ないのです。



2024年を迎えるにあたって

ę́ は仕方がない」「すぐに前向いて次の選択肢で生きよう」なんてことにはなら けど、2011年3月10日に戻りたい、というような意味も含まれます。で 帰りたいけど帰れないと言うことの意味は、 残念ながら戻れない。人は、 簡単に原発事故を受け入れて、「起きたこと インフラもあるかもしれない

象が起きますし、 支援はそういったことを絶対に忘れてはならないと思っています。 任 てきました。 ンフラを整え除染をしたからもう帰れますよ」「帰らないのは勝手な自己責 ですよね、 避難者や支援者、政策に関わる言葉の受け止めを勘違いしてしまうと、「イ じゃあもう支援はしなくていいよね、 避難者の方の痛み、喪失にどう向き合うかということ、 実際、 この約13年間、 そういう動きを私たちはずつと見 打ち切りね」っていう現 避難者

者に寄り添ってくださいと言われたが、皆さんの話をきいてこれが「寄り添う」と きたいと思います。 いうことだと感じました」と話され、これまでの復興大臣との違いも感じていま らいろいろな場所で視察をしたが、それは表面的なものだった。 福玉便り編集部も、皆さんの痛み、 土屋復興大臣も日本全国の生活再建支援拠点の状況を聞き、「大臣になってか 本年もどうぞよろしくお願いいたします。 喪失に寄り添うことを微力ながら続けて 今年一年が、皆さ 首相からは被災

んにとって実りのある年でありますように。

『福玉便り』

編集部一同

それぞれの場所 ろうそくをともしませんか? 年を迎える原発 事 故

3月11日午後7時2 13 年目を迎える来年 東日本大震災から

な

ように人と会えたり、イベントが行われたりすることに嬉しさがある一方で、 ところで「コロナ禍以前」に戻ろうとする動きが見られました。コロナ前と同じ ィルスの感染の問題が世間的には一段落する中で、

いかがお過ごしでしょうか。

昨年は、新型コロナウ

さまざまな

皆さん、

2011年3月11日から13回目の春を迎える年となりまし

んとなくコロナ前と同じではないという違和感を持つのではないでしょうか。

埼玉広域避難者支援センターが受託している生活再建支援事業の会議

その中で、

ある生活再建支援

発令された夕刻に、一斉にろうそくを灯 す「311のキャンドルナイト」。 分、「緊急事態宣言」が

が、土屋品子復興大臣参加の下、実施されました。

先日、

拠点の方が復興大臣に対して次のような話をされました。

り、各地の「キャンドルナイト」の情報 アップされるそうです。 には交流サイト(QRコード)が立ち上が TV代表)・マエキタミヤコさん(サステナ アクション代表)白石草さん(OurPlanet の、ささやかな癒しとなるように」と、ア 代表)、3人の女性が企画しました。1月 イリーン・美緒子・スミスさん(グリーン 一今もまだ傷つき痛みを感じる人へ

どうしても当時を思い出してしまい、つ てください。 よかったら参加してみ 癒すための時間。もし 灯して火を眺めて心を 所で、1人でも数人でも、キャンドルを らくなる方もいらっしゃると思います。 ビを見たくない」という話も伺います。 どこかに出かけるのではなく、いる場 3・11前後は、「気持ちが塞ぐ」「テレ

福島からの 一年後

関礼子編、新泉社、二〇二三年八月刊行、一一〇〇円

ような生活を送っているのでしょうか $\frac{-}{\bigcirc}$ 自主的に避難をした人、逆に福島に留まろうとした人、 福島 0 年に発生した福 人びとはどのような時間を過ごし 島第 原 発 。避難を強いられた 事故 から十二 、現在、 どの 年

する国や電力会社への怒り、あ 自分自身や家族の生活が変化する中でも、変わらない故郷への思い、原発事故に対 る人、福島に帰還した人など、原発事故によって生活や人生を大きく変えざるを得 留まらざるを得なかっ とへの感謝 かった一七通の手紙が本書には収録されています。十二年を経て、原発事故: から 0 今の 手紙」から、改めて福島第 生活に対するささやかな希望などが語れています。この た人、そして未だに避難を続けて きらめや、一 原発事故を見つめて直したい 方で原発事故後の生活で出会っ 、と思 た人び 七通 後

な



原子力損害賠償・廃炉等支援機構原子力損害賠償に関する説明・個別相談会のご案内

の「福島

●開催日 令和6年1月20日(土) 午前 10 時~午後 4 時【休憩:午前 12 時~午後 1 時】

ただき、202

、最近

- ●会場 東京国際フォーラムガラス棟4階G404会議室 住所:東京都千代田区丸の内 3-5-1 JR『有楽町駅』より徒歩1分、JR『東京駅』八重洲南 口より徒歩5分、東京メトロ『有楽町駅』より徒歩1分、 『日比谷駅』『二重橋前駅』より徒歩5分※有料駐車場はご ざいますが、公共交通機関をご利用ください。
- ●全体説明 10:00~12:00 弁護士による説明会 □第五次追補を中心とした説明です。
- □質疑応答もいたします。
- ※事前予約をお願いいたします。
- ※参加は無料です。

ろしくお願いします。 く予定です。編集部

同

皆様からの

お手紙を心待ちにしております。どうぞよ

便箋等でNPO法人埼玉広域避難者支援センター(〒330-0061

ま市浦和区常盤6・4・21ときわ会館1F)までお送りいただいても結構です。

皆様からいただいたお声は、『福玉便り』第107号にてご紹介させていただ

ぎた場合でも適宜ご投函いただければ幸いです。は

がきに入りきらない場合は、

埼玉県さい

いでしょうか?期日を過

年1月27日(土)を目途にご返送いただいてもよろし

ていること、『福玉便り』へ

んからも、お手紙を募集したいと思います。

同封の返信用はがきに、現在の生活で困っていることや不安なこと、

のメッセージなどをご自由にお書きい

た。『福島からの手紙』は福島にいる方の手記ですが、『福玉便り』の読者の

まで多くの避

難

者の皆さんの声を紹介

てきま

埼玉からの手紙」のご返送の

<u>お</u>

福玉便り』においても、これ

- ●個別相談 10:00~16:00 弁護十による個別相談
- □原則として、相談時間は1回1時間(事前予約制) □損害賠償全般のご相談に対応に対応します。
- ※事前予約をお願いいたします。
- ※相談は無料です。

- ●専門家へご相談ください。
- ・請求漏れがないか相談したいという方
- ・住居確保費用の賠償について相談したい方
- ・ADR の申立てについて相談したいという方など
- ●追加賠償について
- *第五次追補等を踏まえた追加賠償請求がお済みでな い方は、ご相談ください!
- *請求書の記載方法もご相談ください。
- *追加賠償は、自主的避難等対象区域の方も対象です。
- ●連絡先
- □ご相談をご希望の方は、事前予約をお願い致します。 予約専用ダイヤル 0120-330-540

受付時間:9:30~17:00 土日も受付(祝休日を除く)

□ご来場が難しい場合は、電話相談をぜひご利用ください。 電話相談ダイヤル 0120-013-814

対応時間: 10:00~13:00、14:00~17:00 月曜~土曜(祝 休日を除く)

- ・行政書士による電話での情報提供(事前予約不要)
- ・弁護士による電話での相談は、祝日を除く毎週火・木 曜 10:00~13:00 (事前予約制)

よ交流会

沼津ぐるめ街道」バス旅行 ~蒼テラス・伊豆パノラマパークと三島大社

されました。 向かいました。帰還された方もお友達を誘い、前泊で参加 せてくれて、思わず歓声!!大型バスで24名が伊豆方面に 催しました。晴れ男・晴れ女の多いメンバーの神通力で、 高速道路に入ると紺碧の空の下に富士山が美しい姿を見 2023年10月26日、楽しみにしていたバス旅行を開 おあがんなんしょ交流会

るはずでしたが、今日は顔を隠してしまいました。心の底 ペットボトルに入れて持ち帰 飲みました。あの壮大な風景 り、自宅でコーヒーを入れて フツフツと湧く富士山の雪解 階段をおりました。そこには は展望台へ向かって遊歩道の の乾杯から・・・。柿田川湧水で の昼食は、ジョッキを挙げて いたと思います。海鮮市場 の歓声は雲の中の富士山に届 から洗われる風景に、参加 を思い浮かべながら・・・。帰り の多い湧き水をお裾分け頂き け水が見えました。ミネラル 交いました。(おあがんなんし のバスの中では「来年は何処 、いこうか」との会話も飛び 者

さいがい・つながりカフェ

で、食事をし、おしゃべりや手作りを楽しんでいます。 ています。第2木曜と第4木曜の午前11時から午後3時ま 4階)の和室で「さいがい・つながりカフェ」を開いて集っ から毎月、埼玉県男女共同参画推進センター「With Yout いたま」(さいたま新都心 2011年3月11日、東日本大震災。私たちは、その秋 さいがい・つながりカフェ実行委員会 ホテルブリランテ武蔵野3・

盆栽園で苔玉をつくりました

た後は「盆栽四季の家」でお昼 日本大震災の被災前に盆栽や花きに親しんでいた参加者 東京の盆栽業者が移住して来て、つくられた地域です。東 で苔玉をつくりました*。盆栽町は関東大震災で被災した 「育てる楽しみも出来た」と大好評でした。苔玉をつくっ 素敵な苔玉が出来て良かった」「盆栽の生命力を感じた」 去年2023年11月には、さいたま市盆栽町の盆栽園 、初めてつくる参加者も、土に触れリフレッシュして

び込んできました。其処はもう別世界!!空の蒼・相模湾

ロープウェイで頂上に上がると、素晴らしい絶景が飛

の蒼・空の色が反映した水盤の蒼。・・そこに富士山が見え

With Youさいたまにも一つ展 の見学などを楽しみました。 散策、盆栽美術館や漫画会館 を食べ、会話も弾んで、自由に 示して頂きました。



22回 With You 玉支援センター

- 4日(日)16:00 ■展示(3階・4階交流サロン) 2月2日(金)13:00~2月
- 2月3日(土) 15:00~16:30 クショップ(セミナー室 1) 震災から 12 年以上経ち、避難の現在と課題を各地の支援者と-
- 3 希望を届ける福島県双葉町出身の箏奏者、箏メン・大川義秋さんの生演奏 そのほかにも県内の様々な団体が活動発表します。 ぜひお越しくださ 参加無料。問い合わせは 薄井 (080-5532-7380) まで。



松舘千枝

おける地域のつながり支援事業

たま4階)予定

ましょう。2月4日(日)10:45~11:30(場所:With Youさい

*地域経済政策推進事業費補助金(被災12市町村に

みなさん、是非、いらしてください。一緒に楽しく歌い

て歌います。これからもつながっていきたいと思います。 会った、このつながりを大切にしたいという思いを込め 参加することになり、只今、猛練習中。一緒に歌う時間、出 21年からコロナ下で歌えませんでしたが、4年ぶりに

「さいがい・つながり合唱団」として参加しています。20

2017年から、With Youさいたまフェスティバルに ・4年ぶりに歌います ~With Youさいたまフェスティバ

原発事故からもうすぐ13年。

飯舘村、 放射能測定13年の現場から IISORA」シンポジウム

シンポジウムが開催されまし と村民・村の将来を語る」という 「被災後12年の被害実態、暮らし 月3日、福島県飯舘村にて、

さまざまな人に出会う中で、世 の中に情報発信する輪を作りた かけ。放射能汚染の実態を知り、 月末に飯舘村に訪れたのがきつ の今中哲二さんが2011年3 いと思って作ったそうです。 この日は、村民が5人と、専門 主催の「IISORA」は、京都大学

家が5人、それぞれ飯舘村で続

けてきた活動・研究等を発表 現状を詳らかにしました。 延由さんの発表では、13年の地 ました。飯舘村村民である伊藤 道な放射能測定による飯舘村の

定を続けています。 「いいたてふぁーむ」で、伊藤さ いました。原発事故後は、その 訪れ、集い、共に農業に親しんで の農業研修施設として社員らが あーむ」(現在は解体)は、親会社 て勤めていた職場「いいたてふ んは放射能測定機を導入し、測

前の飯舘村での暮らしを 年中食べて、隣近所の野菜 り、山菜は塩漬けにして一 思い返し、「村の所得は低 のやり取りは日常風景だ ても豊かだった。米をつく は自然の恵みで、食卓はと かったけれど、食材の40 た」と話します。 伊藤さんは、原発事故

240 270 300 330

Cs-137 26.000Bq/kg減衰グラフ

120 150 180 210

事故前の農地の汚染状況は10~20Bq/kg

能は分からない」というも り続けていてもなお、放射 さんの発した言葉で印象 だったのは、「13年はか でした。原発事故直後に この日の発表で、伊藤

13,000

5.500

90

もわかりました。 数値も多く、それは2011年 ます。また、放射能濃度は深刻な 近一は改善されないのだといい から今も続いているということ 10回ほど土を耕転しても、付

ことがわかります。 6110ベクレルと35ベクレ のデータとを比較しました。3 染」の土と、長野県信濃町の土と 取した飯舘村長泥地区の「未除 ル。1000倍以上の差がある 伊藤さんは2017年春に採

かつて伊藤さんが管理人とし

0 6000ベクレルという数値が りません。この1キログラム2 は地道な測定がない限りは分か 染」の土地21ヶ所の平均は1キ がちですが、残念ながら、「未除 濃度が減っている)」とも思われ 「経年によって減衰する(放射能 は、2022年においても1キ 舘村内において、「除染済み」と していました。こういったこと レルもあることも伊藤さんは示 ログラムあたり26776ベク ルも存在しています。そして、 ログラムあたり8847ベクレ されている土地34ヶ所の平均 ある」と思われていますが、飯 に近づくのは300年後だと 一般的には「除染したら効果

が「自然循環サイクルに入った_ 伊藤さんは放射能による汚染

30,000 25,000

20,000 15,000

10,000

5,000

降った放射性物質が不均一であ 警鐘を鳴らします。 2020年のジャガイモ栽培

も腐葉土は危険」と伊藤さんは 還ります。「事故から10年経って り、秋になって落ち、再び土へと と話します。土から吸収された 木々の放射性物質は木の葉とな

した。 として土に撒いていたが、腐葉 も出てしまいました。また、かつ 値を超えることも明らかにしま 放射性セシウムが移行し、基準 て薪ストーブの灰を土壌改良剤 100ベクレル)を超えるもの ガイモに放射性セシウムが移行 土と同様、灰からジャガイモに してしまい、基準値(1㎏あたり 実験によると、腐葉土からジャ

> 奪った大切な暮らしの一つで 卓を思うからです。原発事故

けてきたのは、「食べるため」で

あり、かつての豊かな恵みの食

告しました。 り、土からキノコへのセシウム 0 ベクレルまでばらつきがあ キログラムあたり5~1700 バラの土地で採取した「アミコ 移行率も均一ではなかったと報 (アミ茸)」を測定してみると、1 また、飯舘村村内13ヶ所バラ

落とすこと。例えば、48000 まれる放射能濃度を可能な限り さらすなどの工夫によって、 は、塩漬けによって47・9ベクレ ついてです。塩漬け、水に長時間 たのは、「脱セシウム」の試みに まで下がるといいます。45 クレルもあったイノハナ茸 伊藤さんの発表で興味深かっ

藤さん。ゼンマイ、ワラビ、ふき まで下がるとも。しかし、その過 でて水にさらすと、28ベクレル 40ベクレルあったものも、茹 のとうなどでも地道に実験し続 程で「香りも抜けてしまう」と伊

の人が今なお、避難した場所で う苦労も明かしています。 故から13年、飯舘村では、約8割 的暮らし」について語り、原発事 治体に長距離通勤になってしま 環境が整っていないため、他 は戻れず、また、飯舘村には働く いと判断した若い人たちは村に 暮らしを継続していると語りま (ひろし)さんは「2地域での農 した。子育てできる環境にはな 同じく飯舘村民である菅野

突きつけられる発表でした。 画でも視聴できます。原発事故 は終わっていないことを改めて 「IISORA」のこの日の発表は

編集部·吉田



開催しました 福玉相談センター「健康相談・交流会」を

う、体身に感じる寒さに耐え 会はスタートしました。 密度測定から健康相談・交流 参加者の方は女性3名で、骨 に向かったこの日、避難者の ながら会場の「ウエスタ川越 気温9度、最低気温4度とい 2023年11月26日、最高

次は、看護師資格を有する

別と年齢を入力してもらい、 果を待っているとすぐにプリ 少しドキドキしながら測定結 に踵とくるぶしを合わせ、性 を脱ぎ、測定器の所定の位置 い骨密度測定は、片足の靴下 はなかなか測定する機会がな ントアウトされました。その

> 了。 各々がそれぞれの結果に一喜 後血圧測定、握力測定と続き、 一憂しながら測定は無事終

初はお口の周りと舌の筋力低 なフレイル予防の実践編。最 学びました。講話の後は簡単 護状態になってしまうことを が、そのまま放置すると要介 ことでその予防が可能です の状態で、生活習慣を見直す 健康講話でした。「フレイル で健康寿命を長く」と題した 相談員からの「フレイル予防 (虚弱) 」とは、健康と病気の間

まずは健康相談から。普段

させるように、「タ」は舌の先 続いて、浪江町から避難され として読者の方々も実践して もできるので新しい生活習慣 きく縦に開けて「あ」、唇を思 返します。この他にも、口を大 をのどに押し付けるように、 です。これは「パ」は唇を破裂 前に行うのがおススメです。 みてはいかがでしょうか。食 す。気軽に、いつでも、どこで す「あいうべ体操」もありま して伸ばして「べ」、を繰り返 前に突き出して「う」、舌を出 い切り横に広げて「い」、唇を して、順に発音するのを繰り 「ラ」は舌の先をクルクルまわ を歯切れよく、「力」は舌の奥

下を予防する「パタカラ体操」 介してくださいました。ここ

> 皆さん楽しみながら身体を動 この体操は浪江町から福島県 の布に入れて棒状に縫い合わ でしょうか。離れてしまって もぜひご覧になってはいかが かしていました。読者の方々 しました。動画の中の方々は 持参していたパソコンで鑑賞 とのことで、急遽スタッフが YouTubeにアップされている せて行っている動画が を架けよう」という曲に合わ 内外の各地に避難されている に持って体操するのですが せた手作りです。これを両手 で使うダンベルはお米を袋状 いるお知り合いのお顔が見 方々がそれぞれの場所で「虹

そしていよいよ交流会で (動画はこちらから→) られるかもしれませんよ!

師」としてダンベル体操を紹

ている参加者の方が「臨時講

す。ここで 別々に参加 ちょっと 者の方同士 された避難 ました。偶然 跡」が起こり た 「 奇

りの新幹線の時間なので・・・」 り、文字通り膝を突き合わせ 温める場となりました。この は連復の方々が「そろそろ帰 合いがいることがわかりさら 復)職員の方々と避難者の 携復興センター(ふくしま連 越しいただいた、ふくしま連 り、遠路はるばる福島県かお 避難元の「地元話」で盛り上が ての自己紹介と近況報告を行 後は参加者全員が車座でにな て連絡先を交換し合い旧交を な歓声があがりました。改め に話に花が咲きました。最後 方々との間にも共通のお知り いました、話題のほとんどは

名残惜しそう ということで

も寒い一日で りました。 にお開きとな 屋外はとて

を終えた私たちの気持ちはい 相談・交流会」でした。 を過ごすことができた「健康 つまでも暖かいままのひと時 したが、交流会

(福玉相談センター・菊池)





5

判明し、大き

ながりがあ が故郷でつ

ったことが

各地の 交流会など

新型コロナウイルスの感染拡大により、交流会の流動的な状況が続いておりました。昨年5月には感染法上の分類が「5類」に引き下げとなりましたが、各交流会の感染対策については連絡先にお問い合わせください。なお、各交流会に参加される方は、引き続き体温測定の上でご参加いただき、参加中は消毒や換気にご協力ください。

| さん) さん) iさん) |
|--------------------|
| iさん) |
| |
| |
| さん) |
| ん) |
| さん) |
| さん) |
| さん) |
| l.com |
| さん) |
| さん) |
| さん) |
| さん) m/2018 |
| |

⑩【あゆみの会】1/14(日) 花田4丁目自治会交流会で餅つきと新年会2/25(日) ジャガイモ植付の準備090-9425-2001(石上さん) http://k-ayuminokai.info/

⑩【さいがい・つながりカフェ】、1/25(木)、2/8(木)11:00~15:00 WithYouさいたま和室080-5532-7380、tunagari.saitama@gmail.com

②【ここカフェ@川越】1月、2月 交流会開催(日程調整中) 3/29(金) 福島復興まつり 10:00~16:00ウェスタ川越リハーサル室 pororon311@gmail.com、070-5080-4494(鈴木さん)

けしますが、ご理解のほど、よろしくお願いいたします

②【おあがんなんしょ交流会】1/14(日) ものづくり・将棋等 13:30~ 西公民館集会室 2月はお休み 090-5345-8408(松舘さん) ①【双葉町民によるボランティアカフェ】人数制限のためお知らせはお休みします。人数制限解除になりましたら、またお知らせします。 090-5356-8778 (鵜沼さん)

③【双葉町手芸教室】1/23 (火)、2/27(火) 10:00~12:00 双葉町社会福祉協議会加須事務所 080-5532-7380(薄井さん)

⑥【オバトン】

多機能室でのハーモニカ、手話、合唱や研修室での塗り絵はいつも通り行います。寒暖差のある日があります。体調に気をつけてお過ごしください。

昨年は新型コロナが五類に移行したとはいえまだまだ油断はできません。インフルエンザも流行しています。これまで通り調理室などへの入室の際は手指の消毒・マスクの着用をお願いします。

1/25(木)、2/22(木)

10:00~15:00 キャッスルきさい 090-6526-8560(藤井さん)

※今年度はコープみらい助成金(社会貢献活動助成金制度)の支援を受けて活動しています。

090-2411-8598(戸恒さん)

福玉相談センター:電話 0120-60-7722 (フリーダイヤル)

メール: fukushima_soudan@yahoo.co.jp 相談日:月~金 (9:30~16:30)

7~16:30です。なお、 福玉相談センターの開所日は、月曜日、水曜日、木曜日、金曜日の9:30~16:30です。なお、 メールでの相談は随時行っております。こちらから折り返し、ご連絡しますので、差し支 えなければ、連絡先をメールの文面に記入していただくようお願いいたします。ご迷惑をおか

6

