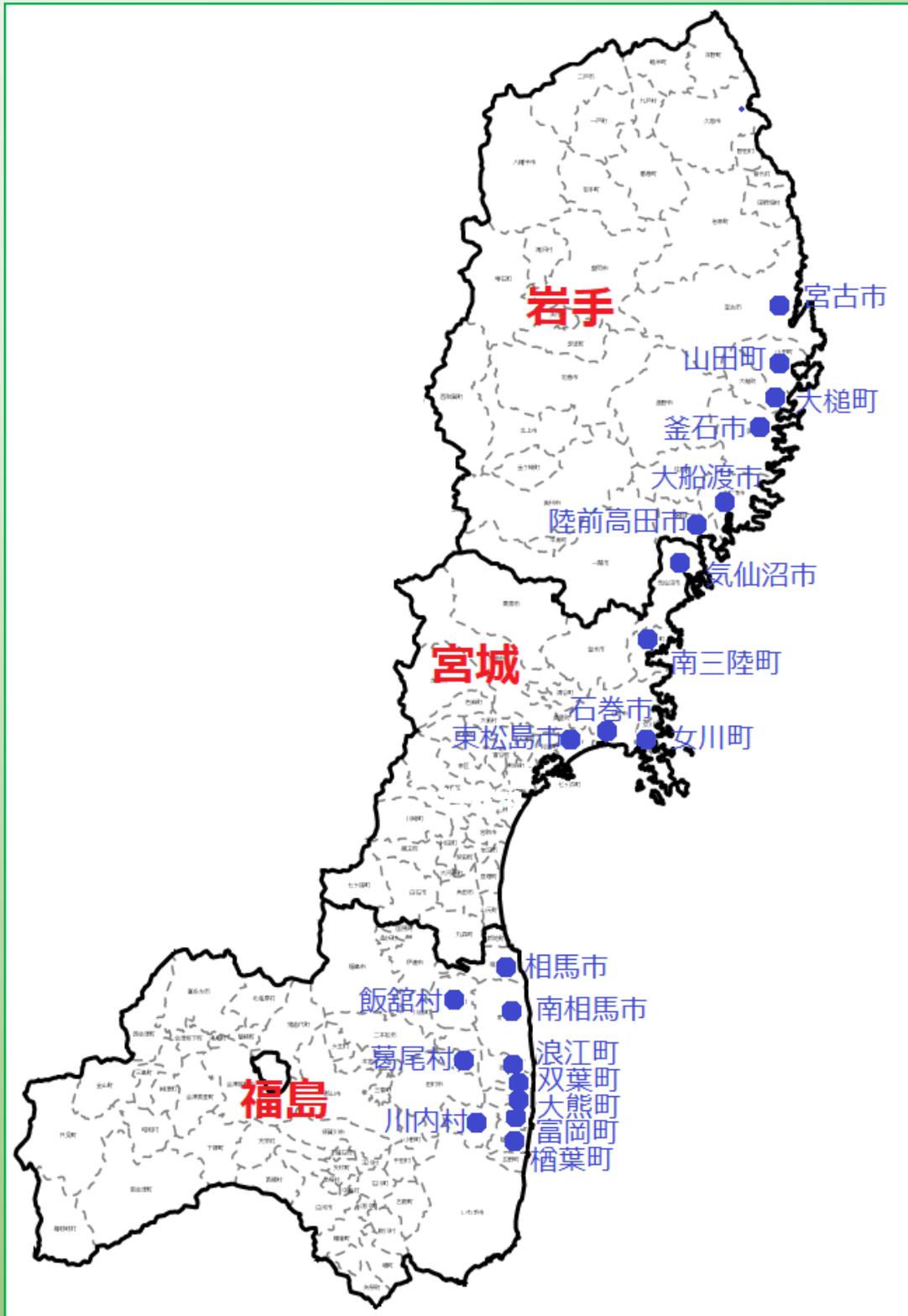


東日本大震災 神奈川県での避難生活 10年の道のりとこれから



かながわ避難者見守り隊

発刊にあたって

2021年3月11日で東日本大震災発災から10年が経とうとしています。「かながわ避難者見守り隊」は神奈川県独自の事業として、発災当初から神奈川県への避難者の皆様の支援を行ってきました。10年の節目を迎えるにあたって、これまで避難者の皆様へ神奈川県ではどのような対応を行ってきたのか、避難者の皆様がどのような体験をしてきたのか、支援活動を通して見てきたこと、感じてきたことを避難者の皆様、関係者の皆様、避難生活のことを知らない方など、多くの人に伝えていきたいと考えて、10年間の年表や避難者や支援者の皆様のインタビューなどをまとめることにしました。つながりを感じにくい避難生活において、同じく避難されている他の方の声が避難者の皆様の10年を振り返る一助になり、また今後の災害支援、避難者支援に関わる方々にとっても、この内容が役に立つことを願っています。

目次

●年表とインタビューで振り返る神奈川での避難生活 10年	
・＜第1期＞ 被災地での避難生活や避難先での戸惑い	P. 4-7
・＜第2期＞ 避難先での生活の長期化	P. 8-11
・＜第3期＞ 自主避難者への住宅供与終了や避難先での転居	P.12-15
・＜第4期＞ 避難区域解除に伴う住宅供与終了	P.16-19
・＜第5期＞ 神奈川での定住を決めた生活	P.20-21
・その他の避難者からの声	P.22-23
●神奈川県での避難者支援団体の紹介	P.24-25
●「かながわ避難者見守り隊」について	
・「かながわ避難者見守り隊」の活動紹介	P.26-29
・「かながわ避難者見守り隊」スタッフコメント	P.30
・おわりに一東日本大震災から10年が経過した「これから」に向けて	P.31
用語解説 「避難所」および「応急仮設住宅」	P.3
「避難指示区域」	P.3
「PTSD・トラウマ反応」	P.15
「神奈川県内の避難者数」	P.21
「臨床心理士」	P.29

※表紙の地図の地域名は津波被害が大きかった地域や原発事故による避難区域を掲載してあります。

解説

「避難所」および「応急仮設住宅」

発災後、〈災害救助法〉に基づき、神奈川県でも一時避難所や応急仮設住宅が提供されました。

用語	説明
一時避難所 (一次受け入れ施設)	災害が発生した時に、居住の場所を確保することが困難な住民に、その場所を提供する施設。被災3県から遠隔の神奈川県にも2011年3月18日、「県立武道館（港北区）」に一時避難所が開設された（その後4月29日に県立かながわ女性センター（藤沢市）に移転）。発災後数か月は、この他にも神奈川県内各市町村において、一時避難所が多く開設されていた。
応急仮設住宅 (二次受け入れ施設)	避難が長期化する被災者に対し、継続的に安心して生活できる住宅環境を確保する必要があるため、神奈川県でも応急仮設住宅の提供が進められた。神奈川県内では、被災地のように新たに仮設住宅を建設するのではなく、「みなし仮設住宅」として県営・市営住宅、県が借り上げた公共賃貸住宅(国家公務員宿舎や住宅供給公社賃貸住宅など)や民間賃貸住宅が用意され、原発事故による避難指示区域からの避難者や、福島県の避難指示区域外からの自主避難者、岩手県・宮城県で津波被害を受けた避難者に住宅無償提供が行われた。 応急借り上げ住宅の供与期間は避難元や避難指示の解除状況によって異なり、供与期間が終了すると、その後は家賃負担が生じるのはもちろんのこと、新たな住居を探したり引っ越しが必要となるなど、再び生活環境の変更を余儀なくされる方も多かった。

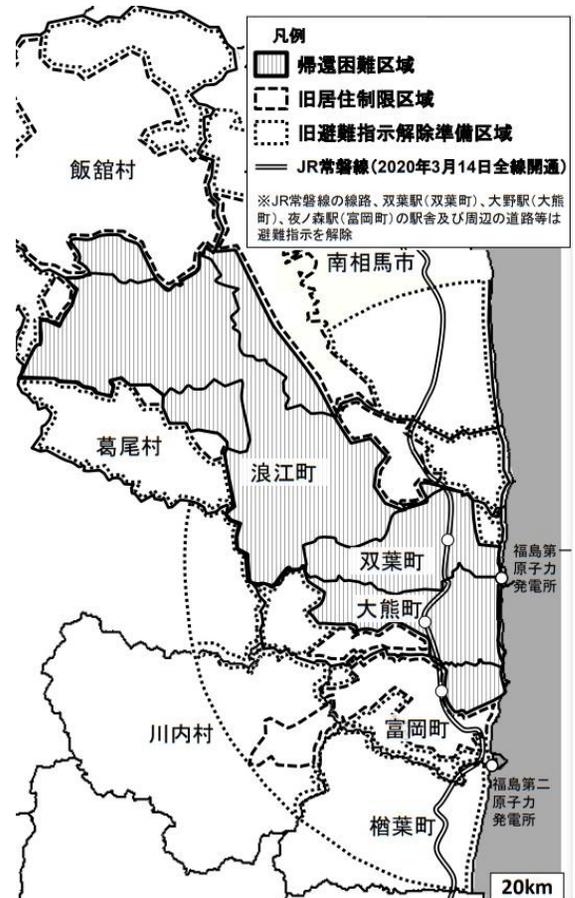
解説

「避難指示区域」

原子力緊急事態宣言発令に伴い、2011年4月22日に国際的な基準値を参考にして、「計画的避難区域」「緊急時避難準備区域」「警戒区域」の3つの避難指示区域が決められました

その後、福島県の原発事故に伴う避難者の帰還に向けた環境整備と地域の復興再生を進めるため、年間積算線量の状況に応じ、2012年4月1日から「避難指示解除準備区域」「居住制限区域」「帰還困難区域」の3つの区域に見直されています。避難区域が解除され、住民が戻ることの出来る地域は増えていますが、2021(令和3)年3月現在、未だ帰還困難区域として指示解除に至っていない地域もあります(右図参照)。また、避難区域に指定されていない地域から避難の必要性を感じて避難している「自主避難」の方もいらっしゃいます。

(引用・参考：福島県 HP、経済産業省 HP)



・<第1期>被災地での避難生活や避難先での戸惑い(2011年3月-2012年12月)

年	月日	震災、国や避難元自治体での出来事	月日	神奈川県での対応
2011	3/9	11:45 三陸沖 M7.3 最大震度5弱	3/11	14:46 横浜市、川崎市、小田原市、寒川町、二宮町で震度5強
	3/11	14:46 東日本大震災 発災(三陸沖 M9.0 最大震度7) 震度7 宮城県北部 震度6強 宮城県南部/中部、福島県中通り/浜通り、他 震度6弱 岩手県沿岸南部/内陸北/南部、福島県会津、他	3/11	帰宅困難者避難所として施設提供
		14:54 宮城県 気仙沼市で最初の大きな津波(6m)を観測	3/17	被災者への住宅提供(公営住宅等)
		15:21 岩手県 釜石市で津波9.3mを観測	3/18	県立武道館(神奈川県一時避難所・第一次受け入れ施設)で緊急受け入れ開始
		19:03 福島第一原子力緊急事態宣言発令	4/28	神奈川県災害ボランティアネットワークKSVN
		20:50 福島第一県が半径2km圏内に避難指示	3/21	ツイッター・フェイスブック・HP開設
		21:23 福島第一国が半径3km圏内に避難指示	-	県社会福祉士会スタッフ6名で、県立武道館(第一次受け入れ施設)での相談開始
	3/12	5:44 福島第一 国が半径10km圏内に避難指示	22	かながわ東日本大震災ボランティアステーション事業立ち上げ(県・県社会福祉協議会・神奈川県災害ボランティアネットワーク
		7:45 福島第二原子力緊急事態宣言発令	4月	KSVN)
		国が半径3km圏内に避難指示	4月	「県立かながわ女性センター(江の島)」に避難所を移転。
		国が半径10km圏内に屋内退避指示	4月	KSVN主催「神奈川ダイアログ～かながわから、私たちにできることを考える～」第1回ワークショップ開催
	3/14	11:01 福島第一原発3号機原子炉建屋で水素爆発	5月	県庁内に「東日本大震災支援・情報ステーション」開設。同時に「かながわ避難者見守り隊」発足
	3/15	11:00 福島第一 国が20～30km圏内に屋内退避指示	6月	第1回東北復興祭り(横浜公園)
	4/7	23:32 宮城県沖M7.2 最大震度6強発生	7月	神奈川ダイアログ第2回ワークショップ開催
4/11	17:16 福島県沖M7.0 最大震度6弱	7月	かながわ金太郎ハウス(災害ボランティア用宿泊施設)を岩手県遠野市に開設、正式名称は「かながわ東日本大震災ボランティアステーション遠野センター」	
4/22	第1原発から20km圏外の区域を「計画的避難区域」、第1原発から20km圏内は例外をのぞき立ち入りを禁止する「警戒区域」として設定。	7月	第2回東北復興祭り(横浜公園)	
5月	東電福島原発事故調査・検証委員会の開催を閣議決定			
6月	復興基本法成立			
9月	磯崎漁業組合で牡蠣養殖と直売を再開(宮城県 松島)			
10月	「甲状腺検査」(19歳以下)開始			
2012	2月	復興庁発足	2月	応急仮設住宅の無償提供ピーク、(公)432世帯1219人、(民)699世帯1661人計2880人
	4月	【国】原発事故の避難区域を3区分に見直し(「避難指示解除準備区域」「居住制限区域」「帰還困難区域」)	3月	「被災地支援のこれまで・これからを考えるinかながわ(県主催)」
	5月	国内50基ある全原発停止	4月	「神奈川避難者見守り隊」を含む県内避難者支援事業全体を、県社会福祉士会が委託実施(2015年3月まで)
	6月	福井大飯原発3・4号機再稼働	6月-7月	みちのく締めぐり事業第一弾「おおつちロックフェスティバル締めぐりバス」
	9月	県外避難者への支援拡充を山形、新潟、福島の3県合同で復興庁、厚生労働省、国土交通省の大臣に強く要求。	7月	ふるさとコミュニティinかながわ(神奈川県社会福祉会館)開催
	9月	宮城県 塩竈市でGAMA ROCK FES(ガマロックフェス)を初めて開催、以降毎年開催	10月	県内で避難生活を送る方々の交流会(鎌倉建長寺)100名以上の参加
	10月	福島県民健康管理調査の結果発表-未就学児の内部被ばく線量の実施、甲状腺検査、母乳の放射性物質濃度検査の実施	12月	毎週水曜日に県庁で復興支援フェア開催
	11月	除染に力を入れているが仮置場の確保が課題		
	12月	食品の放射性物質検査/ふるさとふくしま帰還事業/県外支援団体への助成受付		
	12月	青森・岩手・宮城震度5弱。宮城県を中心とする太平洋側に津波警報発令。		
	12月	岩手県 大槌町の蓬莱島の灯台が再点灯		

年	月日	その他の出来事
2011	2/22	12時51分頃 ニューゼaland南島・カンタベリー地震(マグニチュード6.3)
	6/25	岩手県平泉・東京都小笠原諸島世界自然遺産登録
	7/17	サッカー女子W杯で日本初なでしこジャパンが優勝
	8/18	なでしこジャパンに国民栄誉賞
	10/2	競馬オルフェーヴルがクラシック三冠達成
2012	5/22	東京スカイツリー開業
	7/27	ロンドンオリンピック開幕
	8/29	ロンドンパラリンピック開幕
	10/8	京大山中伸弥氏ノーベル医学生理学賞

2011年3月11日の発災から被災3県で被災された方が全国への避難を開始して、応急仮設住宅などへの移住を行った時期です。住むところが津波で流されたり、原発事故で住めなくなったりして、県外への避難を余儀なくされる方が多くいらっしゃいました。長期の避難になることを予想しておらず、準備もなくいきなり新しい環境で生活することになって戸惑うことも多くありました。

避難者さんへのインタビュー1 80代 女性 （避難元：岩手県釜石市）

<神奈川県に避難するまでのことを教えてください>

今まで津波の警報がでることはあったけど、家の方まで来ることはありませんでしたので、今度も大丈夫だろうと思っていたけどその都度判断することが大事だと思いました。東日本大震災の時は、私も夫もどうするかと話していたら、周囲の人が逃げると言うから私たちも逃げることにしました。でも判断が遅かったのか、家を出たらもう水がぴちゃぴちゃと流れてきて危なかったです。

その時は高台の裁判所に逃げて一晩過ごしました。翌日少し下がったお寺の境内が、がれきで埋まっていた。家に帰ってみたら一階の天井近くまで水に浸かっている家の中がめっちゃくちゃで、ショックで茫然としてただ眺めるしかなかったです。近くのお寺で一ヵ月近く避難生活をしました。その時手元に現金があまりなくてお金を下せるところまで行くのが大変で苦労しました。

（近くの銀行も被災しましたので）その後盛岡の温泉宿で二か月の避難生活をし、神奈川県へ来ました。盛岡では三食温泉付きなので有難かったです。

釜石市の方から仮設住宅に入るかどこかに避難するかと問い合わせがあり、釜石には自分たち以外の親戚もいなかったなので、頼れる親戚のいる神奈川県への避難を決めました。

<岩手県に戻る予定はありましたか>

津波の被害を受けた自宅は、高齢の夫婦二人で家の中はとてもじゃないけど片づけられるような状態ではなく、そのままにして避難してきました。釜石市の方から家のことをどうするか問い合わせがあったので、家は処分してもらうことにして、土地は神奈川に来てから処分しました。登山を趣味でやっていて、山の風景をビデオに撮っていました。大事によく見ていたが、そういった大事なものが失われてしまったのが今とても悔やまれます。



<神奈川に避難してからのことを教えてください>

横浜に住んでいる弟と一緒に部屋を探してくれて、6月から賃貸の住宅を借りて生活を始めました。最初は自分たちで家賃などすべて負担をしていましたが、11月からは家賃の支援や家電の支援がありました。

避難してから生活自体はできていましたけど、避難前は友人がいて楽しくやれていたのが、神奈川に来てから人の関わりがなくなってしまいましたね。地域ケアセンターの食事会に行って、そこで関わりの中で友人はできましたが、釜石市にいたら同窓会とかあって、集まる機会は多かったろうなと思います。当時は、登山をする集まりに所属していて、仲間と東北の山々を登るのが楽しみだったのが、避難してからはそういう機会は減ってしまって、神奈川県に来てからは鎌倉の自然の中を歩いたくらいですかね。以前は車でどこでも行けていたから出かけるのも気軽に行けていたのが、こっちは車も乗れないので出かけるのもおっくうになってしまいました。

避難するときはそこまで釜石を離れることを気にしないかと思っていたが、やはり離れてみると釜石のことを懐かしく思うし、行ってみたいと思うようになりました。避難してから2回釜石に行きましたけど、街の通りの様子がガラリと変わってしまっていて、記憶にある以前の釜石ではなくなってしまったと感じました。3年前に夫が90才で亡くなって、そこからは一人暮らしです。これからどうやって生きていこうという不安はあります。

避難者さんへのインタビュー2 60代 男性 (避難元：福島県南相馬市)

あの頃、私はすでに退職していて趣味のそば打ちに励んで教室に通っていましたが、地震のあった時刻は自宅にいました。二度三度揺れて、外に出てまた家に入り、また揺れて、の繰り返しの後、屋根が崩れ瓦も割れたことを発見して家の周りにロープを張りました。

街の中は海辺から避難した人が大勢来ていて、防災スピーカーもよく聞き取れない状況でした。仕事から戻った妻と食事もそこそこに広場に行き、車の中で休みました。妻は職場を心配して未明からご飯を炊き、おにぎりを持って行こうとしていたので、自分も手伝い、我が家は断水しなかったのを水を容器に入れて一緒に運びました。それから知人に誘われるまま、軽トラックで避難所になっている小・中学校に水や毛布を運んだりするボランティアが始まりました。夜は近所の方と電話で励まし合いました。

いよいよ発電所が爆発するかも知れないと話があり、とにかく遠くに逃げることにしました。ガソリンが手に入らず引き返し、向かったのが伊達市霊山です。その時はまだ風向き(放射線量)の情報はありませんでした。知人の家に着くと、服をビニール袋に入れ「とにかく風呂に入れ」と迎えられました。次の日は穏やかな天気で、外で切り株の根起こしを手伝いました。この頃コンビニのATMの引出額が10万円に制限されて、妻が引き出した後次の方が資金を下ろせなくなり、数万円貸したこともありました。

1週間ほど後、バスが走ると知り、知人に福島駅まで車で送ってもらって新宿を目指しました。次男が迎えに来てくれ、東京近郊の長男宅に着きました。妻は仕事柄4月には南相馬に戻りました。関東でも水は品切れ状態でした。そこへ以前四国のお遍路の旅でたまたま知り合った熊本の知人から連絡が入り、水が送られてきました。その5年後に起きた熊本地震の時はこちらから水を送りました。

私は軽トラックで頻繁に南相馬の自宅や妻の住む仙台を往復しました。富岡町に検問所があり、付近には逃げ出した牛も見かけました。

そんな時テレビで神奈川県が避難者を受け入れていると知り、県庁に出向いて住宅に応募しました。紹介されたのは右も左も分からない場所でしたが、数年後には妻も退職して一緒に暮らし、家賃補助が切れた後も県や大家さんのおかげで住み続けています。

少し落ち着いた1,2年後、南相馬に行って知人と再会すると「助かって良かった!」とまず言いあい、次に「誰々はどこに行った?あそこか?」という話題になりました。浪江町の同級生に「請戸小学校の生徒はみな助かったと聞いた。良かったなあ」と言うと「でも親が亡くなったんだよ」との返事。辛くて後の言葉が出ませんでした。隣町の鹿島区は野球場が避難場所になっていて、そこに避難した人たちが津波に巻き込まれて亡くなったそうです。

日本は災害の多い国です。台風や大雨の被害も大変です。我々は自然には勝てないのかな?被害を聞くたびに涙もろくなってしまいます。

(後半は第5期に記載)



支援者へのインタビュー1 藤村富士雄さん（かながわ避難者見守り隊・避難者寄りそい隊）

<震災後の神奈川県への避難者に対する支援に関わった経緯を教えてください>

震災のあった2011年の5月ごろ神奈川県の実業として「かながわ避難者見守り隊」の活動が始まりました。当時は社会福祉士会の方が県のスタッフとして入っていたのですが、そのスタッフと一緒に神奈川県下の避難者を訪問する、交通費のみ支給されるボランティアの募集が新聞に出ておりました。自分のいる秦野で傾聴の会という団体で活動していましたので、「何か行動を起こさなきゃいけない」という思いで、見守り隊のボランティアに応募して採用されました。ボランティアの人は20名くらいだと思います。

<当時はどのような活動をしていましたか？>

避難者の名簿を県から預かっている社会福祉士会の方とボランティアの2人組で担当している避難者の方のお宅に伺って、話を聴いておりました。毎日4~5世帯くらい訪問する予定を組み、神奈川県に避難された場所へ行きました。話される内容は、お金のことや子どもへの原発による放射能の影響の心配や転校の問題、家に帰れないことなど、とても生活に根ざした生々しい相談が多かったのが印象的でした。若い方は仕事が見つかったりしましたが、高齢者はなかなか帰れない中で生活に苦労している方もおりました。家族がいるという理由で、神奈川に避難してきた方もいましたが、新しい土地に慣れなくて、一人で避難してきたから孤独になっている方もたくさんおりました。そういう方たちに話しかけるように関わるのが大切なことだったと思います。今まで広い土地の広い家に住んでいた方が狭いアパートの一室に入って生活するというのは、高齢の方には厳しい環境でしたね。当たり前のように畑仕事をしているような日常が奪われて、どこかに出かけるにもどう行ったら良いかわからないという話も多くありました。お金の事情も一人一人異なるので、困っている方も多くいて、避難元の土地があっても簡単には売れないし、住宅が県から提供されていてもそれ以外に収入がなくて困っている方もおりました。避難者の方に困りごとや悩みごとを聴いて、その内容を県につなげることをしていました。

そんなに長い時間の話ができないので、心のうちまで踏み込んで話ができるわけではありませんでしたし、どこまでお役に立てたかと今でも思います。でも、当初は先が見えない人が多い中で、とりあえず少しでも困ったことを拾い上げたり、話をしたりすることが大切だったのではないのでしょうか。

<見守り隊での活動を終えた後はどのようなことをしてきたのですか？>

見守り隊のボランティアは1年間で終了しましたが、まだ出来ることはないかと考え、ボランティアをしていた方が10人くらい集まって「寄りそい隊」という有志の集まりを作り、避難者のために開催している「ふるさとコミュニティ in かながわ」というイベントのお手伝いを継続して行うようになりました。そういうところに関わっている避難者の方は、困っていることを相談できる窓口につながるし、つながることで解決する問題もあると思いますけど、まだそういった相談窓口につながらないまま苦しんでいる方もいるのではないのでしょうか。その後も、避難者の方々に関わる中で一度現地を見てみたいという思いで、宮城県の南三陸町や女川町に炊き出しや太鼓の演奏をしたり、子どもたちと交流するなど活動しました。現地での話を聞くと被災した人から自殺者も出ているということで、一人で問題を抱えるようになってしまうのは問題だと感じております。

<震災から10年を迎えるにあたって思うことはありますか？>

きっと現在でも困っているが支援につながっていない方はまだまだたくさんおられると思います。そういう方たちにつながるの簡単ではないかもしれませんが、今後の課題なのではないのでしょうか。コロナ禍の時代になって話をすることが難しくなって、より心のケアが大切になりますね。もう10年も経ちましたが、風化して忘れないことが大切だと思います。

・<第2期>避難先での生活支援（2013年1月 - 2015年12月）

年	月日	震災、国や避難元自治体での出来事	月日	神奈川県での対応
2013	1月	災害復旧工事約半数が完了	1月	復興庁建設型応急仮設住宅募集
	3/11	復興の誓い(追悼式、コンサート)		金太郎ハウス(岩手県 遠野市)閉所
		千賀の浦緑地に、塩竈市東日本大震災モニュメント「昇る太陽の塔」建立	3月	第2回ふるさとコミュニティinかながわ(波止場会館)
	6月	「大規模災害からの復興に関する法律(復興法)」施行	3月	見守り隊は二つの窓口(支援・情報ステーション/専門サポート)を設置
	7月	屋内遊び場が続々オープン/福島県内外の被災児童支援自然体験	4月	「かながわ避難者支援会議」立ち上げ
	8月	福島県で食の安全・安心対策(食品中の放射性物質の検査結果)厳しい基準	5月	かながわ避難者支援ネット設立(10月「かながわ避難者と共にあゆむ会」に名称変更)
	9月	福島県復興公営住宅2015年までの入居目指す3700戸整備予定/帰還準備のため住民や事業者の宿泊新制度	6月	第3回ふるさとコミュニティin神奈川(波止場会館)かながわ避難者支援ネット
	10月	「東日本大震災中央子ども支援センター」4つの柱(県内外支援団体との連携・県内子育て支援ママカフェ・情報発信ふくしま結ネット・専門家派遣)被災3県の子ども継続的に支援「子ども・被災者支援法」	9月	県外避難者支援情報のHP開設/地元紙を全国公共施設で
	11月	「除染の推進」年度末に完了目指すも地域差があり見直しも。公共施設は9月時点で7割完了。年間1mSv目標。	9月	3回に分けて岩手県 洋野町の漁網を受け入れ、処理完了(箱根町・南足柄市)
	12月	浜通りの復旧・整備紹介(堤防の嵩上げ工事などに着手している)	-12月	福島県内に住所を有する18歳までの子に医療無料化
	10月		10月	
	2014	1月	震災から約3年、福島県内外に避難する子どもは2万8千人。母子避難家庭のストレス大。	3月
3月		震災後3年、福島県内外の応急仮設住宅等に住む避難者は13万6千人。	4月	福島県外避難者事業への助成(交流会・サロン・相談・訪問等による見守り、学習支援等)助成対象(県外避難者支援団体)
4月		三陸鉄道南北リアス線全線で運行再開 初の避難指示区域解除(福島県 田村市)住まいの復興給付金	9月	「日本の合唱の名曲(山田和樹指揮 東京混声合唱団)」に被災者を無料招待
5月		田村市商業施設(Domo)開業(商品券・乗合タクシー)		
6月		応急借上住宅供与期間の1年延長		
7月		復興公営住宅1期528戸募集2.1倍		
8月		「福島県避難者意向調査結果と今後の方針」約半数世帯が2か所に分散避難。今の生活で不安なこと(①住まい②身体の健康③心の健康④資金⑤放射能⑥仕事)		
10月		宮城県 亘理町の「わたり温泉 鳥の海」が日帰り温泉および鳥の海ふれあい市場が再開		
10月		福島県 河内村:避難指示解除準備区域解除。居住制限区域を避難指示解除準備区域に再編。		
11月		放射能検出:米野菜畜産物は0%、山菜きのこ海産物は1~2%、宅地田畑以外の土地にかかる賠償の開始		
2015	3月	宮城県 JR女川駅が開業 常磐自動車道全線開通(福島県 富岡~浪江)	1月	ふくしま避難者交流会(東京国際フォーラム)都さわやか福祉財団との共催
	3/11	ふくしま追悼復興祈念行事	3/11	「3.11東日本大震災を忘れない・かながわ」共催
	4月	福島県 2015年度支援事業の柱として「見守り・相談・心のケア」。県内は生活支援相談員、県外は復興支援員	4月	福島県外の心のケア相談窓口(心のケアの拠点:神奈川を含む1都1府7県に)
	6月	福島県 浜地域農業再生研究センター起工(福島県 南相馬市に)	5月	かながわ東北ふるさと・つなぐ会結成
	6月	福島県 中間貯蔵施設への搬入開始	6月	神奈川県臨床心理士会が神奈川県より
	9月	檜葉町:避難指示解除準備区域解除		「かながわ避難者見守り隊」事業の委託を受け、活動開始
	9月	JR女川駅から海へ向かうプロムナード(レンガ道)が開通	7月	双葉町ふるさとの集い:吉野町市民プラザ
			9月	富岡町ふるさとの集い:開港記念会館
			12月	ふるさとコミュニティinかながわ:波止場会館
その他の出来事				
2013	1/6	福島県・会津地方にある鶴ヶ城を舞台として大河ドラマ「八重の桜」開始		
	4/1-	NHK朝ドラ「あまちゃん」(岩手県久慈市)		
2014	4/1	消費税8%に		

不慣れな神奈川での生活をする事となり、新しい環境に合わせていく努力が必要な時期でした。単に生活をする苦勞だけではなく、周囲の人との関わりが生じてきて避難をしてきたことが受け入れられるかどうか、避難元へ帰れない不満、見通しの持てなさなど、様々なストレスが生じていました。

避難者さんへのインタビュー3 80代 女性（避難元：福島県大熊町）

大熊町では、夫が亡くなり一人暮らし。でもシニアの人たちと一緒に楽しく仕事をしていました。3.11のときは仕事で会社にて、エプロンつけてスニーカーのままで上にダウンコートを羽織って避難しました。地震だけだと思っていた。避難所で一夜を過ごした。その後原発が危ない、すぐ逃げるようにと言われ、家に戻ってウロウロしていたら、知人が自分たちの車で一緒に逃げようと手を貸してくれました。田村市の避難所で1週間、神奈川の息子から飛行機の切符が1枚取れたからと連絡があり、着の身着のままで空港に。福島からの避難者だと言わないようにと一緒に乗る人から言われました。飛行機に乗るような服装ではなかったですけどね。



神奈川に来て、息子の家族からは大切にしてもらっていましたが、私は悲しくて悔しくて、全くご飯を一日食べなくてもお腹が空きませんでした。毎日、毎日眠れない。でも私は働いていないから眠れなくても大丈夫だと思っていました。ただ胃も痛くて・・・当初は脳梗塞の始まりかと思っていた。クリニックで検査しても、異常なし。胃カメラも何回も検査したけど、異常なしでした。浮かんでくるのは大熊の事だけ。記憶が飛んでしまっ、一人で暮らすようになってから、娘や友人が来てくれたのも忘れてしまっていました。その時はそれなりにお茶を出したりしているけど後で考えると覚えていない。自分のことで精いっぱいでした。

一人でおにぎりを持って公園にいて、大熊町のような自然の景色を見て大熊町のことを思い、「悲しい！悔しい！」気持ちでいっぱいでした。

横浜市の若い人が二人来てくれたけど「私は大丈夫です」と言い、帰ってもらった。地域でも友達沢山できたけど、自分の事はまったく話ませんでした。でも「お金もらっていいわね。税金使っているのでしょ」と言われた事もある。その時そのあとどうやって家まで帰ってきたか覚えていないのです。

でも最近は裁判などのニュースがあると、又お金貰えるのねと言われると「沢山入ったら温泉にでも連れて行ってあげるわね」と言い返せるようになりました。最近町内会に東電を定年退職した方が入って来られた。東電と聞いただけで喉が詰まって声が出なくなった。その人が悪いわけではないのに・・・

平成27年の見守り隊の交流会に参加して、話を聴いてもらおうと決心した。5年が経っていました。「お金貰っている。税金使っている」という人がいますが、全部お返しするから元に戻してほしいですね。故郷から持って来られたのは、夫の遺骨だけ・・・

避難者さんへのインタビュー4 50代 女性（避難元：宮城県気仙沼市）

避難をしてきたときは、子どもが3人いてまだ小さかったから何をするにも大変でした。2011年の4月5日が長女の入学式で右も左もわからない中だったので大変でした。電車の使い方も市役所の場所もわからず、避難に関する手続きで市役所に行っても「パソコンで手続きをお願いします」と言われて、「パソコンなんてねーんだよ！」って心の中で怒っていました。普通に生活する

ための家具もドライバーも着替えもなく、携帯もガラケーという状況だったのに、「やっぱりわからないだろうな」ってがっかりしたのを覚えています。でも、市役所で電化製品など必要な物資をもらえて、自転車などいろいろもらえたのはありがたかったですね。

避難者ということで保育園に優先で入れてもらえたけど、当たり前の方がいろいろない生活が整ってない状況で、保育園からあれこれそろえてくれるのは大変でした。

子どもを預けられようになっただけからは、仕事をしないとと思ってハローワークに行ったけど、生活保護を勧められました。でも、それまでずっと働いていたからすんなりと受け入れられなかったです。結局、避難してから2年後に夫と離婚してから、生活保護を受けるようになったので、もっと早く受けていたら生活が安定していたかもしれないなと今となっては思います。

当時は震災のことを聞かれたりして、話すのもつらかったです。今でこそこうやって泣かずに話しているけど、当時は話すたびに泣いていました。でも、自分が泣いても子どもはうれしくないですし、どこかのタイミングで、「もう泣かない」と決めました。女は強いですね。本当は当時の大変さに触れられたらすぐ泣いちゃうところがあると思います。生活保護も外れて、今に至ります。

最近、子どもが「お母さんすごいよね。他の家はお父さんもいてやっていることを、お母さんは他の家と変わらないことができています」って言うてくれました。子どももここまでの大変さを少しわかってくれていたんだと嬉しかったです。

大人の人にこういう話をする機会が当初からずっとなかったのがつらかったです。子どもの親つながりなど周囲の人と会話をしている中、悩んでいる内容が違いすぎて、震災の話をして「平和ボケしててどうせわからないだろうな」って思っちゃって話す気になれませんでした。そういう点で、見守り隊の人くらいしかこれまでのことを話せなかったですね。

今でも災害のニュースを見ると涙が出るし、今でも、「ここで水がなくなったらどうするか」とか震災直後の体験から考えちゃいますね。震災のときは大きく揺れたり、震災後の火事も見たりしてすごく怖かった。昔は観覧車とか高層ビルは平気だったのが、今はヒヤッとします。海を見るだけでも「ここで津波がきたらどうやって逃げるの!? 津波がきたら死んじゃう」って考えちゃいます。トラウマになっているんですね。



支援者へのインタビュー2 佐藤恒富さん（かながわ避難者とともにあゆむ会）

東日本大震災のときはまだ定年退職したばかりで、震災の支援をすることが第二の仕事だと感じました。当初は宮城県石巻に行って支援活動していました。その後、神奈川県ボランティアネットワークで「ちょこボラ」という様々な支援活動をするボランティアに関わるようになったのが神奈川県での支援活動を始めるきっかけでした。震災直後の4月から被災地へのボランティアバスを送り出すための手配などいろいろなことを必要に応じて何でもやっていました。

当時は神奈川県内にも多くの方が避難されてきましたが、被災地の仮設住宅と異なって、同じ地域の人が集まっているわけではなく、県内の借り上げ住宅に個々バラバラに避難していることから、避難者さんたちが神奈川県で孤立しがちで、お互いにつながる場を求めているのを感じました。ボランティアネットワークでも同じように、避難者さん同士が集まれる場が必要だということになって、そういった会の運営など企画するようになりました。自分はずっと横浜育ちだったので実感はなかったが、避難者さんたちと関わる中で「ふるさと」という存在の大きさを感じました。

住んでいた地区ごとの意識やつながりがすごく強くて、そういった感覚があることを配慮して避難者さん達に関わらないとうまくいかなかったことは今でも印象に残っています。

神奈川県基金21事業に災害対策課とボランティア活動推進課との協働事業として採択されて、2013年に「かながわ避難者とともにあゆむ会」ができました。県の協力を仰ぎ、活動に参加希望の方を登録し、各種イベントを企画したり、各種案内を送付したりしました。毎年開催している一番大きなイベントの「ふるさとコミュニティ」は、当初のかながわボランティアネットワークの活動のころから開催しています。そこでは郷土芸能をやってもらえる人の協力があって、それは参加したみなさんに喜んでもらえていると思います。震災直後は被災地の伝統芸能をやっている人が散り散りに避難してしまって活動できていないという声を避難者さんから聞いて、「伝統芸能を復活してもらいたい」「避難者さんに久しぶりに郷土芸能に触れてもらいたい」という想いから、震災で無くなってしまった楽器の調達などいろいろな手配をして横浜で披露してもらいました。



第 11 回ふるさとコミュニティ集合写真(2019 年)

そういった活動の中で、子ども未来プロジェクトなど他の団体とも一緒になって活動したり、避難者同士のネットワークとして「かながわ東北ふるさと・つなぐ会」という当事者団体を発足させたりしました。できるだけ避難者さん達がつながれる場を設けようと活動をしていましたが、東北の地域性なのか、集まると出身地ごとに固まってしまう傾向がありましたので、地域ごとの人が集まれることを大事にして避難元の町別の集まりを行うようになっていきました。横浜駅の方まで来るのは大変という人も多くいたので、県内各地の社協さんにも協力してもらって、神奈川県内のいろいろな地域でお茶っこ会などを開催しました。他にもつなぐ会の方で、「散歩カフェ」という企画があって、神奈川県内のあちこちのお寺を巡ったりもしています。

避難者さん達の目線で何かできることがないかなと考えて活動してきました。避難者さんに声をかけていくと、いろいろなアイデアがあるので、「じゃあそれやってみよう」ってなっていますね。あと、当事者の方々に入ってもらって、企画なども考えてもらって、やってもらうということを大事にしてきていました。避難者の中にも得意なことがあるので、それを教える側として交流してもらうことが避難者の人にとってもやりがいになるのでいいなと思うようになりました。思いつきのまま皆さんが喜んでくれそうなことを、遊び心を持ってやり続けているようなところがあって、そういう感覚が長く支援を続けられているところなのかもしれませんね。

10年を超えてどこまで活動を続けていけるかというのは考えさせられますね。これまで支援をしてきて、原発の賠償の有無や内容で避難者さん達の間に差が出ちゃっているなと感じます。定住していく形を取る人がいますが、そういう人たちは10年経ったとしても周囲に溶け込めるかというところでもない傾向があります。同郷の人たちの互助会みたいなものは必要だと感じていますし、そのお手伝いがこれからもできていけたらいいなと思っています。

3月11日が近づくとそのタイミングだけ報道がされるけど、それ以外の時期は忘れられている気がします。支援に関わっていない人からは「10年も経ったのにまだやっているの?」と言われることもあります。でもまだやれることはあると思っていますし、我々の活動に集まってくる人がいるうちは続けていけたらなと考えています。

・<第3期>自主避難者への住宅供与終了や避難先での転居（2016年1月-2017年3月）

年	月日	震災、国や避難元自治体での出来事	月日	神奈川県での対応
2016	3月	復興牧場フェリストラテ稼働	1月	県内避難者3726名
	3/11	追悼 復興祈念行事(震災5年)	1月	心のケア「こころのホットライン」(電話相談)
	4月	宮城県 多賀城高校に防災系専門学科の災害科学科開設 防災機能を高めた南蒲生浄化センター(仙台市汚水処理場)を新設	1月	メール相談 南相馬の今 わたしたちができること:かながわ県民センター
	5月	「千年希望の丘」で植樹祭(宮城県 岩沼市が造成中の緑の防潮堤) 閑上の旧住宅街に水産加工団地完成(宮城県 名取市)	3月	テレビ神奈川:「東日本大震災から5年」放映(カナフルTV)
	6月	復興・帰還に向け福島県 川内村複合商業施設 月浜海水浴場が6年振りに本格的に海開き(宮城県 東松島宮戸地区)	3/11	「3.11を忘れない」「3.11メモリアルイベント-東日本大震災から5年、復興の今とこれから」の実施
	6月	福島県 葛尾村居住制限区域及び避難指示解除準備区域解除	4月	東日本大震災支援・情報ステーション移転(神奈川県自治会館1階)
	6月	川内村:避難指示解除準備区域解除	5月	H29年3月末で供与終了となる世帯への戸別訪問お知らせ(避難元と避難先自治体がチームで)
	7月	南相馬市:居住制限区域及び避難指示解除準備区域解除	5月	「無念」上映会・ふるさと交流懇親会:横浜情報文化センター
	8月	檜葉町6年ぶり米づくり再開/ホッキ漁試験操業/ヒラメ出荷制限解除	6月	富岡町ふるさと交流懇親会:横浜市西地区センター
	9月	津波で全壊した石巻市立病院が開院(被災した県内全ての病院で診療再開)	7月	福島県で全国25カ所に「生活再建支援拠点」を設置、神奈川県で「かながわ避難者と共にあゆむ会」が拠点となった。
2017	2月	郡山駅前に複合商業施設がオープン	8月	第一回宮城県避難者交流相談会:中野サンプラザ
	3/11	ふくしま追悼キャンドルナイト(インターネット同時配信)	11月	「なみえのしゃべり場in横浜」:横浜崎陽軒
	3月	原発事故避難めぐる集団訴訟で初めての判決(前橋地裁)	11月	「東日本大震災復興支援まつり2016」開催:山下公園
	3月	福島県 川俣村・浪江町・飯館村居住制限区域及び避難指示解除準備区域解除	12月	「ふくしま避難者交流会」開催:東京国際
	3月	福島県の避難指示区域以外からの避難者(自主避難者)への応急仮設住宅の供与を終了		
		宮城県からの避難者への応急仮設住宅の供与を終了		
その他の出来事				
2016	4/16	熊本大地震	2月	茅ヶ崎市にて交流会(七つ星)
	8/5	リオデジャネイロオリンピック開幕	3月	テレビ神奈川「東日本大震災から6年～大規模災害対策と被災者支援の今～」放映
	9/7	リオデジャネイロパラリンピック開幕	3月	木下サーカスへの招待116名(守りたい・子ども未来プロジェクト)
	9/18	福島県サポーターティングマッチふくしまユナイテッドFC対AC長野パルセイロ(於平塚)		

福島県の原発事故の避難区域に指定されていない地域からの自主避難の方への住宅の無償提供が終了する時期でした。自主避難の方は避難区域の方のように賠償金をもらっているわけではないので、住宅の供与が終了することは避難を続けるうえで経済的に苦しく、また新たな転居先を見つける苦労もありました。

避難者さんへのインタビュー-5 50代女性（避難元：福島県いわき市）

水の被害だけだったら、家が壊れて住めなくてもこっちには来ていません。いわき市の市営住宅等に居たと思います。自主避難という国からのお達しがあったから、車いすの子がいたので、全く避難する気はなかったが、いろんな人が手伝ってあげるからと毎日のようにメールが来たので…。知り合いが結構いました。60人くらいが知り合いの知り合いを頼って神奈川に避難してきました。エレベーターもあり、買い物や炊き出しをして当座は生活に困りませんでした。

ただ、障がい者がいて車いすを使っていて、家を流されたのは我が家だけで、他の人は家がありました。そのうち皆さん家が心配になり、少しずついわきに戻って行って、結局私一人残ってしまいました。元々長男が震災前から神奈川に住んでいて、仕事をしていたので、家も無くなったのならこちらにいたらと言って県営住宅を捜してくれました。しかし全く知り合いがないというのは、とてもきつかったです。長男もよく動いてくれたけど、一緒に住んでいるわけではないし、仕事もあるし、私自身車いすの子がいるので、いろいろな情報収集が出来ませんでした。「誰もいなかった」「分からない」が一番不安。福祉の手続きとか、何も出来ず、ずっと一人で障がいの子を二人自宅で看ていました。

そのうえ自主避難は早くに借り上げ住宅を出ていかなければなりません。家のないことの不自由さ、この災害に遭って家のないということがこんなに不安なのかということを知りました。住んでいる家を出ていかななくてもいいということ。100年経っているボロ家でも、〇〇の誰々。村では屋号で呼ばれていたもので、〇〇の××ちゃん、知らない人も知っている。私の存在は家が証明してくれているというのを初めて知りました。まさにブランド。銀行で書類に不備があっても後で結構です、で済んでしまいます。

福島では困っていたら勝手に周りが手を出してくれる。いいところでもあるし、悪いところでもあるけど……。こっちは困っていても口を出してはいけないみたいな雰囲気。まさに地獄。車で出かけても道が複雑なのでどこでUターン出来るかがわからないから、とても緊張してしまいます。

我が家は30キロ圏内でした。いわき市の市長が、いわき市は自主避難、申請の手続きはいいと言ったばかりに、30キロ圏内だったのに何の恩恵も受けられない。目の前の人たちは補償を受けられていました。原発の交流会があったとき、「土地買ったの」「マンション買ったの」などの会話についていけなかったです。

お国訛りの言葉を聞き、冗談を言って笑ってみたい。思い切って交流会に参加したけれど、家で二人の障がい児をヘルパーさんをお願いしてきたので、ゆっくり落ち着いて楽しめなかったのです。福島の言葉で、福島のイントネーションで話をしたり聞いたりしたい。私のように障がい者を抱えていて避難しているような同じ立場の人と話がしてみたい。



避難者さんへのインタビュー6 50代女性（避難元：福島県富岡町）

原発事故の当日、学校から帰ってきた中2の息子と二人、車で必死に逃げました。何処に行けばいいのかも分からず、とりあえずいわき市方面へ南下しました。途中道路が陥没していたり、突然橋が無くなっていたり、余震も繰り返し起きていて、本当に怖かったです。息子に「何時が一番怖かった？」と聞くと「あの時」と言います。これは何かの冗談ではないかと錯覚しそうでした。

父親が一人で暮らしていた神奈川の実家に着の身着のまま、12時間かけてたどり着いた。初めは無事を喜んでくれて、同居を受け入れてくれた父親でしたけど、時間が経つにつれてお互いの生活感覚の違いで、父親に迷惑をかけ肩身の狭い思いをしました。そんな時に借り上げ住宅の事を知り、丁度息子が高校受験の時だったので、高校が決まった時点で引っ越しました。＜優秀な高校に合格されたのですね＞田舎から来たのにね(笑)。福島の学校では自学ノートを作っていて、やる気さえあれば家で勉強してくると翌日先生が見てくれた。富岡町でも塾へは行っていました。特待生でしたけど……。幼、小、中と同じように子育てをママ友たちとやってきた。学校、地域でそば

打ちをしたり、芋煮大会があったり、イワナのつかみどりをしたり、今息子がどこまで覚えているかはわかりませんがね……。でも神奈川でも学校で苛められることもなく、友達を家に連れてきたときはホッと安心しました。



一方私は福島の人間関係をぶっつりなくしてしまい、仕事の先行きも見えず将来の不安がいっぱいになり、そんな時見守り隊の人が訪ねて来てくれました。県の職員の女性だったのではないかと思います。「何か困っていることはないですか」と聞かれ「ないです」と答えたもの「友達ができない」とつないだら、涙がぼろぼろ出てきました。全く光が見えず、家、学校、仕事と精神的に背負うものが大きく、一杯一杯でした。やはり同じ苦しみで愚痴をこぼせることは必要ですね。今は息子も社会人となり、地方に勤務しています。

これからの人生の事を父と話し合いたいと願っていた矢先に、突然の父の死……。今まで父が暮らしてきた実家に戻って来てしまいました。父が大事に育てて来た庭木を引き継いでいます。

最近は一人で楽しむことも出来るようになったと言うか、楽しんでもいいなあと思えるようになってきました。大好きなディズニーランドに出かけて、一泊したり……。でもそんな時一緒に楽しめる友達がいたらなあと思います。気持ちが通じ合える人との出会いを楽しみにしていきたいと思いますかね……。(笑)

支援者へのインタビュー3 山下由紀子さん（福島県復興支援員）

<復興支援員について教えてください>

復興支援員は、福島県避難者支援課の事業の一つで、福島県外避難者の方々に対して、生活再建へのそれぞれのお考えやご相談内容、状況に沿った情報提供や関係機関との連携を行うと共に、心情へ寄り添い、見守りやケア等に取り組むことを目的に設置されています。神奈川県では(一社)神奈川県臨床心理士会が受託し、H27年2月から5~6人の復興支援員で活動してきました。

主な活動はご親族宅避難も含めて避難指示区域内外問わず、福島県に避難届を出されている神奈川県内居住の方々を対象とした、福島県の駐在職員と二人一組での戸別訪問です。基本的には同じ担当が継続的に訪問する体制にしており、顔と名前を覚えていただいて、徐々に話が深まることもあったと思います。日中の訪問なのでご不在も多いのですが、不在者連絡票に対しご返信下さる方もおられます。

その他、近隣都県の復興支援員研修会で各地の実情に合わせた活動内容を共有したり、現地研修を通して福島県の現状を少しでも実感する経験も持つようにしています。

<どのようなお話やご相談が多かったですか？>

この約6年を振り返ると、たくさんのお顔が浮かびます。お話は、福島県に戻るか否かも含めた住居のこと、経済・仕事のこと、心身の健康面のこと、教育のこと、家族のこと等、多岐に渡ります。

活動開始時には既に避難生活は長期化していましたが、少しお話ができるようになると、「津波から家族で必死で逃げて・・・」「地震で転倒して怪我をして・・・」などの発災直後の体験や、「原発事故でいきなり行先も分からないバスに乗って・・・」など、思いがけない避難をせざるを得ない中で、神奈川県に避難されるまでの経緯や思いを伺いますし、たまに帰宅の機会があっても、ご自宅が動物や盗難により荒らされていることへの困惑や腹立たしさを語られる方は多かったです。

また、活動当初の頃は、福島県職員とご一緒していることもあり、「今頃来ても遅い」「県や国はどうしようとしているのか見えない」という行政への不満、不信を向けられることも多かったです。

が、その思いも当然のものとしてお伺いしていると、より現実的なお悩みやお困りごとに触れることもありました。福島県職員と福島の言葉で地元の話ができる、と喜ばれる方もおられます。

「“福島からの避難”ということで避難先で嫌がらせを受けた」「子供がいじめにあっていた」という訴えもお聴きし、神奈川県民として申し訳ない気持ちにもなりつつ、配慮しながらの対応もしています。

ご家族と支え合われている方々もおられる一方で、「家族とうまくいかない」と悩まれる方もいらっしゃいます。

応急仮設住宅供与期間が終了する地域が増えてくると、経済的不安もある中でどこに居住するかという住宅確保のご相談や、福島県に残している土地住宅をどうするかというお悩みも増え、「神奈川は交通の便はいいが、近所との付き合いも殆どなく淋しい」というお声もよく伺いました。

生活も再建されて「もう避難者ではないので大丈夫です」と仰る方もおられる一方、長期化の中で、配偶者を亡くされる方も多く、**「福島に戻りたい気持ちはあるが、子供達と離れるとかがえて迷惑かける」「高齢者一人で戻っても生活が難しい」と悩まれる高齢者の方々もおられます。**また、仕事を失い就労問題に悩まれたり、母子避難での生活がご負担になっているご家庭もあれば、心身のご病気を抱えて不安感も募られている方も増えていて、お話を伺いながら、できる限り提供できる情報があればお伝えし、関係機関と連携をとったりしています。

<復興支援員の活動を通じて、どのようなことを感じましたか？>

自分自身は、地元が阪神淡路大震災で被災地となり、ボランティア等をしてストレスケアに関心をもち、心理士に転向しました。福島県の避難者の方々は、地震・津波の被災に加え、原発事故で地元になかなか戻れない、ずっとあると思っていた日常生活・未来を喪失した状況が**ありますが、避難者の方々がそれぞれの思いを抱えながらも、今の生活を何とかしようと向き合われていると感じます。**

復興支援員としての立場で大事にしてきたことを改めて考えると、十分な訪問回数・時間でもなく大したこともできず悩ましいですが、その瞬間お一人お一人と向き合うこと、人と人としてお会いすることだったかと思います。その中で、時々心に留められていた思いを語ってくださることもあり、少しでも安全安心にお話しただけるとよいな、と**思ってきました。**

特に新型コロナウイルス感染禍で、人と人との関わりが希薄になると、より不安感や社会的孤立感が増すとも言われているので、お電話や手紙等で人と人との繋がりを少しでも維持したいと思っています。



解説 PTSD(心的外傷後ストレス障害)・トラウマ反応

「トラウマ(心的外傷)」という言葉は広く知られるようになり、一般の会話の中でも「嫌な記憶」という意味で使われるようになりましたが、専門的には災害や事故、暴力被害など強い恐怖を感じるような大きなストレスが原因の症状に対して使われます。そういった強いストレスがかかった後に、一時的に①侵入症状(フラッシュバック)、②過覚醒症状、③回避(麻痺)症状がみられることは自然なことなので、これらの症状が出たからといって、すぐに病気というわけではありません。状況が落ち着いて、安心感を取り戻せる環境の中で、次第に症状は落ち着いていきます。

しかし、その出来事の恐怖感が強烈だった、大事な人や物を失った、その後の環境で安心感が持てなかった、などの要因が重なることで、その症状が強い状態が長く続いて日常生活に支障が生じていると、PTSDという状態になっている可能性があります。もし、そういった状態であれば、精神科・心療内科・臨床心理士などの専門家へ相談した方がよいかもしれません。

・<第4期>避難区域解除に伴う住宅供与終了(2017年4月~2019年12月)

年	月日	震災、国や避難元自治体での出来事	月日	神奈川県での対応
2017	4月	富岡町:居住制限区域及び避難指示解除準備区域解除	4月	地引網体験ご招待(守りたい・子ども未来プロジェクト)
	4月	気仙沼市鹿折地区で、被災した商店でつくる「かもめ通り商店街」が新たなスタート	4月	県内避難者交流会「寄り合い処」(ソクラテスプロジェクト)
	5月	広域幹線バス3路線/JR浪江~小高間再開	6月	自主避難者に神奈川県より家賃補助の実施
	6月	改訂福島復興再生特別措置法(5.19施行)拠点区域・双葉町(2022年度春頃までに全避難指示解除をめざす)	8月	交流会「BBQ&夏祭り」(守りたい・子ども未来プロジェクト)
	7月	いしのまき元気いちばオープン(宮城県石巻)	10月	山梨バスツアー(よこはま・七つ星)
	8月	津波で全壊した季節料理志のやが、元の場所に店を再開(宮城県南三陸)。	11月	交流サロン開催(よこはま・七つ星)
2018	11月	富岡町で震災後初の夏祭り		横浜市港南区地域交流懇親会:港南区社会福祉協議会
	4月	小高赤坂病院診療再開		
	4月	東北自動車道(福島~米沢)開通		
	4月	津波被害を受けた閉上地区の一部を海拔5mの高さまで嵩上げし、仮移転していた閉上小学校、閉上中学校が名取市立閉上小中学校として開校。	3月	県内避難者2,472人
	5月	富岡町の帰還困難区域再生計画(4つのゾーンに分けている。5年後居住目標1600人)	3月	「木下大サーカス横浜公演ご招待企画」(守りたい・子ども未来プロジェクト)
	6月	全国植樹祭。48年ぶり福島県(南相馬市)で開催	5月	自主避難者に神奈川県より家賃補助の実施
8月	津波被害を受けた旧野蒜小学校が防災体験施設に(宮城県東松島)		応急仮設住宅供与期間終了(宮城・福島・岩手県からの避難世帯)	
10月	志津川湾が藻場の多様性や希少な水鳥の重要な越冬場所と評価され、ラムサール条約湿地に登録(南三陸)。	5月	チャリティー地引き網招待(守りたい・子ども未来プロジェクト)	
10月	榎葉町商業施設「ここなら笑店街」オープン	5月	横浜YMCAベースボールデー2018横浜VS楽天に招待(横浜YMCA)	
10月	「いわき大交流フェスタ2018(Jピレッジ)」	7月	「料理教室 横須賀海軍カレーを料理し食べ比べてみよう!」(神奈川災害ボランティアネットワーク)	
11月	山元町歴史民族資料館がリニューアル、震災による集団移転の際の発掘調査で見えられた「線刻壁画」を初公開(宮城県亘理郡 山元町)。			
12月	南相馬市に商業施設「小高ストア」オープン			
2019	2月	横浜地裁判決。福島県から神奈川県へ避難した152人に	4月	県内避難者交流会「寄り合い処」(ソクラテスプロジェクト)
	3月	国と東電の賠償責任認める	6月	チャリティー地引き網(守りたい・子ども未来プロジェクト)
	3月	三陸鉄道「リアス線」全面開通	8月	「令和元年度第1回かながわ避難者支援会議」開催(神奈川県)
	3月	気仙沼市東日本大震災遺構・伝承館開館	9月	「きずなサロン」(見守り隊)
	3月	南相馬市、川俣町、葛尾村、飯館村の避難指示解除区域から避難されている方の仮設住宅供与期間が終了	10月	「ふるさとコミュニティ」(あゆむ会)
	3月	避難指示区域以外からの避難者(自主避難者)への応急仮設住宅の供与を終了(岩手県)	10月	「避難者相談会(中野サンプラザ)」開催(宮城県)
	4月	気仙沼大島大橋(鶴亀大橋)が開通!	11月	「野島公園研修センター泊交流会」開催(七つ星)
	4月	津波で大きな被害を受けた名取市閉上地区に、カワマチテラス閉上がオープン、堤防沿いに23店舗出店(名取市)		
	4月	Jヴィレッジ全面再開		
	6月	大熊町仮設商業施設オープン(大川原地区)		
	8月	富岡町及び浪江町の全域、並びに葛尾村及び飯館村の帰還困難区域から避難されている方の応急仮設住宅の供与期間が2020年3月末で終了することを公表(福島県)		
	9月	東日本大震災津波伝承館開館(宮城県陸前高田市)		
12月	旧防災対策庁舎近くに、南三陸町震災復興祈念公園が一部開園			

年	月日	その他の出来事
2017	6/26	将棋:藤井四段がデビューから無敗のまま公式戦29連勝の新記録
	7/5	九州北部豪雨災害
	9/3	秋篠宮眞子さま婚約内定
	9/9	陸上桐生選手日本人初9秒台
2018	6/28-	西日本豪雨
	9/4	台風21号関空で大きな被害
	9/6	北海道地震最大震度7
2019	5/1	改元(平成⇒令和)
	9/20	ラグビーワールドカップ開催(岩手・釜石鶴住居復興スタジアムも会場に)

福島県原発事故の避難区域の中でも順々に避難指示が解除され、一定の猶予期間を経て住宅供与が終了していった時期です。避難指示が解除されても多くの人に戻ってきておらず、避難元に帰っても元の生活ができないため、帰還するのか神奈川での生活を続けるのか葛藤が大きい時期でした。神奈川での生活を続けると決めた場合でも、転居が必要な人も多く、ようやく慣れた生活をまた変えなければならない負担もありました。

避難者さんへのインタビュー7 60代女性（避難元：福島県楢葉町）

こんな大事になるとは全然思っていなかったし、神奈川に来ることになるなんて思っていなかったのが正直な想いです。地震の次の日に「すぐ避難しなさい」といわき市の避難所の案内を渡されて、近所の人や義母と乗って向かいました。いつもならそんなにかからない距離なのに渋滞していて7～8時間かかりました。そのときは2～3日で戻れると思っていたので何も持たずに逃げました。連絡が取れていなかった息子とも電話が一瞬だけつながって、後日何とか息子とも合流ができました。

高齢の義母がいたので親戚のいる神奈川県まで避難しました。神奈川県が避難者の受け入れをされていて子どもや高齢者がいる世帯を優先して対応すると聞いて、県庁まで行って公営住宅への入居が決まりました。

でも、入った公営住宅は雨漏りもしたし、ネズミも出たし、義母にはつらい環境でした。最初は地域に馴染めなかったし、ご近所さんたちも避難者が来たって知っていたので、「原発の避難で来たんでしょ」とよそ者扱いされている時期もありました。医療機関に行っても「福島から来た人は診ません」と言われたこともあって、本当に腹が立ちました。避難してきた当時、息子とファミレスに入ったとき、他の人が「福島の人が避難してきているらしいよ。ここじゃなくてもっと山の方に逃げればいいのか」と話しているのを聞いて、水をひっかけてやりたい気持ちでした。他にも理不尽な思いをすることはしばしばあって、「俺は何も悪くねえ！何でこんな思いしなきゃいけないんだ！」って息子が耐えかねて叫んだこともありました。そのときのことは今思い出しても泣けてきます。息子は震災によるPTSDと診断されました。自分も精神的につらくなってきてパニック障害になってしまいました。あのころは先が見えなくて生きていくだけで精一杯でした。

しばらく、公営住宅の周辺の木の手入れをしたり、花を植えたりと、時間をかけて周囲の人とも溶け込んで関わりが持てていけたので、それはよかったなあと思います。長く住んでいる中で、段々生活に慣れてきて、ゆっくり息子も自分も調子がよくなってきた気がします。避難してきてから2年くらい経ってから、義母がお世話になっていた地域の高齢者支援センターの人からボランティアの勉強の案内をされて、まだ生活に余裕がなくて迷ったけど申し込んで、そこからボランティアに参加するようになりました。



避難してきてから最初は草花としか関わらない生活だったこともあり、人と関わるって大事だなんて考えるようになりました。最初は正直、見守り隊の訪問相談も人と話すのがおっくうだったところがありました。でも、いつも「元気？」と声かけて来てくれたり、義母が亡くなったときには花を持ってきてくれたりして、段々話すことがいいなと感じられるようになってきてありがたくなって思います。県の職員さんが訪問してきたとき、お茶を出そうとして「飲んじゃいけないことになっている」と言われたときは、そういう決まりなのかもしれないけど悲しくて泣きそうになりました。福島ではお茶やお菓子を出してもらって手をつけないのはあり得ないからそれもショックでした。

そんな中で、避難元の避難指示が解除されて2年程度で住宅供与が終了する連絡がきて、出てい

かなければいけないってなったときはどうしようかと困りました。また動かなきゃいけないというのはプレッシャーですごく嫌でした。子どももこの地域で仕事を始めていて、離れたくない気持ちが強かったです。何とかならないかと福島県の職員さんや神奈川県職員の職員さんに相談したりして、継続的に公営住宅に住むことができるのかどうか、住民票の問題があったりして、二転三転して振り回されることもありました。最終的に継続して入居することができないって言われて、どうにかしなきゃって必死になって精神的にもまいってしまっていました。当時のことを思い出すとぞっとします。同じような部屋の間取りなどできるだけ環境を変えないような物件を近くに何とか見つけることができ、今のところに住めています。住宅の供与を受けている間も、避難中に住宅供与の申請の期限が半年ごと、1年ごとに近づいてくるのが精神的につらかったですね。

振り返ってみると生きることに必死でしたね。でもいろんな人に助けてもらって、元気をもらってよかったなって思います。見守り隊は同じ人が長く来てくれることが安心感もあるし、人になかなか言えない自分のことをさらけ出せてすごくよかった。来る人が変わっちゃうとどうしても構えちゃうところがありますよね。遠いところからよく通ってきてくれたなって感謝しています。

避難者さんへのインタビュー8 80代 男性 (避難元：宮城県石巻市)

東日本大震災が起きた時、石巻市に住んでいました。仕事をリタイアした後、海と船に憧れて移住していたのですが、私は震災の直前に脳梗塞を患って左半身麻痺になり、リハビリに励んでいる最中でした。自衛隊が作ってくれた道を通って車で峠を越え、妻と中学校に避難しました。それから4日間は水だけ、5日目におにぎり1個の支給でした。

神奈川県に住む息子が探しに来てくれて、こちらに避難してきましたが、幸いエレベーターのある公営住宅に入ることができました。

ここでも妻の懸命な介助で、リハビリをしたり散歩をしたり頑張ってきたのですが、3年後思いもよらず妻に病気が発見されて、1年もたたないうちに先立たれたのです。見守り隊の方が来た時は「生きている張り合いがない。妻に先立たれると男は駄目だ」と話したそうですね。でも、自分は田舎育ちで都会に志を持って出てきた人間だから、家事も自分でやれたのです。一度に炊いたご飯をおにぎりにして冷凍したり、掃除洗濯も自分でして介護保険は使わなかった。近くの医者に週1回リハビリに通って先生と世間話をするのが楽しみでした。

平成30年10月の借り上げ住宅の期限が来る前に、公営住宅に応募して落選した時はどうしようと思いました。高齢者では借り主になるのも難しい。そこで息子がワンルームマンションを借りてくれました。引越し荷物は自分で数回に分けて運びました。新しい場所は駅に徒歩で行けるし買い物も便利でした。リハビリ病院は遠くなりましたが、娘が車で連れて行ってくれました。

ただ、周りに顔見知りの同年齢の人達がいないと淋しいものです。いつまでも息子に負担をかけたくないという気持ちもあり、その後も募集がある度に娘に書類を書いてもらって公営住宅に応募しました。令和2年春、4回目の応募で運よく以前の団地に当選しました。今回の引越しは娘が大いに手を貸してくれました。親は子どもになるべく迷惑をかけたくないけれど、できないことは頼めるのだと思うと安心です。こちらに戻って妻のお墓参りもすぐ行かれるので良かったなあと考えています。



避難者さんへのインタビュー9 70代女性（避難元：福島県南相馬市）

<お変わりありませんか？>

お医者さんには定期的に診て貰っているけれど、今のところ大丈夫。一人暮らしだから自分で健康に生活しないと、と思って気をつけています。散歩は毎日続けていて、今日は雨だったけれど団地を2周しました。

10月になって、ずっと会えなかった娘が長野から車で来て2泊していきました。リンゴを持ってきたから、同じ棟のお友だちにおすそ分けしました。地域のケアプラザもコロナでずっと集会がなかったから、お食事会なども中断してしまって、人と会うことが本当に少なくなりました。10月から始まったけれど、少しずつですね。



<もう10年になりますね>

震災当初、一時避難所からバスでさらに避難することになり、希望したバスはもう出発したと言われて、新潟行きに乗りました。到着すると「新潟地震でお世話になったから」と町の方が暖かい汁物を用意して待っていて下さった。それまで冷たいおにぎり1個の日もあったから有難かったです。しばらくお子さんのいる個人のお宅に宿泊させていただいて心も和みました。

神奈川県に来たのは4月半ば。県内や東京にいる親戚が銘々茶ダンスや服など持ち寄って手助けしてくれました。それでも生活用品を一から揃えるのは大変で、百円ショップによく行きました。私はテレビ好きで、引越しの翌日にテレビを買ったの。8月になってテレビを支給しますと言われたけれど、貰いませんでした。

<団地での生活はいかがですか？>

この団地や近くに住んでいる民生委員や市の元職員の方など、リーダーになる方が何人かいらして、自治会でバザーをして寄付を集めてくださったり、交流会も最初は週1、2回開かれて、65人位集まりました。おかげで私は避難者の方とも顔見知りになって、お友達もできました。その後移っていかれた方もいて、集まりが10数人になって交流会が終わりになる時には、被災者で芋煮会をしてお礼をしました。私は引き続き地域のグループ（カラオケやグラウンドゴルフ）に参加して楽しんでできました。

<今思うことを聞かせてください>

故郷を離れて、もう戻ることはできないと最初から覚悟していたので、ここに住めば自立できる、と思って生活してきました。歳をとって体が思うようにはいかないことも出てきたけれど、ここは住みやすいと思います。皆さんに良くしていただいたと感謝しています。

神奈川県における避難者支援事業窓口一覧（行政）

事業名	受託団体	相談内容	相談窓口	対象の避難元	委託元
かながわ避難者見守り隊事業	神奈川県臨床心理士会	避難全般、ストレス、自分・家族の相談	電話：045-228-7353 (月～金 8:30-17:15)	岩手 宮城 福島 熊本	神奈川県災害対策課
生活再建支援拠点	かながわ避難者とともにあゆむ会	避難生活全般に関する悩み	電話：070-5577-0311 (平日 13:00-17:00)	福島県	福島県避難者支援課
県外避難者心のケア事業	神奈川県臨床心理士会	ストレスや自分・家族に関する相談	電話：045-716-6463 (日曜 10:30-16:30) メール：mail@2940.org	福島県	福島県障がい福祉課
復興支援員事業	神奈川県臨床心理士会	避難生活や各種制度の悩み	電話：045-716-6440 メール：mail@2950.info	福島県	福島県避難者支援課
避難者住宅確保・移転サポート事業	やまて企業組合(川崎支店)	移転に関する住宅の悩み	電話：044-829-0056 (月～金 9:00-18:00)	福島県	福島県生活拠点課

・<第5期>神奈川での定住を決めた生活（2020年1月～2020年12月）

年	月日	震災、国や避難元自治体での出来事	月日	神奈川県での対応
2020	3月	富岡町及び浪江町の全域、並びに葛尾村及び飯館村の帰還困難区域から避難されている方の応急仮設住宅の供与期間が終了	2月	「きずなサロンinよこはま」開催(見守り隊): 横浜情報文化センター
	4月	高速道路無料化今年度も継続	4月-	「東日本大震災等 支援・情報ステーション」来所窓口対応の休止および「かながわ避難者見守り隊」訪問相談の休止
	8月	大熊町及び双葉町からの避難者の応急仮設住宅の供与期間を2022年3月末まで更に延長と公表(福島県)	6月	お元気ですか通信(第1号)発行(見守り隊)
	9月	東日本大震災・原子力災害伝承館開館(福島県双葉町)	7月	神奈川県への避難者1,910人
			9月	お元気ですか通信(第2号)発行(見守り隊) (きずなサロンin横浜は中止)

年	月日	その他の出来事
2020	2/29-	コロナで東京ディズニーランド・シー休園
	3/24	東京オリンピック・パラリンピック延期決定
	3/30-	NHK朝ドラ「エール」(福島県福島市:古閑裕而)
	4/7	緊急事態宣言(東京・神奈川・千葉・埼玉・大阪・兵庫・福岡)
	4/16	緊急事態宣言対象を全国に拡大
	5/14	緊急事態宣言解除(39県)
	5/21	大阪・京都・兵庫解除
	5/25	東京・神奈川・埼玉・千葉・北海道解除
	7/1	東京ディズニーランド・シー再開
	7/22	GO TO トラベルキャンペーン開始
7月	令和2年熊本豪雨	

帰還された方、神奈川県での生活を続けると決めた方、明確には決められないけれど目の前の生活を止める訳にはいかないところまでおられる方…、それぞれの思いや選択の重みを実感する時期でした。そんな中での新型コロナウイルス感染症拡大。これまで当たり前だった生活、自由な移動、気兼ねのいらぬお茶やお喋りの時間などが制限されました。ふるさとやたくさんの思い出を、より恋しく大切に感じられた方も多かったのではないのでしょうか。

避難者さんへのインタビュー10 60代男性（避難元：福島県南相馬市）

<私と福島（南相馬）とのつながり>

元々私は神奈川県生まれで、学校を出てから県内の企業に勤めていたんです。職場結婚した妻の郷里が南相馬でした。子どもも育った頃、これからどうしようと妻と相談して、第2の人生を南相馬で過ごそうと決め、早期退職希望を出して移住しました。平成7年（1996）のことです。

それから15年、地域の生活に溶け込んでいきました。最初は苦勞もあったんです。いきなり組長をやれと言われて会合に行った時、これまでの習慣に反したことをしたのか、一時村八分のようになりました。でも私は世話好きなこともあって、その後も役員をしたりしていくうちに、気楽なおつきあいができるようになりました。使っていない畑を無償で貸してもらって野菜作りを始めたこともあって、近所の方々におすそ分けしたり、野菜を頂くことも多くなりました。玄関に白菜がどさっと置かれていて誰にお礼を言ったらいいのか迷うこともありました。あちらでは玄関の鍵はかけないですね。



<震災後の二重生活>

震災の時、津波被害には遭わなかったので、卓上コンロを近所に分けたりして2日間自宅で過ごしました。息子の嫁から原発が危ないと知らされて慌てて飯館村の道の駅に行きました。遠くに避難したつもりだったけれど、あそこは盆地で放射線量が高い場所だったんですね…。その後神奈川県に来て市の体育館（避難所）に数日いて、市の方から提案された公営住宅に応募しました。しばらくして妻が落ち着いたのを見届けて、私は南相馬の自宅に戻り仕事を続けたのです。当初は毎日

線量計を下げて生活していました。原発から 22 ㎞で自主避難地区でしたが、数値は高かった。後日除染をしてもらいました。私は毎週のように車で福島県と神奈川県を往復しました。

<神奈川に住むことを決める>

平成 30 年（2018）頃から妻の体調が悪くなり、私も神奈川に戻ることにしました。南相馬の家は運よく売れて、現在の住宅を購入。仕事は週 3 回ビルの清掃員をしています。家から近くて妻の病院の付き添いもできる。職場には年上の方も元気で働いているので、60 代半ばの私もまだまだやれると思っています。

<今、福島への思い>

コロナが流行る前までは、自宅がなくなっても度々妻と福島に行っていました。高速道路ではなく、あえて一般道を走る。山や畑が草ぼうぼうになるのを見るのは辛いけれど、その方が福島の現状がよく分る。向こうではビジネスホテルに泊って友人に会うのが楽しみだった。福島の方は「情が深い」から、いつまでも親友でいられる。もう住むことは叶わないが、元に戻れるなら今でも福島に住みたいという気持ちは変わりません。

避難者さんへのインタビュー 2（後半） 60 代 男性（避難元：福島県南相馬市）

月に 1 度は南相馬に戻ります。常磐自動車道をいわきから北へ行くとまだまだ汚染処理の黒いビニール袋の山が高く積まれているところもあります。他方、ロボットテストフィールドが完成し、近未来のドローンのテスト飛行なども南相馬と浪江町の間で行われています。やはりこれから来る新しい時代に期待をかけた。津波や地震、発電所などの災害もあったけれど、そのような災害や被害を克服できる未来が来ると信じて、新しい時代に期待をかけた。

最近私は家庭菜園をする畑を借りて野菜を栽培しています。採れた野菜は長男や次男のところへ届けに行っています。さらに今年は街路樹の銀杏拾いを始めました。今、横浜は私にとって平和で楽しい場所になりつつあります。菜園での畑仕事も私には初めての事です。周りの人達に教えていただきながら野菜作りを楽しんでいます。災害の時も助けられ、今の菜園作りでも助けていただきながら 10 年目を迎えようとしています。これから人生一日一日を大切に生活していきたいと思えます。



（写真はご本人からいただいたカード）

解説 神奈川県内の避難者数

東日本大震災による神奈川県への避難者は大きく知人・友人宅への避難者と神奈川県内の公営住宅や借上民間賃貸住宅など「みなし仮設住宅」への避難者と分けられ、年々避難者数は減少しており、2021 年 3 月 1 日現在、親族・知人宅等 1,872 人、公営住宅等 21 人、借上民間賃貸住宅 28 人、高齢者関係施設 12 人、合計 1,933 人となっています（神奈川県 HP より）。公営住宅等や借上民間賃貸住宅への避難者数は、2012 年のピーク時にはそれぞれ 1,219 人、1,661 人でしたので、それに比べるとかなり減っているように見えます。しかし実際には、被災元が元通りになっていないため、多くの方が住宅の無償提供が終了しても帰還せず神奈川県にそのまま住み続けています。その方々は、住宅供与が終了した後に自主的に届け出をしない限りは避難者数からは外れており、避難後に継続して神奈川県に留まっている避難者の方の数は、実際には統計の数よりも多くなると考えられます。

・その他の避難者からの声

これまでのインタビューでご紹介はできませんでしたが、訪問の中で伺った避難生活の体験や、以前のアンケート調査で寄せられた避難に関する声、今年度の「お元気ですか通信」の返信などから、避難者の皆さんの声をいくつかご紹介します。

着の身着のまま息子と二人横浜に避難してきました。はじめは近隣の人たちもなんとなく放射能が気になったみたいで、遠巻きにされていた感じがあります。でもね今はここで世話になっているのだから、悪口は言いたくない。

ある日何も知らずに新聞の勧誘に中年の男性が来ました。「実は福島から避難してきたばかりで、毎日カップラーメンを食べていて、家の中には家具もなあんにもないんだ」と話すとその人は「ちょっと待って」と言って、しばらくすると小さなテーブルとお茶碗を抱えて来てくれた。それから自分たちの生活も少しずつ落ち着いてきたけど、お礼をきちんと言えなかったのが今も心残り。でもね、そのときはうれしかったんだよね……。 (94才 女性 福島県浪江町)

避難当初は出産したばかりで、放射能に対して、食べ物に対してとても神経質になっていました。何もない静かで緑のきれいだった福島が全世界に知れ渡り（悪い意味で）数多くの批判をされ、悪いイメージがついてしまったことをとても悲しく思います。避難をして地元を離れるまで気付かなかったことですが、やはり生まれ故郷はいいところでした。もうそれは元には戻らない。これからも福島ということだけで周りにどう思われるのか考えて生きていかなければならないことが、本当にとても悲しく一番失われて大きいものだったと思います。

最近は精神的に落ち着きが出てきました。特に神奈川県や川崎市の担当者の方の心からの支援が感じられ、神奈川に住もうと思った源です。当初は焦りと不安で場所もわからず選択しましたが、本当に良かったと思います。県庁に出向いて今の場所をお願いした人たちの対応が今でも思い出せるほど、安心とその優しさに感激、感動しました。落ち着いた生活ができています。感謝！！

はじめは地理にも不慣れで、ちょっとした買い物にもストレスを感じましたが、今は横浜での生活にもすっかり慣れました。仕事のことで不安に思うことも多々ありますが、問題をひとまとめにではなく一つ一つに分けて考え、心配を大きくしないよう気持ちをコントロールするようにしています。落ち着いて対応できるようになってきました。

大震災の時も今の新型コロナの流行も、今までになかったような災難で混乱しているけれど、違うのは、あの時は助けを求める人達と支援する人達が分かっていた。震災の時は、全国そして海外からも沢山の支援が寄せられました。今、コロナの感染では皆が当事者だから周りを助ける余裕がないように見えます……。

岩手の陸前高田から避難してきて、神奈川県さんに現在の住まいを借りています。おかげさまで近所の人たちも親切で、例えばこちらに来た頃お金がないので、リサイクルショップに家財道具を買いに行ったら、被災者でこちらに来ていると話したら、全部タダで車で運んでくれました。今でも挨拶に行くと、田舎から送ってくるワカメなど届けたりして、いい付き合いをしています。近所のスーパーもみんな親切で楽しく過ごしております。

津波がきた時は猫と夫婦二人で車で逃げていました。気がつくとも真っ黒な壁のような波が迫ってきました。ドアが開かなくなり夫が壊して外に出ました。その時私が流されそうになったのですが夫が水の中で仁王立ちになり、一方の肩に猫、もう一方の手で私を掴んで助けてくれました。後になって夫は何故かあの時は妙に冷静だったと言っています。しかし避難所で私が過呼吸になり病院に入院しました。夫も付き添いで病院暮らし。周囲の人が体の大きい夫(元力士)に、大きな、大きなおむすびをつくってくれたりしてとても気にかけて貰いました。今は神奈川で夫婦で頑張っ地域に溶け込んで生活しています。(30代 女性 宮城県塩竈市)

10年を振り返って、あっという間でした。何とか立て直さなければととにかく必死でした。ただ、西暦で2021年というのと令和3年では感覚が違って、平成23年と令和3年を比べるとものすごい昔のような気がしてきます。最初の5年はあっという間だった。後の5年は仕事に夢中、懸命でした。思い返すと、思いもかけずいろんな人が手を差し伸べてくれていて、例えば避難所で母が体調を崩し困っていたら、東京の友人が1週間自宅に泊まらせてくれました。その友人から不動産屋を紹介してもらい現在の住まいにたどり着いています。富岡から一緒に避難してきた家族同然の猫にとってもペット可のマンションはどれだけ有難かったか。又職場の上司との出会い、仕事の内容だけでなく、人との付き合い方、又社員としての心構えなども自分の性分を理解したうえで助言して貰えるので体にしみてきます。人付き合いが苦手だった自分にとって職場でも周りの人が手を差し伸べてくれる、みんなに助けられて今があると実感しています。(40代 男性 富岡町)

石巻の海から1.8キロ離れた団地の一階に住んでいて津波に襲われました。畳は浮き上がり、家財道具は流失、玄関に置いてあったリュックだけを持って二階以上の階段に避難、他の人達と寒い夜を過ごしました。いつも行っていたスーパーでは100人以上の死者だったと聞いたし、同じ団地の子供も亡くなったそうです。遺体が流れ着いた家もありました。助かったのは不思議なくらい。神奈川で家庭を持っていた息子が迎えに来てくれました。当時は頭が混乱していて、何をしていたのか分からない。今ならもう少し落ち着いて、避難している人達と話したり、記念の家具を少しは持ってこられたかとも思います。しかし、今でも近くで地震があったりすると、胸の動悸がしばらく収まらないです。(80代 女性 石巻市)

震災後、仕事で避難元に留まった夫とは別々の生活になり不安はあったが、大学生だった息子達は社会人に、中学生だった娘も社会人になり独立していった。今は2匹の犬と自分で買った家に静かに時には淋しさもあるがここでの生活に満足している。震災によって失ったものは多いが、振り返ってばかりでは前に進めない。今こうして生活できることに感謝。

震災後、2、3回は物を取りに帰りましたが、その後体力が続かず、ここ7年位は行っていません。又行ってみたいけれど残念でなりません。

コロナ禍で気心の知れた昔なじみと会えません。ご近所や顔見知りとの立ち話などもめっきり減ってさびしく心細い限りです。それでも食欲はふつうにあって、夏やせもせず、実りの秋を待っています。皆さまお体大切に。また会う日まで生きのびましょう。

●神奈川県で避難者支援を行ってきた団体の紹介

(かながわ避難者支援会議 構成団体／2020年2月時点)

団体名：特定非営利活動法人 かながわ避難者と共にあゆむ会

私たち「かながわ避難者と共にあゆむ会」は、避難されている方々が孤独におちいることなく、避難されている方々が主体的に生き生きとした生活と笑顔を取りもどせるように“小さなお手伝い”をしています。神奈川近郊にお住まいの避難されている方々同士の会である「かながわ東北ふるさと・つなぐ会」と連携して、ふるさとコミュニティ in かながわ、お茶っこ等の集う場の提供、会報「ともにあゆむ」の発行による情報交換、神奈川近郊の名所を歩く「散歩カフェ」による楽しみの提供等の活動を行っています。

団体名：社会福祉法人 神奈川県社会福祉協議会

社会福祉協議会は、ボランティアや市民活動のような自主的な福祉活動への支援や、福祉活動に対する先駆的な取り組み、共同募金運動等への協力など、様々な場面での地域福祉の推進に取り組んでいます。東日本大震災の際は、発災直後から神奈川県や神奈川災害ボランティアネットワーク等関係団体と協働で多くの支援活動を展開しました。また、被災者対象の生活福祉資金等の貸付事業案内も行っています。

団体名：公益社団法人 神奈川県社会福祉士会

2012年度から3年間、神奈川県から委託を受け、かながわ避難者見守り隊として、東日本大震災により神奈川県内に避難されている方々からの相談を受け、困りごとをともに考え、解決に向けて、必要な関係機関につないでいく活動を県と協働して行いました。専門サポートという窓口で、避難者の方々の個々の問題について、社会福祉士として他職種と連携してサポートする、ということを中心として活動を致しました。

団体名：特定非営利活動法人神奈川災害ボランティアネットワーク（KSVN）

災害時の協力協定を神奈川県と結んでおり、東日本大震災発災直後も県内帰宅困難者のサポートや一時避難所に避難されてきた被災者を支えるボランティア、及びボランティアコーディネーターとして活動。神奈川県・神奈川県社会福祉協議会との3者協働事業「かながわ東日本大震災のボランティアステーション事業（2011年4月11日 - 2013年3月31日）」においても、ボランティアバス運行を始め様々な支援活動を展開しました。

団体名：ソクラテスプロジェクト

阪神淡路大震災を契機に、保健医療福祉の専門職が中心に立ち上げた団体で、東日本大震災後に、被災地及び県内で被災者支援を展開する専門職団体、市民ボランティア団体、要援護当事者団体が結集した「東日本大震災被災者支援団体連絡会 in かながわ」においては、事務局として、緩やかな連携の要を担っています。主な活動は、定例会の開催、避難者交流会「寄り合い処」の開催、電話相談事業、こいのぼり制作、講演会などです。

団体名：株式会社 ファンケル

ファンケルグループでは、2011年5月より、「美」と「健康」の商品と、独自の技術で、被災地の方々の心と体を応援する「美と健康の Save the 東北プロジェクト」をスタートさせ、被災地や神奈川県内の避難者に向けたイベントへ従業員ボランティアを派遣した活動実績があります。また、2013年より継続して「公益財団法人みちのく未来基金」への寄付を通じて、東日本大震災で親をなくした子どもたちの進学を応援しています。

団体名：神奈川県弁護士会

当会は、神奈川県内に法律事務所を持つ弁護士全員が加入する団体で、基本的人権の擁護と社会正義の実現をめざし、法律相談、人権侵害や消費者被害の救済、犯罪被害者支援、刑事弁護、民事介入暴力対策、より良い法律を作るための活動など様々な活動をしています。原発事故に対しては、神奈川県内に避難された方々に対する法律相談や説明会を継続的に行い、また福島県内での法律相談会に弁護士を派遣しています。

団体名：東京地方税理士会

神奈川県と山梨県に事務所を設けている税理士及び税理士法人が会員の当会では、発災後、日本税理士連合会・東北税理士会との共催で被災地による税務相談会を開催したり、日本税理士連合会・全国の税理士会との共催で開催した被災者向け無料税務相談会への税理士派遣を行う等の支援活動を行ってきました。

団体名：神奈川県生活協同組合連合会

東日本大震災復興支援募金、安心して福島を取り戻すための署名、福島の子ども保養は2012年3月から合計7回、県内避難者交流会は2014年10月に「みかん狩り&いも煮会」、2015年10月に「三浦にみかん狩りに遠足に行こう！」の開催と大学生による県内避難者学習支援ボランティア「とどろき学習室・よこはま学習室」を支援。その他学習会等会員生協や関係団体とともに行ってきました。発災以降、被災地生協の仲間および全国の生協は被災地域の人々の命とくらしを守るために、今日まで様々な取り組みを重ねています。

団体名：特定非営利活動法人 よこはま・七つ星

震災からもうすぐ10年が経ち、神奈川県に避難してきた避難者の方々にとって、長いようで短い10年だと思えます。まだまだ落ち着いた生活が出来ているとは思えず。支援の必要性を感じます。よこはま・七つ星の活動として避難者の方々に向けて、1)誰でも自由におしゃべりできる交流サロンの提供、2)諸事情によりサロンに来ることが出来ない方についての自宅等への訪問、3)電話での相談受付の3点の活動をしてきました。他の支援者団体と連携を取りながら、避難者にとって充実した神奈川県での生活ができるようにこれからも支援していきたいと思えます。

団体名：守りたい・子ども未来プロジェクト実行委員会（神奈川県ユニセフ協会内）

2011年10月に東日本大震災緊急支援「守りたい・子ども未来プロジェクト」実行委員会発足以降、2019年10月に8年間の活動終了となるまで、東日本大震災の影響で神奈川県内に避難している子どもとそのご家族を対象に、子どもたちが安心して生活できる環境作りのサポートを行う事業として、避難者情報誌の発行・発送、電話相談や避難者親子交流会、サークル活動の推進、ふくしまカフェの運営、団体・企業によるご招待や共催企画などの活動を展開しました。

団体名：株式会社パソナ

福島県内への帰還予定者への移住相談員と就職相談員が福島県での「しごと」と「くらし」をワンストップでサポートする窓口「福が満開、福しま暮らし情報センター」を東京有楽町に開設して、就職相談や職業紹介などの個別サポート、県内の企業情報の提供、就職に役立つイベント・セミナー情報の提供等を行っております。また、採用をお考えの県内企業のサポートもいたします。

●「かながわ避難者見守り隊」について

・「かながわ避難者見守り隊」の活動紹介

「かながわ避難者見守り隊」は、東日本大震災、熊本大地震など、近年 日本で発災している天災により県外から神奈川県に避難されてきた避難者の方々に対して、避難者の生活支援を行うために設置されました。

■東日本大震災発災後、「かながわ避難者見守り隊」事業発足まで：

東日本大震災の発災当日、神奈川県は「県災害対策本部」を設置。また、かながわ県民活動サポートセンターには「神奈川県災害救援ボランティア支援センター」が設置され、県職員と協力して神奈川県災害ボランティアネットワーク（KSVN）のメンバーが、同センターに避難した帰宅困難者をサポートしました。

さらに県は3月18日、被災地から避難されてきたの方々のための一時避難所を県立武道館に開設。KSVNのコーディネートのもと、避難者を支えるボランティア・ボランティアコーディネーターが県立武道館にて活動を行いました。県立武道館では、神奈川県社会福祉士会もまた、避難者の方々に対する相談活動を行いました。

■「かながわ避難者見守り隊」の発足：2011(平成23)年6月1日

神奈川県は、東日本大震災発災後に開設された一時避難所（県立武道館）で相談活動を行っていた神奈川県社会福祉士会に「かながわ避難者見守り隊」事業の後方支援を要請し、その後2011年6月1日、県内避難者に対する孤立防止・きめ細やかな生活支援のための戸別訪問、情報提供・生活ニーズの把握・見守り支援活動を展開するべく、緊急雇用創出事業特例基金を活用した「かながわ避難者見守り隊（以下、見守り隊）」事業を発足させました。

「見守り隊」は、同じく6月1日に開設された県庁第二分庁舎1階「東日本大震災支援・情報ステーション（以下、ステーション）」を活動拠点とし、2011年度（初年度）は、「見守り隊」隊員として緊急雇用された県非常勤職員（18名）と一般ボランティアがペアを組み、応急仮設住宅に入居した全避難者への戸別訪問を展開。また、2011年11月からは、見守り隊隊員が18名から29名に増員となり、更なるスタッフの役割細分化、分析部門の強化、訪問活動の充実、庶務事務の増加に伴う対応がなされました。

■「見守り隊」事業を神奈川県社会福祉士会が受託：2012(平成24)年度～2014(平成26)年度

2012年4月1日には、神奈川県社会福祉士会が正式に「見守り隊」事業の委託を受け、その後3年間にわたり「見守り隊」事業を継続することとなりました。

避難生活が長期化する中、県内避難者の方々に対し、より専門的な相談対応、支援情報の発信、戸別訪問等を行うことにより、避難先での安定した生活や故郷への早期帰還につなげることを目的とした諸活動が展開されました。

支援活動にあたり、神奈川県災害対策課職員、ステーション職員及び専門相談員との連携は欠かせず、災害対策課との定期的な朝会ミーティングの実施、また専門相談員一県職員間の連絡を密にして、支援に必要な情報の共有等を行いました。また、各地で開催される相談交流会の準備や協力も積極的に行われました。

■「見守り隊」事業を神奈川県臨床心理士会が受託：2015(平成27)年度～2020(令和2)年度

2015年度からは、「見守り隊」受託機関が神奈川県臨床心理士会に変わりましたが、本会の歴代の会長・事務局長や担当理事の方々の協力の下に、引き続き、避難先での安定した生活や故郷への早期帰還を果たせるよう、県内避難者等からの相談対応や支援情報の発信、県内避難者宅への戸別訪問、避難元自治体との連絡調整等、必要な支援の展開を目的に「見守り隊」事業が継続されました。

◆かながわ避難者見守り隊 活動年表◆

年度	活動内容	受託
2011年度 (平成23)	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 「かながわ避難者見守り隊（以下、見守り隊）」事業発足。神奈川県庁舎内に「東日本大震災支援・情報ステーション（以下ステーション）」開設（6/1）。見守り隊として緊急雇用された県非常勤職員と一般ボランティアがペアを組み、応急借り上げ住宅に入居した避難者への戸別訪問を展開。 ➢ 「見守り隊」隊員の増員。スタッフの役割細分化、分析部門の強化、訪問活動の充実、庶務事務の増加に伴う対応を図る（11月）。 	—
2012年度 (平成24)	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 当事業が神奈川県社会福祉士会に委託される（4/1）。 ➢ 「ステーション」運営、県内避難者に対する見守り活動を継続展開。 	神奈川県社会福祉士会
2013年度 (平成25)	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 「ステーション」運営、県内避難者に対する見守り活動を継続展開。 	
2014年度 (平成26)	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 「ステーション」運営（来所相談38件/電話相談137件/電話案内1817件）、県内避難者に対する見守り活動（専門相談員による訪問相談533件/専門相談員による電話相談445件）を継続展開。 ➢ 県内避難者対象に開催される各交流会・相談会の場を活用し、相談活動実施。 ➢ 神奈川県社会福祉士会への事業委託が終了（3/31）。 	
2015年度 (平成27)	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 当事業が神奈川県臨床心理士会に委託される（6/1）。 ➢ 「ステーション」運営（来所相談24件/電話相談67件/電話案内1210件）、県内避難者に対する見守り活動（専門相談員による訪問相談98件/専門相談員による電話相談209件）を継続展開。 ➢ 交流会「東北きずなサロン in よこはま」開催（2/27）。 	神奈川県臨床心理士会
2016年度 (平成28)	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 「ステーション」運営（来所相談3件/電話相談62件/電話案内1128件）、県内避難者に対する見守り活動（専門相談員による訪問相談137件/専門相談員による電話相談423件）を継続展開。 ➢ 「ステーション」が、神奈川自治会館1階に移転（4/1）。 ➢ 熊本地震（4/14）被災による神奈川県内への避難者も当事業支援対象に。それに伴い、ステーション名が「東日本大震災等 支援・情報支援ステーション（以下、ステーション）」と改められる（9月）。 ➢ 交流会「きずなサロン in よこはま」開催（10/23・2/25）。 	
2017年度 (平成29)	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 「ステーション」運営（来所相談10件/電話相談65件/電話案内1115件）、県内避難者に対する見守り活動（専門相談員による訪問相談162件/専門相談員による電話相談368件）を継続展開。 ➢ 交流会「きずなサロン in よこはま」開催（10/1・2/25）。 	
2018年度 (平成30)	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 「ステーション」運営（来所相談5件/電話相談41件/電話案内674件）、県内避難者に対する見守り活動（専門相談員による訪問相談171件/専門相談員による電話相談385件）を継続展開。 ➢ 交流会「きずなサロン in よこはま」は悪天候により中止（9/30） ➢ 交流会「きずなサロン in よこはま」開催（2/24） ➢ アンケート冊子「神奈川県に避難されている皆様の今」完成・発送（2月） 	
2019年度 (平成31・ 令和1)	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 「ステーション」運営（来所相談3件/電話相談20件/電話案内454件）、県内避難者に対する見守り活動（専門相談員による訪問相談133件/専門相談員による電話相談421件）を継続展開。 ➢ 交流会「きずなサロン in よこはま」開催（9/29・2/16） 	
2020年度 (令和2)	<p>新型コロナウイルス感染症拡大により 対面活動が難しく、主に電話による見守り・相談支援の一年となる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ➢ 「ステーション」来所窓口対応を休止。電話相談対応は9:30-16:15に時間短縮（4/20～）。 ➢ 専門相談員による戸別訪問相談を一時休止（その後、感染予防対策を徹底し、一部再開期間あり）。 ➢ 「お元気ですか通信」発行（5月・9月）。 ➢ 冊子「神奈川県での避難生活10年の道のりとこれから」完成・発送（3月）。 	

■「見守り隊」事業の主な業務活動

①「ステーション」運營業務

見守り隊の活動拠点である「東日本大震災 支援・情報ステーション」は、2011年6月1日、神奈川県庁第二庁舎内に設置され、「ステーション」開室時間帯には常に対応可能な相談員が配置されてきました。その後、ステーションは2016年4月1日に神奈川県自治会館1階に移転。また、2016年4月の熊本地震による県内避難者も支援対象となったことに伴い「東日本大震災等支援・情報ステーション」と改称されました。

「ステーション」運營業務は、大きく「支援情報等の提供・管理」「来所者対応」「電話対応」が挙げられます。

「支援情報等の提供・管理」としては、各種案内チラシ、被災地の新聞（福島民報、福島民友）や被災地に関わる情報誌等の整備、掲示や配架を行って来ました。また、県内避難者世帯に、適宜支援情報等の郵送を行って来ました。

「来所者対応」としては、ステーションに来所される県内避難者・県民に対する情報提供や相談対応を行ったり、ステーション内に配架してある各種情報を閲覧していただき、必要があれば、細心の注意を払いつつ避難者の抱える課題や現状を伝えることを意識して行ってきました。

また、これまでに新聞社やTV局による取材も数回行われ、そのようなメディアを通して、県内避難者に対する支援継続の必要性や「見守り隊」事業活動についての広報がなされることもありました。



②専門相談員による戸別訪問相談・電話相談業務

2012年度以降、避難者世帯の中で、継続した訪問・電話相談の希望や必要性がある世帯に対しては、専門的知識・経験を持った専門相談員が対応を行って来ました。また2015年度以降は、1回の訪問時間に余裕を持たせ、世帯によって違いはあるものの訪問頻度が最低年2回以上は確保できるよう調整し、「見守り隊」専門相談員による戸別訪問相談を継続して来ました。

被災された当初は、避難先での生活の安定、地域コミュニティでのつながりなど、介護支援や民生委員のサポート等が多く必要とされましたが、被災後5年目以降では、長年の避難生活の疲れや今まで抑制してきた震災時の辛い体験や恐怖が思い出されて、不眠や体調不良など身体だけでなく心のケアも求められるケースが増えて来ました。このように、発災以後の時の経過に連れて、訪問対象世帯の抱える課題にも変化が認められるようになりました。

2015年度以降の専門相談員による訪問・相談支援の内容を大きく分類してみると、「健康・メンタル系の課題」を抱える人が約3分の1と最も多く、たとえば疾病を抱えておられる方や高齢者の独居ケース、老老介護の不安など、身体的健康問題に伴う課題やメンタル面の課題を抱えているケースが多くなっています。時の経過に伴う生活環境や家族関係の変化により、これまではあまり目立たなかった問題が顕在化してくるといったこともあるようです。その他、「住宅・経済系」の課題、「家庭・こども系」の課題(母子家庭、発達障害の子どもを抱えている避難者など)、「就労系」の課題、「福祉・サービス系」の課題(介護施設に入所中のケース、介護サービスを受けつつ独居を継続されている世帯など)、そして「複合系」課題(複数の生活課題を併せ持っている)が挙げられています。

③交流会の開催

発災後 間もない時期から、県内避難者向けの交流会や相談会が、各支援団体により継続的に開催され、それら相談会や交流会の開催情報をもとに、「見守り隊」からも適宜県内避難者への参加の声掛けを行ってきました。

そして2015年度以降は、「見守り隊」が主催する交流会として「きずなサロン in よこはま」を基本的に年に2回開催してきました。

なお、2020年度に関しては、新型コロナウイルス感染症の感染拡大により、9月・2月に開催予定であった「きずなサロン in よこはま」がいずれも中止となり、その代替として「お元気ですか通信」を発行することとなりました。しかしやはり、直接お会いして皆さんの表情が見えること、お声が聴けること、双方向にやり取りができる形には代えがたいと感じています。



④その他

行政・支援団体・企業等で構成する県内避難者支援団体との連携協力の場として、年に数回開催される「かながわ避難者支援会議」（神奈川県が設置）にオブザーバーとして参加し、県内避難者支援状況について報告や情報交換を行ってきました。

最後に、「見守り隊」発足以降の活動について説明しましたが、今年度(2020年度)は、新型コロナウイルス感染症の世界的な流行により、「見守り隊」事業活動も大きな影響を受けました。特に2020年度後半期に至っては、外出も儘ならない病弱の方や高齢者がいらっしゃる世帯、あるいは緊急を要する避難者世帯への専門相談員による訪問も制約を受け、支援活動を継続する上での大きな課題となりました。

支援者として、受託事業者として、早急にコロナが鎮静化することを切に願っています。

〔参考資料〕

- ・「かながわ東日本大震災ボランティアステーション事業25か月の記録」（編集・発行：神奈川県かながわ県民活動サポートセンター・社会福祉法人神奈川県社会福祉協議会・特定非営利活動法人神奈川災害ボランティアネットワーク/2013年3月）
- ・「災害とボランティア～かながわ東日本大震災ボランティアステーション事業から考える～」神奈川県立かながわ県民活動サポートセンター：吉田信雄（かながわ政策研究・大学連携ジャーナルNo.3 2012.9）
- ・「遠隔地支援における福祉職能団体の役割と課題」山下康（福祉文化研究2012 Vol.21/日本福祉文化学会）
- ・「神奈川県に避難されている皆様の今-かながわ避難者見守り隊避難者アンケート2018-」

解説 臨床心理士

「臨床心理士」は大学院で心理学について学び実習を行ったうえで、公益財団法人日本臨床心理士資格認定協会が実施する試験に合格し、認定を受けることで取得できる“心理専門職の証”となる資格です。全国公立中学校や小学校のスクールカウンセラー、教育相談所、精神神経科・心療内科・小児科などの医療機関、児童相談所や高齢者施設などの福祉施設、司法関係機関、大学の学生相談室、地域のカウンセリングルームなどで、カウンセリングや心理検査などの活動を行っています。

一般社団法人神奈川県臨床心理士会は、神奈川県に在住・在勤する臨床心理士、公認心理士師で構成する職能団体で、心理専門職として人々の心の健康と福祉の増進に寄与するべく地域社会に貢献するため、各種関係機関・団体と連携し、様々な取り組みを行っています。

・「かながわ避難者見守り隊」の各スタッフからのコメント

かながわ避難者見守り隊では、戸別訪問や電話相談を中心に活動を行う「専門相談員」と情報ステーションでの相談対応などを行う「相談員」を兼務している6名の臨床心理士で活動をしています。

東日本大震災当日、横浜の自宅に戻れず東京の職場で一夜を過ごしました。その後じっとしていられなくて、神奈川のボラバス等で何回か出かけました。でも出来ることはごくわずかです。ある時南三陸の町長さんとお話する機会があって、その疑問をお伝えしました。町長は「いや、皆さんのボランティアの黄色のジャケットを見るだけで、我々は忘れられていないと勇気づけられます」小さな小さな力ですが、続けられるかぎり続けたいと思います。【中村加代子】

震災の年、石巻市にスクールカウンセラーとして2週間お世話になりました。深い悲しみの中で頑張っている方々を前に、県外の私は何ができるのだろう…神奈川県での見守り隊活動に手をあげた後も考え続けています。今、私達が知ること、伝えることが役目のひとつだと感じています。【小里國恵】

あれだけ大きな災害で、多くの人が心に傷を抱えて、10年で全て解決するわけではないのに、時間がたつ中で世間では過去のことになっている気がします。神奈川県にもまだ避難してきている人がたくさんいると人に話すと驚かれます。生活ができて物がそろっていても、それだけでは見えない問題がたくさんあると改めて感じました。意図せずふるさとを離れて遠くへ避難し、人生が大きく変わってしまうことがどんな想いなのか、多くの人に伝わるといいなと思います。【山口剛史】

震災後、被災者の方に言われて心に残っている言葉が2つあります。一つは、震災の年に被災地の仮設住宅にボランティアとして訪れた時、「被災者のことを今後も忘れないで覚えていてほしい」と言われたこと、もう一つは、見守り隊として被災者の方を訪問した時、「何をしてくれるの？」と言われたことです。支援者として何ができるのかよくわかりませんが、これからも被災者の方を理解する努力をしていきたいと思っています。【林 乙平】

この冊子作製に携わることは、私にとって学び直しの時間でもありました。見ること、聞くこと、知ること、実際に触れて感じることで、そして伝えることの大切さを改めて実感し、自分にできる支援の形とは…?と原点に立ち返る体験にもなりました。模索は続きますが、避難者の皆さんそれぞれの声や歩みに思いを馳せながら、学びを忘れず、これからも見守り隊の活動に関わっていただけたいと思っています。【大江田美香】

10年誌をまとめる作業をされていて感じることは、どのような団体と連携すれば、避難者に役立つ支援につながるのかと。医療問題は医療スタッフとの連携が、法律や家族問題は弁護士やソーシャルワーカーとの連携が効果的な支援につながるかと。心理士(師)のみの支援には当然に限界があるので、周りの個々の支援団体の活動実態を知り、常日頃から連携のためのコミュニケーションを取る努力が大切なのだ改めて感じています。【谷口幸一】

「かながわ避難者見守り隊」を神奈川県臨床心理士会が担当するようになって5年が経過しました。この間、情報ステーションの運営、管理、電話相談、また訪問相談、交流会などに多くの方々のご協力がありました。改めまして御礼と感謝を申し上げます。我々の活動に今後ともご支援よろしくをお願いいたします。

・おわりに ー東日本大震災から10年が経過した「これから」に向けてー

かながわ避難者見守り隊として、神奈川臨床心理士会は2015年から避難者の皆さんの多くの声を聞いてきました。10年が経過する現在でも、相談がなくなったわけではなく、避難先の神奈川でいろいろな葛藤を抱えながら生活されている方が多くいらっしゃって、訪問相談や電話相談を継続しています。神奈川県の実業であるかながわ避難者見守り隊もその避難者への支援のニーズがまだあることから事業が継続されています。この冊子のタイトルを話し合う際に、「10年は節目なのであって、終わりというようなニュアンスになることだけは避けたい」ということは全スタッフで一致した点でした。そのため、「これから」という言葉を入れています。

災害の支援を考える際に、「これをすればいい」というようなマニュアル的な対応は難しく、ニーズを聞き取り、必要な対応を考えることの繰り返しでした。一人一人が置かれた状況は異なりますし、時期によっても必要な支援が異なってきます。神奈川県臨床心理士会が見守り隊の実業を受託した2015年からは、避難当初のような生活物資がなくて困るという相談はなくなって、避難を余儀なくされて神奈川に来た結果、避難元へ戻るのか、神奈川に定住するのか、定住するとしてどう生活していくのか、という問題が大きかったように感じています。「東日本大震災」というと、どうしても、津波の被害や原発の問題に焦点が当たりがちですが、県外への避難をして人生が自分の意思とは関係なく変わってしまうことが、どれだけ大きなことか活動をする中で痛感してきました。津波で壊れたものが復興したり、放射能の除染が進んだりして、被災地が整ったことでは解決していない問題が、県外避難者に生じていることはあまり知られていません。相談の中でこれらの問題を少しでも多くの人に共有し、役立てたいという思いがこの冊子の作成につながっています。

臨床心理士という心の専門家がかながわ避難者見守り隊の活動を行う中で、避難者の皆さんが気丈に神奈川県での生活を行いながらも、実は心の傷を負っているのだと感じる場面が多くありました。できるだけ同じ担当者が事前に連絡をしてゆっくりお話ができる時間を取っていただくようにして、時間を重ねて安心して話ができる関係を作っていくように心掛けていく中で、なかなか言葉にできないままになっていた避難した当時の恐怖、避難してきたときに言われた誹謗中傷への傷つき、ふるさとを失った悲しみなど、聞いていてこちらもつらくなるような体験が語ってもらえるようになりました。

こういった状況を踏まえて、2018年に避難に伴うストレスを調査するためのアンケートを行い、その結果を2019年3月に「神奈川県に避難されている皆さまの声」という冊子にして皆さんにお送りしました。その調査では、震災から7年以上が経過していても、つらかった体験が気にならなくなっていないことや、相談相手がいない人や健康や精神的なことに関する悩みがある人はストレスが大きいことがわかりました。ただ時間が経過していることが、つらかった体験を解決するわけではないことが結果として出ているのだと思います。

避難に関する状況や補償、個人の事情などが異なり、同じ悩みとして避難者同士でうまく話ができないこともありますし、神奈川県の広域にバラバラに避難していることから、避難者同士がつながりにくいという問題もあり、避難生活は気持ちの面でサポートが得られにくい状況です。多くの団体がそのつながりを回復するためにイベントなどを行ってきました。そういったつながりの中で次第に前向きになってきたという方も多くいらっしゃいます。また、インタビューを行って改めて振り返ってお話していただくことで、これまでお話を伺ってきた内容だけでは見えなかったお気持ちも見えてきました。10年経った今だからこそ、「一人一人の気持ちに寄り添うこと」を大事にして、これからの生活、これからの人生について一緒に考えていけたらと考えています。



かながわ避難者見守り隊（神奈川県委託事業 委託先：神奈川県臨床心理士会）

〒231-0023

神奈川県横浜市中区山下町 75 神奈川自治会館 1 階

東日本大震災等 支援・情報ステーション

みなとみらい線「日本大通り駅」(出口 3) 下車徒歩 5 分

045-228-7353 (月～金 8:30-17:15)

mail@mimamoritai.org

