

福島と茨城の人と人 心と心をつなぐ

# ふうあいおたより

2022  
vol. 35

## ふくしまフォト アルバム

3月16日の福島県沖地震では、南相馬市から北のエリアではブロック塀の倒壊や雨風の影  
響を受ける屋根被害が多くありました。(南相馬市鹿島区の1/3以上の方が、り災証明を申請)  
屋根にかけられたブルーシートの数が補修工事により少しずつ減っているものの、数ヶ月~1  
年工事を待っている方がいます。その期間のブルーシートの劣化や補修費用を抱えながらの暮  
らしがどうなっていくのか。そうした悩みを和らげる様々な取り組みがなされています。

※ふうあいねっと広報の天井が茨城と南相馬市の二拠点生活をしているため鹿島区のNPOの支援活動に参加しています。



車道へと傾いた住宅



屋根被害によって雨漏りも発生



3月から活動した拠点を移転し、6月にみなみ  
そうま市民とNPOによる災害支援チーム「こ  
のゆびとまね」のサロンスペースが開所



これまでの災害対応の中で経験を積んで  
きた方々によるブルーシート張りや瓦の  
ズレ直し



ブロック塀の被害も随所に見られました



被害に対してできることを模索



被害にあった家の中のものの撤去作業



外からは分からない壁の亀裂の被害も多い



応急処置のためにダメージのあった大量  
の瓦を集積



納屋の1階部分が潰れてしまっている

## 東日本大震災11年特別企画

2022年3月5日開催

あの日から11年。今年は紙芝居上演(浪江まち物語つたえ隊:岡洋子さん)を予定していましたが、コロナの影響により急きょスクリーンにてDVD上映となりました。

遠方からも足を運んでいただき、11年目一緒に思いを寄せられたことはスタッフも感慨深く感じております。

ご来場のみならず寄せられた感想や現在の様々な想いの一部をご紹介します。

- 福島弁の言葉からどんな感情で3.11以降を過ごしたか分かりました。〈50代女性〉
- 歌も、やさしい声となまりもあってほっとします。〈60代女性〉
- 多くの子ども達などに見て聞いていただきたい。〈50代女性〉

ご参加ありがとうございました。



# 当事者グループ応援プロジェクト

## ご報告

2021年度、生活協同組合パルシステム組合員のみなさまの募金による「東京電力福島第一原子力発電所事故被災者応援金」の助成を受け、茨城県に避難されている当事者のみなさんの活動を支援するプロジェクトを実施しました。採択された2団体の活動をご報告します。

### じゃあまいかねっと

水戸を中心に活動する団体で、以前から精力的に交流会等を行ってきました。コロナ禍でなかなか集まることができない状況を鑑み、過去の参加者に葉書と花の種を送り、集まらない代わりに交流を図りました。また、そういった経緯から交流会の要望があがり、ミニ交流会も企画。久しぶりに顔を合わせ近況を語り合う機会を持つことができました。



### きさら942

北茨城市で活動する浪江町出身者の団体で、月に1回開催する裁縫教室の材料費や講師謝礼が主な助成対象となりました。毎回10名以上の参加があり、全員が少し難易度の高い「寅」の置物を完成させることができました。コロナで外出の機会も減る中、気兼ねなく笑ったり話したりできる場の必要性を改めて感じる機会となりました。



## 「当事者グループ応援プロジェクト」は、2022年度も実施します

今年度は2つのコースを設けました。当事者のみなさんの活動がよりスムーズになるよう、また、新たな活動をスタートさせるきっかけづくりを、ふうあいねっとも一緒に応援できたらと思っています。詳細は、同封のチラシをご覧ください。興味のある方はお気軽に事務局までお問い合わせください。

### ご寄付をいただきました

いばらきコープ生活協同組合様より、「ふくしま復興応援募金」として組合員のみなさまからの募金の一部をご寄付いただきました。事務局内で話し合いを重ね、福島のみなさまと共に歩いていくために使わせていただきます。心より感謝申し上げます。



### お米をお届けしました

生活クラブ生活協同組合茨城様より、お米の寄付をいただきました。以前フードバンク茨城と連携して食の支援を行った際につながりができた方などに、届けさせていただきました。コロナ禍ではありますが、顔を合わせるきっかけとなり、大変感謝しております。



### 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を活用し、福島の皆さまを応援する取り組みをすすめています。



いばらきコープ

食卓を笑顔に、地域を豊かに。

〒319-0102 小美玉市西郷地1703  
TEL.0299-48-3243 <https://ibaraki.coopnet.or.jp/>



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に“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/>



### お互いに たすけあう社会を めざしています。

サステイナブルなひと、



### 生活クラブ

地域の中で安心して  
子育てや介護ができる  
仕組みづくりに取り組んでいます。

生活クラブ生活協同組合 茨城

# よろず相談コーナー

## ぐっすり眠れていますか？

新型コロナの出口が見えないなか、ウクライナでは21世紀になぜこんなことが…ということが起こり、これからどうなってしまうだろうと将来のことを考えて不安になりがちではないですか？最近では睡眠外来の病院が増えているくらい、ちゃんと眠れていない人が多いそうです。2週間以上の不眠が続くと病気かもしれません。以下の5項目でセルフチェックをしてみて、うち2項目以上が2週間以上、ほとんど毎日続いていて、そのためにつらい気持ちになったり、毎日の生活に支障が出たりしている場合はうつの可能性があるので。



### セルフチェック

- 1. 毎日の生活に充実感がない
- 2. これまで楽しんでやれていたことが、楽しめなくなった
- 3. 以前は楽にできていたことが、今ではおっくうに感じられる
- 4. 自分が役に立つ人間だとは思えない
- 5. わけもなく疲れたような感じがする

※出典 厚生労働省「うつ対策推進方策マニュアル」

## ご自宅で健康相談ができます！

平成30年度から日本精神科看護協会が福島県の委託を受けて「県外避難者心の訪問事業」を実施しています。看護師がご自宅へ訪問し、心身の健康状態やお困りのことがないか等をお聞きする「ご自宅健康相談」を無料で受けられます。血圧や脈を測ったり、心の相談をしたり、愚痴を聞いてもらったりと、ちょっと日頃のもやもやを話してみたいかでしょうか？チェック項目が2つ以上あった方は、ぜひご相談ください。

ご自宅に訪問していただけますので、「足が痛くて歩けない」という方も安心です。

予約やお問い合わせは【ふうあいねっと】まで

訪問希望の日時等をうかがい、日本精神科看護協会へお繋ぎします。

お問い合わせ・お申し込み先

日本精神科看護協会 ☎0120-357-257

平日 8:00~17:00

ふうあいねっと事務局 TEL.029-241-5803 携帯070-3182-4044

平日 9:00~16:00

## よろず相談受付中！お気軽にご連絡ください

【相談日】火・水・木曜日 9:00~16:00

TEL.070-3182-4044

Eメール fuai.soudan@gmail.com

よろず相談員



北澤 安芸 ニツ森 千尋

## 食料品を必要な方へお届けします

1年を通して、フードバンク茨城の協力を得て、お米やカップ麺などの食料品を必要な方へお届けしています。様々なご事情で生活が厳しくなってしまった方、ふうあいねっと事務局までご連絡なくお問い合わせください。





## 茨城県内の避難者受入状況

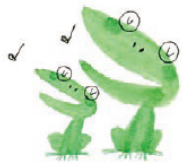
令和4年4月8日時点で、全国への県外避難の人数は、福島県から23,677人、宮城県から3,373人、岩手県から725人となっています。

※令和4年4月現在。( )の数字は令和3年4月の調査結果です。

### 福島から県外への避難状況

- 1.茨城県 2626人
- 2.宮城県 2573人
- 3.東京都 2431人
- 4.埼玉県 2386人
- 5.新潟県 1958人

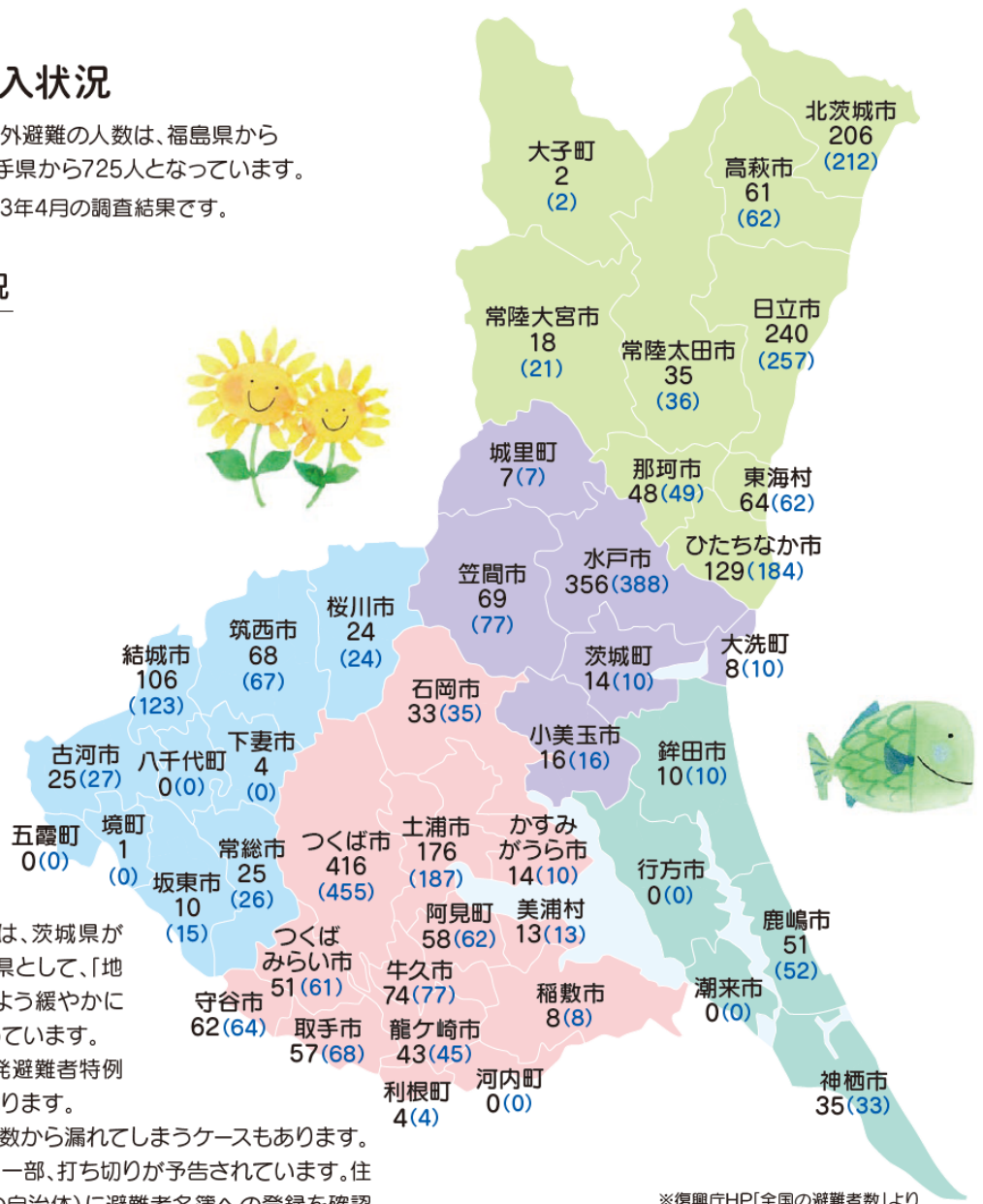
※復興庁「全国の避難者数」調査のうち福島県分を抽出



福島県からの県外受け入れ人数は、茨城県が最多となりました。最多の受け入れ県として、「地域で安心した暮らし」が実現できるよう緩やかにいろんなつながりができればと思っています。

上記は、避難者情報システムや原発避難者特例法の対象者などを整理した人数となります。

一部、住民票を移してしまうと、人数から漏れてしまうケースもあります。福島県内での医療・福祉サービスも、一部、打ち切りが予告されています。住民票を移す際は、避難先(お住まいの自治体)に避難者名簿への登録を確認されることをお勧めします。



※復興庁HP「全国の避難者数」より

### ご紹介

福島県避難者支援課茨城駐在 菅野 耕也さん

かの ころや 菅野 耕也さん



今年度から茨城県担当となりました菅野耕也と申します。避難者支援課に配属されて4年目となります。過去3年間は埼玉県を2年間、山形県を1年間担当しました。ハンドボールとマラソンをしています。そして、昨年12月に第一子が誕生しました。

避難生活の中で不安なことや悩まれていること、帰還の検討などどんなことでも結構ですので、遠慮なくご相談いただければ幸いです。皆様のお力に少しでもなれるよう精一杯活動していきたいと思っておりますので、どうぞよろしくお願いいたします。

福島県避難者支援課 TEL.024-523-4157

### 事務局に届いたお葉書をご紹介します

いただいたお手紙は、事務局に掲示させていただいています。みなさんも、ぜひ近況などお知らせください。

高瀬勝正様より  
イラスト: 志村理加様  
(親子の作品です)



### 発行・お問い合わせ先

一般社団法人ふうあいねっと  
〒310-0851茨城県水戸市千波町1918茨城県総合福祉会館  
TEL・FAX.029-241-5803  
Eメール fuai.sta@gmail.com  
事務局携帯 TEL.070-3182-4044

ふうあいねっと公式LINE始めました!  
お友達登録をお願いします♪



### ご寄付ありがとうございます

「うむい宮古島」様

31号・32号でご紹介した鎌田さんのご縁で、うむい宮古島様よりあたたかい支援をいただきました。「うむい」は宮古の方言で「思い」という意味だそうです。2013年から6年間福島の子どものための保養活動を続けていらっしゃいました。宮古島の人たちの笑顔写真を集めた「笑顔カレンダー」を制作・販売をした収益で福島への寄付や、支援活動をされています。

みなさまの「うむい」を大切にに使わせていただきます。

令和4年度福島県県外避難者への相談・交流・説明会事業