



「森と風のがっこう」活動風景／3Pに関連記事

部の大川貴子准教授
おおがたかずな准教授

「森と風のがっこう」活動風景／3Pに関連記事
大川貴子准教授

「森と風のがっこう」活動風景／3Pに関連記事
大川貴子准教授

「森と風のがっこう」活動風景／3Pに関連記事
大川貴子准教授

「森と風のがっこう」活動風景／3Pに関連記事
大川貴子准教授

「森と風のがっこう」活動風景／3Pに関連記事
大川貴子准教授

「森と風のがっこう」活動風景／3Pに関連記事
大川貴子准教授

特集

からだと共に「こころ」も元気に 「仮設住宅ぐらしの こころの健康」

こころのケアチーム
の活動

慣れぬ仮設住宅暮らしが続く
中、冬に向かって季節の変わり
にからだの不調を訴える方が
増えているようだ。不調を感じた
ならば、まずは健康相談などで
問診を受けその原因を知ること

が大切だろう。またインフルエン
ザの予防接種などの機会に医師
に相談することも必要だろう。

一方で、なんとなく気分がすぐ
れない、どうも元気が出ないなど

の「気分」のことについての悩み

は、人に「こうです」と見せてわか
るものでないだけについつい自ら

も「なんでもない」と無視しがち

である。少し経てば気分も変わ
るだろうと、「気分」というのはそ
ういう浮き沈みのあるものであ
る。しかし、それがずっと沈んだ
ままになつてるのは苦しいもの
だ。人には伝わりにくいけれど、
人で悩みがちであるが、そういう
うことこそ誰かに相談するべき
だと支援に入った「こころ」の専
門家たちはいう。

「たとえばこれまで」

自身の畠などで働いて

いたり、自宅の縁側で

近所の人と茶飲み話

をしていた方々はそう

いった場をなくされて

生活環境が大きく変

化してしまっています。

環境の変化に対応して

自分で動き人とのつな

がりを持ち続けられる

のが気になるところ

です」とNPO日本臨

床研究支援ユニットの

「きぼうときずなプロ

ジェクト」(http://
kiboutokizuna.jp/)

で福島の相馬地域の

こころのケアチームの

活動されている福島

県立医科大学看護学

科の大川貴子准教授

は、「専門家の診断と治療により、

より早く楽になれる方法が今は

あるのです。心配があるようだ

たら相談をしてください。」

専門家の診断と治療により、

より早く楽になれる方法が今は

あるのです。心配があるようだ

たら相談をしてください。」

専門家の

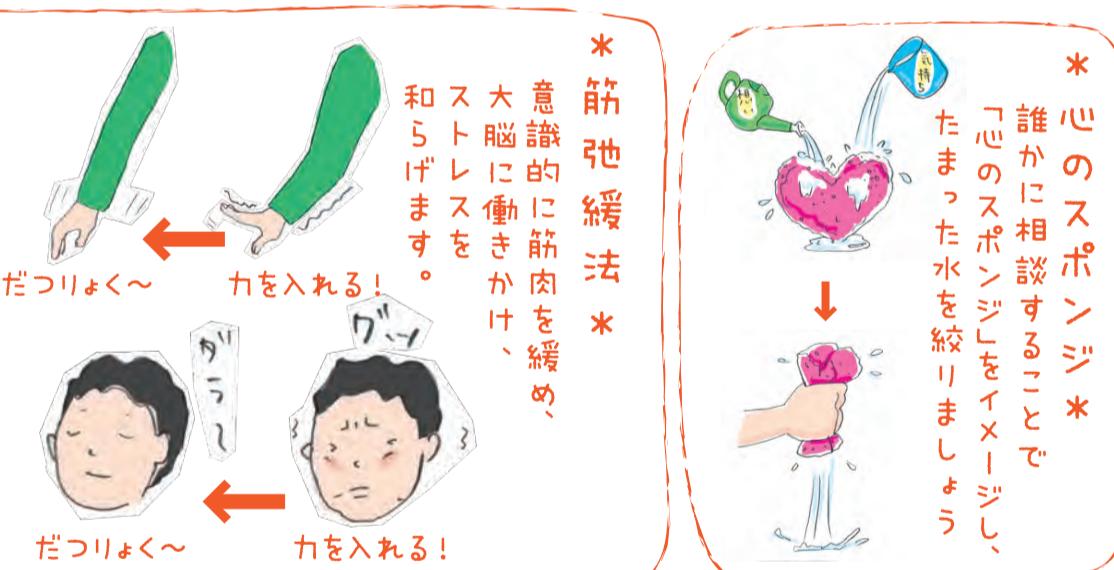


やってみよう こころの エクササイズ

気をつけよう
こころの
サイン

やつてみましょう
自分で出来るこころのケア！

こんなことありませんか？





- 5 さんさんの会 代表:菊池真貴
炊き出しから心身ケアまでボランティアチームが支援を続けています。
<http://blog.livedoor.jp/sansannokai/>
- 6 森と風のがっこう 詳しくはP3
代表:吉成信夫
『環境』「子どもをキワードに自然エネルギーの先端地域を拡点に活動。被災地幼児園での太陽光発電による給水、太陽光発電の設置、エネルギーイベントの啓発運動、こどもの環境整備等、未来を見据えて行っています。
- 7 山田祭:ふたたび実行委員会 山田町
宮司:佐藤明徳
ふるさとに入戻したい。アイデアでやさしい祭りの復興でまちを元気に!
岩手県山田町八幡町7-1
<http://www.chonproject.org/iwate/>
- 8 絵本プロジェクトいわて 岩手県内陸部
代表:末盛千枝子
被災地の子ども達に全国から届いた絵本を届けて読み聞かせも行い、子どもたちの心をええます。
<http://www.chonproject.org/iwate/>
- 9 三陸に仕事をプロジェクト 岩手県沿岸部
実行委員長:佐藤滋樹
被災した浜の女性たちに仕事を漁網で編んだミサンガを販売し、仕事をとり戻そう。
<http://www.sanriku-shigoto-project.com/>
- 10 AD BOAT Project 岩手県、宮城県、福島県沿岸部
菅原誠
F1スポンサーのように、漁船漁具の購入資金を募り、漁業復興をめざします。
<http://www.adboatjapan.com/>
- 11 県立大学ボランティアセンター ~GINGA-NET~ 岩手県沿岸部、盛岡市
実施主体:岩手県立大学学生ボランティアセンター等が主催。
全国の学生と被災地で学習支援等を行っています。
<http://www.iwateginga.net/>
- 12 復興支援UG計画 仙台、石巻、塙、鳴子
代表:村上タク
表現者と仮設住宅とは、いっしょに創作活動を行うことで心のケアを行い、協働環境を目指します。
<http://birddoffugas.com/>
- 13 えざるプロジェクト 詳しくはP3
代表:山田みちえ
塙市にある仮設住宅にお住まいの方の仲間づくりを応援するボランティアグループ。「お茶の会」をしながら、入居者の皆さんのやさしいことを支援している。
- 14 アーティストラン!! イボイシステーション!! 塙市仮設住宅、今宮地区、伊保石地区
ビルド・フルガス 代表者:高田彌
DIYやものづくり交流会を通じてアーティストが仮設住宅のコミュニティを支援します。
<http://www.birdoffugas.com/>
- 15 石巻ワンダーランド 稲原千恵
仮設住宅にアートな表札を提供したり、アートの力で町を元気にしています。
<http://chisaki@yahoo.co.jp>
- 16 うらと海の子再生プロジェクト 塙市浦戸諸島
東北工業大学工学部 新井信幸・大林政夫
「一口オーナー制度」により漁業者自らの足で歩む力を支援する為のプロジェクト。
<http://mmix.org/UG.htm>
- 17 仮設カスタマイズお助け隊 あすと長町 仮設住宅・仙台市
日曜大工で仮設住宅の生活を元気に!
<http://shopmaster@urato-umimoku.jp>
- 18 繁プロジェクト 石巻市、女川町周辺
一般社団法人 東北農業復興プロジェクト・北村正尊
自立支援サポート「繁」運営により、避難者と支援者をダイレクトに繋ぐ。
<http://info27jp.jp>
- 19 巡回映画上映会 「わわばけん映画祭実行委員会 いわき市
代表:増田伸夫
避難所や仮設住宅周辺のコミュニティ施設の上映会により、子どもたちの心を豊かに。
<http://iwmf.jp>
- 20 地域活性プロジェクト【MUSUBU】 いわき市
代表:宮本英美、末永早夏
人、地域、アサイン…様々な分野を結び、クリエイティブな産業からワクワクする町づくりを目指す。
<http://www.musubu.me>
- 21 日本ユニバーシティ災害対策チーム いわき支部
代表:小針幸平
孤立した被災地への支援を目的とした支援ネットワークホーダル。
<http://www.wangura.net/nc/>
- 22 うつくしまNPOネットワーク 郡山市
事務局長:鈴木和裕
県全城の市町村間の絆を深めるコーディネートや生活再建の支援などのネットワーク。
<http://www.utukushima-npo.jp/>
- 23 鈴木造酒店 鈴木大介
酒蔵は失ったが、避難先で酒造りを再開し、地域の思いをつなぐ。
<http://www.iw-kotobuki.co.jp/>
- 24 大船渡アクションネットワーク 大船渡市
事務局:大間 雄一
市内の被災者支援団体の連帯をベースに、人の繋がりを重視し生活再建を手者が、仮設やみんなの仮設住宅入居人に、頭の見える継続的なケニアを心がけ配布を行っています。
大船渡市全域
090-8107-6102(大間・竹内)
- 25 大槌生活支援チーム 大槌町
担当:高田
大槌社会福祉協議会、遠野まごころネット連携し、仮設住宅や在宅避難者の災害弱者、生活支援が必要な方のお困りごとの相談、サポートを行なう。
大槌町全域
090-1713-7252
- 26 これからのくらし仕事支援室 宮城県
室長:吉田直美
岩手県民の生活(くらし、仕事、こころ、お金)相談と情報提供を無料で行なう。被災者の生活再建支援と情報提供を無料で行なう。被災者や被災者支援団体が寄り添って、継続かつ制度横断的にや、担当者が寄り添って支援する。
宮城県全域(内陸南部を除く)
019-626-1215
(相談時間:月~金 10:00~17:00)
<http://korekura.jp/index.html>
- 27 一般社団法人 ハーバーネルサポートセンター 宮城県
担当:吉田ゆうな
「タヨウプロジェクト」(<http://www.ableart.com.jp/>)の支援を受け、障害もつ人が地域でいきいきと暮らすため、地域再生プロジェクトでいわきがんばりを展開しています。
宮城県 仙台市
<http://info-kizuna@personal-support.org>
- 28 直理いちごっこ 宮城県
支援の声を被災地へ繋ぎ、罹災者やボランティアへ温かな栄養を届けるため、寄せられた支援金や支援物質によるカローレストランで食事を提供しています。
宮城県 亘理町
亘理郡亘理町字下小路29-1 直理小南門前
<http://watawase.com>
- 29 山元町共同作業所 工房地球村 宮城県
代表:田口ひろな
「タヨウプロジェクト」(<http://www.ableart.com.jp/>)の支援を受け、障害もつ人が地域でいきいきと暮らすため、地域再生プロジェクトでいわきがんばりを展開しています。
宮城県 山元町
0223-37-0205
開所日:月~金 8:30~16:00
休日:土・日・祝日・年末年始
- 30 がんばっついわきネットワーク 福島県
代表:猪田江里子
仮設住宅や借上げ住宅などに避難している人々の支援コーディネートの心のケアを中心に、各団体の方々の支援でいわき市を中心に活動している。
福島県 いわき市内
090-8619-2344
erico-winds@hotmail.co.jp
- 31 被災者のための交流スペース「ぶらっと」 福島県
特定非営利活動法人シャブランル・いわき支部
担当:小松
仮設住宅にアートな表札を提供したり、アートの力で町を元気にしています。
<http://chisaki@yahoo.co.jp>
- 32 中央幕らしサポートセンター パオ広場 福島県
仮設住宅が集まるいわき市中央街にテントを設置。こども、高齢者、障がい者の情報収集や交流の場として開放。フリーペーパー「ぱお広場」で入居者に手渡しし、支える活動を行なう。
福島県 いわき市中央台
080-3303-4259
<http://paohiroba.jugem.jp/>
- 33 みんなともだちプロジェクト 福島県
原田か
絵本作家中川ひろたか氏の主宰プロジェクトのいわき版として、市内で製造のゲーカ「カラム」を中川氏より病院や仮設住宅集会所へ寄贈、遊び方を伝える。外遊びが困難になってしまった子どもたち向けの催しも。
福島県 いわき市中央台
090-7324-9605
<http://mininatomodachi0246.blog81.fc2.com/>
- 34 こんには、わわ新聞です 宮城県
代表:高田 彩
宮城県には、気仙沼市から山元町まで約15の市町村に計2万2千戸の仮設住宅があります。私は主に塙町、伊保石仮設住宅の人々と交流をしており、また、各地域の仮設住宅にボランティア団体や個人のご協力を得ながら「わわ新聞」をお届けしています。
「わわ新聞」の配布活動を通して気づいたことは、仮設住宅のカスタマイズを積極的に行ない、花壇や収納場所を上手に設置している地域や、子どもが遊べる場所を設けている地域等。すでに地域ごとの個性が生まれていることです。また反対に、ようやく集会所が完成し住民同士の交流の場ができるはじめた地域もあります。よりよい環境づくりに積極的な自治会長や住民のみなさんの取り組みは、その地域に訪れたときに肌で感じることができます。各地域のベースで、確実に環境がよりよく変化していることが何より嬉しい感じです。
宮城エリアで「わわ新聞」を配布しているのを見かけた際は、ぜひご感想やご意見を頂けますと幸いです。
宮城エリア プロジェクトリーダー 高田 彩

岩手県
盛岡市
釜石市

AD BOAT PROJECT

漁師
菅原誠店
佐々木 洋裕さん
菅原誠さん

漁船をF1カーにして 「漁業の町」を復活させる

津波で漁船を
失つても、
漁業を続けたい

一〇年、一〇年、
支援し続ける
ためのビジネス

ので、まずはひとつ事例をつくり
たいですね。そうすれば、大手
メーカー・ブランド・海外の会社に
もプレゼンテーションができます。
賛同してくださる企業には、こ
の「広告漁船」を使って新しいビジ
ネスを考えいただきたいです

CTの発起人は、盛岡市で靴
店を営む菅原さん。靴と漁船と
いう不思議な組み合わせだが、
そこには菅原さんならではのアイ
デアが隠されていた。

「震災直後は、靴を一万足集め
て届ける活動をしていました。やが
て、現地でも靴屋さんが再開し

て、そのを見かけたときに、僕

は、「お母さん」と出会う。

「ママの」の活動は、震災から

四ヶ月を経て、子どもやそのお母

さんたちを笑顔にしていく取り

組みへと変わりつつあるのだ。

子どもたちが大きくなつたとき

に、この手記を少しずつ出せるよう

なっています。そうすることで、

子どもたちがまたちに書いて下さ

るのです」

掲示板を立ち上げ、「これから

何ができるだろうか?」と考え

ていた鈴木さん。ちょうどその

頃、同じ思いを抱いて活動する

団体です。でも、例えば「入浴

サービスをやります」というのを

ラジオで告知したいとき、「どこの

団体ですか?」と聞かれます。

いたんです。でも、例えは「入浴

サービスをやります」というのを

組みへと変わりつつあるのだ。

子どもたちが大きくなつたとき

に、この手記を少しずつ出せるよう

なっています。そうすることで、

子どもたちがまたちに書いて下さ

るのです」

子どもたちが大きくなつたとき

に、この手記を少

東北各県

写真救済プロジェクト

富士フィルム株式会社

e戦略推進室

吉村
英紀
さん

photo : wawa project

失われた町の記憶を つなぎとめるために 写真と記憶を救い出す

一枚でも多くの 写真を救いたい

テレビ報道などで、瓦礫や泥の中から写真が拾い出される映像を見た人も多いだろう。家も町も流れ失つてしまつた人たちにとって、写真はなくなってしまったものと自分とをつなぎとめるかけがえのないものだ。潮に浸かり泥にまみれた写真は、汚れをきらんと洗い流さなければ、最後には像が消えてなくなってしまう。未曾有の大震災を受け、多くの人と同様に、吉村さんははじめ富士フイルムの人たちも、それでも何うニュースが流れ始める。それを

受け、三月二十四日、富士フィルム

のサイトに、水に浸かつた写真を

洗う方法がいち早く紹介され

た。しかし、これは十一年前に名古屋市辺で起きた水害の経験

を元にした情報だったため、津波の被害に応じた洗浄方法を見つ

けようと、同時に同社神奈川工場の技術部門で海水や泥水を使つて検証を実施し、より詳しい

洗浄方法を遂次アップデートしていった。

メディアでの報道や被災地から

の問い合わせも増え始め、被災地

に行かねばという思いを強くして

いた時、富士フィルムが写真洗浄

サポートをするという新聞記事

を見つけた氣仙沼の高井さんとい

う方から問い合わせが入つた。気

仙沼でいちご農家を営む高井

さんは、震災後近隣の階上地区の

避難所に集まつた思い出のこも

た品々や、写真の洗浄をしてい

たのだ。

まだ被災地のガソリンや物資

不足に被災地訪問の自肃が呼び

かけられていた頃、吉村さんたち

はこの高井さんを訪ねた。

「現地に行って分かったのは、集

まつている写真のほとんどがお店

でプリントされたもの、つまり当

社の製品だったんです。これは、自

分たちがやらずに誰がするのだ、

と強く思いました」

瓦礫から拾われてきた三千枚程

の写真をお預かりし、社内ボラン

ティアを募つて洗浄を行い、対処法

が効果などを確認すると共に、

洗浄に必要な道具（ガスコ一口）、は

いられない思いだつた。本震から一

週間経つ頃、瓦礫の中から自衛

隊や地域の人たちが拾い出した

写真が避難所に集まつてあるとい

うニュースが流れ始める。それを

受け、三月二十四日、富士フィルム

のサイトに、水に浸かつた写真を

洗う方法がいち早く紹介され

た。しかし、これは十一年前に名古

屋市辺で起きた水害の経験

を元にした情報だったため、津波

の被害に応じた洗浄方法を見つ

けようと、同時に同社神奈川工

場の技術部門で海水や泥水を使つ

て検証を実施し、より詳しい

洗浄方法を遂次アップデートして

いた。写真洗浄は時間との戦いだつた。今、目の前にある写真を洗えば

た。今、目の前にある写真を洗えば

よう、立派な体を少し曲げて目をつぶつていました。シグナレスはそっと声をかけました。

「おはよう。今朝は暖かですね」

シグナルは、眠ったままです。ここと隣町を行ったり来たりするだけのシグナレスの線路は間もなく電車が走るようになりましたが、本線のシグナルの方はなかなか元に戻りません。山から海辺へ、ずっと北まで走っていたシグナルの線路は、ところどころ壊れたり、流されたりしてしまったからです。シグナルの体が曲がっているのは、柱のヒビがだんだん大きくなつてゐるからでした。来月には新しい信号機が届く

シグナレスはまたちよつと黙りました。が、やがてひとり言のようにつぶやきました。
「世界って、ずいぶん遠いのかしら」
「それは遠いとも」ふいに低い声が聞こえて、

メが行くところよりも遠いんでしょう。……」
シグナレスは長いこと黙っていましたが、
「私も、あなたほど大事なものは世界中ない
んじやないかと思うんです」

すこころみであり、また「出口への二年間」をどう生きていいくのかという希望に向かうのがたりでもある。今回の原典は宮沢賢治の一九二三年「岩手毎日新聞」五月の連載より。

連載 仮設のイーハトーヴ
東北の精神を表現していた宮沢賢治の作品群を下
敷きに、仮設住宅地で営まれるひとと風土が形作る暮
らしを宮沢賢治作品の登場人物の姿を借りて描く。そ
れは、賢治のよう「風土の忘しかつて」と力を乎び起

東からの一番列車が、いつものように歌いながらやつてきて、止まりました。軽便鉄道の電信柱はぶんぶんうなり、シグナレスは、かたんと白い腕木を上げました。

いつも通りの朝です。

シグナレスはほつと小さなため息をつき、空を見上げました。空には薄い雲が縞になつていっぱいに満ち、冷たい白い光を地面に降らせ

「ガタンコガタンコシュウフツフ、
さそりの赤眼が見えたころ、
四時から今朝も やつて來た。」

シグナルとシグナレスは、恋人同士でした。

A colorful illustration featuring a young girl with short, light-colored hair and bangs, wearing a white t-shirt. She is holding a blue and grey train track that extends from her hands across the scene. In the foreground, a grey and brown train with green and red details is moving along the track. The background is a vibrant yellow ground against a dark blue sky filled with stars, planets, and a crescent moon. A large, stylized blue and grey train track arches from the top left towards the top right. Various colorful buildings, including houses and towers, are scattered across the sky, some with lit windows.

「カタン」
ふいに音がして、シグナレスはあわてて顔を上げました。見ると、眠つたままのシグナルの腕木を蹴つて、ツバメが飛び立つたのでした。

「あ、待って」シグナレスは思わず叫びました。ふたりは、春になつたらツバメに頼んで、みんなに知らせて結婚式をあげようと話していたのです。「ツバメさん。みんなに

じきだという話でした。

連載
仮設
イーハト
——シクナルとシクナレス
石神 夏希

2

シクナレスは飛び上がりそうになりました。それは、あの日以来シグナルたちと一緒に

プロジェクトメンバ
なかむら まさと
中村政人／プロジェクトディレクター
東京藝術大学美術科准教授、アーティスト

編集後記

【読者プレゼント】
塩竈の藻塩・フラワーソルト
官成県監査市で古来

n or in /

こころの相談窓口リスト

- 東日本大震災心の相談電話
電話: 0120-719-789 (月・火・木・金 19:00-21:00)
 - 東日本大震災心理支援センター
住所: 〒113-0033 東京都文京区本郷2-40-14 山崎ビル602
電話: 03-3817-6392
FAX: 03-3817-7800
メール: jpsc@ajcp.info
 - 岩手県 災害時ストレス健康相談受付窓口
電話: 019-629-9617 (月~金 9:00-17:00 祝日除く)
 - 宮城県 こころの健康相談電話
電話: 0229-23-0302 (月~金 9:00-17:00 祝日除く)
 - 仙台市 電話相談専用回線「はあとライン」
電話: 022-265-2229 (月~金 10:00-12:00, 13:00-16:00 祝日除く)
 - 仙台市 夜間電話相談「ナイトライン」
電話: 022-217-2279 (年中無休 18:00-22:00)
 - 福島県 こころの健康相談統一ダイヤル
電話: 0570-064-0556 (月~金 9:00-17:00 祝日除く)
 - 茨城県 いばらきこころのホットライン
電話: 029-244-0556
(月~金 10:00-12:00, 13:00-16:00 祝日・年末年始除く)
0120-236-556
(土・日 9:00-12:00, 13:00-16:00 年末年始除く)
 - いのちの電話「震災ダイヤル」
電話: 0120-556-189 (月~日 13:00-20:00 毎月10日を除く)
※発信地限定-岩手県、宮城県、福島県、茨城県
 - 久里浜アルコール症センター
住所: 〒239-0841 神奈川県横須賀市野比5-3-1
電話: 046-848-1550
 - 岩手県精神保健福祉センター
住所: 〒020-0015 岩手県盛岡市本町通3-19-1
電話: 019-629-9616 FAX: 019-629-9603
相談電話(専用): 019-622-6955
 - 宮城県 精神保健福祉センター
住所: 〒989-6117 宮城県大崎市古川旭五丁目7-20
電話: 0229-23-1658 FAX: 0229-23-0388
相談電話(専用): 0229-23-1603, 0229-23-0302
 - 仙台市 精神保健福祉総合センター
住所: 〒980-0845 仙台市青葉区荒巻字三居沢1-6
電話: 022-265-2191 FAX: 022-265-2190
相談電話(専用): 022-265-2229(昼)、022-217-2279(夜)
 - 福島県精神保健福祉センター
住所: 〒960-8012 福島市御山町8-30
電話: 024-535-3556 FAX: 024-533-2408
相談電話(専用): 024-535-5560

里村真理 （ワタベ・マリ）
一般社団法人非営利芸術活動団体「マンドゥアーレプロジェクト」代表
アートプロジェクトの現場で人々や地域と出会い、魅了され続けている。

石田朋子 （イシダ・トモコ）
岩手県盛岡市生まれ。地域資源アロディューサーとして「もりおかスタイル」をプロデュースする Moonbow の代表。

高田彩 （タカヒロ・アサヒ）
宮城エリアプロジェクトリーダー

宮城県塙畠市出身。ビルドフルーガス代表、二〇〇六年宮城県塙釜にbirdSpaceを開店。

森隆一郎 （モリタケルイチロウ）
福島リニアプロジェクトリーダー

いわき芸術文化交流館アリオスのマーケティングマネージャー。並行してアサヒアート、フュニティバル実行委員、すみだ川アーチのれん会でも活動中。

編集・ライター／菊池宏子
ライター／小西七重
アートディレクター／渡部浩明
デザイナー／早川沙織・廣澤祐子
イラスト／岩崎アヤ

制作管理／里村真理
印刷／株式会社 北鹿新聞社
協力／経済産業省
TEL：080-5010-2550(直通)
FAX：03-642401608
メール／info@wawa.or.jp
ウェブサイト／http://wawa.or.jp

宮城県塩竈市で八十
年以上の歴史を有す
持ち、七月三十一日
に復興開店した「茶
匠 矢部園」。
日本茶の「おいしさを
堪能できる」仙人
茶」を五名様に。



何か困りごとなど相談があれば、支援センターや社会福祉協議会へ