

僕らはココで生きていく

監督: 下山和也 2013/111分
▶ <http://www.bokukoko-film.com>

盛岡在住の下山氏が追った、大船渡で育ったシンガーソングライター松本哲也とその仲間が作り上げたエンタテインメント一体型炊き出しキャラバン「いわて三陸復興食堂」のドキュメンタリー。復興食堂に関わる人々の想いに引き寄せられ行動をともにしていく者たち、現地でのこの動きに呼応する地元被災者たち。各地をキャラバンする「いわて三陸復興食堂」に背中を押される形で、様々な希望の灯が沿岸各地に灯っていく。

映画「僕らはココで生きていく」製作委員会(ペアーズ内)
TEL 019-652-8130 MAIL info@bokukoko-film.com



わすれないふくしま

監督: 四ノ宮浩 2013/96分
▶ <http://wasurenai-fukushima.com>

2011年5月、福島第一原発北西に40キロの福島県飯館村から始まり、そこから避難したある家族と、いまだ警戒区域で300頭の牛を飼い続けている畜産家の日常を追った記録。その背景には、原発事故後、牛を殺

有限会社オフィスフォーブロダクション
<http://www.office4-pro.com>
TEL 042-646-0012 FAX 042-631-5185 MAIL info@office4-pro.com



石巻市立湊小学校避難所

監督: 藤川桂三 2012/124分
▶ <http://www.minatohinanjo.com>

宮城県の石巻市立湊小学校避難所が閉鎖されるまでの6ヵ月を映したヒューマン・ドキュメント。避難所に暮らす人々と共に生活をしてはじめて見えてくる、笑顔の奥に真っ先にカットしてしまうような日常の風景と本音のつぶやき。避難所生活の悲しさ、悔しさ。それでも平常時には交錯しなかった人たちの新しい出会いは、予期せぬ「生きる力」を生む。

ムヴィオラ
<http://moviola.jp/>
TEL 03-5366-1545 MAIL info@moviola.jp



3.11
Movie

— 映像で伝える東日本大震災 — 3.11 映画データベース

多くの映像作家たちがそれぞれの動機、アプローチで東日本大震災を捉え、マスコミや断片的な情報では映し出せないテーマを描いています。

※それぞれ自主上映を受け付けています。公民館や学校などでも小さいスペースで上映可能な作品も多くございます。詳しくは掲載の問い合わせ先へご連絡ください。



LIGHT UP NIPPON 日本を照らした、奇跡の花火

監督: 柿本ケンサク 2012/99分
▶ <http://www.lightupnippon.jp/movie/>

震災後、日本中の誰もが下向き、これから日本がどうなっていくのか不安を抱いていた時、「追悼」と「復興」の意味を込め開催された東北太平洋沿岸部10ヶ所での花火同時打ち上げ。それを可能にしたのは、

LIGHT UP NIPPON 実行委員会 MAIL info@lightupnippon.jp

フタバから遠くはなれて

監督: 船橋敦 2012/96分
▶ <http://nuclearnation.jp>

故郷から遠く離れた場所で、現在も避難生活を送っている福島県双葉町民の日常を描いたドキュメンタリー。原発により1960年代以降経済的繁栄が約束されてきた場所・双葉町。町民は、いまだ奪われた家・土地・

映画「宮城からの報告」製作委員会(事務局長: 佐藤進)
<http://www.aftersunami.net/>
TEL 090-2955-7868 MAIL dorian@mrg.biglobe.ne.jp



震災にも動じない豊かな心

映画「先祖になる」池谷薰監督インタビュー



これは震災の映画じゃない

瓦礫が広がる町の少し高台から「おはようございます！」今日も1日がんばりましょう」とメガホンを持ち叫ぶ老人。陸前高田市で農林業を営む佐藤直志さん77歳（当時）は家を津波に壊され、消防団員の息子は波にのまれた。

映画監督・池谷薰さんがカメラで動じない人間の心の豊かさが映し出されていく。

『先祖になる』監督: 池谷 薫 2012/118分
岩手県陸前高田市で農林業を営む77歳の佐藤直志さんが、東日本大震災からの復興に向かい奮闘する姿を追ったドキュメンタリー。津波で家を壊され息子を亡くした佐藤さんは、被災からわずか3日後にその年の米作りを決意し、5月には知人の田んぼを借りて田植えを始めた。そして、町再生の礎となるべく、みずから森で木を伐り、元あつた場所に家を建て直そうと決断する。

【自主上映のご案内】
自主上映のお申し込みを受け付けています。上映とともに池谷薰監督の講演を希望される方には講演依頼も受付中。詳しく述べはオフィシャルサイトをご覧ください。<http://senzoninaru.com/jishujoei.html>

【問い合わせ】
運営ユニバース: 〒111-0043 東京都台東区駒形2-1-17-201
TEL 03-5830-7202 FAX 03-5830-7203 Mail joei@senzoninaru.com



2作目の『蟻の兵隊』(06)は中国残留日本兵の悲劇を書き記録的なロングランヒットとなる。現在公開中の『先祖になる』(12)はベルリン国際映画祭エキシビション特別賞、香港国際映画祭グランプリ。著書に『人間を撮るドキュメンタリーがうまれる瞬間』(日本エッセイスト・クラブ賞)ほか。

「僕自身が東北で育ったこともあり、東北人が明るいことは知っています。自虐的なユーモアのセンスも抜群。僕自身がよく笑わせてもらつたのもあり、笑いはすごく大切にしました」

撮影がはじまるとなれば、「これは震災の映画じゃないと思った」。被災者の直志さんというよりも、自然への恐怖、仕事への誇り、震災でも動じない人間の心の豊

があると紹介してくれた。それは、この映画を民俗学者・柳田国男が日本人の信仰の原型と位置づけた「氏神信仰」になぞらえて語っているもので、山の上には先祖の靈の融合体と言われる「氏神」がいて、お祭りやお盆の時に下界へ降りてくるといふ。その文脈から見ると直志さんは、死んでから自分が先祖となりたとき、帰ってきて

「皆が直志さんのようにまつすぐ前を向いて生きられるわけではないけど、どんなことでもいいから夢を描いてそこに向かって暮らしていってほしいと思います」

今後の予定を伺うと、「今年も夏に、けんか七夕の『お手伝い』を行きます。大学の生徒も一緒に」と嬉しそうに答えてくれた。

ある評論家の面白いレビューがあると紹介してくれた。それは、「この映画を民俗学者・柳田国男が日本人の信仰の原型と位置づけた「氏神信仰」になぞらえて語っているもので、山の上には先祖の靈の融合体と言われる「氏神」がいて、お祭りやお盆の時に下界へ降りてくるといふ。その文脈から見ると直志さんは、死んでから自分が先祖となりたとき、帰ってきて

「次はなにやるべ」と次々に探してくる直志さんを「生きがいを見つける天才」と言う。

「皆が直志さんのようにまつすぐ前を向いて生きられるわけではないけど、どんなことでもいいから夢を描いてそこに向かって暮らしていってほしいと思います」

今後の予定を伺うと、「今年も夏に、けんか七夕の『お手伝い』を行きます。大学の生徒も一緒に」と嬉しそうに答えてくれた。

の輪

ver.10

各地域で活動する人やプロジェクトに
焦点をあて、そこから生まれる新しい
「つながり」の可能性に向けて。

**震災後の人と想いをつなぐ
「フリーぺーパー」の輪**

気仙新聞

各地で復興へ向かう情報を取り扱うフリーぺーパー(無料の情報誌)が生まれ、継続した発行を続けています。その内容は、生活情報を集めた地元密着型、エリアを限定しない広発信型など実にさまざまです。

石巻VOICE

震災後にも負けず、全力で地域の復興に取り組む方々の活動や、被災地の現在の姿が、少しでも県内外の皆さんに伝わる紙面を目指しています。今後も「三陸復興」への道を歩む、地域の声を発信していきますので、気仙地方・岩手県へのご声援をよろしくお願いいたします。

開上復興だより

名取市内の仮設住宅や民間借り上げ住宅にお住まいの方、その他全国「開上復興だより」は、町の復興計画の情報や、開上住民の声、営業を再開したお店や会社の紹介、復興イベントの情報、また震災前の懐かしい町の風景写真など、開上の情報満載の新聞です。

FORTUNE宮城(フォーチュンみやぎ)

宮城県沿岸部で起こっている様々な問題や新しい試みを離れた場所に伝え、復興や地域の再生に対して共に考え、動こうとする人をつなげ、後押しすることを目的としています。

RE:プロジェクト通信

東日本大震災により大きな被害のあった仙台市沿岸部を対象に、その地域に根付いてきた暮らしや文化、伝統を地域住民のオーラルヒストリーからあぶり出し、言葉で伝えるフリーぺーパーです。

震災復興 地域かわら版 みらいん

仙台市内のプレハブ設置やみなし仮設にお住まいの方を対象に、生活再建やコミュニケーションに関する情報をお届けしています。通常は8ページ2色版ですが、今年度は季刊で20ページ・カラー表紙版も発行しています。

からくわ未来予報誌 KECKARAけっから。

唐桑の情報を唐桑に発信する」という一冊の雑誌です。「けっから」とは、「(タダ)であるから」という意味の方言。東日本大震災発生から時間が経つにつれ、ハード面が復旧していく一方で、住民のメンタル(ソフト)面が落ち込み、既存のコミュニティがひび割れていくという状況がありました。そんな中、「向向きになれる話を提供したい」という思いつきで始まった当企画。気まぐれ(不定期)発行で、唐桑の未来を予報します。

東北復興新聞

各地で課題に取り組む復興関係者による事例情報をお届けします。結果だけでなく、どのような工夫をしたのか、何がポイントだったのか、等の「カハク」記事化。WEB版でも同様の記事をご覧いただけます。

釜石大槌地域情報誌 キックオフ

「起き事例」の発信を続けてきました。東北は今、日本中から假想が結集し、新しい未来をつくる素晴らしい気持ちが沢山生まれている場所です。Webサイトもございますので、興味のある方は是非覗いてみて下さい。

吹く島

震災から9日目を迎える。ふくしまを守るために、みんなで力を合わせよう。

Staff voice!

私どもの団体は、震災当日から福島市商店街の飲食店経営者が自主的に実施した炊き出し活動をきっかけに組織されました。一刻と移り変わる地域のニーズや課題に柔軟に対応すべく、今後も積極的に活動いたします。

Staff voice!

私どもは、震災後から多くの避難者を支援する活動を行っており、震災復興や現地再建、まちづくりに関する取り組みから各地区的行事など、町内の幅広い情報を発信しています。

震災リゲインプレス

震災の今を全国の人達へ発信するフリーぺーパーです。福島在住の方の生の声や、福島を応援していただいている著名人の方の声を発信し、新たなカルチャーや繋がりを生み出す事を目指しています。

いちご新聞

山元町浜通りを代表する特産品であるいちご、町内の多くの方に読んでもらえるようにと名付けました。震災復興や現地再建、まちづくりに関する取り組みから各地区的行事など、町内の幅広い情報を発信しています。

ニューセんだいノート/ニューニューセんだいノート

「休みじかん」と「めいであ」をテーマに、仙台市域で行われている文化活動について取材しました。震災の前から変わらずあるものの、震災以後の暮らしに宿る文化的火種を、私たちの身近な場所からお伝えできればと思っています。

うえるかむ

仙台市内および県内外の支援者 山形県内に避難する皆さまを対象に、避難生活に有益な情報、避難者同士の交流会、被災三県の復興の様子や宮城県、福島県、新潟県、山形県で避難生活を続けている方や帰郷した避難者の声などを掲載しています。

石巻日日こども新聞

石巻市内および国内外の支援者 石巻地域の子どもたちの取材活動により石巻の今を発信する新聞。東日本大震災を乗り越えた子どもたちの経験や関心に基づいた記事だけでなく、写真、4コママンガ、イラストなど子どもたちの創造力があふれています。

Staff voice!

せんだいメディアアートでは、人が集い語り合いかが震災復興や地域社会について考えて行く、対話のための場「考えるテラス」の開催や、市民や専門家が協働し、復興の過程を発信・記録保存する「3月つ11月をすればないためにセンターでの活動を継続中です。

Staff voice!

相馬野馬追は、いつ見てもすごい迫力！

★協力: 紀伊國屋書店仙台店 TEL 022-308-9211

宮城エリア

★協力: ジュンク堂盛岡店 TEL 019-601-6767

岩手エリア

被災3県 エリア別

3・11 図書

東日本大震災を記録した書籍や写真集がたくさん出版されています。岩手、宮城、福島、3県の書店協力のもと、これまでどのようないい本が多くの人々の注目を集めたのか調べました。

地域別書店 売上ランキンギング

★協力: 河北新報社「河北新報」が発行した東北太平洋沖地震発生直後から10日間の記録。

巨大津波が襲った3.11大震災
報道写真全記録 2011.3.11-4.11 東日本大震災
¥1,000(税込) 発行: 河北新報社

宮城県の新聞社「河北新報」が発行した東北太平洋沖地震発生直後から10日間の記録。

報道写真全記録 2011.3.11-4.11 東日本大震災
河北新報特別縮刷版 3.11東日本大震災 1ヵ月の記録
¥1,575(税込) 発行: 朝日新聞出版

河北新報特別縮刷版 3.11東日本大震災 1ヵ月の記録
河北新報特別縮刷版 3.11東日本大震災 1ヵ月の記録
¥1,260(税込) 発行: 竹書房

朝日新聞の総力を結集、歴史に刻む報道写真を多数掲載。768時間完全ドキュメント、福島原発事故の詳報も収録。

河北新聞の総力を結集、歴史に刻む報道写真を多数掲載。768時間完全ドキュメント、福島原発事故の詳報も収録。

4位 開く日本 東日本大震災1ヵ月の全記録
¥1,365(税込) / 発行: 産経新聞出版

5位 読売新聞報道写真集 東日本大震災
¥1,575(税込) / 発行: 読売新聞社

読売新聞社が捉えた震災被害のさまざまな断面と復興へ立ち上がり始めた現地の姿を約180枚の写真で伝える。

6位 遺体 —震災、津波の果てに
¥1,575(税込) / 発行: 新潮社

死者・行方不明者1100人もの犠牲を出した港町釜石の遺体安置所をめぐる極限状態に迫る、壮絶なるルポルタージュ。

7位 岩手と宮城は同じ本が2冊ランクインしてます

8位 報道写真全記録 2011.3.11-4.11 東日本大震災
¥1,575(税込) / 発行: 朝日新聞出版

朝日新聞の総力を結集、歴史に刻む報道写真を多数掲載。768時間完全ドキュメント、福島原発事故の詳報も収録。

★協力: ヤマニ書房本店 福島県いわき市 TEL 0246-23-3481

1位 いわきの記憶 —3.11あの日を忘れない 東日本大震災特別報道写真集
¥1,300(税込) 発行: いわき民報社

いわき市内各地の生々しい写真を中心に、広がった支援の輪、確実に響く復興に向かう想い、犠牲者を追悼した合同供養の様子などを収めた写真集。

2位 東日本大震災 2011.3.11 AREA IWAKI CITY
¥1,600(税込) *絶版 販売: FMいわき

いわき市で生まれ育ったフォトジャーナリスト・高橋智裕が捉えた地元・いわきの3.11から50日間の記録。

3位 M9.0 東日本大震災 ふくしまの30日
¥1,300(税込) 発行: 福島民報社

福島地元の福島民報社が発行。ふくしまの30日間を記録した写真のほか、震災直後から4月10日までの福島民報の紙面の一部を掲載。

4位 かもめの視線で見た津波被害の記録 福島県いわき市沿岸の空撮写真集
¥1,575(税込) / 発行: スカイフォトサービス

パラグライダーに乗って空撮を続けている著者・酒井英治がかもめの視線で記録したいわき。過去の美しい風景と震災から10ヶ月間の軌跡。

5位 『HOPE』がんばっかいわき 3・11からの復興
¥500(税込) *品切れ / 発行: いわき市海岸保全を考える会

サーファーらでつくるいわきの市民団体「いわき市海岸保全を考える会」が発行した復興写真集。震災前から震災後のいわき市内の海岸風景などを掲載。

6位 福島はとくに 地元出版の本がタリいよ

7位 せんだい発!

8位 ミルフィユ05「技と術」
¥1,365(税込) 発行: せんだいメディアアート

落ち葉を幾重にも重ねたような、直訳すれば「千の葉」という意味のお菓子「ミルフィユ」。さまざまなイメージやメッセージや人々が層をなして重なり合う活動をその名前に託した機関誌。

9位 あのときあれからそれから それから
非売品 / 発行: 株式会社山形新聞社広告局

震災の記憶を語り継ぎ、こどもたちが未来に志向するきっかけにと、山形新聞で震災の記憶と未来についての「言葉」を募集。集まったコトバを元に、絵本作家荒井良二と子どもたちが絵を描き作った絵本。宮城県沿岸部の小学校などへ寄贈された。

10位 OLIVE いのちを守るハンドブック
¥1,000(税込) / 発行: メディアファクトリー

東日本大震災発生から40時間後に立ち上がったウェブサイトに集まつた生きるためにアイデアを書籍化。「雪から飲水をつくる」「ペットボトル湯たんぽ」など、被災地の生活を助ける150のアイデアを掲載。

11位 気仙川 著者: 畠山直哉
¥3,360(税込) / 発行: 河出書房新社

陸前高田市気仙町出身の写真家による、震災の前と後の写真80点と、あの日のめぐるエッセイで構成されたドキュメント。

12位 ぼくらのスマイルエンジン 東日本大震災 学生ボランティアの記録
¥500(税込) / 著書: スマイルエンジン山形

東北芸術工科大学と山形大学の在学生と卒業生を中心になり運営する「スマイルエンジン山形」。述べ1880名の学生や市民が参加した、山形から宮城県沿岸部に走り続けた学生ボランティアバスの活動を記録した一冊。

13位 何度も読み返したくならんだ...
なぶるんだ...

灼熱の真夏が過ぎて秋分を過ぎると気温も下がり過ごしやすい気候になります。秋分からは日照時間が短くなりますが、寝覚めても、月がまだあると夜が長いので十分に寝てから寝るための対策について詳しく解説します。

多くの人は眠れない苦痛に悩んでいます。今回はしっかりと睡眠をとるために、対策について詳しく解説します。

この世にいるすべての生き物は睡眠をとります。犬や猫だけではなく魚やハエに至るまですべてです。睡眠は脳をリラックスさせるために必要で、睡眠が不足すると、全身のコントロールが乱れ、「メタボリックシンдро́м」になる「物覚えが悪くなる」「うつ病になる」「ライラクする」など、さまざまな変調をきたします。集中力の低下により交通事故など起こしてしまうこともあるでしょう。つまり、全身の最高司令本部ともいえる役割を担う大脑皮質を最高の状態にするため、睡眠はとても大切です。

大澤匡弘

名古屋市立大学大学院 薬学研究科／神経薬理学分野 准教授
日本薬理学会評議員、日本精神神経薬理学会評議員、日本薬学会薬理系薬学会会員、日本緩和医療薬学会理事、日本緩和医療学会、日本糖尿病学会、Society for Neuroscience（米国）など。著書：「Pharmacotherapy」（分担執筆：ネオメディカル2008年）、「実践行動薬理学」（分担執筆：金芳堂2009年）。訳書：「ストレス大辞典」（分担：丸善2009年）など。連載：「薬から見る病態生理」（Clinical Pharmacist、メディカ出版2010年より）ほか。専門は神経科学、疼痛学、精神薬理学。学術論文も多数発表。

3.お伺いした日はちょうど収穫の日だったので、収穫作業をお手伝いしました。



①どんどん収穫ていきます。



②すでに4回目の収穫ということで、慣れた手つきでパッキング。



③仮設住宅にお住まいの方々にお裾分け。

東日本の被災地では、津波や原発災害後の圃場再生の手法の1つとして植物工場が注目されています。建設コストが課題ですが、それを乗り越えるべく、効率の良い収穫方法や収益性の高い作物の開発など、様々なアプローチが取り組まれています。植物工場が帰村後の新しい産業になるのかどうかは、まだよく分からないところも多いです。しかし、次のステップを模索していく場が、お住まいのすぐ近くにあるということは、少なからず前向きなメッセージの発信につながるのではないかと思いました。

仮設住宅の空き室利用の実践例をお教えください

新潟大学工学部岩佐研究室では、仮設住宅の空き室を利用した事例の収集と情報の共有を進めています。お住まいの仮設住宅団地などでユニークな空き室利用の実践例がございましたら以下のアドレスまでお知らせ下さい。 岩佐研究室 iwas@eng.niigata-u.ac.jp

5人に1人が 睡眠不足



秋の夜長を 快適に

年5月3日にせんらいメディアテーブルが再開したときに、駆けつけた多くの人々が「一言を噛みしめるように語り、また誰かの一言に寄り添うように耳を傾ける姿が忘れられない。日常に

振り返ってみると、2011年5月3日にせんらいメディアテーブルが再開したときに、駆けつけた多くの人々が「一言を噛みしめるように語り、また誰かの一言に寄り添うように耳を傾ける姿が忘れられない。日常に

年5月3日にせんらいメディアテーブルが再開したときに、駆けつけた多くの人々が「震災を問い合わせること」など、震災にまつわるテーマをもとに、市民の方々との対話を毎月、粘り強くつなげている。また「見つける、あの日からの風景」で

「考えるテーブル」の開催は、今もつづき、毎回多くの参加がある。その活動のひとつ「つながくカフェ」は、震災直後から震災を問い合わせることなど、震災にまつわるテーマをもとに、市民の方々との対話を毎月、粘り強くつなげている。また「見つける、あの日からの風景」で

運営していく印象に残るのは、「考えるテーブル」に、ひとりで足を運ぶ方が多いこと。地域で暮らす上で、身近な生活のためのコミュニケーションが必要なことは、決して一縷めにできない、そ

復興とメディア せんらいメディアテーブル 企画・活動支援室／清水チナツ

Column



考えるテーブル：第23回つながくカフェ「震災における(終わり)とは？」2013年7月14日開催より

清水チナツ

1983年福岡県北九州市生まれ。宮城県仙台市在住。2011年4月より、せんらいメディアワークshop学芸員。市民、専門家、スタッフが協働し、東日本大震災からの復旧・復興のプロセスを独自に発信、記録していくプラットフォーム『3がつ11にちをわすれないためにセンター』の立ち上げと運営に関わる。現在は、震災復興や地域社会、表現活動について、集まつた人々と対話を「考えるテーブル」を担当。

i せんらいメディアワークshop http://www.smt.jp/3がつ11にちをわすれないためにセンター http://recorder311.smt.jp/考えるテーブル http://www.smt.jp/thinkingtable2012/

言うまでもないが、人にはもしかすると、もうひとつ必要な場所があるかもしれません。それは、まったくの他者を前に自身の体験を語り直し、ときには耳を傾け、自分を興していく、そんな場所。

これからも、「考えるテーブル」はつづきます。入場無料、申込不要の対話の場に、気が

向いたらお出かけください。

連載 仮設のトリセツ 第4回



仮設住宅の緑の工場

東日本大震災と以前の災害の仮設住宅で大きく異なることのひとつに、仮設住宅の空き室を弾力的に活用することがあります。（2011年8月厚生労働省通達）各地の仮設住宅では、空き室を有効活用する試みが始まっています。今回は空き室で植物を栽培されているユニット取組を紹介します。

協力：新潟大学工学部岩佐研究室
「仮設のトリセツVol.3」
<http://kasettsukaioujindo.com>

1.お伺いしたのは福島県伊達市にある仮設住宅。 飯館村から避難された約100世帯の方がお住まいです。



①ログハウス型の仮設住宅。



②お住まいのまわりが庭のようになっているお宅！

2.この仮設住宅では、NTTファシリティーズさんが空き室を利用した水耕栽培の現地実証実験を行っています。水耕栽培ユニットは空き室に設置できるほどの小さなサイズですが、通信技術を用いることで点在する水耕栽培ユニットを遠隔制御することが可能で、まるで1つの大きな植物工場のように一体的に管理することができます。



①水耕栽培ユニット。



②水耕ユニットには約380株の作物を植えることができます。水耕栽培ユニットの部品の多く福島県で作られています。



③種まきをして2週間後に水耕栽培ユニットに移植し、4週間でここまで成長します。今回の作物は小松菜ですが、レタスなども栽培できます。



