23年3月11日、東日本大震災は未曽有の被害をも たらし、多くの尊い命を奪いました。あの日から間も なく6年。被災市町村では震災からの復興と再生に向 けた多くの取り組みと努力が続けられており、たくさ んの人たちの尽力によって復興に向けた歩みが着実に 進められています。

しかしその一方で、盛岡市でも約1300人が今なお 避難生活を送っています。市はこれからも被災地・被 災者に寄り添いながら、よりきめ細やかな支援を続け ていきます。6年が経過して見えてきた課題を見つめ、 私たちにできることをあらためて考えてみませんか。

【問】危機管理防災課☎613-8386

震災から6年

内陸避難者の現状と今後

市内に避難する被災者の現状について、市の復興推進事業の拠点で ある「もりおか復興支援センター」で聞きました。



もりおか復興支援センター センター長 金野 万里さん

いまだ多くの人が不安を抱えている

震災から6年が経ちますが、28年度は1 月末までで延べ8000人以上の人が復興支援 センターを利用しています。盛岡で仕事を見 つけたり子どもが学校に通い始めたりと、若 い世代を中心に次の生活をスタートする人が 増えてきました。それでも、内陸避難者の多 くは今もさまざまな不安を抱え、センターへ 相談に訪れています。多いのは、「住居」や 「健康」、「社会とのつながり」に関すること。 沿岸の人たちは震災前、それぞれの地域でと ても密なつながりを持っていた人が多いです。 震災によってそのつながりが失われてしまっ た喪失感に加え、知り合いの少ない土地での 避難生活。密な人間関係が日常だった人たち にとって、人間関係が希薄な生活は一層不安 が大きく、特に高齢の人ほど孤立・引きこも りがちになってしまう傾向があります。今後、

内陸避難者の高齢化が進むとそんな人がもっ と増えてくるかもしれません。

新しいつながりをつくってほしい

震災による喪失感を少しでも埋めてくれる のは人の支えだと思います。復興支援セン ターは、内陸避難者同士が交流できるさまざ まなサークル・イベントを企画しています。 また、保健師や民生委員、地域包括支援セン ターなどと連携して「もりおか被災者見守り ネットワーク会議」を開催しています。サー クルや地域活動でできた友人、定期的に訪問 する職員など、悩みの相談や楽しい会話がで きる新しいつながりをつくり、盛岡での避難 生活を有意義に過ごしている人もいます。セ ンターは最後の1人が次の生活に踏み出すま で支援するよう努力しますが、まずは外に出 ていろいろな話ができるつながりをつくるこ とがとても重要だと思います。

アンケート結果から見る 内陸避難者が抱える悩み

市は昨年11月、盛岡市に避難し、みなし仮設住宅※に入居する 269世帯を対象にアンケート調査を実施。うち56.9%に当たる153 世帯から回答がありました。そこから見えた悩みに対し、地域に住む 私たちに出来ることもあるのではないでしょうか。

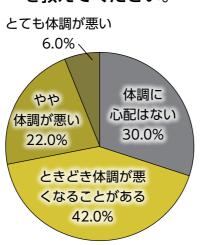
※建設型の応急仮設住宅とは別に、民間賃貸住宅などを借り上げて仮設住宅としたもの

「体調を崩しがち」が70.0%、 「近所と交流がない」は56.3%

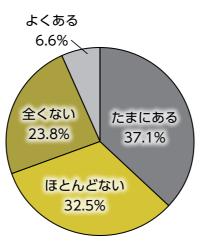
アンケート結果によると、70.0%が「今、体調を崩しが ち」と回答。震災で被災し、やむを得ずふるさとを離れた人 たちの多くは、長い年月を慣れない土地で生活しているとい う精神面の負担も重なって健康に不安を感じているのが現状

また、56.3%の人が「近所の人との交流がない」と回答。 地域によっても近所の交流が密なところ、そうでないところ とさまざま。健康面での不安に加え、将来の住まいや経済的 な課題など、複数の悩みを抱えている人たちにとって、近所 との何気ないあいさつなど日々誰かと会話できる環境が心の 支えとなることもあります。そんな会話の積み重ねが、次の 生活へ一歩踏み出す力につながるかもしれません。

●あなたの健康の状況 を教えてください。



●近所の方と交流は ありますか?



市保健所保健師 石井 里美さん

話ができる人がいることと 生活リズムを大切に

心と体は一体で、心が疲れると体にも影響が出ます。 主な症状は、睡眠不足や食欲不振など。心の健康を保 つには、誰かと話をすることと生活リズムを整えるこ とが大切です。一人だと悲観的になりがちですが、誰 かと会話をすることで心が整理されます。また、毎日 の生活リズムを整えることも大切。朝しっかり起きて 顔を洗う、着替えるなどの生活リズムを保つことで体

の調子も整います。身だしなみを整え、知人と出掛け る約束をするのも心身にとても良いことだと思います。

地域に住む私たちにできること

誰に対しても、「同じ地域に住む人」として普段 の何気ないあいさつからコミュニケーションを取り、 徐々に会話できる関係を築いていくことが大切です。 地域に入りやすいよう何か役割をお願いするなど、 何かあったときに互いが求め、求められる関係につ なげることが良いのではないでしょうか。

つながりを生む さまざまな交流の形

つながりを生む取り組みを紹介。地域に住む私たちも一緒になって交 流できるものもあります。今回、内陸避難者・地域の人が一緒に活動す るサークルの参加者やその活動をサポートする人にも話を聞きました。

無くてはなら

な

11

0

支え

る

か

る

人とのつながり

▶相談会やさまざまなサークルを開催

もりおか復興支援センターは、内陸避難者の 生活再建に向けた相談会・情報提供や気軽に 楽しめるサークル活動として、お茶っこ飲み会、 手芸サークル、カラオケサークル、市内を散策 するツアーなどを開催。週1回の定期的なもの や季節ごとのイベントを通じて、内陸避難者同 士の交流を図っています。



お茶っこ飲み会は大事な語ら

▶もりおか復興推進しぇあハート村では 地域ぐるみの交流



新年餅つき大会でシェアハウス の学生や地域の人が交流

しぇあハート村には被災地から盛岡市 へ転入してくる大学生・専門学生に提供 する学生シェアハウスや、学生と地域の 人たちが交流できるコミュニティカフェ 「マルシェ」などがあります。幅広い年 代が、内陸避難者・地域の人の境なく交 流。誰でも参加できる「ごはんの会」な ども定期的に開催しています。

ふるさととのつながり

▶つながる*ふるさとバスを運行

もりおか復興支援センターは、28年度か ら「つながる*ふるさとバス」を運行してい ます。内陸避難者のうち、高齢などの理由で 地元に出向くことができない人をバスで送迎 し、ふるさとの地域住民らと交流することで つながりを持ち続けてもらおうとスタート。 また、沿岸自治体に建設された災害公営住宅 の住民たちと交流して今後の住まい選択の参 考となるような企画も実施しています。





昨年のつながる*ふるさと バスの様子

編み物・刺繍サークル「手まずら仲間」 奏 雅義さん (74)

山田町で被災し、盛岡へ。約1年前から、編 み物・刺しゅうサークル「手まずら仲間」を しぇあハート村で開催。約15人のメンバー のうち、7人は内陸避難者。材料や道具を自 分たちで調達し、カゴや手提げ袋などさまざ まな作品を手作りしている。

盛岡に避難してきたとき、「知らない土地だからこそ何か活動し て地元の人と交流したい」と思い、地域の人や同じ内陸避難者らと サークル活動を始めました。徐々に知り合いも増え、このつながりは

自分の生活に無くてはならないものになっ ています。それぞれ得意なものが違うから みんなが先生。地元の人・内陸避難者関 係なく、教え・教わる関係が心地良いです。 作品を市立病院で展示したり、誰かに「欲 しい」と言ってもらえることがとてもうれ しく、私の生活の励みになっています。



作業中はとてもにぎやか

復興支援団体「モーリオの空」 小田中 苗美子さん (69)

しぇあハート村内で復興支援コミュニティカ フェ「マルシェ」を運営。「人と人、思いと 想いをつなぐ」をモットーに内陸避難者や地 域の人との交流を積極的にサポートしている。 「手まずら仲間」運営のサポートにも携わる。

「内陸避難者と地域の人が境無く交流し、前向きになれる場所を 作りたい」という思いで活動しています。「手まずら仲間」もその思 いでスタートしましたが、最初はあまり笑顔も無く活動中にふと涙ぐ む人も。約1年経過し、互いが自然と教え助け合う雰囲気になって いることに気付いたとき「支えられる側だった人が支える側になって いる!」と実感。震災から6年経っても避難者の気持ちの回復は一人 一人違いますが、支える側になる人が増えてきたこと、「手まずら仲 間」がそんな気持ちになれる場所になったことが本当にうれしいです。

つながることから始まる

内陸避難者と私たち

年月の経過とともに内陸避難者それぞれの気持ちの在り方・必要な支援は 異なります。しかし、内陸避難者のうち新たな生活へ一歩踏み出した、または それを近くで見守ってきた人たちは「人や地域とのつながりが心の支えにな った」と口をそろえます。まずは「同じ地域に住む人」としてちょっとしたあ いさつからつながっていきませんか? そのつながりが復興支援という枠を 超え、いざというときに互いを支え合う大切な命綱になるかもしれません。

(!) 避難情報の名称が変わります

28年の台風第10号による水害を教訓に、高齢者などが適切な避難行動を取 れるよう、「避難準備情報」が「避難準備・高齢者等避難開始」に変わるなど 避難情報の名称が変わりました。詳しくは、危機管理防災課☎603-8031へ問 い合わせるか市公式ホームページをご覧ください。 【広報 I D】1018722

東日本大震災6周年行事 「復興への誓い」

盛岡広域8市町は3月11日生)、犠牲になっ た人たちを追悼し復興への誓いを新たにする 行事を開催します。当日、誰でも参加できます。



追悼式典

【時間】14時半~15時 【場所】プラザおでって

(中ノ橋通一)

【内容】盛岡広域首長の「追 悼のことば」と、同日開催さ れる国主催追悼式(東京)の 中継

祈りの灯火2017 ~あの日を忘れない~

【時間】13時~19時

【場所】盛岡城跡公園(内丸)ほか 【内容】追悼と復興への誓いを込め て灯籠を点灯するほか、ステージイ ベントや復興支援マーケットなどを 開催。※灯籠点灯は16時50分から

[広報もりおか 29.3.1] 3