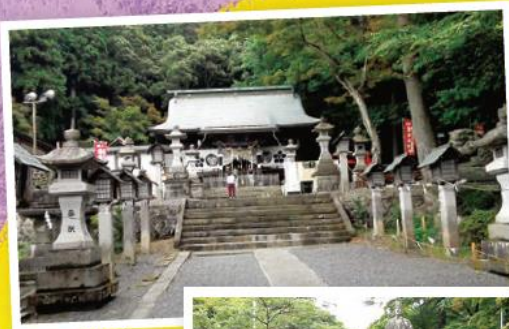


# ふうあい おたより



なんこ  
白河市南湖神社



おかげさまで  
**30号に**  
なりました!

2020  
vol. **30**



## contents

- つながるココロ 2
- ふるさとレシピ 3
- ご近所名山おすすめ一覧 4
- よろず相談コーナー 5
- 震災10年企画～歩みの軌跡～ 6
- ふくしまフォトアルバム 8



## 食でつくばを元気にしたい！ ～ご縁をいただいたみなさんに感謝～

森田 <sup>よしひさ</sup>芳壽さん〈愛称:もりっちょ〉  
(いわき市出身)



福島第一原子力発電所の2回目の爆発があった後、3月17日に奥さんの実家がある茨城県内に自主避難しました。

その後一旦いわきに戻って、家族としばらく離れた二重生活をする事になりました。震災3ヶ月をすぎた頃、20代の頃にお世話になった社長さんにワイン酒場を作りたいと誘われ、そこを転機にしたいということもあり、つくばに移住することを決めました。

おかげさまで繁盛させていただき、企業内独立をしてつくば大学近くで2店舗構え、6年間店長として尽力した後、本社にお返ししました。その後は個人事業主で2018年に研究学園駅徒歩3分の場所に「<sup>ことぶきや</sup>壽家」という居酒屋を作りました。

「壽家」は、おばんざいと「つくば鶏」などの低温調理のお店です。

新型コロナウイルスの影響で、売り上げ昨対比70%減、このままじゃ今後の従業員に出せるお給料すら払えない状況になりました。ただお金を渡すという意識だったら、借入して出せばよかったのですが、ここからまた前を向いていく気持ちで従業員と話し合い5月にクラウドファンディングを立ち上げました。

たくさんの方にご支援をいただき、112人のご支援をいただき二軒目の馬コトヤを設備投資や運転資金に充てることができました。

「<sup>うま</sup>馬コトヤ」は馬肉をリーズナブルに食べられる酒場で、リモートワークや、おうち時間が増え、健康への意識が高まる中で良いと思いました。

そうざい製造業の許可を取得でき、今後はECサイト

を通しての販売やスーパーなどに卸せる機会があったらと思っています。

今後は、ウイズコロナになっても、アフターコロナになっても事業がぶれないようにしていきたいです。これからもワクワクすることをやっていきたいです。



### 馬肉酒場 馬コトヤ

〒305-0032 茨城県つくば市竹園1-9-7 林ビル1F  
TEL.02-0896-6079  
<https://r.gnavi.co.jp/pjr5psjw0000/>

### 居酒屋 壽家(ことぶきや)

〒305-0817 茨城県つくば市研究学園5-15-2 1F  
TEL.029-875-5101 不定休あり  
<https://r.gnavi.co.jp/186hu9280000/>

## 茨城での暮らしと近況

玉澤 優子さん(大熊町)



愛犬ライムと一緒に

会津の仮設住宅に4年住んで、これからはいわきに住もうと、あちこち見て回ったけど、とにかく土地が高い!こんな高い土地を買ったら家は建てられない。雨降ったら傘さしてブルーシートの生活になっちゃうよってハウジングさんに言ったら、いわきに近いし茨城だったらどうですか?って勧められて決めました。もと畑だった土地だから、野菜作りや花壇をするのにはとっても土が良く、スイカもできました。ご近所さんと野菜の交換をするんだけど、一人分でいいよって言っても、たくさん置いていってくれる。みんなが声かけあって楽しいですね。

2017年に大熊町民の交流会を大熊町復興支援員さん主導で開催してもらって、いつまでも支援員さん

に任せっきりじゃ~ね。県北の方にもグループ作ろうかってことになったけど、その時はサポーターでいるつもりでした。それがあれあれっていう間に周りから後押しされて「大熊友の会」の会長を引き受けることに…「え~っ!」って言ったら「いいから、いいから、みんな玉ちゃんについていくから」って。でも、みんなが旅館や施設などは紹介してくれるし、当日も動いてくれるし、とにかくまとまりいいです。

会では、笠間陶芸の手びねりやろくろに挑戦し、作品を大熊町役場の作品展に出展して賞をもらったこともありました。バスで一泊旅行も楽しかったですね。今年は新型コロナウイルスで何も活動できないけど、今はがまん!です。



## ふるさとレシピ

Vol.11

レシピ提供:しっちゃん(北茨城市)

え?!  
虫??

### イナゴの佃煮



イナゴ獲りに行く気満々だったけれど時期が合わず、残念!今回はイナゴの佃煮を買ってしまいました。

#### 材料

イナゴ …………… 500g  
砂糖 …………… 250g  
醤油 …………… 100cc  
みりん …………… 少々



#### 作り方



- 1 イナゴのゴミや異物を取り除き、熱湯を通して良く洗い、ザルにあげて水気をよく切り、羽と足をとる。
- 2 いなごに砂糖・しょう油を加え中火から弱火で約1時間火にかける。
- 3 水分が少なくなったら火をさらに弱火にし、最後にみりん少々を加えて焦げ付かないようによく炒る。
- 4 火を止め、広い入れ物に移し替え、よく冷ます。

#### こんなこともあったわ

##### 祖父母との思い出

父方のじっちゃん(祖父)と秋に田んぼで捕まえたイナゴを佃煮にしてもらい、山羊の乳と一緒におやつにたべました。虫!!!でしたが、ばっばちゃん(祖母)が作る佃煮は香ばしく子どもの私にはとても楽しみな手作りおやつでした。60歳前に病気で他界した祖母との美味しい思い出です。(波江町 女性)

##### 小学校のイナゴ獲り

私が小学1年生の時は、学校でイナゴ獲りの行事がありました。手拭いで作った袋を持って、みんなで田んぼに行ってイナゴを獲ります。学校に戻るとそのイナゴを集めて、給食のおばさんが佃煮にします。後日それを各家庭が買うのです。多分、学校の収入にしていたんでしょうね。みんなは袋いっぱい獲ったのに、私はたったの2匹しか捕まえられませんでした。それでも佃煮はいっぱい食べたような気がします。50数年前の思い出です。(双葉町 女性)



魅力満載！ご近所名山おすすめ一覧

長く続く巣ごもり生活などによって、運動量が減っていませんか？太陽の日差しを浴び、ゆっくり歩く登山ハイキングは心身をリフレッシュします。茨城県は初心者も登りやすい低山がたくさんあります！時には山でゆっくり深呼吸してみませんか？



**大子町** **八溝山** [久慈郡大子町上野宮]  
茨城県と福島県の県境にある標高1,021.8m。茨城県最高峰の山。

**常陸太田市** **奥久慈男体山** [常陸太田市上高倉町]  
常陸太田市と大子町の境にある標高653.8m。西側、南側は断崖絶壁という景観。健脚コースは鎖場の連続！

**高萩市** **土岳** [高萩市中戸川]  
植物の種類が豊富な山。県内唯一の植物も！標高599.7m  
花貫溪谷の秋のハイキングもおすすめ！汐見滝吊り橋を覆う木々と落ち葉の絨毯を踏みながら渡る橋は格別！

**日立市** **堅破山** [日立市十王町黒坂]  
日立市で一番高い標高658m。奇妙な岩や巨大な石があちこち転がっていて、大昔から神の山としての伝説があるそうです。  
自然のものなのに、真っ二つに割れた巨大な岩がゴロゴロ！みさびーも登ったよ！

**御岩山** [日立市入四間町]  
山自体がご神体となっていて188もの神様が祭られている。標高492m。パワースポットで有名な御岩神社はご利益があると大人気！

**助川山(市民の森)** [日立市入四間町]  
1991年3月山林火災の跡地を公園として整備。ネイチャートレイル(自然遊歩道)が12コースある。標高328.3m  
助川山頂上  
お天気がいいときは、北にいわき市、南に大洗町、西に神峰山が見える

**常陸大宮市** **鷲子山** [常陸大宮市鷲子(栃木県那珂町)]  
常陸大宮市と栃木県那珂町に境にある。標高460m。山頂にある鷲子山上神社の境内は、県境が通っていて社務所も参道の両側に一つずつある？！  
[茨城県 栃木県のこが県境]の写りが撮れるよ！

**城里町** **鶏足山** [東茨城郡城里町上赤沢]  
城里町最高峰の山。標高430.5m。低山ながら山頂では広い眺望！  
**御前山**  
常陸大宮市と城里町の境にある。標高156m。関東の嵐山とも言われているとか…  
道の駅「かつら」だけでなくハイキングも楽しんでみて！

**笠間市** **佐白山** [笠間市笠間]  
標高182m  
**愛宕山** [笠間市泉]  
岩間駅に降りると正面に見える山。標高306m。愛宕山頂にある愛宕神社は日本三大火防神社のひとつといわれています。天狗たちの修験道場だったという伝説も…

**桜川市** **加波山** [桜川市真壁町長岡]  
桜川市と石岡市の境にある。標高709m。筑波連山北部の山のひとつ。筑波山と比べるとひっそりとした印象の山ですが、霊石、巨石、奇岩があり9月には奇祭、巨大キセルを奉納する「キセル祭り」が行われます。

**きのこ山** [桜川市上曾]  
加波山と同じ筑波連山の山のひとつ。標高527.9m。山頂一帯がきのこの生育環境に適していて、秋には多くの種類の食用きのこが採取できるそうです。

**つくば市** **宝篋山** [つくば市小田山字向山]  
つくば市と土浦市の境にある。標高461m。山頂からは360度の絶景が楽しめます。  
宝篋山から見た筑波山  
地元の方に人気の山で、子どもや犬と登っている家族が多かったです！でも結構つらかった～！

**筑波山** [つくば市筑波]  
茨城県のシンボル。標高は男体山871m、女体山877mの双耳山。  
体力に合わせて、ケーブルカーを利用して！山頂で御朱印がもらえるよ。

**水戸市** **朝房山** [笠間市池野辺・水戸市木葉下]  
水戸市で一番高かった山(現在は笠間市になってしまいました)。標高201m。

パルシステム茨城 栃木は、福島第一原発事故により被害に遭われた皆様を“忘れない”を合言葉に支援し続けます。

生活協同組合パルシステム茨城 栃木  
本部/〒310-0022 水戸市梅香 2-1-39 TEL: 029-227-2225  
<https://www.palsystem-ibaraki.coop/>

ともにはぐくむくらしと未来

いばらきコープは、組合員から寄せられた募金等を活用して「福島子ども保養プロジェクト」(通称:コヨット)など、福島の皆さまを応援する取り組みをすすめています。

食卓を笑顔に、地域を豊かに。

茨城県小美玉市西郷地1703 電話(代表)0299-48-3243  
<http://ibaraki.coopnet.or.jp/>

# よろず相談コーナー

## 自分の名簿どうなってる?!

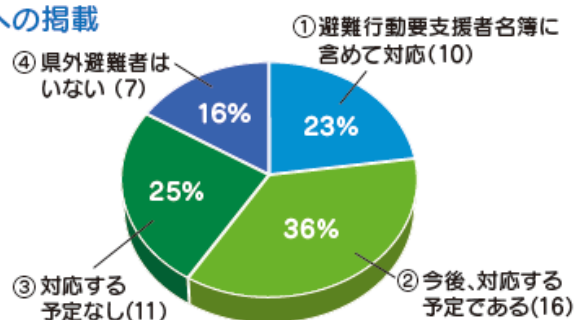
ふうあいねっとは毎年、茨城県防災危機管理課にご協力いただき、茨城県内市町村の広域避難者支援状況のアンケートを行っています。今回は、避難者名簿等について一部抜粋してご報告します。

### 1. 避難者名簿の管理

全ての市町村が、「住民票移転の有無に関わらず、本人またはその家族からの申し出(新居の確保、避難者名簿から外す依頼等)がない限りは、継続して「避難者名簿」に掲載している」と回答されました。「住民票を避難先に移した」「応急仮設住宅を出た」というだけで、避難者名簿から外されることはありません。

### 2. 住民票がない方の「避難行動要支援者名簿」への掲載

各市町村では、災害時に自分一人で避難が難しい人を、事前に「避難行動要支援者名簿」に掲載して、避難の支援を行っています。一部の市町村では、住民票がない県外からの避難者も避難行動要支援者名簿に含める対応を進められています。心配な方は、ふうあいねっと事務局、あるいはお住まいの市町村までお問合せください。



2020年7月 県外からの避難者への対応に関するアンケート(第7回)より一部抜粋  
実施:ふうあいねっと 協力:茨城県防災危機管理課、茨城大学 原口研究室

よろず相談受付中!お気軽にご連絡ください。

【開設時間】火・水・木曜日 9:30~16:30/月・金曜日 9:30~15:00

TEL.070-3182-4044 Eメール [fuai.soudan@gmail.com](mailto:fuai.soudan@gmail.com) (北澤・ニッ森)

### 食の支援

前号に引き続き、ふうあいねっとではフードバンク茨城と連携して、白米や食料品などを必要な方にお届けします。新型コロナウイルス感染症の拡大でお仕事やアルバイトの収入に影響がでた方はふうあいねっとまでお問い合わせください。



### 防災情報、災害情報について

秋は台風の時期でもあります。昨年は茨城県もひどい台風の被害に見舞われました。茨城県のHPから防災情報メールの登録をすれば防災情報がメール配信されます。

茨城県防災情報メール

検索

また、お住まいの自治体でも防災アプリや災害、犯罪、火災情報などをメール配信されるシステムがありますので、災害が起こる前に自分から情報を得られるように備えてみてはいかがでしょうか?



緊急時に備えて、特に住民票を移していない方は、  
避難先自治体への「全国避難者情報登録システム」へ登録をお勧めします。

## 歩みの軌跡…良いと思う道を

来年3月で震災から10年。今回は、2013年からを振り返ります。

合言葉は、「良いと思う道を歩いていく…」。

次ページで、「明日につなぐ船」に乗船した佐藤希さんと浪江町復興支援員に当時を振り返っていただきます。

ふうあいねっとへの一言、お待ちしております。

私たちの活動を振り返りつつ、課題を整理するため冊子「歩みの軌跡」を制作します。皆さんからの一言もぜひ掲載できたらと思っています。

	避難指示・賠償関係	茨城県内の状況・活動
2013年 4月	福島県が仮設住宅提供期間の1年延長を発表(2回目) 長期避難者向けの新交付金を盛り込んだ改正福島復興再生特措法が成立	
6月		原発賠償無料相談会@つくば (原発被害救済茨城県弁護団)
10月	政府は、子ども被災者支援法の基本方針を閣議決定	
12月	原陪審、中間指針第4次追補 (避難の長期化、住宅確保損害について)	子どもたちが茨城～北海道の船旅「明日につなぐ船」を開催(ふうあいねっと)★1
2014年 1月	福島県、自主避難を含めた全避難者対象の意向調査を開始	
4月	田村市の避難指示区域解除	
5月	福島県が仮設住宅提供期間の1年延長を発表(3回目)	茨城県で浪江町復興支援員が活動を開始★2 (NPOセンター commons が浪江町より受託)
10月	川内村の避難指示区域解除	日立市の「震災復興応援・県北マルシェ」にて、当事者グループ「HIF」が「浪江焼きそば」を販売。売上金を広島県土砂災害義援金として寄付
11月		茨城県内の県営住宅への入居資格の条件が一部緩和される 阪神・淡路大震災の復興を学ぶため、神戸視察(ふうあいねっと)
12月	南相馬市の特定避難勧奨地点を解除	
2015年 1月		
6月	福島県が自主避難者借上げ住宅の2017年3月終了を発表	神戸視察の報告会を水戸市で開催(ふうあいねっと)
7月		福島県復興支援員が茨城県で活動を開始 (茨城県社会福祉協議会が福島県より受託)
8月	精神的損害等に係る追加賠償 政府、子ども被災者支援法の基本方針改定(支援縮小)を閣議決定	
9月	楡葉町の避難指示区域解除	
12月	福島県、自主避難のうち低所得世帯に対し、2017年度から2年間家賃を補助する制度を発表	

## 「明日につなぐ船」に乗って★<sup>1</sup>

2013年12月25日～28日に避難経験のある当時小学4年から中学2年生の14人の子どもたちが参加、大洗から苫小牧港の往復の船内と札幌滞在の3泊4日の中で、福島や自分たちの想いを語り合いました。当時の思いや、今の様子を参加者の佐藤希さんに伺いました。



高校3年生 佐藤 希さん(いわき市出身)

茨城(日立市)には小学3年生から小学校卒業まで住んでいました。

「明日につなぐ船」に乗ったのは小学5年生でした。当時、学校にお便りがきて、母に「行ってみたら」と言われ、「楽しそう!」と思い、参加しました。3泊4日の長旅は初めてで、不安は0では無かったけど、集まるのは自分と似た経験をした子なので、大丈夫かなと思いました。

参加者は、小学生から中学生までいろんな学年の子がいました。

船の上から原発が見えたことが印象に残っています。当時、立ち入ることができなかったので、原発事故という特別なことが起きたけど、海からみた景色は何も変わらないなと思い、不思議な感覚でした。また、原発で働いた方など、元に戻れるといいなと当時思っていました。

宿泊先の北海道のホテルでは、学校では同級生と話せない震災や原発事故で大変だったことなどを同じ経験をもつ子と話したことで気持ちが軽くなりました。

半年前のNHKの取材を機に、一緒に船に乗った子が集まり、それをきっかけに今も連絡を取り合っています。同窓会ができればいいですね。

将来は、医療系に進みたいと思っています。放射能という目に見えないものの怖さを経験しているので、新型コロナウイルスのことも正しい情報を伝えていきたいと思い、本やニュースを見て勉強しています。



高校では弓道部の副部長として、みんなをまとめる経験をしました。

## 支援活動を振り返って、 これから先思う事★<sup>2</sup>

浪江町復興支援員 八橋 誠さん

### ①支援員として訪問活動を始めた頃は、どんな話や相談が多かったですか?

浪江町復興支援員が茨城県に配属されたのは2014年5月からですが、配属後すぐ訪問を開始しました。近くに同郷の人は住んでない?同郷の人が集まれる場所はない?など、とにかく同じ様な境遇の方とお話したいと言った相談が多かったです。

### ②支援員の活動のなかで、町民の話や相談事をきっかけにした企画は、何かありますか?

個人情報保護の観点から、連絡先や住所を教える事が出来ないの、避難先で近くに住んでいる町民同士の交流会の企画および開催をしました。これがきっかけで浪江では会ったことも話したことも無い方が、避難先で繋がりを持つようになった方もいる様です。

### ③最近の皆さんの様子は、いかがですか?

そこに馴染んでいる方もいれば、町内会や自治会に参加して馴染もうとしている方、一方ではまだまだ馴染めてない方、孤立している方色々です。理由があって浪江町に帰りたくても帰れないと言った複雑な悩みも垣間見えます。

### ④将来的に、浪江町の方の状況で心配していることはありますか?

家族や友人と離れてしまったので、不安を抱えたまま生活している。高齢化が進み、更には孤立が増える。その地域に馴染んでいなければ災害などが起きた場合助けてくれる人も居ないことでしょうか。

### ⑤訪問するなかで、印象に残っている言葉や出来事はありますか?

浪江町は良かったよね!とお話される方が多く、原発事故さえなければ皆さんは戻って、復興作業していたと思います。もう、10年が経って避難指示解除もされたので、原発事故も収束したと思われ、忘れられてきていることを懸念している事と、未だに精神的に苦しんでいる人が多いということ。帰りたくても帰れない辛さ。を訪問をして感じています。

# ふくしまフォト アルバム



↑白河市 国指定史跡 小峰城跡



↑翠楽園  
南湖公園の一角にある  
回遊式日本庭園



↑白河市南湖公園  
1801年 松平定信が築造した  
日本最古といわれる公園



**ご寄付ありがとうございます** 皆様のお気持ち大切にさせていただきます  
茨城大学大学院理工学研究科国土空間情報研究室 様

## ご支援いただける方へ

「ふうあいねっと」の活動・運営は、趣旨に賛同して頂ける皆さまからのご支援・ご協力を必要としています。ご寄付いただいた場合は、別途、電話やメールにて、連絡先をお伝えいただけると幸いです。

### 入金先

一般社団法人ふうあいねっと

ゆうちょ銀行 [記号]00260-7 [番号]141628

※他金融機関から振込する場合は  
[店名(店番)]〇二九(ゼロニキュウ)店  
[口座番号]0141628

常陽銀行 末広町支店 普通 [口座番号]1657135

**ふうあいねっとでは、書き損じハガキを集めています!**

おたよりチーム 阿部香織 天井優志 石田貴博 M.I 大里千恵子  
小野田真澄 きさらぎ 北澤安芸 小林真由美 原口弥生 みさびー

### 編集後記

常にマスクを着ける生活もすっかり身につき、この前はマスク着用でソーシャルディスタンスを保ちつつ映画を観てきました。不自由なこともあります。今の生活スタイルで楽しめることを見つけていきたいです。(阿部)

### 発行元・お問い合わせ先

一般社団法人ふうあいねっと **会員募集中!**

〒310-0056  
茨城県水戸市文京2-1-1 茨城大学教育学部A413  
TEL・FAX.029-233-1370 Eメールfuai.sta@gmail.com  
事務局携帯TEL.070-3182-4044

震災と原発事故により福島県などから茨城県に避難されている方々をサポートするためのネットワーク組織です。

ホームページが新しくなりました!

<https://www.fuainet.com/>

フェイスブック

<https://www.facebook.com/fuainet/>



# ふうあい おたより vol. 30

## 今回の表紙イラスト

art POCKET lab. 玉垣 裕子さん

3月にお星様になったうさぎさん、今夜は会いに来てくれるかな。  
てつandこま

令和2年度福島県県外避難者帰還・生活再建補助金

印刷/富士オフセット印刷株式会社 <http://www.fuji-offset.co.jp>