Magasin ng mga mainit pang impormasyon sa Fukushima
Heartful Fukushima
Hiwalay na pahayagan
Fukushima Disaster Volunteer Center Newsletter
Vol.9 Hunyo 20, 2011 nilathala

Dumarating ang tulong mula sa buong bansa!

Dumarating ang iba't-ibang tao mula sa buong bansa upang tumulong sa bawat lugar ng prepektural.
Ipinaaabot namin ang mga mensahe mula sa mga maaasahang taong ito.

Takashima City Council of Social Welfare
Ioka, Hitoshi

Para sa akin, ang lugar ng [Tohoku] ay isang lugar na hindi ko kilala ngunit ako ay naaakit. Kahit na ang dahilan ay ang nangyaring sakuna, tuwing ako ay pumaparito mula sa perepaktura ng Shiga, nakikita ko ang karikitan ng [heartful] na Fukushima sa kanyang kalikasan, klima at sa lahat ng kanyang suluk-sulok. Habang may mga taong nais manirahan dito, tuluyan ang pagbibigay ko ng suporta at tulong.

Maebashi City Council of Social Welfare Volunteer Center
Takayama, Hiroki

Lumampas na ng 40 araw mula nang ako ay pumarito. Kahit na umuwi na ako sa Gunma, kapag tinitignan ko ang ulat ng panahon inu-una kong tignan ang panahon sa Fukushima. Ang mga boluntaryong nagdatingan mula sa buong bansa ay tumatanggap ng lakas mula sa pagtingin sa mga mamamayan ng perepaktura ng Fukushima na nagtutulungan, mula ngayon din tuluyan na ako ay susuporta at tutulong sa perepaktura ng Fukushima!

Lalakad na ang bus ng mga boluntaryo! [Mabuti naman at nakatulong ako!]

Sa Fukushima Disaster Volunteer Center, ako ang nagmaneho ng [bus ng mga boluntaryo] sa rotang <Istasyon ng Fukushima bayan ng Shinchi-machi> at <Istasyon ng Koriyama Iwaki City> noon Mayo sa panahon ng golden week. Maraming mga tao ang sumali, mula sa mga taong wala pang karanasang mag-boluntaryo, sila ay tumulong sa pag-ayos ng loob at labas ng mga gusali at pumala ng mga putik. Aking ipapakita sa inyo ang mga sinabi ng mga sumali na kanilang sinulat sa palatanungan pagkatapos ng mga gawain.

Mahina man ang aking kakayahan, ngunit noong natapos na ang ginawang mga aktibidades, nakita ko na nakayanan ko din gawin, pakiramdam ko kahit kaunti ako ay nakatulong.

Nasa harapan ko ang nakikita kong senaryo sa mga balita, ngunit ang hindi ko naramdamang pakiramdam nang nakita ko ito sa mga balita ay aking naramdaman.

Nabagbag ang aking damdamin sa pinuno ng volunteer center na isang biktima rin ng sakunang nangyari, sa kanyang madalas na pagpahiwatig ng taos puso niyang pasasalamat.

Ako ay lubusang nagpapasalamat sa mga mamamayan ng bayan ng Shinchi-machi, na hindi man lang sumimangot at magandang-loob na ako ay tinanggap kahit na wala akong karanasang sa pag-buboluntaryo.

Unang pagsali ko pa lamang ito, ngunit, palagay ko nagampanan ko ang aking papel bilang isang boluntaryo.

Naisip ko na [makatulong kahit papaano], ang mga kasama kong gumawa ng mga aktibidades ay mga taong tulad ko rin ang nasa isip, matindi ang katuwaang aking naramdaman.

Maraming salamat po at kahanga-hanga ang inyong magandang ginagawa

Ako ay kasalukuyang nakatira sa Fukushima City, maraming mga tao mula sa ibang lugar ang dumarating upang sumali, nakatagpo ako ng mga taong mababait at maaalahanin.

Natutunan ko muli na kapag maraming tao ang nagtipuntipon, mayroon silang magagawa.

Unang pagsali ko ito sa pag-buboluntaryo. Hindi ko talaga alam kung ano ang gagawin ngunit pakiramdam ko na maraming nagbago sa aking kalooban dahil sa pagsali kong ito.

Kaunting panahon lamang ako tumulong ngunit nalaman ko ang katindihan ng nangyaring sakuna. Wala man akong masyadong kakayahan, ngunit pakiramdam ko nakatulong din ako kahit papaano kaya ako ay tuwang-tuwa.

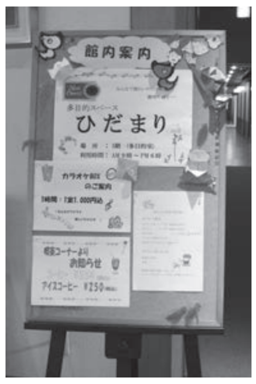
Noong nakalipas kong pag-boluntaryo kakaunti lamang kami kaya limitado ang aming nagawa, ngunit ang mga boluntaryong aktibidades na magagawa ng sama-samang kakayahan ng isang malaking grupo ng mga tao ay napakaganda.

Habang ginagawa ang gawain, at unti-unti kong nakikita ang nagagawang kanal, mayroon ding gawain na kaya ko, naisip ko na kahit kaunti nakatulong din ako.

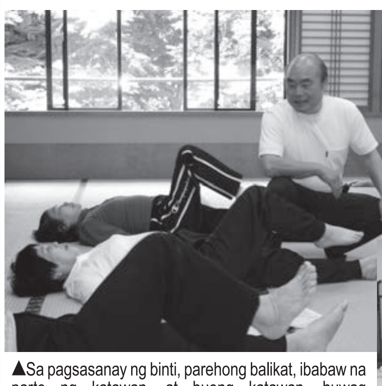
Para sa mga taong sumisilong

Maging malusog sa pagsanay ng katawan at pagtawa!

Ang salon exercise na inumpisahan ng mga mamamayan ng bayan ng Okuma [Hidamari]



Karamihan sa mga mamamayan ng bayan ng Okuma, na kinaroroonan ng munisipyo na nagpapalakad sa Aizuwakamatsu City, ay kasalukuyang nasa ikalawang shelter na. Sa isang mainit na bukal na ryokan (hotel na stilong Japanese) [Ryokan Harataki] sa Higashiyama, na isa sa mga shelter, 63 na pamilyang binubuo ng 240 na tao ang nakatira. Upang mapanatili nila ang kanilang kalusugan, inumpisahan nila sa pamumuno ng punong tagapamahala na si Ginoong Akimoto, Masao, ang salon exercise na tinatawag nilang [Hidamari]. Ang pagsali sa salon exercise na ginaganap tuwing Miyerkoles mula alas-9 hanggang alas-11 ng umaga sa multi-purpose hall sa ika-3 palapag ng parehong gusali, ay libre. Wala ring pakialam ang edad. Sa araw na ito, susukatin ng nars ang presyon ng dugo, pagkatapos masayang magkakasamang gagawin ang [madaling exercise] na kahit sino man ay kayang gawin. Ang magtuturo ng mga execise ay si Ginoong Ueda, Kazunori na may-ari ng Ueda Orthopedic Clinic. Kapag hindi maaari si Ginoong Ueda, ang namamahala sa Junior Sports Team na si Ginoong Yamamoto, Shuichi ang kapalit na magtuturo. Ang dahilan ng pag-umpisa ng salon exercise ay [Kapag pumasok na sa kuwarto tinatamad nang lumabas. Upang mapanatili ang kalusugan, naisip ko na gumawa ng oras at lugar para mag-ipun-ipon.], ayon kay Ginoong Akimoto. [Sarili ninyong paa yan kaya gandahan ninyo ang pagyabag.], [Para makapagluto ng masarap kapag nakalipat na sa pansamantalang pabahay, ngayon pa lang unatin na natin ng husto ang ating mga pupulsuhan.], at iba pa, ang masasayang sinasabi habang tinuturuan ng exercise, at walang tigil ang tawanan tuwing nagsasanay. [Nakakatanggal ng stress ang pagtawa.], [Kapag ginalaw ang katawan, makakatulog ng maganda.], ang sinasabi ng mga sumasali. Ayon kay Gng. Takeuchi, Chiemi mula sa Okuma Council of Social Welfare na sumama upang makuha ang balita tungkol dito, upang mapaganda ang samahan ng mga sumisilong sa mga shelter, papalaganapin ko sa iba pang pangalawang shelter ito. Maging malusog sa pamamagitan ng pagsanay at pagtawa, subikin din ninyo.



▲Sa pagsasanay ng binti, parehong balikat, ibabaw na parte ng katawan, at buong katawan, huwag pasobrahan habang pinapagalaw ng husto ang katawan. [Huwag ninyong pasobrahan ang pagkilos ng inyong katawan] ayon kay Ginoong Ueda.

▲Bago umpisahan ang pagsasanay ng katawan, sukatin muna ang presyon ng dugo

▲Unatin din nang husto ang mga maskulo sa pupulsuhan.

Para sa mga miyembro ng mga NPO at mga samahang pang-boluntaryo

Ang Proyektong Pinansyal na Tulong sa Pagtaguyod ng Social Welfare ng WAM (Welfare and Medical Service Agency) Kasalukyang ginaganap ang ika-2 pagtatanggap ng kahilingang sa pinansyal na tulong

Bibigyan ng panguna ang pagpili ng mga proyektong makakatulong sa mga biktima ng malaking lindol sa silangang Japan.

Panahon ng kahilingan	**Hunyo 1, 2011 (Miyerkoles) ~ Hulyo 15 (Biyernes)** (ang petsa ng pagtanggap ng kahilingan)
Halimbawa ng mga proyektong maaaring bigyan ng tulong	*Proyektong pag-intindi ng mga kailangan ng mga biktima ng sakuna at ng mga may kapansanan sa katawan, at pakipagtulungan sa mga disaster volunteer center at mga NPO na samahan upang sila ay makakilos ng mahusay. *Proyekto ng mga samahan ng mamamayan sa napinsalang lugar sa pagplano ng pagayos muli ng komunidad. *Proyekto sa pagbigay ng tulong matapos intindihin ang katayuan ng mga kasalukuyang sumusilong sa loob at labas ng perepaktura na mga matatanda at mga biktima ng sakuna.
Halaga ng pinansyal na tulong	Mula \500,000 (Batay sa proyekto, maaaring makatanggap hanggang \7,000,000)
Saan maaaring magtanong	**Grants Development Section, Grants Department, Welfare and Medical Service Agency** Tel: 03-3438-9945, 9946 4-3-13 Toranomon, Minato-ku, Tokyo 105-8486 URL: http://hp.wam.go.jp/

Tala ng tagapatnugot

Nasa panahon na ng tag-ulan at marahil tuluy-tuloy ang maulan na panahon. Dapat isipin ng mga tumutulong sa pag-ayos ng napinsalang mga lugar na sinasabihan sila ng diyos na magpahinga kapag hindi makakilos dahil sa ulan. Mula bukas muli tayong magsama-samang magsikap upang maayos muli ang Fukushima!
(Iwata, Satoru)

赤い羽根共同募金

Magsikap, Japan.
Magsikap, Tohoku.
Magsikap, Fukushima.

Tignan lamang ang homepage para sa pinaka-bagong mga impormasyon!
http://www.pref-f-svc.org