

# からから 便り

## もくじ

● 交流会のご報告

G・Gファームの年末恒例 おもちつき@市民活動プラザ星園

● 帰ってからのよりどころ

● 寄稿「1ページのたより」

● 各相談窓口

● 北海道における被災避難者の受入状況

● 編集後記

### 交流会のミニ報告

## G・Gファームの年末恒例おもちつき@市民活動プラザ星園

12月23日(土)に行った年末恒例おもちつき。この日は子どもも含め、札幌市にお住まいの11名の方とG・Gファームやボランティアさん、私たちスタッフ合わせて約30名が参加しました。

グツと体重を乗せてもち米を均等につぶしていくのが、美味しいうちもちを作るコツです。捏ねが足りない、なめらかなお餅になりません。

2012年12月に初めて開催してから、コロナ禍でも中止することなく続けてきたおもちつきは、今年で12回目。使用する北海道産もち米も12年間同じお米屋さん注文しています。

捏ね上がったおもち、いよいよ杵で搗きます。力を入れず、杵の重さを利用して上から振り下ろします。そして、まんべんなく搗けるように、「合の手」が掛けられるように、「合の手」が掛けられるように、お餅を畳むように返していき、つぶつぶがなくなったら出来上がり！

ファームのメンバーに代わり、交代でお餅を搗くのは参加したお父さん、お手伝いに来てくれたボランティアさん、そして子どもたち。蒸す人、捏ねる人、搗く人、さらに出来上がったお餅をのしたり丸める人がみんな揃ってこそのおもちつき。

もちつきの手順は難しくはありません。まず、前日から浸水させたもち米の水を切り、せいで30分ほど蒸します。蒸しあがったら臼に移して、まずは杵でしっかりと捏ねます。杵にグツ

杵の音と合手の手の掛け声が聞こえ始めると「今年もいよいよ年末だなあ」という気持ちになります。

「ほっこりとした場の雰囲気か癒されます」という感想をいただき、もっちりとしたお餅と一緒にほっこりとした時間もできあがっていたのだと思えました。

この12年で年を重ねたG・G

「ほっこりとした場の雰囲気か癒されます」という感想をいただき、もっちりとしたお餅と一緒にほっこりとした時間もできあがっていたのだと思えました。



「捏ね」の作業は2人がかりです。何度かしゃもじで返しなが、息を合わせて杵を動かします。



# 帰ってからのよりどころ

今から11年前の2013年5月に札幌市が公表した避難者数1,536人のうち、0～9歳が25%、10代が14%と、20歳未満が約4割近く、原発事故の影響から子どもを連れた避難が多かったことが数字に表れています。年月を重ね、子どもの進学・独立を機に帰還された方、そして今後帰る予定の方もおられることから、帰ってからの「よりどころ」を求め、福島市と郡山市を訪ねました。

## INO CAFE 2nd

店主 横田麻美さん



INO CAFE 2nd 場所：郡山市朝日三丁目5-25 村上ビル5号

横田さんは、郡山市内で2006年からカフェを営んでいます。2021年2月13日に起きた福島県沖地震で、入居するビルが大きな被害を受け突然の閉店。その後、現在の場所に移転し6月で丸3年になります。お店のドアを開けると、玄関からそのまま家のLDKにおじゃましたような、くつろいだインテリアとゆるりとした空気感を感じます。

「ここは、いろんな人が出入りして、いろんな情報が交差して、それを伝えられる場所」と横田さん。

原発事故が起き、周囲で起きたさまざまな人の動きの中に身を置いていた横田さんは、自身とイノカフェという場所を介してできることを、変わらず続けているように感じました。事故が起きてから、「子どもだけ避難させる手立てはないか？」と情報を求めSNSで発信し、札幌の支援団体につながったことで、息子さんを单身札幌へ避難させた経験もあります。その息子さんも、今は成人しています。

「避難から戻られた方同士がつながる機会はとて少ない」というお話を、イノカフェでお会いした、保養活動が続いているNPOの方から伺いました。

もし、避難先でのこと、帰ってからのことを気兼ねなく話したくなったら、横田さんのこだわりの美味しい食事をいただきに、足を運んでみてください。

INOCAFE 2ndのスケジュールや営業案内はこちらから。



食事メニューは、食材にこだわったワンプレートディッシュ。写真は、「蕪のミートソースチーズ焼き」



## GoodDayMarket

一般社団法人GDMふくしま

代表理事 佐藤宏美さん



福島駅前東口広場で毎週日曜日（1～3月は第3日曜日）に開催している青空市場「GoodDayMarket」。地元の生産者による新鮮やさしい。果物の対面販売や加工食品の販売キッチンカーが並びます。このマーケットを主催するのは佐藤宏美さん。発災時、佐藤さんは県外に暮らし、なにか復興に関われる仕事をしたい」と、ふくしま連携復興センターに勤務しました。そして、担当したのが県外避難者への支援事業。当時、北海道NPOサポートセンターも同じ事業に携わっていたことから、佐藤さんと知り合いました。

その仕事をしながら、佐藤さんが自身の活動として2016年から始めたのが「GoodDayMarket」。その後、法人を立ち上げ、今はマーケットの他にかつて福島大学の厚生施設だった「如春荘」（1937年建造）を活用し、喫茶室、映画上映、ヨガ、お教室、bar、展示など、さまざまな場の企画・運営もしています。

マーケットの中になると、お客さまなのか友達なのか、佐藤さんは老若男女色々な人に声をかけたり、か

けられたり。会場で「生ゴミ堆肥の作り方講座」が始まる時間になると、どこからか人が集まってきた講師の生産者さんといっしょに堆肥作りをはじめていました。生産者と親しくなり畑のお手伝いに参加するようになったお客さまもいるそうです。

GoodDayMarketでは、ボランティアの募集もしています。マーケットのお手伝いをしたり、「如春荘」のお教室やイベントに参加することで、新たな人との出会いやつながりを見つけるきっかけになるかもしれません。



↑ GoodDayMarket の開催案内や、如春荘のイベント、お教室の情報はここから。



色とりどりの新鮮野菜が並びます。この日、北海道では見慣れない「かりん」を見つけ、思わず購入。帰ってからのりんシロップを作りました。

GoodDayMarket 場所：福島駅前東口広場



# 寄稿 1ページのたより

私たち家族が北海道へ避難したのは2011年の7月でした。

震災が起きた当日、私自身は「絶対に復興するんだ」と考えていましたが、その矢先に原発事故が起こり、復興を考えている状況ではなくなりました。

子どもが3人いますが、当時は5歳の長男、3歳の次男、7ヶ月の三男とまだ小さかったこともあり、原発事故により一体どうということが起きていて、これから何が起こるのか全くわからず、インターネットや放射線に関する本などで健康への影響を調べながら、焦りの中で生活していたのを思い出します。

住んでいたのは福島県郡山市でしたが、放射線量の高さから子ども達を外で遊ばせることができないため、休日には線量の低い他県まで遊ばせにっていました。でも、その遊ばせていた場所の線量も高かったことが後で分かることがあり、被曝を避けて生活することの限界と同時に、精神的にも限界を感じはじめ、避難をすることと避難先について妻と話し合っていました。

当時は全国に避難の受け入れ先があり、長野県なども候補にありましたが、被曝を避けるならば遠い方が良いと思ひ、北海道への避難を決めました。

北海道に来てから、今この記事を書いている時点で、12年が過ぎていますが、当時を思い出しても踏み出して良かったと思うことが多くあります。

被災したから分かるのかもしれないが、当時は福島県の中で生活していると客観的に状況を見ることが難しく、遠くから冷静に被災地のことや原発事故について受け止められたことは、精神面での負担を減らす大きな手助けになりました。

避難を決めて実際に北海道に来るまでは、新しい生活や人間関係などへの不安もありましたが、私たちが入った避難先は雇用促進住宅の大きなマンションで、道内でも多くの避難者がいたこともあり、同じ気持ちで避難してきている人達と知り合うきっかけになりました。

北海道の避難者を受け入れる体制にも驚きました。廃止の予定だった雇用促進住宅を避難者用に利用を決めた行政の動きもそうですが、民間のボランティアの皆さんには北海道での生活や学校に入る時の準備品の提供など多岐に渡って支えていただきました。今でも感謝しきれません。

そんな中で、私は避難した側ではありませんが、避難を考える人たちが避難した人へのサポートなどを行う活動に協力させてもらうことになり、今までの生活とは全く違う環境に身を置くことで、それまで真剣に考えてこなかった災害や社会的弱者となることに関心を持つきっかけになりました。

今年も新年になり早々に能登半島地震が起こりました。東日本大震災

からの約13年の間にも、熊本地震や北海道でも胆振東部地震がありましたし、水害に至っては全国各地で毎年のように起きています。

その災害の数だけ被災した人がいて、今も能登半島を中心に災害による困難と対峙している人がいることを考えると、つい自分の経験は小さいことだと考えてしまっています。けれども、原発事故は誰もが初めての経験であり、被害から逃れるために考えて行動した人は過去にもあんなには居ませんでした。

次に同じ思いをする人をつくらなために、今現在も進行中の原子力災害ですが、この経験を伝えていければと思います。

(いなもり耕司)



辛く悲しい…でも負けないで!と、心から願います。



東日本大震災の影響により  
道内に暮らしている方の

# 相談窓口

メールやFAX、  
お手紙でも  
ご相談ください

TEL **011・200・0973**

NPO法人 北海道NPOサポートセンター

平日 10:00~17:00

FAX 011・200・0974

✉ info@hnposc.net

〒064-0808  
札幌市中央区南8条西2丁目5-74  
市民活動プラザ星園 201



地下鉄東豊線「豊水すすきの駅」  
6番出口から徒歩約7分  
地下鉄南北線「中島公園駅」  
1番出口から徒歩約5分

岩手県、宮城県、福島県が設置する  
相談窓口はこちら。



## 岩手県

いわて被災者支援センター

電話 019-601-7640 (平日 9:00~17:00)

メール info@sumaiansin.net

## 宮城県

宮城県復興支援・伝承課 担当：大泉

電話 022-211-2424

メール denshoh@pref.miyagi.lg.jp

## 福島県

ふくしまの今とつながる相談室 toiro

電話 024-573-2731 (月・水・金 10:00~17:00)

メール toiro@f-renpuku.org

※祝祭日の場合は休み

## 北海道における被災避難者の受入状況

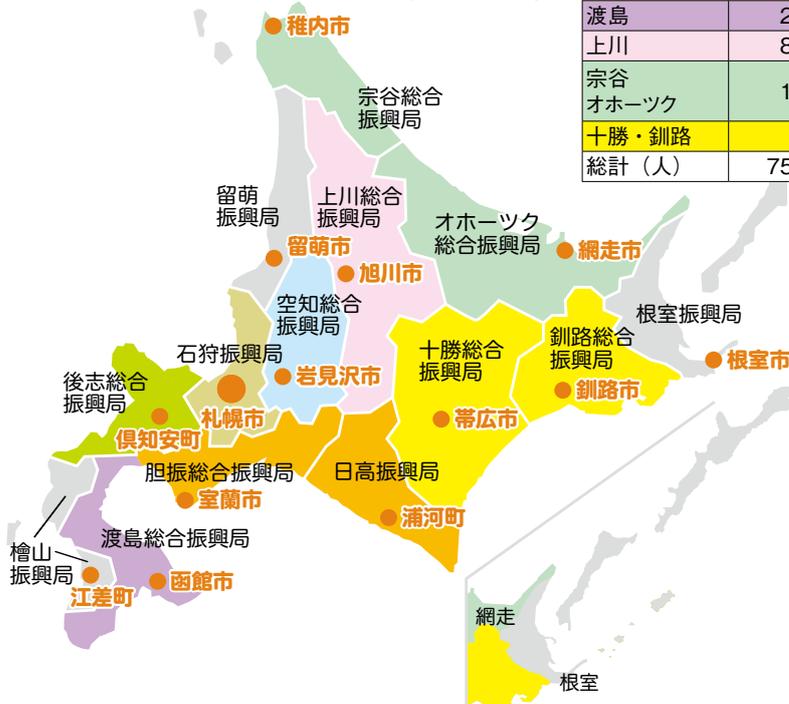
下記の避難者数は、復興庁が公表している「避難元へ帰還の意思を確認できた方」の数です。なお、北海道庁では、さらに幅広く「ふるさとネット」(右記参照)に登録しているみなさまに、今後も引き続き、お知らせ(本紙)をお届けしてまいります。  
(からから便り郵送世帯数(避難元別):岩手県18、宮城県65、福島県185、その他35 ※2024年1月現在)

市町村別の受入状況は、北海道のホームページからご覧いただけます。



2023年11月1日現在

空知	28
石狩	513
後志	35
胆振・日高	42
渡島	23
上川	87
宗谷 オホーツク	18
十勝・釧路	6
総計(人)	753



## 全国避難者情報システム「ふるさとネット」の登録について

「からから便り」は「ふるさとネット」の登録情報をもとに発送しています。「ふるさとネット」は北海道が運用する被災避難者サポート登録制度です。この制度は自治体の転出入届とは連動しておらず、転居の場合は住所変更のご連絡をいただかなければ、郵送物が「所在不明」として返送されてしまいます。転居、登録解除など、「ふるさとネット」の登録内容に変更がある場合はご連絡ください。

### ■連絡先

① NPO法人 北海道 NPO サポートセンター

② 北海道総合政策部地域創生局地域政策課

電話: 011-206-6404

メール: shienhonbu@pref.hokkaido.lg.jp

③ 避難先市町村の担当窓口

(市町村により部署が異なります)

## 編集後記

はやいもので、2023年度最後のからから便りの発行となりました。昨年の秋、取材のため郡山市・福島市を訪れました。初めて行った郡山。駅前で大きな球体が乗ったビルが目に入り、しばし上を見上げていました。そこに展望ロビーがあったことを帰ってから知りました、残念! 福島駅東口では再開発が行われ、少しずつ景色が変わっていくようです。今度訪れるときは、ゆっくりできる時間をつくって、まち歩きをしようと思います。(金榮)

からから便り Vol.4 ■ 2024年2月10日発行  
発行: NPO法人 北海道 NPO サポートセンター  
〒064-0808 札幌市中央区南8条西2丁目5-74 市民活動プラザ星園 201  
電話: 011-200-0973 FAX: 011-200-0974 メール: info@hnposc.net  
委託元: 北海道

お預かりした個人情報は、避難者の生活支援のために利用するほか、出身県への提供など限定した目的のみ利用し、その他目的には一切利用いたしません。

### 【無断転載・コピー】

本紙掲載の写真・図版・記事などを許可なく無断で転載することを禁じます。