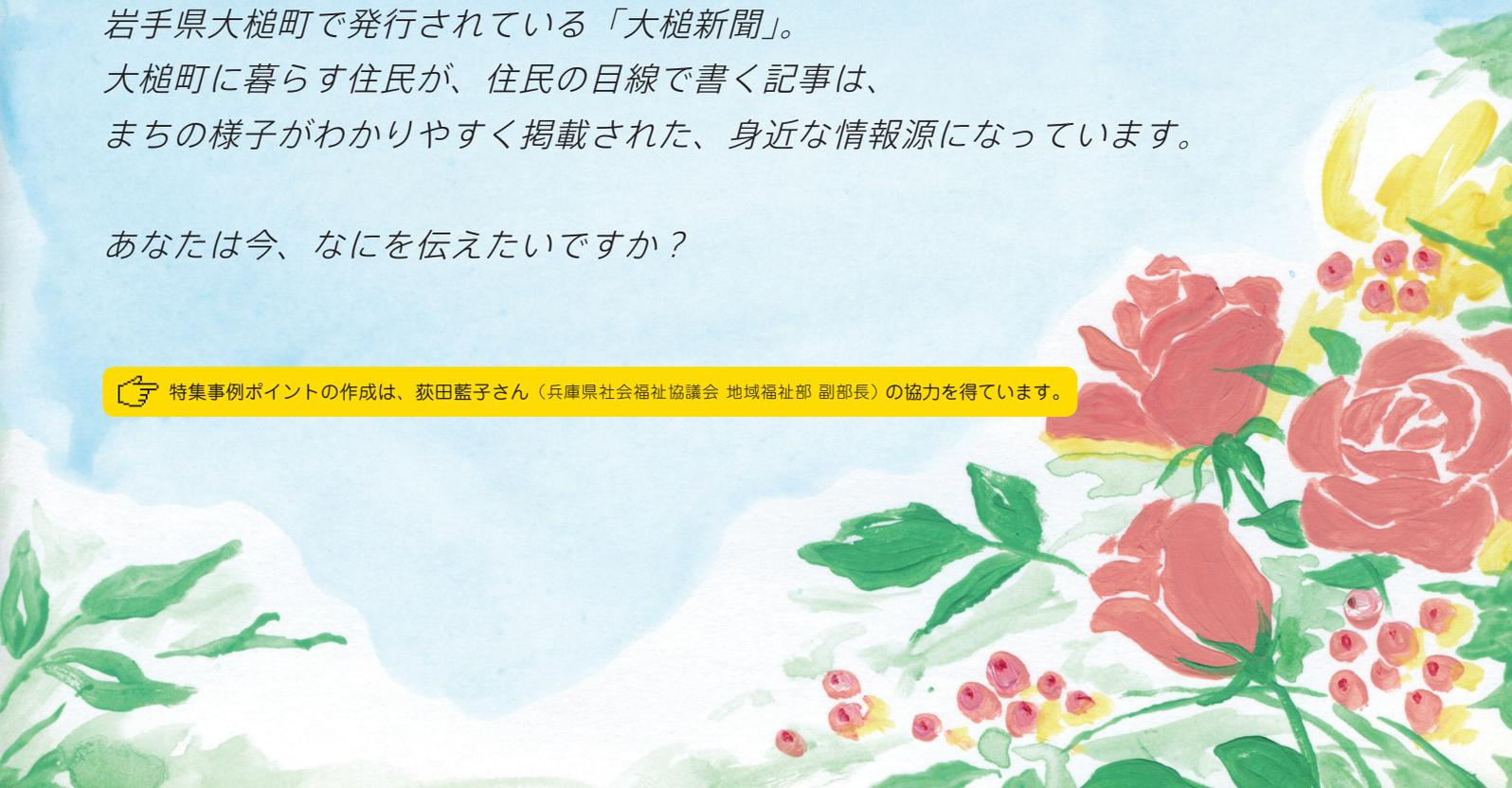
大槌町に暮らす住民が、住民の目線で書く記事は、

まちの様子がわかりやすく掲載された、身近な情報源になっています。

あなたは今、なにを伝えたいですか？



特集事例ポイントの作成は、荻田藍子さん（兵庫県社会福祉協議会 地域福祉部 副部長）の協力を得ています。





震災時の食事も支え合いの思い出

震災から学んだ支え合いを後世へ

◎三陸こざかなネット(宮城県石巻市)

ポイント

1. 一人ひとりの体験や思いを表現できる手段を考えて試してみよう。体験から生まれた表現が人を動かす。
2. 子どもたちに震災の経験と命の価値を伝え続けよう。これが復興への大きな道づくりになる!

残したい記憶

「震災のときって、たいへんなことだけじゃなかったんですよね。たくさんの人たちと助け合って、思い合って。震災で改めて気づかされた、支え合いのたいせつさを子どもたちに伝えていきたい」。そう話すのは、宮城県石巻市に暮らす中山奈保子さん。東日本大震災後、中山さんは旧友とともに、震災を乗り越えた親子の記録漫画の製作を開始した。当時の状況や防災・減災について書かれた書籍などがたくさん出版されているなか、中山さんたちが伝えているのは、震災時に心癒された子どもの言葉や忘れられない親子の出来ごと、出会った人たちとの助け合いの姿だ。

話したい。

けれども、話せない

発災時、中山さんは2人の子どもの義母とともに、石巻市内の自宅で津波を目の当たりにした。あつという間に津波で覆われた1階。中山さんたち家族は、

浸水を免れた2階で3日間を過ごすことに。「今ながら起こっているのか、これからのどうなるかがわからない不安、夫やじっち(義父)と連絡が取れない不安。子どもたちとばっば(義母)は、すごく不安だったと思うんです。私がしっかりしなきゃ、子どもたちとばっばを守らなきゃと思った。不思議と恐怖は感じませんでした」と話す中山さん。

「なぜか、夫にこのことを伝えなきゃっていう思いがあった。2階にあった折り紙の裏や紙切れに、そのときの様子を書き連ねていたんです」。震災から3日目の夜、意を決して泥だらけの道のなか、避難所へ。道中に自衛隊の救護を受け、無事に避難所へとたどり着いた。5日目によく夫婦と再会。その後、義父が亡くなっていることを知った。2011年3月17日、中山さんたち家族は、親戚の暮らす宮城県の内陸へと避難。その晩中山さんは、震災当日から書き溜めたメモをもとに、ブログを開示した。「とにかくいろんなことを誰かに打ち明けたかっ



三陸こごかなネット

代表 中山 奈保子さん

「たくさんの人たちと助け合って、思い合って。」

「震災で気づかされた、支え合いのたいせつさを伝えていきたい」

た。でも、子どもたちには焦っている姿は見せられないし、見せたくない。それに、まだ連絡が取れない親戚もいて。そんななかで自分のことばかり話せないですね。不安だったことや苦しい思いを誰かに話したかったけど、話せなかった」。ブログだったら誰かが読んでくれるかもしれない。読みたくない人は読まないだろう。せきを切ったように文字を打ち込んだ。書き出すと止まらなかつた。

漫画にしよう

同年5月、ブログを読んだ中学時代の友人、渋谷光さんから、中山さんの経験を記録漫画にして残そうと連絡が入った。「最初は、いいの？ 私たち親子の記録なのに、残そう？ っていう渋谷くんの想いに動かされて。一緒に漫画にすることを決めました」。あのとき、近所に住んでいたながら話したことのない人たちが助け合ったこと。初めて会う人たちが寄り添ってくれたこと。一つの親子の経験



想いが詰まった記録漫画

からなにかを感じてもらえれば。また、記憶を語り継ぐためには子どもたちが関心をもつ必要がある。漫画ならば写真や映像と違い、震災の恐怖や悲しみを直球で押しつけることもない。渋谷さんの同僚も加わり、三陸こごかなネットと団体名をつけ、活動を始めた。漫画化をすすめていくなかで、もう一つの計画も生まれた。書き続けていたブログに寄せられた、「私にできることはある？」「実家が被災した。行きたくていけないのがつらい」といった、たくさんコメント。それを見たとき、中山さんたちは、震災は被災地だけの問題ではないことを



イラストがあるので大人も子どもも読みやすい

痛感した。直接的に被災していないくとも、被災地を想い、心を痛めている人や、乗り越えようと行動している人がいる。全国のそうした人たちの想いが詰まった手記を募集し、伝えていこう。2012年9月、中山さん親子の経験をもとにした震災記録漫画「ねえねえしてたあ？」が完成。翌年の6月に、投稿手記漫画「いつかおとなになったあなたへ」が完成した。投稿手記漫画には、国外に暮らす親子も含めた、9人の震災の記録が描かれている。

たいせつだったものは？

現在、全国各地で漫画の原画展や読み聞かせ会も実

施。「震災後の暮らしは忘れたいけど大事なこと。日々生活していくなかでのたいせつなことが、震災後の生活には詰まっていたんじゃないかと思うんです。家族がよりよいものであるために大事なことで、子どもが強く優しく育つために必要なこと、大好きだった人を忘れないっていう気持ち。そのことを語り継いでいきたい」。

私たちが震災から学んだのは緊急時の対応だけではない。思いやりの気持ち私たちがの心をあたたくするのだということ。そのことを、中山さんたちは思い出させてくれた。管

DATA

漫画についてのお問い合わせ・ご注文は FAX またはホームページより受け付けております。

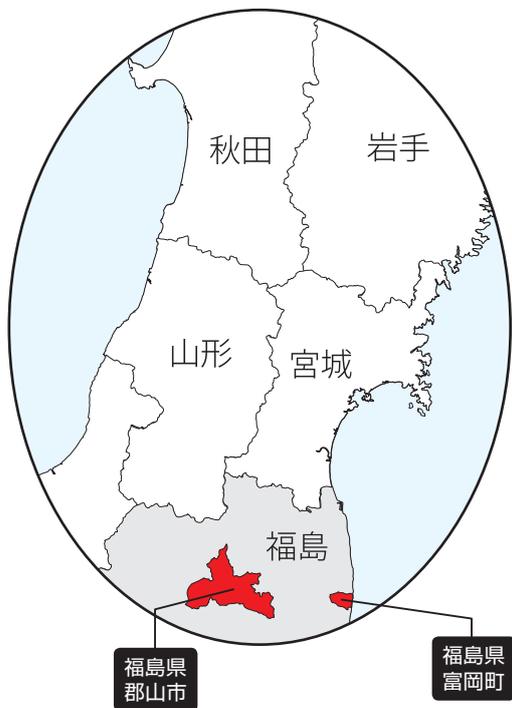
FAX : 0225-23-4012

HP : <http://www.kozakana3.justhpbs.jp/>

「ねえねえしてたあ？」: A4 フルカラー 24 ページ 300 円

「いつかおとなになったあなたへ...」: A4 白黒 56 ページ 800 円

※「ねえねえしてたあ？」は英語版も販売されています(500 円)。



パーソナリティを務めるお笑い芸人「ぺんぎんナッツ」の2人

故郷はいつもそばに！ 心をつなぐFM放送局

◎富岡町臨時災害FMおだがいさまFM（福島県富岡町、郡山市）

ポイント

1. 目や耳が不自由な人、知的障害がある人、さまざまな特性をもつ人に情報が伝わる工夫を考えてみよう。
2. 双方向のコミュニケーションが心をつなぐ。

避難先に災害FMを

東日本大震災を機に、東北では多くの臨時災害FMが開局した。福島県富岡町から同県郡山市に避難した住民を支援する、富岡町生活復興支援センター（介護等サポート拠点）おだがいさまセンターが運営する、おだがいさまFMもその一つだ。「おだがいさま」とは、東北の方言で「お互いさま」という意味。介護等サポート拠点が臨時災害FMを行うのは、初めての試みだ。

笑ってもいいんだ

開局のきっかけは、避難

所で生活していた頃に遡る。震災後、避難所となっていた、郡山市内の多目的ホール「ビッグパレットふくしま」。おだがいさまセンターも、この避難所を拠点に支援活動を続けていた。「避難所には紙媒体の情報が届いていました。けれども、視覚に障がいがある住民や、急いで避難したために、老眼鏡を忘れてきてしまった高齢

者などは、読めない。また、目で読み取る情報と、耳から聴き取る情報では、感じ方も違うんじゃないかと思っていたんです」。そう話す、スタッフの吉田恵子さん。そして当時の所長が声を上げた。「ここでラジオをやろう！」。ラジオは支援物資としてたくさん届いていた。「でも、誰もやったことがないし、設備もない。できるわけないよ！って、思っていたら、偶然ラジオ局に務めている人がボランティアで来て、開局に協力してくれることになって……」。

2011年5月、避難所内限定で聞くことのできるミニFMが誕生した。

避難所で始められたミニFM。ラジオから流れる災害情報や翌日のお知らせに、避難していた人たちは静かに耳を傾けていた。そんなある日、ミニFMに変化が起こった。「スタッフが、ぼろっともしるいことを言ったんです。そうしたらホール中のみんなが大声で笑って。それまで避難所では笑い声なんてほとんど聞いた



富岡町生活復興支援センターおだがいさまセンター

スタッフ 松本 愛梨さん

「町民同士が交流する機会になったり、町民自身が
“私たちは元気だよ”って発信できる、そんなFMにしたい」

ことがなかったんです。きつとみんなどこか笑ってはいけないっていう気持ちがあったらうし、私言おうなんて考えていなかった。そこからFMでいろんな話をするようになり「なりました」と吉田さん。以来、住民からたくさんリクエスト曲が寄せられたり、放送場所に集まって聴く人たちがいたり、避難所が閉鎖となった同年8月末まで、ミニFMは住民たちの心を和ませていた。

まちとつながっている

そして、2012年3月。避難者を支えたミニFMは、より多くの富岡町民が聴けるようにと、郡山市富岡町内に建てられた、富岡町若宮前応急仮設住宅敷地内に、臨時災害FMとして再開。

臨時災害FMはミニFMよりも出力電波が高いため、隣接する仮設住宅だけではなく、市内のほとんどの場所でも聴けるように。富岡町長をはじめ、



センター内でも聴くことができる

行政の後押しも受け、富岡町民全員に配付されたタブレット端末からも聴くことができるほか、全国のコミュニティFMをインターネットで配信する「サイマルラジオ」のホームページからも受信可能だ。県内外に避難した住民が故郷を感じる、貴重な情報源となった。毎週月曜日から土曜日の8時から19時半（曜日により放送時間の変更有）の間、おだがいさまセンターのスタッフ以外にも、フリーアナウンサーや芸人など、さまざまな人たちが思いの情報をお知らせする。避難先の大阪府でラジオを聴いた富岡町民が、「久しぶりに福島弁が聴け

た。富岡町とつながっているんだと感じた」と、郡山市まで伝えに来てくれたこともある。FMは離れてしまった故郷とをつなぐ架け橋になっているのだ。

FMで再会！

2013年5月、県外に避難した住民とスタッフが電話で話す様子を放送する特番が組まれた際、思わぬ出来ごとが起こった。自宅でラジオを聴いていた仮設住宅の住民が、「今電話で話している人、私の友だちなの！」と、駆けつけて来たのだ。急きよ、電話を代わり、2人の再会が実現した。「お友だちに代わったとたん、声の調子が変わりました。どちらも本当にうれしうで、私たちもすごく感動しました」と、スタッフの松本愛梨さん。すぐに戻れるだろうと思っていたので連絡しないで避難先の埼玉県に向かってしまったこと、お互いいろいろな事情があって連絡できなかったことなど、

2人はこれまで話したくても話せなかった胸のうちを、ようやく打ち明けることができた。「今後も町民同士が交流する機会になったり、町民自身が私たちは元気だよって発信できる、そんなFMにしたい」と、松本さんは想いを語る。

ラジオから聴こえる声は、遠く離れた故郷を、そして、人と人とをそつとつないでいた。 **管**

※タブレット端末

平板状の外形をした、パーソナルコンピュータ。液晶ディスプレイなどの表示部分を指でふれて操作できるタイプのもの

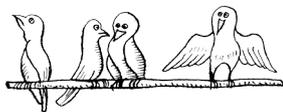
DATA

おだがいさま FM ラジオ局 (富岡臨時災害 FM 局)
〒963-8041 福島県郡山市富岡町字若宮32 (仮設住宅地内)
TEL : 024-935-3332 FAX : 024-935-3334
HP : http://www.gurutto-koriyama.com/detail/index_213.html

「おだがいさま FM は、76.9MHz で放送中！
放送エリアは福島県郡山市内ですが、インターネットで全国からも視聴できます。「サイマルラジオ」で検索ください。



大槌新聞を制作している高田由真子さん



住民目線の情報を発信

DATA 一般社団法人 おらが大槌夢広場
 〒028-1115 岩手県上閉伊郡大槌町上町 6-3
 TEL: 070-6954-4942 FAX: 0192-55-5122
 HP: <http://www.oraga-otsuchi.jp/project/newspaper/>

◎大槌新聞(岩手県大槌町)

writer 元持幸子

ポイント

1. “難しい言葉を使わない”だけじゃない。伝える極意は、相手を理解しようとする。相手の声に耳を傾けよう。

たいせつなのは住民の目線

岩手県大槌町で、2012年6月より毎週発行されている「大槌新聞」。発行しているのは、一般社団法人のおらが大槌夢広場の高田由貴子さんだ。「地元住民の目線で、大槌町の住民が本当に求めている情報を伝えたい」と、全国紙や地方紙の新聞では取り上げることが難しい、東日本大震災後の大槌町のまちづくりの情報や、地域の話題などを取り上げている。

まちの広報誌や情報誌、インターネットによる情報メディアが存在するなか、大槌新聞は、住民目線での情報の収集・発信を心がけている。その理由は、震災後に見えた「情報」に対する課題にある。震災時、情報の少なさが多くの住民の不安をかりたてていた。行政からの情報や安全情報などは発表されるが、住民へ伝える手段が非常に乏しかった。そのため、避難所にあった数日遅れの新聞で、まちの現状を知る人も多

かった。大槌町は、震災前より携帯やラジオの電波の届かない地域も多く、さらにインターネット普及率も低い地域である。「復興計画の内容や生活再建制度の情報を受け取っても、理解できている人はどのくらいいるんだろう……」。高田さんは、震災から3年目となる現在も、情報アクセスの課題が気にかかるという。

住民の関心情報を伝える工夫

今、多くの住民の関心ごとは、住居の移転計画や、住宅や公共機関の再建の見通しなどにある。まちづくり説明会などの場で、住民に意見を求め、活発な意見が出てくると言われたこともある。その要因としては、震災復興関連情報が一方的に流れていること、情報発信の工夫やわかりやすさへの配慮が不足していることが考えられる。そこで高田さんは、「公」の場での発言だけでなく、町内のさまざまなお場所やイ

ベント、会議などに足を運び、現場の声を聴いている。「バス停でのバスを待つ間や、仮設住宅集会所のお茶っこ会など、何気ない日常会話から、暮らしの情報や住民のニーズを拾い上げるようにしています」と高田さん。住民目線からの情報発信をたいせつにしている。

大槌新聞の紙面は、タブロイド判4ページ、文字は大きく、カラーで写真や図などもたくさん入っていて読みやすい。生活再建制度の情報、災害復興住宅の入居状況などは、図や写真を使い丁寧に解説。これらの情報を「紙」で発信することは、時間が多少かかっても情報が届けられ、自分のペースで目を通すことができる。この読みやすさが高齢者の多い大槌町では好評だ。

地元新聞の影響力

大槌新聞は、町外避難者へ地域に密着した情報を伝える役割も担っている。自分が生まれ育った地域の暮らしや地域住民

の声は、地元を離れている人たちにとって、関心ごとの一つである。岩手県盛岡市で月に一度開催される、「町外避難者・大槌のお茶っこの会」にも、大槌新聞は届けられ、知人が紙面に登場するなど、離れていても故郷を身近に感じることができているのである。

さらに大槌新聞は、震災をきっかけに大槌町でボランティア活動や支援活動に参加した人たちにとっても、今の暮らしや住民の変化を身近に感じてもらえる情報源になっている。継続的にまちに關心をもってもらい、なんらかのかかわりを持ち続けるためのきっかけになっている。

「まちの課題ばかりでなく、喜びや活気ある活動を取り上げ、これからのまちづくりへの希望も住民へたくさん届けたい」と、高田さんは今後の新聞発行を意欲的に語る。

立教大学コミュニティ福祉学部 教授

森本 佳樹 (もりもと・よしき) さん



東京都社会福祉協議会、熊本学園大学社会福祉学部を経て現職。学部が設置した東日本大震災復興支援プロジェクトの立ち上げ責任者を務め、石巻、南三陸、気仙沼、陸前高田などでの学生の支援活動のコーディネートをこなしている。

専門家に聞く地域づくりのヒント

あらゆる情報メディアで記録と記憶を！

●急速に風化しつつある震災の記憶

立教大学コミュニティ福祉学部は震災直後に支援プロジェクトを立ち上げ、これまで延べ約1,000人近くの学生が被災地などで活動しています。大震災からの復旧・復興には気の遠くなる年月が必要と思われるかもしれませんが、それを継続的に支援し続けられるのは組織だった活動であり、大学はそうした活動を継続できる大きな資源の一つと考えられます。しかし、一般社会でも学内でも、震災の記憶は驚くほど速いスピードで忘れられ、風化しているように感じます。私たちは、震災を忘れないために、新しい授業を開講し、当時は高校生だった学生たちにも、震災時に何が起きたのか、その後どうなっているのか、ゲストをお招きして現地の声が届く工夫をして、考えてもらっています。そのためなのか、今年度のほうが活動への参加希望者が増えています。

●慣れ親しんだメディアのよさを再発見

今回登場する事例はすべて、情報の受発信にかかわるもので、しかも、IT技術を駆使した新しいものではなく、漫画、地域FM、地域新聞といった多くの人が慣れ親しんだメディアを使い、双方向性を重視した形態であるため

わかりやすく、普及性伝播性に優れています。

「三陸ごごかなネット」は自分の経験をブログで発信していたものを、親子の震災記録を集めた投稿手記漫画として再編集して発行したもので、全国で原画展や読み聞かせ会が行われています。また「富岡町おだがいさまセンター」は、避難所で始められたミニFMを、応急仮設住宅に移転したあとは地域の臨時災害FMとして拡張し、全国に避難した富岡町民をつなぐツールとして活躍しています。3つ目の「大槌新聞」は、住民目線の生活情報やニーズを丁寧に拾い集め、わかりにくい行政情報をわかりやすく発信することで広い支持を得ています。

●ツールを駆使して記録を蓄積していこう

瞬時に多数を対象として発信できるブログ、ツイッター、フェイスブック、ラインなどの新しいツールの効果を認めながらも、高齢者などが往々にしてそうしたツールを使いこなせない場合が多いことを考えるならば、誰もが慣れ親しんだ情報ツールの有用性を併用することも大事だと思います。さまざまなメディアを適切に使い、震災の記録の蓄積と記憶を風化させない取り組みが、全国的に求められているのではないのでしょうか。

つなぐ・つながる・支え合う

vol. 7

宮城県 平成25年度みやぎ地域復興支援助成金事業

発行：2013年9月20日
発行：全国コミュニティライフサポートセンター（CLC）
〒981-0932 宮城県仙台市青葉区木町16番30号 シンエイ木町ビル1F
TEL：0227278730 FAX：0227278737 joho@clc-japan.com

全国に避難した約29万人の暮らしを支える

2011年3月11日に発災した東日本大震災から2年が経過し、被災した地域では少しずつ復興に向けた取り組みが進んでいる。その一方、全国47都道府県、1,200以上の市区町村で、いまなお28万人9,611が避難生活を送る。そのうち、自県外に避難している人の数は、福島県から52,277人、宮城県から7,538人、岩手県から1,540人である（2013年7月4日現在、復興庁発表）。

宮城県が2013年2月に実施した県外避難者へのアンケート調査結果によれば、回答した世帯の6割の自宅が津波による流出などで入居不能になっており、34%が東北で、33%が関東で避難生活を送りながら、

郷里の復興情報の提供と避難生活上の不安解消を求めている。避難先で支え合う取り組みを紙面で紹介するとともに、避難者と支援者が交流して手をつなぐための媒体として、この情報紙をご活用ください。

都道府県別の避難者等の数

(2013年7月4日現在、復興庁、単位：人)

北海道	2,813	関東	31,713
東北		東海・北陸	2,779
青森県	858	近畿	3,923
岩手県	37,852	中国	1,989
宮城県	97,715	四国	487
秋田県	1,151	九州・沖縄	3,279
山形県	7,974		
福島県	91,998		
新潟県	5,080	合計	289,611

宮城からの県外避難者を支援する

◎宮城県東京事務所（東京都）



県外避難者支援員の佐々木昭夫さん（左）と花上桂子さん

東日本大震災により、宮城県からは県外に約8,300人が避難している（宮城県調べ）。避難者数は、隣県の岩手県が最も多く、次いで東京都、埼玉県、神奈川県と関東圏に多い。そこで、宮城県では、一人でも多くの方に帰郷してもらえよう、2013年6月より都内に県外避難者支援員を2人配置した。現在、東京都および神奈川県などで社会福祉協議会やNPOなどの支援者が主催する避難者サロン・交流会に支援員が出席して、宮城県からの避難者に直接会いながら、避難状況の把握や復旧・復興情報の提供に励む。

福島県からの避難者が多いなか、この1か月で出会えた宮城県からの避難者は約30人。多くが、



血縁の住んでいる関東を避難先として選んだ50歳代以上の入居者だ。借上げ賃貸住宅（みなし仮設）にいつまで住めるのかという不安の声が聞かれる一方、故郷の復旧情報に関心を寄せ、定期的に宮城県へ帰り情報収集をしている人もいます。「泣き言をいってもしようがない、解決するのは自分だから」と現実を受け入れて生活する避難者の思いに寄り添い、ときに嘆きを受け止めながら、「一人でも多くの人が宮城へ戻れるようにお手伝いしていきたい」と支援員の佐々木昭夫さんは話す。

支援員の活動エリアは南関東と広域なため、戸別訪問ではなく、サロン・交流会に出席する形をとっているが、これらの交流の場に参加していない避難者こそが心配だと、支援員の花上桂子さんは話す。すでに活動していた福島県の支援員にアドバイスを受けながら、連携して関東圏の避難者支援にあたる。小



山形県
山形市
米沢市
鶴岡市



勉強を通じた 安心できる居場所づくり

避難児童への学習支援

◎ 特定非営利活動法人子ども支援フェイスブックプロジェクト（山形県）

東日本大震災により、山形県内へ避難して小・中学校、高校に通う児童生徒は、2013年5月現在約1,110人おり、勉強の遅れが懸念されている。そこで「特定非営利活動法人子ども支援フェイスブックプロジェクト」では、

2013年3月から山形市、米沢市、鶴岡市の3か所で、避難してきた子どもを対象とした学習支援を行っている。「週末寺子屋子ども大学」と名づけられたこの事業は、山形市と米沢市ではほぼ毎週末



駒澤大学仏教学部講師の藤井淳さん

に、鶴岡市では子どもの長期休みに合わせて開催されており、プロジェクトの一員である駒澤大学仏教学部講師、藤井淳さんを中心に、山形大学などの学生がボランティアで勉強を教えている。

勉強も遊びも

鶴岡市で総合福祉センター「にこふる」の会議室を利用し、2013年7〜8月の夏休みに開かれた寺子屋の初日には、午前中に小学生3人（4年・6年）、午後に中学生2人と高校生1人が参加して、持参した夏休みの宿題に取り組んだ。子どもの横で寄り添うように学生ボランティアが勉強を教え、ときにヒントを出しながら、子どもが問題を解く楽しさを味わえるよう手助けをしていた。

印象的だったのは、2時間半の間、最後まで集中して真剣に学習していた小学生が、終了後は一転し、学生ボランティアとボードゲームで無邪気に遊びだす姿だ。避難生活を送る借上げ賃貸住宅

（みなし仮設）は狭く、学習環境が十分でないことが多いが、寺子屋では広いスペースで、学生ボランティアが見守るなか安心して学習ができ、遊び相手にもなってくれる。参加した小学生の母親は、「自宅では、なかなか集中しない。無料で参加できるこのような場はありがたい」と話す。宮城県から避難している高校1年の男子も、「好きなゲームの話もできるから、ここで勉強すると気分転換になる」と教えてくれた。

安心感をもてる居場所として

子どもたちにとって、寺子屋で接する学生や大人は、勉強を教わるだけの関係ではなく、気軽におしゃべりを楽しむ遊び相手でもある。藤井さんは、「学習の場ではあるが、まずは子どもたちが自分の存在を認められて、安心できる居場所であることを感じてもらいたい。そして、勉強は楽しいものだ」と気がつくきっかけになれば」と話す。

鶴岡市の寺子屋では、昼食の希望をとり、午前の部の小学生と保護者、午後の部の中高生と保護者が一緒に食事をする場を設け、避難者の交流の場とするなど、単なる

る学習支援に留まらない運営の工夫を感じた。今後は、寺子屋の運営を地元の人たちに引き継げるように連携を図りながら、安定して継続できる運営体制を目指す。

遊ぶことで勉強にもメリハリが出る



小学生の勉強風景。学生ボランティアが寄り添って、2時間半集中！

DATA

特定非営利活動法人子ども支援フェイスブックプロジェクト
「週末寺子屋 子ども大学」

E-Mail
terakoya.kodomodaigaku@gmail.com

URL
http://cspro.netj.jp/organize/

塩

つながりが生まれるコーヒーショップ

◎コーヒー&ニット I V Y

高畑美幸さん（秋田県秋田市）

地域住民との交流

秋田駅から車で10分ほどの場所にある、秋田県秋田市榎山登町。小道を散策していると、軒下にベンチが置かれた可愛らしい店舗が見える。店の名前は「コーヒー&ニット I V Y」。2013年9月2日からの1か月間、I V Yでは、東日本大震災により被災し、秋田県に避難してきた住民たちによる手づくりの雑貨・小物展を開催している。同年3月にも同様の展示販売を行っており、今回で2回目の開催となる。



看板とベンチが目印です



展示販売を企画したのは、I V Yの店主、高畑美幸さんだ。

秋田県では、震災により、宮城県・岩手県・福島県から避難してきた人たちが交流できる場を設けようと、避難者交流センターを設置。毎月さまざまなサロンを実施しており、高畑さんはそこでクラフト講座とコーヒー講座を開催している。参加人数は月によって異なるが、クラフト講座は小さなお子さん連れの20〜30歳代のお母さんたちが、コーヒー講座は40〜50歳代の参加者が多く、それぞれ手を動かしながらもおしゃべりを楽しみ、交流を深める場となっている。

「講座は2012年の4月から始めました。みんなでわいわい楽しめるといいなって思ったのと、はじめて暮らす土地ですし、私の知っている情報を伝えられたらなって思っていました。カレーパンはここがおいしいよ！メロンパンならここ！って」と、話す高畑さん。避難してきた人同士だけではなく、地域住民とも交流でき

ることは、避難してきた人たちにとって、心強かっただろう。

暮らしに生きがいを

そういった交流を続けていくなかで迎えた冬。同じ東北といえども、日本海側の沿岸部と太平洋側の沿岸部では、降る雪の量も違う。外出の機会が減った人も少なくなかった。「冬の間、皆さんどうされているのですかって声をかけたんです。ずっと家のなかで雑貨づくりや編みものをして過ごしていると話されたので、ただつくだけじゃなく、そこに生きがいになるようなものが加わればなあと思って。うちのお店で売りませんかと、話してみたんです」。

I V Yでは、店内にある展示スペースに、月替わりで地域住民の作品を展示・販売していたので、そこで出展しないかと持ちかけたのだ。「最初は、売れるようなものじゃないよって、遠慮する人もいたんです。でも、実際に展示して、自分がつくったものが売れると喜びだったり感動だったり、すごくうれしかったようで、またやりたいと、皆さんのほうから声をかけてくださったんです」。みんなが無理なく楽しみながら続けて

いけるようにと、展示会は年に2回（春夏用の雑貨を3月、秋冬用の雑貨を9月に）開催することを決めた。

交流を生む架け橋に

I V Yで小物を展示している人同士の交流や、商品を手に取った人たちとのつながりをつくることが高畑さんの今後の目標だ。「避難してきた人たちと地域住民の架け橋になりたい」と、高畑さん。避難してきた人たちと地域のつながりが生まれる場所が、また一つ、芽生えようとしている。☎

DATA

コーヒー&ニット I V Y

〒010-0021 秋田県秋田市榎山登町 3-13

TEL 090-2278-8619

FAX 018-832-3929

OPEN 10:00 ~ 17:00

CLOSE 土日祝日



店内にはたくさんの作品が並ぶ

避難者がもつ力を引き出す支援

◎ 社会福祉法人鶴岡市社会福祉協議会（山形県鶴岡市）

生活情報を発信

東日本大震災により山形県鶴岡市に避難している人の暮らしを支援、孤立を防ごうと、鶴岡市社会福祉協議会の生活支援相談員2人が、情報提供や交流事業、戸別訪問、相談対応に奮闘している。鶴岡市への避難者338人のうち、宮城県からの避難は86人（2013年2月末現在）で、縁故を頼って避難している傾向がある。

慣れない土地での暮らしを応援するために、初めに知り組んだのが週刊「鶴岡市避難者支援だより」の発行だ。2011年11月創刊当初は、病院やインターネットの閲覧が可能な場所の紹介、雪対策や制度の活用などを紹介していたが、最近はリフレッシュ方法や健康づくりについても掲載。自らも福島県南相馬市から避難している生活支援相談員の志賀恭子さんは、「避難してきた人にお手紙を出すイメージで、必要な暮らしの情報を発信してきました」と話す。

編みもの教室、ひなん女子会



山形県 鶴岡市

鶴岡市社協では、避難してきた人の交流の場として、編みもの教室や、男性・女性限定のつどいを開いている。当初は参加に消極的な人が多かったが、震災から1年を過ぎたころから「避難者同士で話したい」という声が寄せられた。そこで、福島県から避難している人を講師に迎えた編みもの教室を企画したところ、宮城からの避難者も積極的に参加して毎週金曜日に15人ほどが集まる会となり、宮城弁と福島県浜通りの言葉は似ているね、という新たな発見をしながら親睦を深めている。

「避難ママのつどい」から発展した「ひなん女子会」（月1回）には、20歳代から60歳代の女性と子ども約20人が参加している。メイク講座や心のセルフケア講座などの企画を設け、最後にお菓子を囲んで茶話会を楽しむのが恒例だ。毎月、平日と週末に交互に開



編みもの教室で夏ものの毛糸を寄贈いただいた。右端が志賀恭子さん

ひなん女子会



催すことで、仕事をもつ女性も交流できる機会をつくり、くつろぎながら参加できる雰囲気づくりをたいせつにしている。

鶴岡の郷土料理を学ぶ料理教室やもちつき大会などをおして、地元の人と交流する場も設けているほか、NPOなどと協働した学習支援なども行っている。

生活支援相談員の役割

2012年度は、鶴岡市を含む庄内エリアに生活支援相談員は、

志賀さん1人のみの配置だったため、隣の酒田市に避難している人からも相談が入るなど業務が拡大し、無我夢中で支援にあたってきたという。2013年度は、鶴岡市に2人、酒田市に1人の生活支援相談員が配置され、戸別訪問や相談支援に時間をとることができるようになった。

寄せられる相談は、健康問題、家庭の不和、不登校、経済問題などで、地域や関係機関との連携が欠かせない。避難者は多数の問題を抱えて、深刻な状況になりやすい傾向がある。「その家庭の家族全員の暮らしを支えるために、多様な関係機関へつなぐことが重要。生活支援相談員の役目は、避難者が自らもつ力を引き出し、元気になるお手伝いだと思います」と話す志賀さん自身も、仕事をとおして力を引き出されると感じた。**小**



社会福祉法人 鶴岡市社会福祉協議会
〒997-0033 山形県鶴岡市泉町
5-30 鶴岡市総合保健福祉センター2階
TEL 0235-24-0053
FAX 0235-23-9110
URL <http://www.shk01.jp/>

第1回 いがす大賞 IGASU AWARD

I.A

2013年12月21日（土）

東日本大震災・おらいの地域の元気興し

「いがす」とは・・・宮城をはじめとした東北の方言で、「いいね!」「了解しました」などの意味です。

①東日本大震災で被災した地域での人とまちを（活かす、イカしてる）取り組みを募集します。

合わせて、②東日本大震災以外の災害を取り組んだ「いがす」実践も、活動提案として募集します。

各地の元気な取り組みを発表し交流することで、お互いの取り組みを称え合い、学び合って、明日への活力とするとともに、
素敵な地域活動が多くの地域に広まり、豊かな暮らしにつながることを目指します。

大賞
10万円
+
副賞

I.A

準大賞
3万円
+
副賞

I.A

活動提案賞
3万円

I.A

応募者全員に記念品を贈呈!

副賞

- ①被災者交流会にゲスト参加!
- ②神戸でいがす旅!

来場者からの応援金もあり!

いがす
出場者
募集!

応募締切

2013年10月25日（金）必着

※自薦・他薦は問いません

「第1回いがす大賞」を開催するにあたって

2011年3月11日に発災した、東日本大震災。震災後、地域にはさまざまな住民活動やつながりが生まれました。たとえば小物づくりで新たな仲間ができた、身のまわりのちょっとした困りごとを仲間同士で助け合ったり・・・など。あなたの周りにもそういった活動がきっとあるはずです。それぞれのまちで実践されている、地域が明るくなるような活動、参加者がいきいきした活動、思いがあふれる活動など、あなたの身近にある元気な活動をみんなに発表しませんか？

この大会では、全国の災害を受けた地域のいがす（活かす・イカしてる）取り組みを募集し、発表することによって、素敵な地域活動がひとつの地域だけにとどまらず、多くの地域に広まることを目指しています。自薦他薦不問。大会当日は、審査委員と一般来場者、協賛企業にも投票いただき、「いがす大賞」を決定します。

地域にあふれる「い・が・す」な活動を募集します！

日常生活にうるおいをもたらす活動や、経験・知識・技術・地域にあるものを活かす活動、身の回りの困りごとを解決しようとしている活動など、人と人をつなぎ、被災地がいきいきするような「いがす」取り組みを募集します。

あわせて、東日本大震災以外の災害を受けた地域で取り組んだ「いがす」実践も、東日本大震災への活動提案として募集します。

被災者支援事業の取り組み

見守り



つながり



支援員・サポーター

コミュニティビジネス



語り部



駄菓子屋・カフェ



支え合い

伝統行事の継承



ふれあい



お茶のみ・サロン



生きがい仕事



社会貢献



まちおこし



助け合い



応募対象の取り組みは、たとえば

- 助け合い活動…仮設住宅や借上げ賃貸住宅（みなし仮設）、仮設住宅とその周辺地域、広域避難者どうし、広域避難者の受け入れなどの支え合いで、自治会・町内会や地区社協などの活動に留まらず、ご近所の輪やサークル活動など、地域に暮らす人たちが互いを思いやり、支え合う活動。
- 生きがい仕事…趣味や特技など、自分（たち）の経験から生まれた活動がそのまま生きがいとなったり、仕事にまで発展した活動や、地域の課題・社会貢献につながる就労活動など。
- サポートセンターや生活支援相談員等の各種支援員による取り組み…被災地で戸別訪問やサロンづくりなどの生活支援にあたる支援員が行っている、災害（復興）公営住宅での地域支援・まちづくりなど。
- 東日本大震災以外の災害により取り組んでいる住民主体の活動で、東北でも役に立つと思われるおすすめの活動を提案してください。

★応募の手順★



①応募（締め切り）
2013年10月25日（金）

応募用紙



メンバーの顔写真



補足資料



郵送

これは「いがす」と思ったら
さっそく応募してみよう！

必要事項、内容を記載した応募用紙と一緒に活動内容のわかる補足資料（動画、画像、音声、パワーポイントデータなど）を同封し、事務局まで郵送にてお送りください。 ※応募用紙ダウンロードページ <http://www.clc-japan.com/>



②予選審査会（非公開）
2013年11月中旬

あなたの応募内容が
とても「いがす」ので
選考通過しました！



審査基準

- ①笑顔が生まれる取り組みか！？
- ②いかに楽しく魅力的に活動を伝えられるか！？

審査基準に基づき入選作品を選定します。審査終了後、応募者全員に郵送にて審査結果をお知らせします。予選通過者は大会当日（本選審査）にみんなの前で「いがす」発表をしていただきます！
※最終選考まで残った応募については、当日のパフレットに収録するために事前聞き取り調査に伺います。

合言葉は いがすっ！



③大会当日（本選審査／一般公開）
2013年12月21日（土）



大会当日の本選審査で大賞を決定します！ステージ上での持ち時間は3分間以内。ビデオ上映、劇、歌、生演奏、漫才、ダンスなどを取り入れたりと、いがす発表方法は自由です！
大会での発表の仕方などは、事務局との打ち合わせしながら一緒にいがす発表をつくっていくので心配無用です！

★当日の審査方法★



+



+



=

大賞決定



演出協力
情熱家
博多 和宏

※大賞と準大賞の受賞者は、2014年1月に開催される被災者交流会にゲストとして参加してもらいます！

※大賞と準大賞の受賞者は、副賞として「神戸でいがす旅」をプレゼント！（2014年3月 観光+実践発表／各一人分）

★応募先・お問い合わせはこちらまで★

「第1回いがす大賞」実行委員会 事務局

全国コミュニティライフサポートセンター（CLC）／担当：小野寺（知）・田村

〒981-0932 宮城県仙台市青葉区木町16-30 シンエイ木町ビル1階

TEL：022-727-8730 FAX：022-727-8737 ※応募用紙ダウンロードページ <http://www.clc-japan.com/>



★注意事項および応募の条件★

- ・子どもから大人まで年齢性別、自薦・他薦は問いません。
- ・応募内容について事務局から確認の連絡を入れる場合があります。
- ・応募物の返却はできませんのであらかじめご了承ください。
- ・最終選考に残った際は大会会場までの交通費（一人分）を事務局で負担いたします。
- ・応募内容が、第三者の著作権（著作者人格権、意匠権、商標権、その他の権利など）を侵害しないことをご確認の上、ご応募ください。また、内容の一部もしくはすべてを、①その発表のために使用（複製、展示、上映など）をすること、②主催者が本事業を広報するため印刷物やホームページ等に利用すること、③本事業の記録として保存や複製することについて、無償で行うことをご了承していただきます。

当日はいがすお楽しみ満載！みんなで応援しよう！

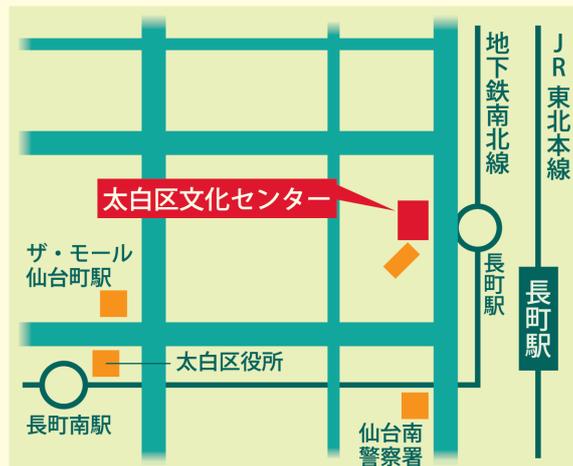
東日本大震災・おらいの地域の元気興し 第1回いがす大賞（大会当日／最終選考会）

日 時：2013年12月21日（土）13:00～16:30

入場料：無料

会 場：仙台市太白区文化センター（楽楽楽ホール）
〒982-0011 宮城県仙台市太白区長町五丁目3番2号
TEL：022-304-2211

※大会に関するお問い合わせは下記事務局までお願いします。



JR仙台駅から東北本線または常磐線上り方面行きで4分、長町駅で下車。徒歩3分。

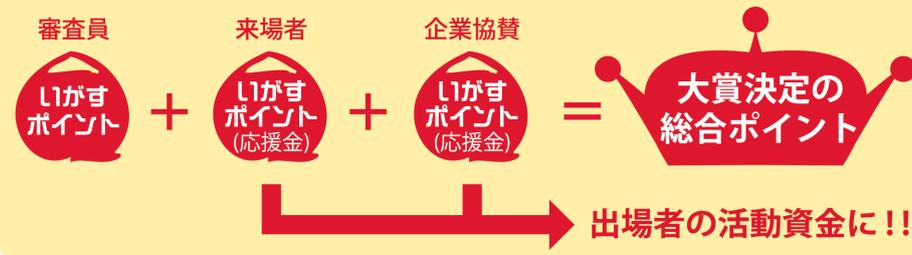
12月21日（土）プログラム（予定）



開会式

- いがす活動発表（第1部）
- いがす活動発表（第2部）
- おたのしみ抽選会
- 審査発表／表彰式

当日で来場されたみなさまに応援券（おたのしみ抽選券付）を1口1,000円で販売します。そのうち500円分は自分の気に入った出場者にいがすポイントとして投票（寄付）することができます。※残りの500円分は大会運営費に使わせていただきます。



★ 審査委員 ★

- 大坂 純 社会福祉法人ありのまま舎 理事長／仙台白百合女子大学 教授
- 玄田 有史 東京大学社会科学研究所 教授 希望学プロジェクトリーダー
- 橋本 由利子 特定非営利活動法人コーヒータム 理事長／福島県浪江町主任児童委員
- 横山 英子 仙台経済同友会幹事／(株)横山芳夫建築設計監理事務所 代表取締役社長
- 小中 和正 社会福祉法人宝塚市社会福祉協議会 常務理事

★ 特別審査委員 ★

- 堂本 暁子 男女共同参画と災害・復興ネットワーク代表／前千葉県知事
- 博多 和宏 情熱家／吹上ワンダーマップ実行委員会 委員長
- むすび丸 仙台・宮城県観光 PR 担当課長

※マークは審査委員長

★いがす実践交流会のお知らせ★ — 2014年1月11日～13日に各県で開催！ —

参加無料

- 宮城会場 1月11日（土）13:00～16:00 エルパーク仙台（仙台市）
- 福島会場 1月12日（日）13:00～16:00 福島県文化センター（福島市）
- 岩手会場 1月13日（月）13:00～16:00 アリーナいわて県民情報交流センター（盛岡市）

「第1回いがす大賞」に入選した活動団体に発表していただき、みんなが元気になる取り組みを学び合う交流会を開催。あなたもヒントをもらって「いがす実践」を一緒に始めてみませんか！

★開催・応募に関するお問い合わせ先★

「第1回いがす大賞」実行委員会 事務局
全国コミュニティライフサポートセンター（CLC）／担当：小野寺（知）・田村
〒981-0932 宮城県仙台市青葉区木町16-30 シンエイ木町ビル1階
TEL：022-727-8730 FAX：022-727-8737

11回目 市民リレー

東北の元気



東北の力をつくりだす人・団体を紹介します。

今回は...

和田地区震災復興を考える有志の会 復興の館

◎宮城県仙台市宮城野区



力強く描かれた復興の館の文字。今後、和田地区の女性のお茶会や、中学生野球部の合宿にも利用される



弾む会話からたくさんの笑顔が生まれる



復興の館の完成祝いで行われた焼き肉パーティ

宮城県仙台市宮城野区
の和田地区に暮らす人
たちで構成される「和田地
区震災復興を考える有志
の会」が2013年5月、
集会所「復興の館」を完
成させた。地区内外を問
わず誰もが利用できる場
だ。

和田地区は仙台港南側
に位置し、地区全体を震
災による津波に襲われた。
住民の多くが借り上げ賃
貸住宅（みなし仮設住宅）
や仮設住宅へと移り、集
会所も解体、430世帯
から60世帯となった。そ
の住民たちで有志の会は
結成され、これからの和
田地区の復興を目指し活
動している。

有志の会は、定例会を
和田地区にある丹野精肉
店の二階部分で行って
いた。いつも、和田地区に
気軽に利用できる集会所
が欲しいという話になっ
ていたが、自分たちでつ
くろうという話が具体的
になったのは、有志の会
の気持ちに共感し、「リ
フォームなら任せろ」と
近隣地区に暮らす人が申
し出てくれたからだ。場

所は有志の会の一人、鈴
木富男さんが所有する津
波被害を受けた3DK
のアパート一階部分に決
まった。

復興の館が完成すると
有志の会はさっそく、近
隣地区からボランティア
に来ていた仙台市津波復
興支援センターと協力し、
焼肉パーティーを企画。
和田地区近辺の仮設住宅
や借り上げ賃貸住宅へチ
ラシを配った。肉はもち
ろ丹野精肉店から購入。
大勢の人が待ち望んだ集
いの場の完成パーティー
に、約100人の参加者
が集った。にぎやかな雰
囲気のなか、「戻れるなら
和田に戻りたい」と、参
加者からは故郷を想う声
も聞こえてきた。

「ただ集まって食べて飲
んで笑って、本音で話を
して。それだけでいい」
と会長千年凱雄さんは話
す。人が集い憩う、飲ん
で食べて語らう、以前は
当たり前だったそんな風
景を復活させていくこと。
復興の館は、そんな場所
を一つ、和田地区に取り戻
してくれた。



重層的なコミュニティ支援で 市民を支える

重層的なコミュニティ支援

沿岸・半島部と

市街地の復興

旧北上川の河口に位置する宮城県石巻市は、2005年に1市6町が合併して新生石巻市となった、人口約16万人の水産・農・商工都市である。

東日本大震災では市内の13.2%（平野部の約30%）が浸水し、死者・行方不明者が約3,600人、家屋の全壊・半壊が約3万3,000棟、地盤沈下が最大でマイナス120cm（牡鹿地区鮎川）と甚大な被害を受けた。

市では、2011年12月に、①災害に強いまちづくり、②産業・経済の再生、③絆と協働の共鳴社会づくりを掲げる「石巻市復興基本計画」を策定し、今後10年間における復興の道筋を示した。商店や病院の少ない沿岸・半島部から、利便

性の高い市街地に移り住む人もおり、沿岸・半島部の復興は大きな課題だ。

重層的なコミュニティ支援

石巻市には、134か所の仮設住宅に約7千世帯が、借上げ民間賃貸住宅（みなし仮設）に約5千世帯が暮らす。50戸を超える仮設住宅では、37団地に32の自治会が発足し、住民主体のコミュニティづくりをすすめる一方、市では保健・福祉・医療の関係機関と協働して、心のケア、運動教室、子育て・障害者支援など、10の生活支援事業を展開している。「被災が広範囲で、被災者数も多いため、孤立防止や健康づくり、コミュニティ支援に重層的に取り組んできた」と市福祉部福祉総務課課長の久保智光さんは話す。

その一つが、市社会福祉

協議会が運営受託する「ささえあい拠点センター」事業だ。約120人の訪問支援員が、市内12か所に設置された「ささえあい拠点センター」を拠点に、相談対応、見守り、サロン活動に取り組む。特に、市中心部の仮設住宅は、多様な地域から抽選で入居しているため、お互いに顔見知りになるようきっかけを提供しつつ、個別の生活課題の相談にのりながら、適切な福祉サービスにつないでいる。

また、市社協では2013年4月より、「地域福祉コーディネーター」を10人配置。生活課題を保健師や地域包括支援センターなどにつなぐだけでなく、地域のなかで解決できる課題には住民や専門職と連携してともに対応し、住民活動を支える役割を担う。今後、集団移転・復興公営住宅への移行などにより、仮設住

宮城県石巻市



高齢者等ケア付き仮設住宅「あがらいん」で月1回開かれる親子サロン

宅で築いた人間関係が再びバラバラになることが予想されるなかで、「地域福祉の推進を担う存在に」と久保さんは期待を寄せる。これらの訪問支援員や地

域福祉コーディネーター、市の保健師、仮設診療所、心のケアにあたる専門職などが集まる「エリア会議」は定期的に開かれ、情報共有と連携を図る場となって

きた。今年8月には、東日本大震災の被災地で最大規模の仮設住宅団地がある開成地区に、被災者の健康や生活をサポートする「開成包括ケアセンター」を開設した。国が推進する「地域包括ケアシステム」のモデルとなるよう、保健・福祉・医療の一体的な提供をめざす。

もう一つ、石巻市の特徴といえるのが、高齢者等ケア付き仮設住宅「あがらいん」の運営だ。一般の仮設住宅での生活が困難と認められる高齢者などに、ケア付き仮設住宅を提供するもので、特定非営利活動法人全国コミュニティライ



お話を伺った皆さん。前列左より、市福祉部福祉総務課課長の久保智光さん、市復興事業部復興住宅課課長の後藤寛さん。後列左より、市健康部健康推進課技術課長補佐の高橋由美さん、市福祉部生活再建支援課リーダーの高橋仁志さん

フサポートセンターが運営を受託している。病気・障害、家族関係などの理由で、さまざまな人が宿泊や通いで利用しており、制度にのっとった事業所ではないため、市の関係課長等の協議により利用判定が行われ、今後の生活設計をとも

に考え、地域生活を支援する。また、「あがらいん」では、仮設住宅で惣菜を販売しながら移動サロンを行うキッチンカーの運行（週2回）や地域食堂（週1回）、月例映画会や子ども学習室、親子サロン、住民やNPOとの共催企画なども実施しており、地域の交流の場ともなっている。

フレキシブルに対応する地域生活支援の拠点として注目が集まる。

生活習慣病重症化の予防、心のケア

市が、借上げ民間賃貸住宅の入居者を対象に、2012年に実施した健康調査（回答世帯数3、

0.96世帯）によると、現在病気のある人の割合は42.6%、病気の種類は高血圧が22.1%と最多。次いで、糖尿病6.5%と続く。災害を思い出して気持ちが動揺することがあると回答した人は24.9%で、女性が多い。眠れない人の割合は11%で、前年度よりも4.3%低くなったものの、男性よりも女性のほうが不眠で悩んでおり、70歳代女性では21%が不眠を訴えている。また、朝または昼から飲酒することがある人の割合は1.6%で、前年度より0.7%増加し、50～60歳代の男性が多い結果となっている。

避難生活の長期化による生活不活発病の状態やアルコール等への依存者が増えていることから、市では市民の不安を解消し、これまでの暮らしを健康面から取り戻すために、生活習慣病の重症化を予防する健康教育や健診受診の奨励、生活不活発病を予防するための高齢者の地域交流の場の確保等に力を注ぐ。また、災害後のメンタルヘルスをケアするために、家庭訪問や

傾聴ボランティアの育成に取り組むほか、今年度から市内で一番人の集まる蛇田地区の商業スペース内で、買い物ついでに気軽に相談ができる「まちの保健室」を月2回開いている。運営受託した市看護協会の看護師4～5人が相談対応にあたり、1日で60～80人もの相談者が立ち寄る。多くが働き盛りの被災者で、半数はリピーターだ。「仮設住宅よりも、借上げ民間賃貸住宅や在宅で暮らす人のほうが、身近に相談できる人がいなくて孤立している。現在1か所で実施しているが、今後増やしていく予定」と市健康部健康推進課技術課長補佐の高橋由美さんは話す。

次の住まいを決める大事な時期

半島部も含めて4千戸の復興公営住宅を計画する石巻市では、独自に作成した設計ガイドラインを基に、今年度は5か所、149戸の入居を目指す。すでに市街地2か所で39世帯が暮らしており、既

存の町内会に加入して交流を深めているほか、入居時説明会の際に行った健康調査を基に、必要に応じて市の保健師が戸別訪問を行っている。基本は抽選での入居となるが、元々住んでいた地域あるいは仮設住宅での人間関係を維持したまま入居する形も検討中だ。市では9月から、希望する復興公営住宅への事前登録を受け付けており、「市民が次の住まいを決める大事な時期を、多様な専門職と連携して支えたい」と市復興事業部復興住宅課課長の後藤寛さんは話す。

また、復興公営住宅に併設して、見守りやサロン活動などの生活支援機能を整備し、さまざまな取り組みを展開したい、と久保さんは今後を描く。最大の被災地といわれる石巻市がこれから成し遂げる復興モデルに期待が集まる。小



事例をとおして考えよう！

宮城県内の被災市町では、被災者の生活を支援するために、各種支援員を設置し、戸別訪問や相談事業、サロンづくりなどを行っていきます。支援員の多くは、震災で家や職を失った被災者であり、介護や福祉の知識・経験のない人もいることから、宮城県が設置した「宮城県サポートセンター」支援事務所」が関係機関と共同して、支援員対象の研修会を開催しています。

今回は、研修の講師である大坂純さんと、県内で活動している2人の支援員による、支援活動における現状や課題についてのインタビューの様子をご紹介します。

支援員の異動

メリット・デメリットは？

今回インタビューに協力してくれた支援員が活動する宮城県石巻市では、地域内にある複数の仮設住宅に配置された支援員全員が、半年ごとに担当の仮設を異動する仕組みをとっている。実はこの仕組み、4人のエリア主任が考え出したものなのだ。

江刺 各サポートセンターに配置される支援員は2人1組なんです。3か月ごとに1人が残って、1人新しくなり、6か月間その仮設住宅の担当になる。一気に担当支援員を変わるのではなく、住民とのつながりが保てるようにしています。

大坂 工夫しているんですね。
江刺 最初は異動などは考えず、半年続けていました。信頼関係は深まりますが、住民さんから「この人じゃなきゃ嫌だ」という声が出るようになったのです。

大坂 「あの人じゃなきゃ…」は、あの人が全部やるにつながってしまふ。そうならないために、皆さんがとった形は住民の自立を上手にうな

がしていくことにもなりますよね。

江刺 最終的なゴールは自立なんです。それに対して、どう方向づけをしていくかを話し合いました。多くの支援員が住民にかかわることで、情報が共有できます。たとえば、前の担当に、そのときの様子を聞いたり。ひとりで抱え込むのではなく、多人数で確認し合える。そこは、よい点かなって思うんですけどね。

大坂 逆に、一番困っているのはどんなことですか？
須田 自分としては特にありません。ただ、住民の皆さんが、新たな支援員と一から関係づくりをするときに、「また…」という感じになっってしまうと思うので、そこをどうすればいいのかなど思っています。

大坂 逆に、一番困っているのはどんなことですか？
須田 自分としては特にありません。ただ、住民の皆さんが、新たな支援員と一から関係づくりをするときに、「また…」という感じになっ

大坂 逆には、住民の皆さんも、新しい人が入れ替わることをそれほどマイナスに捉えていないのかもしれないですね。支援員が入れ替わることは、支援員本人のスキルアップにつながります。新しい支援員が入ったときに、継続している1人はその人に今の状況をどう伝えるか、どう住民の皆さんとつなげるか、といったことを積み重ねていくことになるわけですから。



今回ご協力いただいた支援員
江刺健一さん（30歳代）：エリア主任・勤務歴2年
須田卓人さん（20歳代）：現場支援員・勤務歴2年

総括

支援員が入れ替わることで、情報共有が可能に！
支援員のスキルアップにもつながる！

先を見据えた支援とは？

―その後も話し合いを続ける3人。支援員が今一番気になること、それは、今後の災害公営住宅への移行をも見据えたものだった。

大坂 まったくまわりとのかわりがない住民もいますか？

須田 ひきこもっているわけではないんですけど、若干孤立していると思う人はいて、そういう人たちとは長めに話すようにしています。以前、イベントで住民同士のトラブルがあって、それからイベントには一切行かなくなった人なんです。

大坂 孤立してしまった理由を把握し、長めに話したりと、しっかりと対応しているんですね。今、支援員がこれできるといえるのは、すごく重要なことです。

江刺 支援員は住民の一番近いところにいるので、気づきも多い。けれども、今後災害公営住宅に移ったとき、住民自身が新たな地域で住民同士のつながりをつくり直さなければならぬ状況になると思

うんです。高齢の住民や孤立しがちな人にとっては、特に大きな負担になると思います。

大坂 まわりとうち解ける機会が遅れるほど、どんどんうち解けられなくなってしまう人たちっていると思うんです。今の状況からみると、自ら声を上げることができない人たち、ということになると思います。

江刺 支援員が、住民の小さな変化を感じ取っていることは重要なことだと思うんです。ただ、私たちは専門職ではないので、できないこともあります。うまくほかの機関とも連携して、災害公営住宅に移ったときも、なんらかの方

法で住民をサポートできたらいいなと思うんですけどね。

大坂 今は、(仮設住宅を出て)これから暮らす場所での準備の時期です。おっしゃるとおり、自分たちだけでできることは限られているので、ほかの機関とどうつながるか、そのために仕組みをどうつくるのかを考えなければなりません。お互いやり取りし合って、つながりがもてる環境をつくるのが大事ですね。

総括

支援は1人ではできない。協力し、連携し合える仕組みづくりが災害公営住宅入居後の住民の支えになる！

座談会を終えて

座談会終了後、その場に居合わせた研修講師、研修・取材スタッフ全員から出た言葉が、「支援員の皆さん、すごい！」。当初、研修講師やスタッフは、同じ被災者が被災者を支援しているということに、たくさん不安があるのではないかと、壁にぶつかっているのではないかと、そんな思いでいた。しかしどうだろう。支援員の皆さんは、住民の些細な変化にまで気づく力を養い、そして今後の災害公営住宅での生活をも見据え、かわりを深めていた。まさに、支援員の底力を感じた座談会となった。**音**

専門家が話す★支援のツボ



大坂 純 さん

仙台白百合女子大学
人間学部 教授

宮城県石巻市では、応急仮設住宅に暮らす住民を支援するために、支援員と支援員を統括するエリア主任を配置し、社会的な孤立やコミュニティの再生等の役割を果たせる仕組みを導入している。エリア主任の江刺さんは、「ここではみんなつながりができたし、支援員も状況が把握できている。しかし、災害公営住宅ができると、せっかくできたつながりをつくり直さなければならぬ。このことが負担となり、新たな問題を引き起こす可能性があるのではないかと、問題を指摘している。

支援員は、被災から2年という短期間で、住民の人生そのものに寄り添い、支援する技法を身につけた。住民の行末を案じている支援員やエリア主任だが、実は自分たち自身の身分や待遇も十分とはいえない状況におかれている。2年が経過し、震災の混乱も落ち着きつつあるなかで、身分保障がなされないために、支援員を辞めざるを得ない者も少なくない。育った人材を手放すことが、災害公営住宅支援にとって痛手であることは言うまでもない。建物が建っても、人と人とのつながりがなければ新たな課題に対応できない。2年間の被災者支援の実践を検証することで、地域の文化を踏まえた被災者支援のあり方が見いだせるのではないだろうか。

防ごう! 生活不活発病

第5回 生活不活発病チェックリスト

大川 弥生 (おおかわ やよい)

国立長寿医療研究センター部長 医師



生活不活発病チェックリスト

下の①～⑥の項目について、

震災前 (左側) と 現在 (右側) のあてはまる状態に印 をつけてください。

震災前

現在

① 屋外を歩くこと

- 遠くへも1人で歩いていた
- 近くなら1人で歩いていた
- 誰かと一緒に歩いていた
- ほとんど外は歩いていなかった
- 外は歩けなかった

- 遠くへも1人で歩いている
- 近くなら1人で歩いている
- 誰かと一緒に歩いている
- ほとんど外は歩いていない
- 外は歩けない



② 自宅内を歩くこと

- 何もつかまらずに歩いていた
- 壁や家具を伝って歩いていた
- 誰かと一緒に歩いていた
- 這うなどして動いていた
- 自力では動き回れなかった

- 何もつかまらずに歩いている
- 壁や家具を伝って歩いている
- 誰かと一緒に歩いている
- 這うなどして動いている
- 自力では動き回れない



③ 身の回りの行為 (入浴、洗面、トイレ、食事など)

- 外出時や旅行の時にも不自由はなかった
- 自宅内では不自由はなかった
- 不自由があるがなんとかしていた
- 時々人の手を借りていた
- ほとんど助けてもらっていた

- 外出時や旅行の時にも不自由はない
- 自宅内では不自由はない
- 不自由があるがなんとかしている
- 時々人の手を借りている
- ほとんど助けてもらっている



④ 車いすの使用

- 使用していなかった
- 時々使用していた
- いつも使用していた

- 使用していない
- 時々使用
- いつも使用

⑤ 外出の回数

- ほぼ毎日
- 週3回以上
- 週1回以上
- 月1回以上
- ほとんど外出していなかった

- ほぼ毎日
- 週3回以上
- 週1回以上
- 月1回以上
- ほとんど外出していない



⑥ 日中どのくらい体を動かしていますか

- 外でもよく動いていた
- 家の中ではよく動いていた
- 座っていることが多かった
- 時々横になっていた
- ほとんど横になっていた

- 外でもよく動いている
- 家の中ではよく動いている
- 座っていることが多い
- 時々横になっている
- ほとんど横になっている

次のことはいかがですか?

⑦ 震災の前より、歩くことが難しくなりましたか?

- 変わらない
- 難しくなった

⑧ ほかに、難しくなったことはありますか?

- ない
- ある → 和式トイレをつかう 段差 (高い場所) の上り下り 床からの立ち上がり
- その他 (具体的に記入を:)

氏名

(男・女, 才) 月 日現在

*このチェックリストで、赤色の (一番よい状態ではない) がある時は注意してください。

*特に 震災前 (左側) と比べて、 現在 (右側) が1段階でも低下している場合は、早く手を打ちましょう。

生活不活発病の「早期発見・早期対応」のために、著者が開発した「生活不活発病チェックリスト」があります。

今回の震災でも活用され、有用なことが立証されています。項目①～④、⑦⑧で生活動作 (日常生活上の動作)

が難しくなっていないか、また⑤⑥で「生活の活発さ」についてみます。見方はチェックリストの一番下に記載されています。

このチェックリストは、問題発見のためだけでなく、発見された低下した項目への早期対応が必要なことを示しています。

サポートセンター行脚 ～ つなぐ役割① ～

宮城県サポートセンター支援事務所 所長 鈴木守幸

支援員対象のステップアップ研修や分野別研修で話をしている際に、意識していることがあります。「つなぐ役割」のたいせつさを伝えることです。被災者の抱える課題をサポートセンターが発見することが多い現状のなかで、発見した課題を解決するためには、サポセンが地域の社会資源とつながり、連携して支援していくことが要になります。背景には、建設のすすむ災害公営住宅が被災者の間で話題にのぼるようになり、仮設住宅で構築した人間関係がまたバラバラになるため、移転先の地域でのつながり支援も求められていることがあげられます。

被災者の当面の生活上の課題、復興に向けての課題など、さまざまな課題を一元的にサポセンで対応することは困難です。そして、復興後を意識した生活支援のあり方、コミュニティづくりも見据えた「地域の支援のネットワーク」も不可欠です。課題によっては、専門的な視点で包括的、集約的に

宮城県サポートセンター支援事務所

〒980-0014 宮城県仙台市青葉区本町3-7-4 宮城県社会福祉会館3階
TEL 022-217-1617 FAX 022-217-1601

かかわってくれる相談機関も必要です。

今回紹介するのは、宮城県の高齢者や障害者の総合相談機関で働くWさんです。Wさんとは、高齢者、障害者が抱えた地域生活上のトラブルへの支援を、10年以上一緒に行っています。その多くは、行政、ケアマネジャー、地域包括支援センターなどからの相談を「つなぐ」役目で、医療・保健・福祉・法律・消費者問題などの各分野に対応する専門家を駆使して総合相談にあたる支援体制を敷いているのが、この相談機関の特徴です。各支援者間との丁寧な聞き取りを通じた積み重ねは、Wさんを高齢者・障害者の消費者問題解決におけるパイオニアに押し上げました。

なぜ、つながりが必要か、連携が必要なのかを、Wさんの総合相談支援における基本姿勢を伝えることで、サポセンの皆さんと考えていきたいと思えます。(次号につづく)

分野別研修Ⅱ

【仙台会場】10月1日(火) 戦災復興記念館

分野別研修Ⅱ

【石巻会場】10月15日(火)
石巻市ささえあい総括センター

スーパーバイザー研修

【仙台会場】10月4日(金) 戦災復興記念館

スーパーバイザー研修

【石巻会場】10月7日(月)
石巻市ささえあい総括センター

ひとりごと

サポーターのあなたへ!



宮城県サポートセンター支援事務所
アドバイザー 浜上章

仮設住宅から災害公営住宅等への移転に伴う支援①

仮設住宅(みなし仮設も含めて)から次の災害公営住宅等への移転が現実の問題として浮上してきています。被災市町では、集団移転地での戸建て住宅建設希望か、災害公営住宅入居希望かの最終申込み期限が迫っていると聞きます。すでに、移転先の決断をして申し込みを終えておられる人も多いと思います。一方で、気力をなくし先のことが考えられない、書類に書かれていることが理解できない、家賃負担が困難、知らない土地で暮らしていけるのか、など不安がいっぱいで判断できない、という人もおられます。諦めて、最後はなんとかしてくれると、行政に委ねている人もいることでしょう。

阪神・淡路大震災でもそうした人たちが、最後まで行き先を決断できず仮設住宅に残り、最終的に不便な災害公営住宅に入居せざるを得ない状況が生まれた

と、聞き及んでいます。

高齢、単身、障がい、生活困窮など、なんらかのハンディを抱えた人たちが、新たな住まいへ移転することについては、支援関係者の早めの検討と、きめ細かい支援が必要とされます。

サポートセンターなどで把握している世帯のなかで、次の住まいを決断ができないでいる世帯について、市町の福祉、建築、まちづくり推進担当とも連携してハンディのある人がスムーズに移転できるように情報を共有し、個人個人に応じた寄り添った支援と、同じような課題を抱える人たちへのグループ支援も必要です。

【プロフィール】鳥取県生まれ。兵庫県川西市、兵庫県と大阪府の社会福祉協議会で地域福祉活動の推進や個別支援に携わる。気仙沼市社協災害ボランティアセンターの支援に関わったことが縁で、2012年4月より宮城県サポートセンター支援事務所アドバイザーとして、サポーターの研修等支援にあたっている。



宮城県
東松島市



子どもが「地域」と出会い、 地元を誇れる取り組みへ

東松島市社会福祉協議会
東松島市生活復興支援センター（宮城県東松島市）

東松島市生活復興支援センターでは、今年度より主に「子ども支援プロジェクト」を立ち上げ、①幼児から小学生まで自分のまわりの自慢を描く「東松島イチオシマップ」づくりと、②東松島市野蒜地区の小学生による新聞づくりに取り組んでいる。

「東松島イチオシマップ」は、市内各地で開くワークショップで、子どもたちに「地域のイチオシ」を絵や言葉で自由に表現してもらい、それらを地域ごとにまとめて、最終的には1枚のマップに仕上げ、インターネット上で公開することを目標としている。学校と家、公園などの限られた生活エリアで暮らす子どもの目線で描かれるものは、お気に入りの遊具や隣家のおじいちゃん、通学途中にあるお店の看板、〇〇さん家の番犬など、ふだんの生活に密着したものばかり。「ほかの地域の子どもが描いたイチオシを見て、地域の特色の違いを知ったり、地元よさだけでなく足りない部分も発見できるような事業に育てられれば」とプロジェクトリーダーの近藤祐佳さんは意気込む。

また、「かぜの子しんぶん」と名づけられた野蒜地区の子ども新聞（A3用紙1枚・両面・隔月発行）は、野蒜小学校3年生を中心とした平均5人のメンバーが、月2回の定例会で企

画から取材・執筆までを担う。新築された新東名ふれあいセンターの建物紹介や、野蒜市民センターの利用者へのインタビューなど、号を重ねるごとに内容も充実。新聞は1,300部印刷し、地区センターからの地区情報とともに各戸に配付しているほか、うち350部は野蒜地区以外に避難している世帯へ郵送しており、避難者やその子どもが故郷の最新情報を得る機会ともなっている。

「初めは内向的だった子どもたちが、『〇〇を取材したい』と主張するようになり、互いに折り合いをつける術も身につけるなど、成長を感じる。今後は、子どもが取材をとおして地域と直接的継続的にかかわりをもつ事業として、野蒜地区以外にも広げていく予定」と近藤さん。

中央サポートセンターは、これらの事業に「子どもたちが自分の周囲の宝ものに気づき、地元を誇れる人になってほしい」との願いを込める。着実な取り組みで、子どもたちに東松島市の未来を託す。小

東松島市生活復興支援センター
〒981-0503 宮城県東松島市矢本字大溜 9-1 (東松島市コミュニティパーク内)
TEL 0225-83-5001 FAX 0225-82-9813

購読者を募集しています！

「月刊 地域支え合い情報」を年間購読しませんか？
お知り合いの方へのプレゼントにもご利用ください。

- 購読会員 年3,600円（年12回、送料込み）
 - 支援会員 1口3,600円（年12回、送料込み）
- ご指定いただいた先へ、それぞれ年12回お送りします。指定がない場合は、編集部が選定する被災都道府県・市町村の被災者の生活支援担当課、または社会福祉協議会のほか、全国に避難する被災者を支援する都道府県、市町村の被災者の生活支援または社会福祉協議会に送付いたします。

購読ご希望の方は下記口座へお振り込みください。編集部にて確認次第、情報紙を発送いたします。

＜お振込先＞ ●ゆうちょ銀行振替口座
口座番号：02260-9-46303
加入者名：全国コミュニティライフサポートセンター

※通信欄に、「地域支え合い情報紙 購読費」と記入したうえで、①お届け先の住所と②何号からの購読申込みか、支援会員の方は③希望する送付先のあて名、または④「指定なし」と記入してください。

☆次号予告 特集「未来の暮らしを考えるのは私たち」

読者の声

月刊「地域支え合い情報」は、コミュニティ（地域づくり）から震災・復興を考え、提案していくために生まれた情報紙です。ぜひ忌憚のないご意見・ご感想をFAXまたはメールにて編集部までお聞かせください。

- 12号を読んで…
- ・子どもたちの遊び場、すごく気になっていたので興味深く読ませていただきました。こういった活動がどんどん増えていくといいですね。（仙台市・Cさん）
 - ・写真を見ているだけでも元気が伝わりました！（石巻市・Nさん）

あなたの活動・地域の活動情報をお寄せください！
TEL 022-727-8730 FAX 022-727-8737
E-mail joho@clc-japan.com

編集後記

特集でご紹介した中山さんのお話で、私自身も震災のときにいろんな人たちと助け合っ
て、必死で生活していたことを思い出しました。支え合いは震災のような緊急のときだけの
ものではない。毎日の生活のなかで、思いやりの気持ちを持ち続けることを私たちは忘れて
はならないですね。（菅原）