お手紙ですよ

～じしゅひなんママのきもちが奏でる～♪

ぽろろん

2017 春号

06

もくじ

ごあいさつ 1
座談会 「16 歳のあなたへ」 2
ひなんしたときのこどもたちのきもち 4
ぽろろんキャラバン報告 5
親子バスツアー報告 6
ママのための３つの活動 7
ほっとたいむ （お知らせ） 8

こんにちは！皆様いかがお過ごしですか？
その土地だけのおいしいものみつけたり食べたりして、 元気にいまをのりきっていきましょう！
あの時からもう７年目。
いろんな、 いろんな、 いろーんなことがありました。
みんなそれぞれ思い悩み…出会いや子どもたちの成長などなど。
あっという間に時間は過ぎていったような気がします。
このお手紙は自主避難しているママと埼玉のママが出会って
つくりました。 お互いの話を聞いたり語ったり笑ったり、
ホッとできるゆったりとした場所、 それが 「ぽろろん」 です♪
これからもたくさんの方に出会い繋がっていきたいです♪

（いわき市→上尾市 松崎美由紀）

第６号の特集は？！

「１６歳のあなたへ…生きてることこそ一番守りたかったこと」
生まれ育った福島を離れ、 ママもこどもたちも本当に必死で生きてきました。 新しい環境になかなか慣れなかったのは、 こどもたちよりもママ達の方かもしれません。
たくさんとまどっていたのです。
今回は 「あなたとも一緒にあのころのことを思い出しながら、 １６歳になって受験を迎えるわが子の気持ちを思い描いてみませんか？」 というテーマで座談会を開催！自主避難ママ達の懐かしい思い出とともに、 避難してきた当時についてこどもたちにも話を聞き、 今だからこそ言えたこども達の本音を綴りました。 詳細は２Ｐをどうぞ！

16 歳のあなたへ

生きていることこそ
一番守りたかったこと

慣れ親しんだ故郷を離れ、 お母さんも、 子どもたちも本当に
がんばってきました。 新しい環境になかなか慣れなかったのは、
子どもたちだけではありませんでした。 お母さんたちも、
たくさんとまどっていたのです。
今回は、 そんなお母さんたちの懐かしい思い出とともに、
避難してきた当時について子どもたちにも話を聞いてみました。

：登場人物 ：
南相馬市から坂戸市へ避難　太田さん
南相馬市からさいたま市避難 高野さん
いわき市から上尾市へ避難　 松崎さん
いわき市から川越市へ避難　 鈴木さん
聞き手 ： 吉田さん
まとめ ： 千亜さん

おかあさんたちの１６歳のころと福島の思い出

「学校生活面」

太田 ： 自転車こいでも、 こいでもつかないんだよー。 遠いんだもん、 高校。
パッチワークとか、 レース編みとか、 布団カバー作るとか…家政科は、
服を作ったり、 調理したり女子が行く高校だったの。
裁縫の工場に就職する人が多かったんだ～。 今から 20 年前はねー。
縫製会社に就職口もあったから、 高校のうちに習っといた方がいいと思って。
吉田 ： そうなんだ！知らなかった。 縫製工場？

高野 ： 昔はね、 田舎の生活に密着したことを習ってたんだよね。 縫製工場に勤めるために、 高校で勉強するとか。
今は地方や都会に出る子もいるから、 普通科も多くなってるけど。

太田 ： いわきは水産 ・ 農業 ・ 商業もあるし、 高専もあるし色々選択肢はあったよね。

松崎 ： 私は農業高校だったよ。 野菜作ったり、 家畜の世話したり、 洋服作ったりしたよ。

鈴木 ： 私は商業高校だったよ。 パソコンや簿記や会計とかを習ったよ。

太田 ： 埼玉は福島の高校とは違ったから、 子どもたちの受験は大変だったな。 だって選択肢が多すぎるんだもん。
私達は３校しかなかったんだよ。

高野 ： 福島、 田舎は田舎なりに楽しかったよ～。 顔見知りばかりで悪いことはできなかったけど （笑）

太田 ： 私、 田んぼの真ん中で２時間も話したりしてたよ （笑） 「もう帰えっぺ～」 って。

高野 ： うちの子どもがね、 そういう田舎の生活をしたかったって言うんだよね。 私は、 自分の高校の経験を、 子どもに
「こうやってきたよ」 って言っても、 いまは埼玉だからピンとこないみたいなんだよね。

吉田 ： 高校生のころの思い出の場所は？

高野 ： 部室だなー、 今もあっかな？落書きとか写真とか残ってっかな？

吉田 ： 私学食～

松崎 ： 私は駅前でよくたむろってたな～。

鈴木 ： 私も駅周辺で毎日どっかのお店に入ったり、 カラオケしたり、 真っすぐ家には帰らないで話し込んでた。
他の高校もたくさん集まる駅だったから、 カップルをチェックしたりしてた （笑）

高野 ： おばけが出る合宿所！畳のある部屋。 和室なの。 怖がった～。

太田 ： 私はマネジメント室。 お作法を習った部屋。 そういう授業があったの。 最近になって、 そういう授業が
あったなぁって思い出す。

松崎 ： 先生に選ばれて、 豆腐の研究発表するために、 放課後頑張ったりしてたの。 楽しかったな。

千亜 ： 豆腐の研究発表ってすごい。 楽しそう （笑）

松崎 ： うん。 楽しかった。 私は高校 2 年生からが楽しくなったかな。 中学生から人が苦手で、 男子とは話さなかったし、
先生も嫌いだった。 高校も行く気なくて、 働こうかな？と思ってた （笑） 一応、 第一志望していたところ、
推薦で入ったけど。

吉田 ： 福島の高校に通っていても、 埼玉の高校でも、 重なる部分もあるね。 きっちり勉強することが一番の思い出っていう
人がいない （笑）

おかあさんたちの部活時代

松崎 ： 農業高校は、 「勉強勉強」 じゃなくて、 いろんな活動ができたから楽しかった （笑）

千亜 ： 私も、 あんまり、 先の生き方のこと考えてなかったなぁ （笑）

高野 ： こっちの高校だと新しい出会いがあるよね。 福島だと半分くらいが同じ中学校の子がいるっていう安心感もあったけど新鮮味がない （笑）

太田 ： こっち （埼玉） だと、 生徒がガラッと変わるもんね。

高野 ： 異性も気になるよね。 そういう楽しいこともあるよね。

吉田 ： 部活はやってた？

太田 ： 私、 帰宅部だったよ。 部活やってる人は、 クラスで２人か３人だったもんね。

高野 ： 私は逆に、 部活やってる方が楽しかったんだよね。 指にタコ作りながらクラリネットを吹いてたけど、 充実してたな。

太田 ： 部活入るか入らないか、 って学校によって全然違ったよね。 埼玉の高校も、 私立はほとんど部活入るけど、うちの学校は、 運動部の汗だくの子、 まずいない （笑）

吉田 ： 娘さん、 その数少ない運動部の汗だくの子として、 がんばってるんだよね。 そのことをどう思う？

太田 ： 部活、 あっていいかな、 って。 人とのコミュニケーションなり、 社会に出る前の予行練習を、 やってほしいなと。学校は学校でそういうことを学べたらいいなって。

松崎 ： 私は２年生からバイトはじめて、 バイト仲間と遊ぶのが楽しかった （笑） 高校３年生の頃は夜遅くまで遊んでばっかりだったけど、 バイトも学校もちゃんと行ってし、 ただみんなで集まるだけで、 本当に楽しかった。バイトが一緒だった友だちは、 高校が違ったけど、 今でも家族のような感覚。

吉田 ： 「楽しい」 って大事だよね。 私たち、 高校時代、 楽しかったんだよね。 どの高校に行くか、 どんな生活するか、選びながら楽しかった。

高野 ： そうなんだよね。 つい、 社会に出る準備のためにって、 私も言っちゃいがちだけどね。 もっと楽しいところだよねって教えてあげたいな～。

吉田 ： だれかと出会うことを楽しいと思ってほしい。 私も、 もう息子大きいけど、 当時の息子にも、 いま受験する人たちにも、避難してきて大変かなぁって思って不安な人にも言いたいな。 人と出会うのは怖いけど、 朝、 「おはよう」 って言えることが楽しいって。 それをふまえて高校受験って思えたら、 いいよね。

松崎 ： 高校時代に出会った友だち、 私の実家に 「ただいまー」 って遊びに来るの。 その友だちがいなかったら、 高校生活楽しめなかったと思う。

太田 ： 自分の当時のことをちょっと考えてみると、 ああ、 子どもはこんなこと考えてるかも、 こんなことが楽しいかもって思い出せるね。

鈴木 ： 勉強だけじゃなくて、 人との出会いの場所でもあるんだよね～。

埼玉の高校受験について

吉田 ： 埼玉での高校受験って何が大変だった？

太田 ： うーん、 いろいろ大変だったよね。 私は埼玉での高校受験、 子ども２人経験したんだけど 「受験するのは お母さんじゃないから、最終的には自分で決めようね」 って子どもに話したかな。

高野 ： うちもかな。 ひとつに決めるまでは、 一緒に考えたけどね。 大変だよねその時期、 本当に落ち着かなかったから福島に居たら、高校選びに迷うなんて、 それほどなかった。 こっちに来たら、 北辰テストだ、 高校選びだって言われても、 土地勘もないし、高校が多すぎて訳わがんねがった。 あっぱとっぱしちゃったよ （笑）

太田 ： 上の子のときはそんなに困らなかったの。 入るところあったから。 あっちとこっちどっちにする？って。 下の子の時は、入学させるのに必死だったな。 だから本当に苦労したし、 心配だった。 どうやったら、 やる気スイッチが入るかと考えすぎて三キロも痩せちゃったよ、 私が！ （笑）

鈴木 ： え？痩せたの？私の娘もこれから受験だから痩せるかな （笑）

高野 ： え？そっち？そういう問題じゃないでしょ。 （笑） 大変なんだよ受験生の親は！経験者は語る。

鈴木 ： でもせっかく都会に来て選択肢が広がったから、 自分に合う高校を見つけて、 いい出会いをしてほしい。**「とにかく生きてほしい」** と思って避難してきたんだからね。 最近欲張りすぎかも？子どもが笑って過ごせるならそれが一番だよね～。

松崎 ： うちもこれから３人も受験するかと思うと頭が痛いな～。 いろいろ教えてくださいね～。

千亜 ： ぽろろんでも受験の話や塾の話、 学校の話などじっくりお話しようね～。 経験者の方々、 よろしくお願いします。

ひなんしてきたときの、

こどもたちのきもち

・みんなと離ればなれになっちゃって嫌だった。 保育園卒業式とかしたかった。 地震怖かった。
(12 歳女の子)

・あんまり記憶ないけど、 地震は怖かった。 (10 歳男の子)

・知らない事ばかりで大変だった。「人も知らない、 道も知らない、 場所も知らない」
どこかに泊まりに来た感じだった…。 (17 歳女の子)

・学校が不安。 友達が出来るか、、、 「避難するよ」 と言う親の言葉を理解が出来なかった。
埼玉に来て今は楽しい。 (15 歳男の子)

・地元から離れるのは嫌だっだ。 じいちゃん、 ばあちゃんと離れたくない思いが強かった。
(18 歳男の子)

・記憶がない…。 新しい学校が緊張した。 (14 歳女の子)

・ママがあんなに泣いているのを初めて見て驚いた。 おばあちゃんたちと一生会えないと思ったら
悲しかったけど、 泣いたらママが悲しむと思って、 心の中で泣いた。 (8 歳女の子)

・おばあちゃんたちと会えないのは悲しかったし、 新しいお家から古いお家に避難するのも嫌だったけど、
ママは私達を思って避難を決めたと言っていたので、 信じるしかないと思った。 (13 歳女の子)

福島から避難してきた話を、
聞いてみたいなと思うけど、
あんまり言えないの。
でも一緒に遊ぶのはいつも楽しくて、
もっとたくさん遊びたいよ。

(8 歳女の子 埼玉)

ぽろろん キャラバン報告

埼玉県内各地で自主避難ママの
交流会を開いています。
楽しい話をしてみんなで笑ってみませんか？
懐かしい話をしたり、 方言で話したりして
ほっこりしませんか？
沢山の方々が交流会に参加して笑顔になっています。
お子さんも大歓迎です♪一緒に遊びましょう♪

10 月の様子

10 月川口市
川口市のメディアセブンで交流会を行いました。
ビーンズ福島から三浦さんに参加していただき
住宅支援終了後、 帰還した時のママカフェを
教えていただきました。
時間が経つことで問題が多様化するのでみんなで
分かち合えるような交流会でした。

11 月の様子

11 月さいたま市
大宮駅から徒歩５分の大宮ネット２１の場所をお借り
して交流会をしました。 子ども達同士の会話の中で、
避難した事での友達との生活のズレが出来ないかが心
配との声があったのでママ達で話し合いました。
（まわりの子ども達と同等に育てたい…。 ）

12 月の様子

１２月さいたま市
待ちに待った子どもたちとの遊びタイム！さいたま市大宮
鉄道博物館でたくさん遊びました。 小さな子どもたちを
のびのびと遊ばせられて良かった～♪とママが喜んでました。
総勢２１名で見学～ランチ交流で楽しかったです。

1 月の様子

１月川越市
川越駅から徒歩５分のウエスタ川越で交流会を行い
ました。 いつも来ていただいているママやおばあ
ちゃんに参加いただき、 住宅終了に向けての準備の
不安等をスタッフと共に考え、 問い合わせ先の確認、
流れ等を話し合いました。 安心して生活出来るよう
にみんなで笑っての交流でした。

親子バスツアー
いちごの時間ですよ～♪

２月１１日（土曜日）総勢４９名で狭山ベリーランドいちご狩り、ランチ交流会（サイボク）に行ってきました。
ここカフェ＠川越とぽろろんのコラボバスツアーを行いました。
川口駅→さいたま新都心→川越駅と大型バスが迎えに来てみんなでバスに乗って狭山ベリーランドのいちご狩りに行きました。
お店では見た事の無い大きな大きないちごが沢山！！
子どもも大人も大喜びでいちごを口いっぱいにほおばっていました。
「３０個食べたよ～」「80 個食べたよ～」と自慢大会が始まりました！午後からは、花鳥風月（サイボク）でランチ交流会をしました。

福島帰還ママ、パパも参加していただき色々な話が出来ました。
ひとときの喜びを感じながら楽しい一日でした。

みんなで記念撮影しました

♬ みなさんの感想 ♪

- ２階建てパノラマバスに乗れて、子ども達も大興奮。とても楽しかったです♪
- すごく楽しい幸せな時間でした♪
- 懐かしい埼玉の風景にジーンとしてしまいました。
- 再会できてよかったです♪
- またゆっくりお話したいです♪念願のいちご狩りに行けてうれしかったです。

ぽろろん

埼玉に自主避難しているママのための３つの活動

1. 交流会

毎月１１日、
県内各地にお邪魔して
お茶を飲みながら
交流会 ぽろろんの時間　を
開いています。

2. ②お便り発行

年２回のお便り
お手紙ですよぽろろん
を発行しています。

3. 情報交換

メーリングリスト ぽろろんＭＬ

交流会や、ＡＤＲ相談会、　健康診断
などのお知らせをしています。
お気軽にお問い合わせくださいね。

ぽろろんの
お問い合わせ先
miumiu705@ezweb.ne.jp
070-5594-0053(鈴木)

これからの予定 ~ 今後ぽろろんでやってみたいこと

2017 年

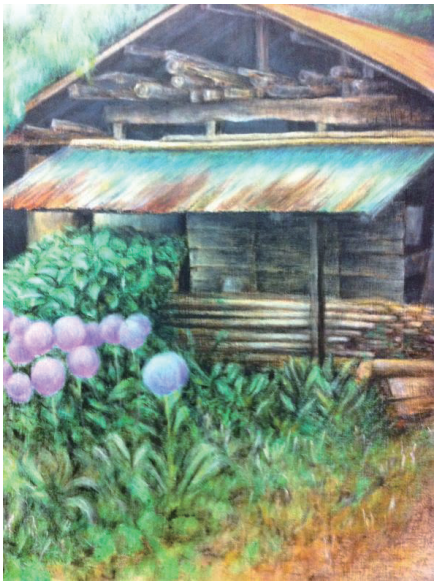
5 月→ヨガタイム (ヨガでデトックス～)
7 月→親子体験イベント
9 月→アロマ ・ ハンドマッサージタイム (アロマで全身リラックスしましょ～)
11 月→クリスマス会 (クリスマス飾り作成などなど)

2018 年

2 月→親子バスツアー (いちご狩りなどなど)
3 月→お花見♪(親睦会)

♪♪毎月１１日はぽろろんの時間です♪♪
自主避難ママの交流会
４月、　６月、　１０月、　１２月、　１月にはママランチ交流会もあります♪
福玉に予定を掲載しますのでぜひ遊びに来て下さいね♪

ほっとたいむ　絵画はいかが？



題名 ： 平田のねぎ坊主 （福島市平田地区）

コメント ：

春も過ぎた頃に、 農家の庭に収穫の遅れた

ねぎ坊主が植わってました。

福島から埼玉に避難してきたパパが描いた作品です。 （WATARU さん）

感想やご意見 ・ ご要望をお待ちしております。
「こんなことが知りたい」 「これを調べてほしい」 など、
お寄せいただけたらうれしいです。
メールでも電話でも OK です。
気が向いたら、 ご連絡くださいね。
担当 ： 鈴木直子　070-5594-0053
miumiu705@ezweb.ne.jp

お知らせ

埼玉県内の 2 か所で甲状腺検査が受けられます。 現在 2 回目の検査が順次行われています。 年々受診率が低下しています。 前回 （1 回目） 異常なしだった子の 9 割が 2 回目では、 がん判定されており 184 名の甲状腺がんが出ています。 お子様の健康状態を把握し、 きちんと受診しましょう。

【 検査を受けられる場所 】

さやま総合クリニック （狭山市）、 自治医科大学付属さいたま医療センター （さいたま市）

【 検査受診年度検索 】

お子様の受診時期が生年月日を入れると検索出来ます。

http://fukushima-mimamori.jp/thyroid-examination/yearsearch/

お問い合わせ…放射線医学県民健康管理センター tel:024-549-5130

【 高速無料化延長 】

原発事故による母子避難等に対するの高速道路の無料措置が一年間延長になりました。

平成 30 年 3 月 31 日まで。

新たな手続きは必要ありませんので、 継続して使用できます。 （2/28 現在）

復興庁　http://www.reconstruction.go.jp/topics/25412.html

発行元 ： お手紙ですよ　ぽろろん♪
鈴木直子 （いわき→川越 ・ 発行責任者） 太田吉子 （南相馬→坂戸） 高野美香子 （南相馬→さいたま）
松崎美由紀 （いわき→上尾） 吉田千亜 （川越） 吉田知津子 （さいたま） 佐藤真由果 （デザイン）
「タケダ ・ 赤い羽根広域避難者プログラム」 の助成により制作されています。

タケダ・赤い羽根
広域避難者支援プログラム