

全国から応援に来ています!

福島県各地に、全国から様々な方達が応援に来てくれています。
そんな頼れる皆さんからのメッセージをお伝えします。



全日本佛教青年会 救援委員長
米澤 智秀さん（曹洞宗僧侶）

4月は南相馬、5月からはいわきで微力ながら活動中。寺で子どもを預かる託寺所や、避難所等での行茶（傾聴）も地元僧侶と共に展開中。被災された方の心に寄り添う、地域に根ざした活動をしていかねばと思います。宜しくお願いします。



福岡防災研究会
宮崎 雄輔さん

九州・福岡から応援に来ています。福島県内をはじめ全国各地からのボランティアと被災された方とつなぐお手伝いをさせていただいている。遠い九州からですが、心はみなさんのそばに寄り添い、微力ながら息の長い支援を続けていきたいと思います。

～ボランティアのための基礎知識～ 避難されている方の「住まい」について

発災から3カ月が経ちました。今なお、多くの方が避難所での暮らしを余儀なくされていますが、徐々に仮設住宅の建設も進み、入居される方も増えてきました。そもそも、今回の災害で住宅を被災された方へは、次の3つの住宅対策があります。

仮設住宅

(正式には応急仮設住宅)

災害救助法に基づき
県が建設し、供給す
る住宅。福島県内に
24,000戸を建設予定。

借上げ住宅

応急仮設住宅に代え
て、民間賃貸住宅を
県が借上げ、被災さ
れた方に供給する住
宅。福島県内で10,000
戸を予定。

公営住宅

県内の公営住宅の
空き家を提供。
1000戸の供給を予定。

このうち、仮設住宅は県内の22市町村が要請し、建設場所は82カ所にのぼります(5月19日現在 地図参照)。これまでの災害と違って今回はあまりに規模が大きく、また福島県の場合は原発事故により全住民が避難せざるを得ない町村もあるため、居住していた市町村ではなく、別の複数の市町村に分散して仮設住宅が建設されていました(たとえば、浪江町や富岡町は3市町村)。したがって、周辺の地理や生活情報がわからず、不便な思いをされる方も多いと思われます。

これから8月にかけて、避難されている方の仮設住宅への入居が進みますが、その地区ごと、あるいは入居される方ごとに生じる様々な困りごとについて受け止め、一緒に考えていく仕組みづくりが求められます。また、避難されている方同士がおしゃべりできる機会をつくり、新たなつながりができるていくことを支えることも大切となっています。



■福島県災害ボランティアセンター通信 『はあとふる・ふくしま(別冊)』は6つの言語でご覧いただけます。

特定非営利活動法人多言語センターFACIL(神戸市長田区)のご協力で、日本語以外の5つの言語でご覧いただくことができるようになりました。FACIL代表の吉富志津代さんからは

は被災されたみなさんへのお見舞いの言葉とともに、「原子力発電の問題は、日本全体で考えなければならないことだとあらためて反省しました。大切な情報が日本語のわからない人にも届くように、とり残されることないように」というメッセージをいただきました。

* Japanese (にほんご)
* Portuguese (ポルトガル語)

* Korean (かんこく・ちょうせんご)
* Tagalog (フィリピンのタガログ語)

* English (英語)
* Chinese (中国語)



被災をされた方へ

「ほっとしたときに 気をつけたいこと」



福島県相双保健福祉事務所 健康福祉部 保健福祉課
障がい者支援チーム主任保健技師 三瓶弘子

災害発生から3カ月が経ち、仮設住宅に移る方も多くなってきました。避難所では常に周囲に人がおり、気を遣うことも多く、不眠に悩まされた方も多かったことでしょう。仮設住宅に移り、仮住まいながらも我が家を得ることで、ほっと一段落されることだと思います。入居してほっとする反面、周りの人と壁を隔てるため孤独を感じたり、壁と向き合うことで急に喪失感がわいてくる方もいると思います。これまで築いてきた暮らしを失ったショックや身体的な疲労が積み重なって、心身の健康を損ないやすい時期でもありますので、以下のことに気を付けてみましょう。

1 規則正しい生活を送りましょう。
「早寝・早起き・朝ご飯」は大切です!

2 閉じこもりを防ぎましょう。

- ・日課や趣味をできるだけ続けましょう。
- ・1日1回は外に出るようにしましょう。
- ・仮設住宅での行事などに積極的に参加しましょう。集会所にも顔を出すようにしましょう。

3 まだ気が張っているので無理をしがちになりますが、体は疲れているので、休養を十分にとりましょう。

4 お酒を飲み過ぎないようにしましょう。
寝酒はやめ、休肝日を設けましょう。

5 つらい気持ちは「治す」というより「支え合う」ことが大切です。つらさを我慢したり、抱え込むことなく、身近な人や専門家(心のケアチームなど)に相談しましょう。

6 特に、高齢者やお子さんには、周りの方が話しかけを多くしたり、スキンシップをとつて安心させてあげましょう(仮設住宅に移ると、家族の方もこれで大丈夫だと思つてしまいがちのようです)。

仮設住宅に移っても、私たちは皆さんの生活や健康を見守っています。何かありましたら、遠慮無くご相談くださいね。

編集後記

赤い羽根共同募金



「人間万事 塞翁が馬」。
一見、禍にみえることでも、福となることもあるだろうし、自分次第で福とすることもできるはず。
一喜一憂せずに、
一歩ずつ前へ。
(齋藤奈緒)



がんばろう、日本。
がんばろう、東北。

がんばろう、福島。

最新情報はホームページで
ご覧ください!
<http://www.pref-f-svc.org>

