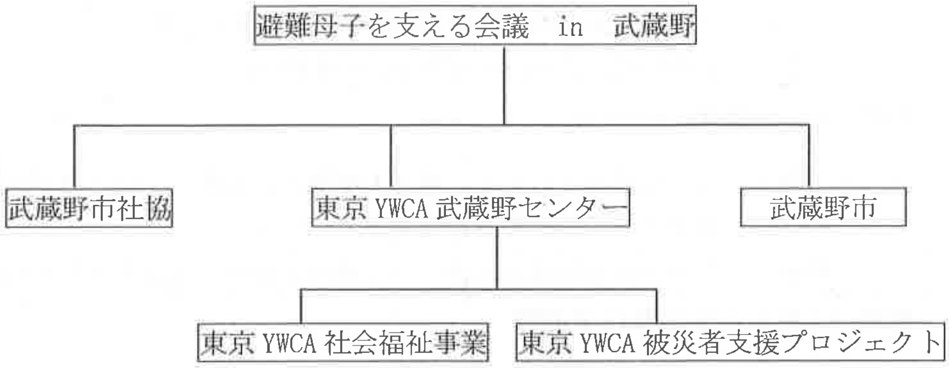
別紙

新しい公共支援事業の実施内容及び実績に関する報告
（新しい公共の場づくりのためのモデル事業分）

実施内容及び実績に関する報告

モデル事業名	東日本大震災による福島県からおもに東京多摩地区に避難している母子家庭が地域に親しみ、ともに助け合う社会を築くための支援事業
分類	□一般枠　□ＮＰＯ支援重点化枠　レ震災支援枠　（該当するものにチェック）
事業実施主体名	避難母子を支える会議 in 武蔵野
1．地域の課題	①おもに福島第一原発の事故のため、東京近郊に避難している福島県の人たちは、現在、市区町村の公的住宅や民間住宅で避難生活をしている。市区町村の社会福祉協議会が、孤立化防止対策として、情報提供や戸別訪問、サロン開催を行っているが、社会福祉協議会によっては市区町村から名簿の提供が受けられず、どこにだれが住んでいるか把握ができない等、支援に差があり、また社協同士の横のつながりに限界がある。②避難している人たちは、度重なる移転で、町や村の人たちがバラバラになり、いまどこにだれがいるか探している状態である。中でも父親が福島に残り、母子だけで避難している家庭は、先が見えない避難生活に、精神的にも経済的にも負担が増している。③震災から１年がたとうとしている現在、市民の震災の風化も心配される。 東京 YWCA は民間団体として、市区町村を横断的につないで支援をすることができる。 また、女性の団体として、ボランティアによる事業推進型財団として、とくに避難母子家庭に対して、市民ボランティアを養成しながら、支援することができる。東京 YWCA がコーディネーターの役割を担い、武蔵野市と武蔵野市民社会福祉協議会との協働事業として取り組むことで地域に新しい風を起こし、人をつなぎ問題解決に取り組む。
2．モデル事業の概要	1．避難母子支援ボランティア養成研修講座の立案と実施 ①講座内容：被災者に対する支援をするとは／子どものこころのケアとは／どのような対応が必要なのか／震災１周年に向けて何をすべきか／地域ができること／ボランティアとしてできること等 ②講座のねらい： ・臨床心理的アプローチを重視した内容の充実を図る。 ・虐待未然防止の視点を入れる。 ・長期支援の視点を持ち、息の長い支援が続けられるようアフターフォローを重視する。 2．避難母子が安心して集える場づくり ①母子が一緒に楽しみ、安心して幸せなひとときを過ごせる場を提供する。 ・季節のクラフト、わらべうたあそび、季節の素材で作った汁ものを提供することを通して安心できる場を提供する。 ・みんなで子どもたちを育て、見守りあえる視点を持ち、避難母子の中においても国際・障害を問わず交流しあえる場を提供する。 ・地域を超えての交流の機会となるよう参加者一人ひとりの受け止めと配慮に努める。 ②市民ボランティアの協力 ・上記ボランティア養成研修講座修了生の実践の場として、アドバイザーの指導の下、毎回の活動を実施する。 ・臨床心理的アプローチを重視し、活動終了後には、振り返りの時間を持ち、問題解決に向かう。

３．マルチステークホルダーの概要(役割分担等)	 武蔵野市：協議体会議等への参加、事業周知・広報、事業内容・予算執行への提案・助言 武蔵野市民社会福祉協議会： 協議体会議等への参加、事業周知・広報、事業内容・予算執行への提案・助言 東京ＹＷＣＡ：事業の運営コーディネート、協議体会議開催、企画・広報事務、予算執行・会計事務ほか
４．実施事業の詳細な内容	１．避難母子支援ボランティア養成研修講座の立案と実施 ①講座内容： ・被災者に対する支援をするとは ・子どものこころのケアとは ・どのような対応が必要なのか ・震災１周年が過ぎ何をすべきか ・地域でできること ・ボランティアとしてできること ②講座のねらい： ・臨床心理的アプローチを重視した内容の充実を図る。 ・虐待未然防止の視点を入れる。 ・長期支援の視点を持ち、息の長い支援が続けられるようアフターフォローを重視する。 ③実施日程・テーマ・講師・参加者数 ・7/6(金)「子どもに寄り添う・家族を支える　26名 －福島県新地町の子どもたちの夏休みプログラムから－」 日本子どもソーシャルワーク協会理事長　寺出壽美子氏 ・7/12(木)「子どものこころのケアとは　32名 －子どもたちとの出会いの中から－」 同上 ・7/19(木)「こころとからだのほぐし方　31名 －子どもたちと家族へのアプローチ－」 国際基督教大学　高橋　伸氏 ・7/26(木)「親と子への支援－喪失についての理解と支援－」　24名 ルーテル学院大学　加藤　純氏 ・10/5(金)「被災者を支援すること、地域でできること　9名 －共にいて、聞くことから始めよう」 ＨＥＡＬ(ホリスティック教育実践研究所)主宰　金　香百合氏 ・2/28(木)「地域の中でこれからできること　8名 －市民として、そしてこれから－」 ルーテル学院大学　加藤　純氏 ２．避難母子が安心して集える場づくりの立案と実施 ①母子が一緒に楽しみ、安心して幸せなひとときを過ごせる場を提供する。 ・季節のクラフト、わらべうたあそび、季節の素材で作る親子クッキングや母のリラックスタイムなどを提供することを通して安心できる場を提供する。 ・みんなで子どもを育て、見守りあえる視点を持ち、避難母子の中においても国際・障がいを問わず交流し合える場を提供する。

	・地域を超えての交流の機会となるよう参加者一人ひとりの受け止めと配慮に努める。 ・実施日程・内容・参加者数 福福カフェ 8/30(木)「からだほぐしヨガ＆おしゃべりタイム」ほか21回 特別福福カフェ 11/21(水)「風化していく現実に思う」ほか１回　計24回　平均4.8組 ②市民ボランティアの協力 ・上記ボランティア養成研修講座終了生の実践の場として、プログラム講師の指導の下、毎回の活動を実施する。　福福カフェ延べ50名参加 訪問者・取材者　20名参加
５．事業実施上の課題	・都内に数か所避難母子が集える場が誕生しているが、まだどこにも参加していない孤立化や孤独化している避難母子に情報が届き、広報の努力を行い、参加の一歩が踏み出せるよう進めていくこと。 ・震災後の市民の震災の風化が心配されるが、できるだけ多くの市民ボランティアを養成することで市民の震災の風化を防ぐことにつなげていく。 ・今後の事業継続をどのような形で可能となるか、ステークホルダー全員と有識経験者、地域の子育てグループ代表とで行う運営協議会で十分な議論を行い取り組んでいく。
６．モデルとして他のＮＰＯ・行政等に紹介する仕組み	・武蔵野市、武蔵野市民社会福祉協議会、東京ＹＷＣＡ３者の中で協議体を形成し、東京ＹＷＣＡが事務局コーディネーター役を担った。引き続きモデル事業の紹介についてはその役割を担う。 ・どう事業を進めたかなど啓発的な事柄については、必要あれば出向きその普及に努める。 ・事業の中で報告書を作成。事業普及のため有効に活用する。
７．平成25年度以降の予定	・武蔵野市民社会福祉協議会に助成金申請を行い、継続事業の安定化に努める。 ・2013年度福福カフェ5月号発行予定。 ・東京都復興支援課に2013年度福福カフェ5月号の広報を依頼予定。 ・5月に参加者による作品及び事業報告展示会実施予定。 ・5月に福福カフェを実施予定。月1回程度のペース(年８回程度)で開催予定。
８．その他	・武蔵野市、武蔵野市民社会福祉協議会、東京ＹＷＣＡが合議体を作りそれぞれが持つメリット性を最大限活かしながら事業の準備を進め、子育て支援の中でも孤立感や孤独感や虐待や自身の心の病気を防止対策するなど最も支援ニーズの高い都内への避難母子に寄り添う事業が実施できたことは、何よりも助成金の有効利用の取り組みの大きな成果である。 ・都内各地域にこのような展開が望まれている。今回の取組みにより生まれたネットワークを活かし地域の課題に更に取り組んでいきたいと願う。

2012年度第1回避難母子を考える会議in武蔵野運営協議会記録

日時：2012年6月27日（水）10：30～12：10
場所：東京YWCA武蔵野センター4階ホール
出席：浅原由美、加藤　純、田中満智子、
　　＜協議体＞小尾雅昭、田村晃一、白相恵子
　　＜事務局＞近藤真里子
欠席：高橋　伸、丸木　敦

Ⅰ．自己紹介

小尾雅昭　：武蔵野市子ども家庭部　子ども家庭課　子ども家庭支援センター
　　地域子育て支援担当係長
●市内全域の子育て支援団体と協働し地域の子育て状況の向上に向けて動いている。子ども家庭支援センターは地域の子育てを応援。

白相恵子　：武蔵野市企画政策室市民協働推進課コミュニティ推進係
　　NPO活動促進担当係長
●今事業は、23・24年度2年間の事業。東京都生活文化局が主管。みどりを増やす事業など幅広い分野で、地方自治体とＮＰＯが協働で社会的解決を目指す。

田村晃一　：武蔵野市民社会福祉協議会、ボランティアセンター武蔵野職員
●本日欠席の丸山氏が所属する西東京市の社会福祉協議会は田無市と保谷市が統合され、施設も運営し組織としては大きい。一方、武蔵野市民社会福祉協議会は規模は小さい。市内には町内会組織がなく、コミュニティセンター１６か所の活動がその役割を担っている。子育てでは「ひろば」を担当。
●東京都は都内避難者へのアンケートを実施。6月上旬に内容が届いた。武蔵野市では155名74世帯が避難者として市に登録し、そのうち緑町の都営住宅に92名41世帯が暮らしている。そのうち、社協で把握している母子世帯は2～3世帯程度である。ピンポイントで情報が届くように進めていきたい。西東京市社協では孤立化防止事業を実施中である。

田中満智子：東京ＹＷＣＡ武蔵野センター子育て支援バンビーニの会運営委員、元杉並区児童館館長、親業訓練協会認定インストラクター
●子育て支援バンビーニの会でも3.11以降震災のことを話す会を実施。被災して東京に避難している母子が参加されたことがある。子育て中の母親が安心してつながれる場を目指したい。母が楽になる子への言葉かけのコツを親業のコミュニケ-ションスキルの手法を通して伝えている。

浅原由美　：東京ＹＷＣＡ武蔵野センター日本語/学習支援「いちごの部屋」運営委員
●来室者各々に異なった背景があるため対応を配慮している。安心して緊張なく学習できる場を目指している。

加藤　純　：ルーテル学院大学臨床心理学科教授
●3.11以降チャイルドファンドジャパンと共に東北支援を実施。岩手県にてキャンプや保育園支援、保育者の相談など受けている。

近藤真里子：東京ＹＷＣＡ武蔵野責任者　当事業の事務局担当

ご欠席の委員
高橋　伸　：国際基督教大学
丸木　敦　：西東京市社会福祉協議会地域福祉課長

Ⅱ．報告

１．事業について－助成金交付要綱より(資料参照：東京都新しい公共事業　新しい公共の場づくりのためのモデル事業助成金交付要綱)

経過説明

・ＹＷＣＡでは、3.11 以降、緊急支援活動においては物資支援を行い、夏以降はキャンプやリフレッシュ保養プログラム、福島県新地町の教育委員会の協力の下名古屋ＹＷＣＡでは電話相談を実施など数多くの中長期支援に取り組んで来た。東京ＹＷＣＡでは、東京近郊の避難母子と福島に残っている父親のための家族キャンプ等も実施して来た。昨年末より東京に避難する母子への支援について、多摩地域の社協の支援状況調査等を進め、武蔵野センターを中心に受け止めが出来ないか検討。

・東京都新しい公共支援事業新しい公共の場づくりのためのモデル事業助成金交付要綱の「震災支援枠」の情報を得て、武蔵野市、武蔵野市社会福祉協議会と東京ＹＷＣＡで協議体を作り 2012 年度枠に 2/15 申請。(資料参照：支援を申請するモデル事業 2012.2.15)

２．予算について(資料参照：事業計画書、収支予算書)

・事業計画に基づき企画内容ついて説明。
・予算書に基づき説明。

３．企画・広報について(資料参照：2012 避難母子支援市民ボランティア養成研修講座)

【研修講座】

・2012 避難母子支援市民ボランティア養成研修講座は、7/6(金),7/12(木),7/19(木),726(木)全４回のセッションにより必要な支援を学ぶ。講師は日本ソーシャルワーク協会の寺出壽美子氏、国際基督教大学の高橋伸氏、ルーテル学院大学の加藤純氏に依頼。
その後、10/5(金)と 2/28(木)にフォローアップ研修を実施。HEAL ホリスティック教育実践研究所の金香由百合氏とルーテル学院大学の加藤純氏に依頼中。

【広報】

・武蔵野市報、武蔵野市民社会福祉協議会報、東京ＹＷＣＡ新聞それぞれの７/1 号掲載予定。
・中央線沿線多摩地域社協、杉並区、中野区、世田谷区の社協・ボランティアセンター、東京ボランティアセンター、講師の大学と団体、地域のＮＰＯ団体等５５団体を通してチラシ配布及び HP 掲載依頼。

【場づくり】

・８月末以降、避難母子を支える場づくり(集い・語り合う場)を木曜日と土曜日の日中 28 回を予定。そのほか既存の子ども会へ６回の受け入れ実施予定。プログラム講師と事務局コーディネーターによる集える場づくり準備会において内容を検討中。

Ⅲ．協議

１．報告を受けて

【広報】

・武蔵野市：公共施設、図書館等に研修講座のチラシ配布。
7/1 発行「市報むさしの」に掲載予定。

・武蔵野市民社協：3.11 以降バスを利用しての岩手県遠野への被災地支援「まごころネット」を行って来た。現在も１ヶ月に一度有志が継続支援を実施中。
大学生や社会人が中心だが、そのボランティア達に呼びかける。

・武蔵野市では、現在 155 名の方が避難者登録をし都営住宅に生活中。武蔵野市ではサポートニュースを発行し届けている。ニュースで情報を流すことが可能だが、母子世帯が２～３世帯と少ないのが現状。東京都の復興支援課に福島県から職員が出向し様々な支援を行っている。支援する側される側双方への情報提供についての相談が可能。連絡を取り、8 月末以降の場づくりの情報提供について相談を行ってはどうか。　→早速 6/29(金)に連絡可。

【場づくり】

・被災地では、自分の思いを誰にどう話したら良いのか、と悩む人が多い。人のつながりを作るのが難しい。外の人間になら話せることもあるだろう。人とのつながりが出来ると自分の思いが出せる。孤立しがちな中、リラックスし身体をほぐしてから語れる場を作ることが大切になる。

・地域性や賠償額の差の問題、情報量等により被災者間では、話しづらい状況が生まれている。同じ福島県民でも状況が一人ひとり違う。

・相手を知り、同じ時間を一緒に過ごす中で少しずつ安心でき話せる場になっていく。
子ども同士がつながり遊ぶことがきっかけになり、母同志もつながっていくことが多い。

・緊張しない場にすること、質問をせず肯定することが大切だろう。

・福島県人会とぜひつながりを持ちたい。場づくりを一緒に作ることへの協力を仰いではどうか。

・参加者も徐々に一緒に作る形に持っていきたい。

【成果物】

・東京都からは事業実施の成果物が求められている。毎回アンケートを実施し、参加者の満足度を図る。

・場づくりアンケートの項目はどのようなものが求められるか。

⇒選択項目：3 段階位

☆知り会いができた

☆リラックスできた

自由記述欄：以下のような記述を引き出す

☆心の傷が癒えた

☆日常生活に影響がある

その他

☆住所欄

・集客力も成果の目安になるので、出来得る限り広報に努め、参加者を得る努力をしていく。

以上

記録　　:近藤真里子

2012年度第2回避難母子を考える会議 in 武蔵野運営協議会記録

日時：2012年11月14日（水）10：30～11：50
場所：東京YWCA武蔵野センター４階ホール
出席：浅原由美、田中満智子、
　＜協議体＞小尾雅昭、田村晃一、白相恵子
　＜事務局＞近藤真里子
欠席：加藤　純、高橋　伸、

Ⅰ．報告

１．中間報告(資料参照：東京都中間状況報告書、アンケート調査回答票、各ちらし)

【中間報告】

・東京都新しい公共支援事業　新しい公共の場づくりのためのモデル事業助成金事業の状況報告書と会計書類等の中間確認のために10月31日必着で提出。

・モデル事業の成果等の把握のためアンケート調査回答票を都に11月2日必着で提出。

・モデル事業の成果を普及する機会として中間報告会を都が12月と1月に実施。当団体は、1月8日国分寺労災会館で行われる会に参加。発表を行う。

【研修講座】

2012避難母子支援市民ボランティア養成研修講座を以下のように実施。
横浜市や町田市、立川市、日野市、世田谷区、杉並区、三鷹市や武蔵野市等都内各地域から集まった。参加者登録：46名　武蔵野市：49%

〈講座内容〉

・被災者に対する支援をするとは、子どものこころのケアとは、被災者にはどのような対応が必要なのかなどボランティアとして必要な支援を4回のセッションで学んだ。

〈講座のねらい〉

・様々な分野で実践の場を持つ講師を迎え、臨床心理的アプローチを重視した内容の充実を図り、虐待未然防止の視点を入れた。

〈実施日程・テーマ・講師・参加者数〉

7/6(金) 13:30～15:30「子どもに寄り添う・家族を支える」
　講師：日本ソーシャルワーク協会 寺出壽美子氏　参加者：25名,講師1名,担当職員1名
7/12(木)13:30～15:30「子どものこころのケアとは」
　講師：日本ソーシャルワーク協会 寺出壽美子氏　参加者：31名以下同上
7/19(木) 13:30～15:30「こころとからだのほぐし方」
　講師：国際基督教大学 高橋伸氏　参加者30名以下同上
726(木)13:30～15:30「親と子への支援」～喪失についての理解と支援
　講師：ルーテル学院大学　加藤純氏　参加者23名以下同上
10/5(金),2/28(金)フォローアップ研修を実施。
　講師：HEALホリスティック教育実践研究所　金香由百合氏、加藤純氏

【場づくり】

母子を支える場づくり(集い・語り合う場)を木曜日と土曜日の日中4回を実施。

8/30(木)10:00～13:00「からだほぐしヨガ&おしゃべり」からスタート。

ナビゲーター：松本雪美さん(ヨガインストラクター、一児の母)

ほか9/8(土),9/13(木),9/27(木)の計4回実施。季節のクラフト、アロマ&ハーブ、わらべうた&絵本をテーマに避難母子の親子がリラックスして集い、思いを語り合う場を作っている。内容については、プログラム講師と事務局コーディネーターによる集える場づくり準備会において内容を検討し準備している。

2．その他

・つながるトートワークショップ in 武蔵野

10/27(土)10:00～12:00 日本キリスト教団東美教会(託児吉祥寺西コミュニティセンター)

「つながるトートワークショップ」

14:00～16:00 吉祥寺コミュニティセンター　企画：ママネット＠東京

「エクスチェンジ」(おしゃれな物々交換会)

福福カフェの参加者でもある岡田さんとボランティアで関わる松尾さんの二人が中心に活動するむさしのスマイルの主催。ママプラグ「つながる.com」がトートバックの生地提供と色づけの指導を行う。様々なところですでにつながり面識のある避難母子の皆さんが集まっていた。

Ⅱ．協議

1．報告を受けて

【場づくり】福福カフェ

・アンケート調査　回答票に「避難母子は安心し、仲間や支援者と出会いそれぞれの地域で一歩を踏み出す勇気を持ち、生きていく意欲を持つことにつなげる」という目的は、ある程度達成できている。とあるが、参加者の様子はどうか。

⇒福福カフェには、東京都内各地からの参加がある。江戸川や葛飾区、練馬区や中野区、武蔵野市や遠くは昭島市から訪れている。参加者のアンケートからは、「こうした会を探していた」「避難母子という同じ状況の人に初めて出会った」「頑張って来てよかった」「やっと一歩が踏み出せそう」など求められている事業であることが伺える。

・東京都の2月に実施のアンケート結果が5月になってから市区町村に来たので、なかなか情報が行き渡らなかったのだろう。

・福福カフェの場が新しい人との出会いの場にもなっているようだ。一方、個人情報保護法が足かせとなり、避難母子間の情報共有がしにくい状況を作っている。同じ団地の中でもここに来るまで知らなかったという人たちが武蔵野市の中でもあった。

・地域社協の中にもまだまだ状況を把握仕切れずにいることもあるようだ、

近隣では杉並区や三鷹市、小金井市など避難母子の状況を再度確認したい。

⇒東京都社会福祉協議会の孤立化防止対策は20団体の枠しかなく、内容についても訪問することや交流会などの制約もあり、実施しずらい面もあり二の足を踏む社協もあるのではないか。と考える。

【広報】

・より多くの避難母子の皆さんへ情報を伝えるため、ぜひ新聞社の活用したい。

・ツィターやミクシーなどで当事者が生の声をつぶやくことも効果的だろう。

【到達点・今後】

・避難母子の事業の到達点はどこか。サロンの難しさもある。
  ⇒府中や練馬区の参加者からは、住む地域の中に福福カフェのような会がないことで出前形式のカフェの希望などの意見も出ている。相談し検討して見たい。

・杉並区での子育て応援券が避難母子の皆さんにも利用できたらよいのではないか。と思う。生活福祉課に知り会いがいるので相談して見たい。

・地域住民と専門機関がつながることが大事だろう。それぞれの参加者が地域につながることを願う。

以上

記録　　：近藤真里子

2012年度第3回避難母子を考える会議 in 武蔵野運営協議会記録

日時：2013年3月12日（火）10：30～12：00
場所：東京YWCA武蔵野センター4階ホール
出席：浅原由美、高橋　伸、、
＜協議体＞小尾雅昭、田村晃一、白相恵子
＜事務局＞近藤真里子
欠席：加藤　純、田中満智子

Ⅰ．報告
1．モデル事業中間報告会について(資料参照：モデル事業中間報告会報告書)
・東京都新しい公共支援事業　新しい公共の場づくりのためのモデル事業中間報告会に参加
日時：2013年1月8日(火)9時20分～12時25分
会場：国分寺労政会館
主催：東京都
内容：多摩地域で実施する6事業が報告発表を行う。
6団体の発表者のひとつとして避難母子を支える会議 in 武蔵野の「東日本大震災による福島県からおもに東京多摩地区に避難している母子家庭が地域に親しみ、ともに助け合う社会を築くための支援事業」も参加。6団体まとめての講評の時間もあった。
2．福福カフェについて(資料参照：1月号ちらし)
＊1月号の案内チラシが東京都助成金事業の最後のチラシとなった。
・11月21日(水)福福カフェ特別プログラム「風化していく現実に思う」講演会に続いて、2月20日には第2回目の福福カフェ特別プログラム「内部被ばくを生き抜く」上映会を行う。
24名の参加者の内、初め参加した避難母子親子1組、一般参加8名、Y会員13名、福福カフェスタッフ2名となった。この時期にも初めての避難母子親子を迎えたが、上映会終了後には、場所を2階に移し食事をしながら、気持ちを出しゆっくりと過ごすひとときを持った。
・3月には福福カフェに参加するママ自身がナビゲーター講師となり2回の企画を行う。
3月7日(木)「季節の花を活けましょう＆元気になるメーキャップ」では福島で美容部員をしていたママが地震で全壊となった自宅から辛うじて持ち出した化粧道具を使って文字通り一同が元気になるメーキャップ指導のひとときとなった。
3．報告書作成について(資料参照：報告書作成案)
＊報告書作成案を基に説明。
・参加者アンケートによる事業の成果評価と避難母子の状況を伝える機会とする。アンケートには自由記述欄のスペースを多く取り、思いを自由に書いてもらう。
その他11月の福福特別プログラムの際の寄稿原稿を確認の上掲載予定。
・研修講師、福福カフェナビゲーター、取材者、ボランティアの皆さんに「報告書に寄せて」のテーマで原稿を依頼。運営協議会の皆様にもこの場を借りて協力をお願いしたい。
・予算の範囲内で、出来る限り読み易く分かりやすく伝えるために活動写真を掲載。

Ⅱ．協議

１．報告を受けて

【場づくり】福福カフェ

・今後の成果目標はどうか。

⇒参加者の緊張感を緩め場を和ませる役割としてのナビゲーターの必要はあるだろう。

・今後の回数はどうか。

⇒月１～２回は必要だろうか。

⇒新学期や行事の忙しい時期を除き、年６～８回程度でどうだろうか。

⇒１ヶ月に１回位はどうか。２ヶ月では間が開けすぎないか。

・今後の予算はどうするか。

⇒武蔵野市の補助金は難しい。武蔵野社協など民間団体のほうが得やすい。
講師もボランティアでお願いすることや参加者から実費を取ることなど経費を押さえていくことも一案。

⇒補助金候補として武蔵野市民社会福祉協議会(説明会：４月２０日　受付期間：５月の最高２０万円)、福島県のもの、共同募金会が候補に挙がった。

・キャンプでは想い出の品を作ることも、終了後プログラムを思い出し楽しむために大切にしている。福福カフェでも取り入れて見てはどうだろうか。

【報告書】

・送り先はどこか。

⇒関係団体、協力体制つくりの際の関係社協などである。

・内容についてはどうか。

⇒実施報告などが主な内容となる。

⇒どう事業を進めたかなど啓発的なものを入れるとよい。
目的、日程表、プログラム運営、明らかになったニーズ、つながった人や団体、派急効果、チラシなど折り込みたい。

・表紙題について

⇒仮題３．１１後を生きる～避難母子からのメッセージ～からカフェからつながる～避難母子からのメッセージに変更。

⇒チラシのイラスト(コーヒーカップなど)を折り込む。

【その他】

・武蔵野市民社会福祉協議会が把握する避難母子の支援グループでは、むさしのスマイルが1～3月に武蔵野市在住のママと避難母子との共同で身近でできるプログラムを実施。

・市民社会福祉協議会主催でおでかけ会と交流会を実施。8 月のうどん作りをスタートに、池袋（水族館・展望台）・浅草寺、横浜中華街、クリスマス会・もちつき、房総への日帰りバス旅行を５回実施。

・2013 年 2 月には再び東京都が避難者の実態アンケート調査を行う。
現在、武蔵野市の避難台帳には 155 名の登録があり、内緑町住宅には 89 名の方が住んでいる。調査結果を今後の支援に活かしたい。福福カフェにも連携していきたい。

以上

記録　　近藤真里子

2012 避難母子支援 市民ボランティア

養成研修講座

東日本大震災・福島第一原発事故後に住み慣れた土地を離れ各地へと避難していった親子ー主に母子ーは少なくありません。東京近郊で先が見えない不安を抱えている避難母子・家族に対して、心の安定、生活の質向上、明日への希望につながる支援をしていくボランティアを養成していきます。臨床心理的アプローチ等の実践的な４回のセッションとその後のフォローアップ研修により、必要な支援を学んでいきます。

子どもの心のケアとは

被災者に対する支援をするとは

どのような対応が必要なのか

地域でできることは

ボランティアとしてできること

震災１周年が経ち何をすべきか

市民ボランティア養成研修講座日程

	日時	テーマ	講師
①	7/6(金) 13:30～15:30	子どもに寄り添う・家族を支える ー新地っ子の夏休みのプログラムからー	日本子どもソーシャルワーク協会 寺出壽美子氏
②	7/12(木) 13:30～15:30	子どものこころのケアとは ー子どもたちとの出会いの中からー	同上 寺出壽美子氏
③	7/19(木) 13:30～15:30	こころとからだのほぐし方 ー子どもたちと家族へのアプローチー	国際基督教大学 髙橋　伸氏
④	7/26(木) 13:30～15:30	親と子への支援 ー喪失についての理解と支援ー	ルーテル学院大学 加藤　純氏

＊研修後、８ 月末以降避難母子を支援する場づくり（集い・語り合いの場）を予定しています。(木曜と土曜日の日中、月４回程度)。講座修了後２回のフォローアップ研修会を予定しています。

東京都の新しい公共の場づくりのためのモデル事業です。

■会場：公益財団法人東京ＹＷＣＡ　武蔵野センター(三鷹駅北口徒歩３分)

■対象：18 歳以上の一般、(高校生をのぞく）学生、８月末以降の場づくりに参加希望の方、ほか。

＊場づくり支援ボランティアに参加希望の方は４回の内２回以上の参加をお願い致します。＊全参加優先

■定員：20 名　　■受講料：無料　　■申込み締切　７月４日(水)

■申込み：東京ＹＷＣＡ武蔵野センター内避難母子を支える会議 in 武蔵野事務局までファックスまたはメールで

TEL 0422-52-3881　FAX 0422-53-1436　Mail：musashino@tokyo.ywca.or.jp

[主催]避難母子を支える会議 in 武蔵野（武蔵野市・武蔵野市社会福祉協議会・公益財団法人東京ＹＷＣＡ）

避難母子支援市民ボランティア養成研修講座　申込用紙

東京 YWCA 武蔵野センター内避難母子を支える会議 in 武蔵野行き

FAX　0422-53-1436

お名前		
ご住所		
電話番号		所属　社会人　学生　その他 （　　　　　　　　　　）
希望講座	① 7/6（金） ② 7/12（木） ③ 7/19（木） ④ 7/26（木）	参加の動機

2012 避難母子支援 市民ボランティア

養成フォローアップ研修講座

東日本大震災・福島第一原発事故後に住み慣れた土地を離れ各地へと避難していった親子ー主に母子ーは少なくありません。東京近郊で先が見えない不安を抱えている避難母子・家族に対して、心の安定、生活の質向上、明日への希望につながる支援をしていくボランティアを養成していきます。7 月におこなわれた 4 回の養成研修講座のフォローアップ研修としてより必要な支援を学んでいきます。

子どもの心のケアとは

被災者にたいする支援をするとは

どのような対応が必要なのか

地域でできることとは

ボランティアとしてできること

震災 1 周年が経ち何をするべきか

市民ボランティア養成フォローアップ研修講座日程

	日時	テーマ	講師
①	10/5(金) 13:30～15:30	被災者を支援すること、地域でできること ～共にいて、聞くことから始めよう～	日本YWCA東日本大震災被災者支援プロジェクトメンバー HEAL(ホリスティック教育実践研究所)主宰 金　香百合氏
②	2013. 2/28(木) 13:30～15:30	地域の中でこれからできること（予告）	ルーテル学院大学 加藤　純氏

東京都の新しい公共場作りのためのモデル事業です。

■会場:公益財団法人東京YWCA　武蔵野センター(三鷹駅北口徒歩 3 分)

■対象:18 歳以上の一般、(高校生を除く)学生、ほか　■定員:20名

■受講料:無料

■申込み締切:10 月 3 日(水)

■申込み方法:東京 YWCA 武蔵野センター内避難母子を支える会議 in 武蔵野事務局までファックスまたはメールで

TEL 0422(52)3881　FAX 0422(53)1436　Mail: musashino@tokyo.ywca.or.jp

■主催:避難母子を支える会議 in 武蔵野(武蔵野市・武蔵野市社会福祉協議会・公益財団法人東京YWCA)

10 月 5 日　避難母子支援市民ボランティア養成フォローアップ研修講座　申込用紙

東京YWCA武蔵野センター内避難母子を支える会議 in 武蔵野行き

FAX 0422－53－1436

お名前	
ご住所	
電話番号	
所属	社会人　　学生 その他（　　　　　　　　　　）
参加動機	

2012 避難母子支援 市民ボランティア

養成フォローアップ研修講座

東日本大震災・福島第一原発事故後に住み慣れた土地を離れ東京はじめ各地に避難していった方々、親子ー主に母子ーは各地域でまだまだ先が見えない不安を抱えて生活をされています。関わってきたこれまでのそれぞれの活動や思いを振り返り、避難母子・家族に対して、心の安定、生活の質向上、明日への希望につながる支援を今後も続けていくために、市民として地域の中でこれからできることを考えていきます。

子どもと
おとなの
心のケアとは

地域で
できる
ことは

ボランティア
として
できること

震災２周年が経
とうとしています
市民として
何ができるか

市民ボランティア養成フォローアップ研修講座日程

	日時	テーマ	講師
研修内容	2/28(木) 13:30～15:30	**地域の中でこれからできること** **～市民として、そしてこれから～** ☆福島の親子に関わって来た活動から	ルーテル学院大学 **加藤　純氏**

東京都の新しい公共場作りのためのモデル事業です。

■会場：公益財団法人東京YWCA　武蔵野センター（三鷹駅北口徒歩３分

■対象：18 歳以上の一般、（高校生を除く）学生、ほか　■定員：20名

■受講料：無料

■申込み締切：2月26日（火）

■申込み方法：東京 YWCA 武蔵野センター内避難母子を支える会議 in 武蔵野事務局までファックスまたはメールで
TEL 0422(52)3881　FAX 0422(53)1436　Mail: musashino@tokyo.ywca.or.jp

■主催：避難母子を支える会議 in 武蔵野（武蔵野市・武蔵野市社会福祉協議会・公益財団法人東京YWCA）

2月28日　避難母子支援市民ボランティア養成フォローアップ研修講座　申込用紙

東京YWCA武蔵野センター内避難母子を支える会議　in　武蔵野行き

FAX　0422－53－1436

お名前	
ご住所	
電話番号	
所属	社会人　　　学生 その他（　　　　　　　　　　　　　　）
参加動機	

避難母子を支える会議 in 武蔵野

「ママと子　み～んな　集まれ」
♪福福カフェオープン♪！

記念企画

－からだほぐしヨガ＆おしゃべりタイム－

東京都内に避難してきたママと子、プレママの皆さん、
一緒にリラックスできる時間をもちませんか？

2012年8月30日(木)10:00～13:00
☆松本香美さん(ヨガインストラクター。一児の母)
☆参加費：300円(季節の素材で作った汁物、お茶つき)
☆持ち物：フェイスタオル、主食(おにぎりなど)

10:00　からだほぐし
11:00　おしゃべりタイム
　聞かせて福島の体験のあれこれ
11:30　汁物つくり
12:00　ランチタイム

♪ 福福カフェ・メニュー♪

日時	テーマ	内容	ナビゲーター	参加費
9/8(土)10:00～13:00	季節のクラフト	親子で作って＆遊びましょ	手島悠希（幼稚園教諭）	300円（茶菓付）
9/13(木)10:00～13:00	アロマ＆ハーブ	オリジナルリラックススプレー作り	高山和子（アロマセラピスト）	300円（茶菓付）
9/27(木)10:00～13:00	わらべうた＆絵本	わらべうた＆ふれあい遊びワークショップ	平尾時栄（助産師）	300円（汁物付）
10/6(土)10:00～13:00	親子クッキング	季節のお菓子クッキング	福福カフェスタッフ	300円（お茶付）

＊10月以降もこのようなテーマで♪福福カフェ♪を開いていきます。
毎回ランチ交流会をしますので、お昼の持ち込み可能です。
♪福福カフェ♪：福島の福＆福を呼ぶの福から名づけました。

☆会場・申し込み・問い合わせ：
東京ＹＷＣＡ　武蔵野センター　〒180-0006　武蔵野市中町 1-19-16
TEL 0422-52-3881　FAX 0422-53-1436
mail ： musashino@tokyo.ywca.or.jp

＊お申し込みは前々日までに(当日参加も可能です。お問い合わせください！)
①お名前・お子さんの年齢　②電話番号　③希望日時をお知らせください。

☆主催：避難母子を支える会議 in 武蔵野
（武蔵野市・武蔵野市民社会福祉協議会・公益財団法人東京ＹＷＣＡ）
このイベントは、東京都の新しい公共の場づくりのためのモデル事業です。

東京子育てライフのエンジョイ術をゲット！
アロマ
&
ハーブ
季節のクラフト
からだ
リラックス
福福カフェ！
歌♪
わらべうた
&
絵本
親子クッキング
「みんなの
アイデア
募集中！」

横河電機
井の頭通り
横河電機
グラウンド
中央大通り
八丁通り
☆パン屋
YWCA
武蔵野センター
東急ストア
TSUTAYA
駐輪場
☆コンビニ
ドトールコーヒー
駐車場
ニッセイ武蔵野ビル
北口
JR
三鷹駅
至立川
至吉祥寺

避難母子を支える会議 in 武蔵野

「ママと子　み～んな　集まれ」
♪福福カフェオープン♪！

－福福カフェでリラックス＆おしゃべりタイム－

10:00 テーマタイム
11:00 お茶タイム
11:30 おしゃべりタイム
12:00 ランチタイム

東京都内に避難してきたママと子、プレママの皆さん、
一緒にリラックスできる時間をもちませんか？

♪ 福福カフェ・メニュー♪

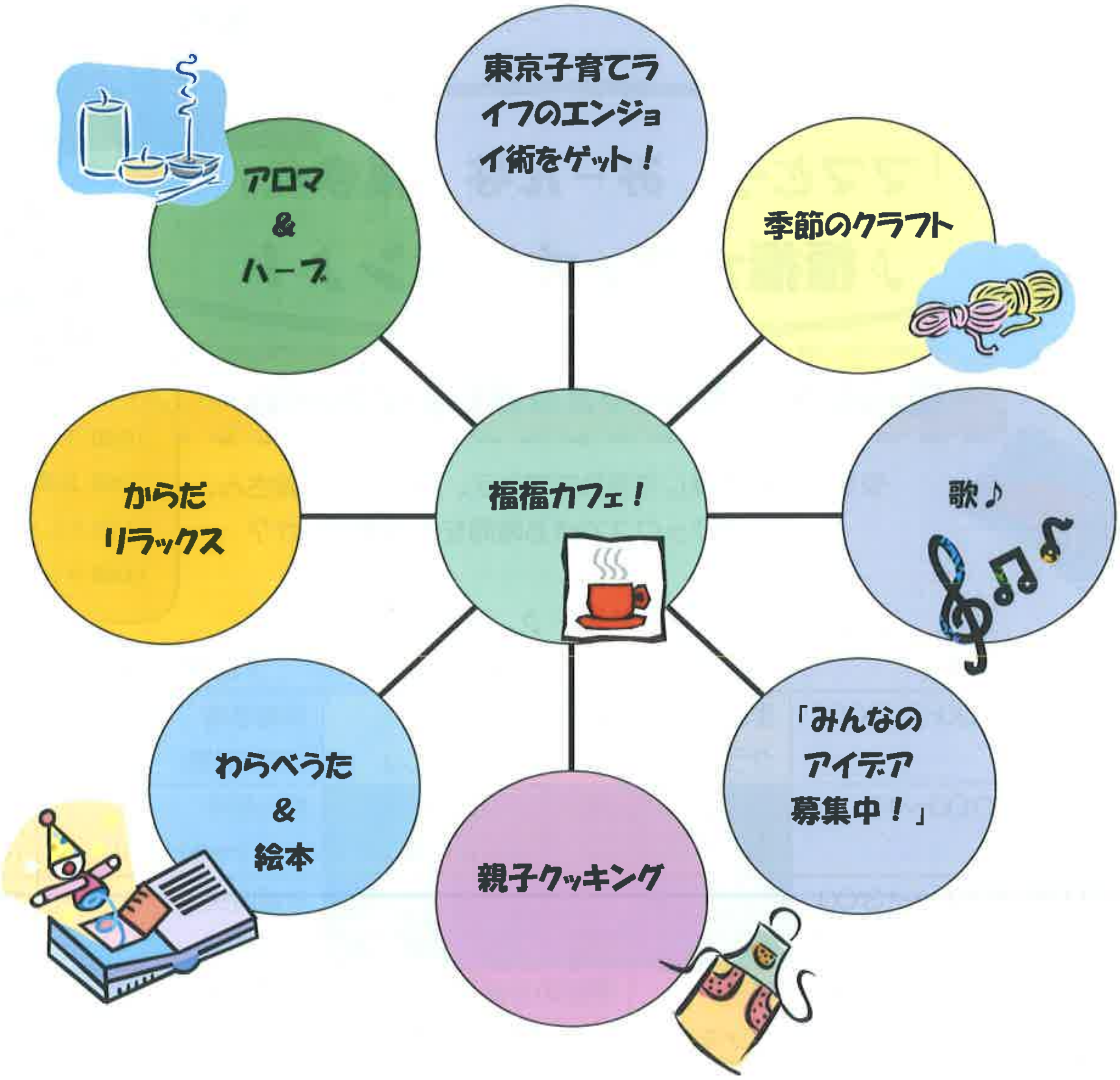
日　時	テーマ	内　容	ナビゲーター	参加費
9/8(土)10:00～13:00	季節の クラフト	親子で作って＆ 遊びましょ	手島悠希 (幼稚園教諭)	300　円 (茶菓付)
9/13(木)10:00～13:00	アロマ＆ ハーブ	オリジナルリラックス スプレー作り	高山和子 (アロマセラピスト)	300　円 (茶菓付)
9/27(木)10:00～13:00	わらべうた ＆絵本	わらべうた＆ふれあい 遊び　ワークショップ	平尾時栄 (助産師)	300　円 (汁物付)
10/6(土)10:00～13:00	親子 クッキング	季節のお菓子 クッキング	青柳洋子 (お菓子研究家)	300　円 (お茶付)
10/11(木)10:00～13:00	からだ リラックス	身体ほぐし＆ 心ほぐし	熊倉絵美 (からだと心セラピスト)	300　円 (茶菓付)
10/20(土)10:00～13:00	季節の クラフト	親子で ハロウィーン	國松佳子 (クラフトアーティスト)	300　円 (茶菓付)
10/25(木)10:00～13:00	アロマ＆ ハーブ	アロマで雑貨作り＆ リラックス効果	高山和子 (アロマセラピスト)	300　円 (汁物付)

＊毎回ランチ交流会をしますので、お昼の持ち込み可能です。
♪福福カフェ♪：福島の福＆福を呼ぶ福から名づけました。

☆会場・申し込み・問い合わせ：
東京ＹＷＣＡ　武蔵野センター　〒180-0006　武蔵野市中町 1-19-16
TEL 0422-52-3881　FAX 0422-53-1436
mail ： musashino@tokyo.ywca.or.jp

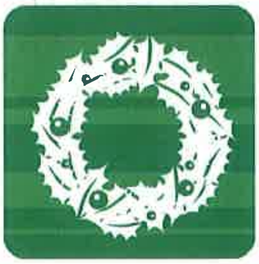
＊お申し込みは前々日までに(当日参加も可能です。お問い合わせください！)
①お名前・お子さんの年齢　②電話番号　③希望日時をお知らせください。

☆主催：避難母子を支える会議 in 武蔵野
(武蔵野市・武蔵野市民社会福祉協議会・公益財団法人東京ＹＷＣＡ)
このイベントは、東京都の新しい公共の場づくりのためのモデル事業です。



これからの♪福福カフェ・メニュー♪

11/8(木)	わらべうた	1/24(木)	からだリラックス
11/22(木)	親子クッキング	2/2(土)	季節のクラフト
11/29(木)	からだリラックス	2/9(土)	アロマ＆ハーブ
12/8(土)	季節のクラフト	2/14木()	わらべうた
12/13(木)	アロマ＆ハーブ	2/23(土)	親子クッキング
12/22(土)	クリスマスクラフト＆お菓子つくり	3/2(土)	からだリラックス
13.1/10(木)	わらべうた	3/9(木)	季節のクラフト
1/19(土)	親子クッキング	3/14(木)	親子クッキング



2012.避難母子を支える会議 in 武蔵野

「ママと子　み－んな　集まれ」
♪福福カフェ オープン中♪！

－福福カフェでリラックス＆おしゃべりタイム－

10:00 リラックスタイム
10:30 テーマタイム
11:30 お茶タイム
12:00 ランチタイム
おしゃべりタイム

８月末からオープンしている福福カフェ、東京都内に避難してきたママと子、プレママの皆さんが集まって、一緒にリラックスした時間を過ごします。どうぞ、足をお運びください

♪ 福福カフェ・メニュー♪

日　時	テーマ	内　容	ナビゲーター	参加費
10/20(土)10:00～13:00	季節のクラフト	親子で ハロウィーン	國松佳子 (クラフトアーティスト)	300 円 (茶菓付)
10/25(木)10:00～13:00	アロマ＆ハーブ	オリジナルアロマ 除菌ジェル作り	高山和子 (アロマセラピスト)	300 円 (汁物付)
11/8(木)10:00～13:00	わらべうた＆絵本	わらべうた＆ふれあい遊び　ワークショップ	平尾時栄 (助産師)	300 円 (茶菓付)
11/22(木)10:00～13:00	親子いけばな	季節の花を楽しくいけましょう。	宇田川美幸 (草月流師範)	300 円 (茶菓付)
11/29(木)10:00～13:00	からだリラックス	身体ほぐし＆ 心ほぐし	熊倉絵美 (からだと心セラピスト)	300 円 (茶菓付)
12/8(土)10:00～13:00	季節のクラフト	簡単布染め オリジナル風呂敷作り	國松佳子 (クラフトアーティスト)	300 円 (茶菓付)
12/13(木)10:00～13:00	アロマ＆ハーブ	シアバターで 保湿クリーム作り	高山和子 (アロマセラピスト)	300 円 (茶菓付)
12/22(土)10:00～13:00	親子クッキング	クリスマス お菓子作り	前田理絵 (お菓子研究家)	300 円 (茶菓付)

＊毎回ランチ交流会をしますので、お昼の持ち込み可能です。

♪福福カフェ♪：福島の福＆福を呼ぶ福から名づけました。

☆会場・申し込み・問い合わせ：

東京ＹＷＣＡ　武蔵野センター　〒180-0006　武蔵野市中町 1-19-16

TEL 0422-52-3881　FAX 0422-53-1436　mail ： musashino@tokyo.ywca.or.jp

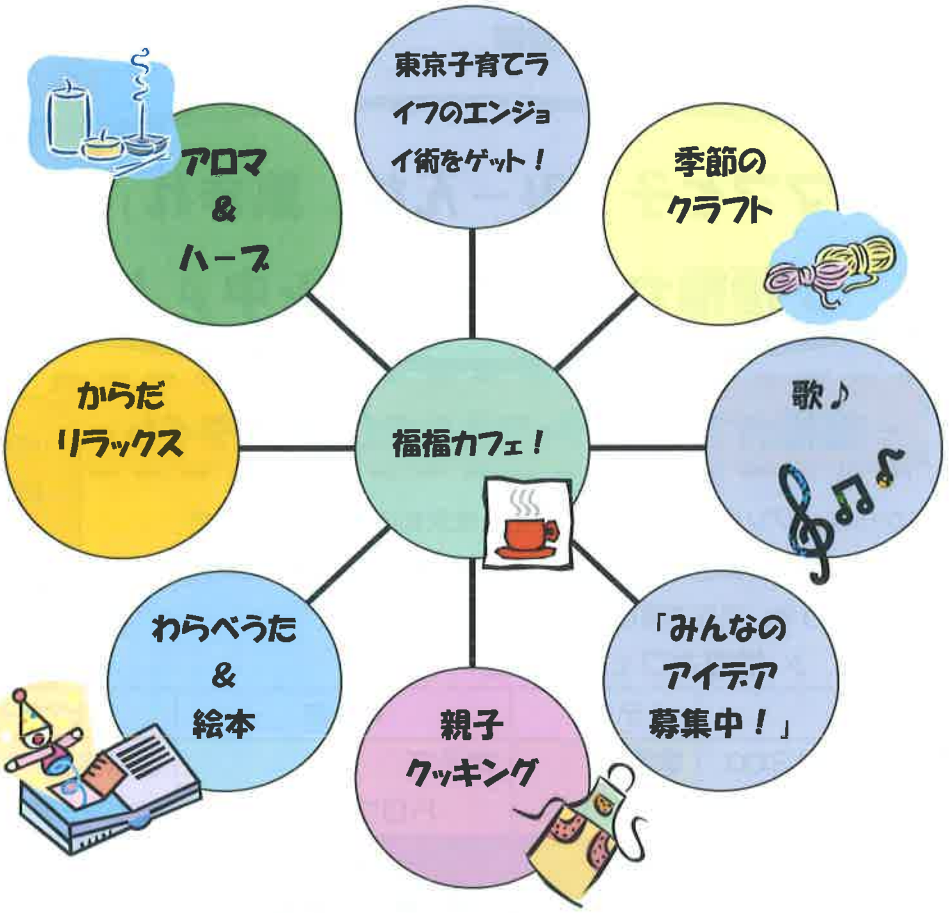
＊お申し込みは前々日までに（当日参加も可能です。お問い合わせください！）

①お名前・お子さんの年齢　②電話番号　③希望日時をお知らせください。

☆主催：避難母子を支える会議 in 武蔵野

（武蔵野市・武蔵野市民社会福祉協議会・公益財団法人東京ＹＷＣＡ）

このイベントは、東京都の新しい公共の場づくりのためのモデル事業です。



参加したママ達の感想

「♪知らない場所に出かけるのはドキドキでしたが、
とてもリラックスできました。」

「♪東京にでてきて１年数か月、初めて福島出身の方たちに会えました。
たくさんお話できて嬉しかったです。」

「♪子どもも同じ年代の子たちと
遊ぶことができ、行くことを楽しみにしています。」

♥これまでは毎回、約５組の親子たちが参加して下さっています。

初めての方もぜひどうぞ！

これからの♪福福カフェ・メニュー♪

13.1/10(木)	わらべうた	2/14(木)	わらべうた
1/19(土)	親子クッキング	2/23(土)	親子クッキング
1/24(木)	からだリラックス	3/2(土)	からだリラックス
2/2(土)	季節のクラフト	3/9(木)	季節のクラフト
2/9(土)	アロマ＆ハーブ	3/14(木)	親子クッキング

福福カフェ特別プログラム

むさしの市民平和月間

Peace. Messenger

風化していく現実に思う

～宮城･岩手･福島そして母子避難の現実～

日時：2012 年 11 月 21 日(水)午前10時30分～12時30分

場所：東京YWCA武蔵野センター4 階

ゲスト：福島からの避難母子の皆さん

猪狩　総子さん(元福島民友新聞社記者)

ほか福福カフェ参加者

朗読「つなみ」被災者の子ども作文集から：朗読ボランティアGかっこうの皆さん

＊福福カフェ：東京都内に避難してきたママと子・プレママの皆さんが集まってリラックスした時間を過ごしています。

あの東日本大震災から１年８ヶ月・・。
避難母子の皆さんは、今も、必死に考え思い悩みながら東京で暮らしています。
子どもたちを守るには、守り続けるには・・どうしたらいいのか。
国の言うことは本当に正しいと受け取っていいのか。真実はどこにあるのか。
何をどうしたらいいのか。どうすべきなのか。
このような思いを元福民新聞社記者でもあり、福福カフェ参加者でもある猪刈さんや他の避難母子の皆さん(福福カフェ参加者)から伺い、
そして、その思いから、みんなの記憶から風化していく現実を見つめ、
私たちに何ができるのか・・と考えていきます。

参加費：500円　講演後、昼食をご希望の方は、別途食事代

主催：避難母子を支える会議in武蔵野(武蔵野市・武蔵野市社会福祉協議会・公益財団法人東京YWCA)

共催：公益財団法人東京YWCA　平和と人権事業　協力：むさしのサロン

申込方法：11月 20 日(火)までに電話又はFAX でお申し込みください。

〒180-0006　武蔵野市中町 1－19－16

東京ＹＷＣＡ武蔵野センター内避難母子を支える会議 in 武蔵野事務局まで

TEL0422-52-3881　FAX0422-53-1436

☆このイベントは、東京都の新しい公共の場づくりのためのモデル事業です。

JR 三鷹駅北口徒歩３分

福福カフェ特別プログラム「風化していく現実に思う」申し込み用紙

東京YWCA武蔵野センター内避難母子を支える会議in武蔵野行き

FAX 0422-53-1436

お 名 前	
住 所	
電話番号	

2012.避難母子を支える会議 in 武蔵野　　１２月号

「ママと子　み－んな　集まれ」
♪福福カフェ オープン中♪！

－福福カフェでリラックス＆おしゃべりタイム－

10:00 リラックスタイム
10:30 テーマタイム
11:30 お茶タイム
12:00 ランチタイム
　　　おしゃべりタイム

８月末からオープンしている福福カフェ、東京都内に避難してきたママと子、プレママの皆さんが集まって、一緒にリラックスした時間を過ごします。どうぞ、足をお運びください

♪ 福福カフェ・メニュー♪

日　時	テーマ	内　容	ナビゲーター	参加費
2012. 12/8(土)10:00～13:00	季節の クラフト	クリスマス オーナメント作り	國松佳子 (クラフトアーティスト)	300 円 (茶菓付)
12/13(木)10:00～13:00	アロマ＆ ハーブ	シアバターで 保湿クリーム作り	高山和子 (アロマセラピスト)	300 円 (茶菓付)
12/20(木)10:00～13:00	親子 クリスマス	クリスマス ページェント＆パーティー	島崎真奈美 (元幼稚園教諭)	300 円 (茶菓付)
2013. 1/10(木)10:00～13:00	わらべうた ＆絵本	わらべうた＆ふれあい 遊びワークショップ	平尾時栄 (助産師)	300 円 (茶菓付)
1/17(木)10:00～13:00	季節の クラフト	簡単布染め オリジナル風呂敷作り	國松佳子 (クラフトアーティスト)	300 円 (茶菓付)
1/24(木)10:00～13:00	からだ リラックス	身体ほぐし＆ 心ほぐし	熊倉絵美 (からだと心セラピスト)	300 円 (汁物付)
2/7(木)10:00～13:00	親子 クッキング	チョコの お菓子作り	前田理絵 (お菓子研究家)	300 円 (茶菓付)
2/14(木)10:00～13:00	わらべうた ＆絵本	わらべうた＆ふれあい 遊びワークショップ	平尾時栄 (助産師)	300 円 (茶菓付)

＊毎回ランチ交流会をしますので、お昼の持ち込み可能です。
♪12/20(木)は一品持ち寄りパーティーをします。
♪福福カフェ♪：福島の福＆福を呼ぶ福から名づけました。

☆会場・申し込み・問い合わせ：
東京ＹＷＣＡ　武蔵野センター　　〒180-0006　武蔵野市中町 1-19-16
TEL 0422-52-3881　FAX 0422-53-1436　mail ： musashino@tokyo.ywca.or.jp
＊お申し込みは前々日までに(当日参加も可能です。お問い合わせください！)
①お名前・お子さんの年齢　②電話番号　③希望日時をお知らせください。

☆主催：避難母子を支える会議 in 武蔵野
(武蔵野市・武蔵野市民社会福祉協議会・公益財団法人東京ＹＷＣＡ)
このイベントは、東京都の新しい公共の場づくりのためのモデル事業です。

参加したママ達の感想

「♪知らない場所に出かけるのはドキドキでしたが、
とてもリラックスできました。」

「♪東京にでてきて１年数か月、初めて福島出身の方たちに会えました。
たくさんお話できて嬉しかったです。」

「♪子どもも同じ年代の子たちと
遊ぶことができ、行くことを楽しみにしています。」

♥これまでは毎回、約５組の親子たちが参加して下さっています。

初めての方もぜひどうぞ！

これからの♪福福カフェ・メニュー♪

2013..2/20(水)	特別プログラム②
3/7(木)	アロマ&ハーブ
3/14(木)	親子いけばな

福福カフェ特別プログラム

上映会

Peace. Messenger

「内部被ばくを生き抜く」

日時：2013 年 2 月 20 日（水）

午前10時30分～12時30分

場所：東京YWCA武蔵野センター4 階

むさしのサロン

「まもりたい！未来のために」の思いをこめた鎌仲ひとみ監督の『内部被ばくを生き抜く』を上映。2011 年 3 月 11 日東日本大震災後、4 つの原発が爆発してしまった。大量の放射物質が放出されたが、正確な情報を得ることが難しい。何が正しいのか？何をしたらいいのか？放射物質が私たちの周りにひろがり、呼吸や食物をとおして私たちの中に入ってくる内部被ばく。このような状況で生きていくためにはどうすればいいかということを、実際に被ばくに関する医療活動をしてきた 4 人の医師に問いかけ、現場の声に耳を傾けた作品。

・肥田舜太郎（被ばく医師）内部被ばくに警鐘を鳴らして 66 年
・鎌田實（諏訪中央病院名誉院長・チェルノブイリ連帯基金代表・日本イラク医療支援ネットワーク代表）白血病やがんの子ども達のために働きづづける医師
・児玉龍彦（東京大学アイソトープ総合センター長）福島の現場で働き発信する医師
・スモルニコワ・バレンチナ（小児科医）チェルノブイリで臨床医 45 年

＊福福カフェ：東京都内に避難してきたママと子・プレママの皆さんが集まってリラックスした時間を過ごしています。避難母子を支える会議 in 武蔵野がおこなっています。

参加費：500円　講演後、ご歓談される方は昼食持参可能です。

主催：避難母子を支える会議in武蔵野(武蔵野市・武蔵野市社会福祉協議会・公益財団法人東京YWCA)

申込方法：2月19日(火)までに電話又はFAX でお申し込みください。

〒180-0006　武蔵野市中町 1－19－16
東京ＹＷＣＡ武蔵野センター内避難母子を支える会議 in 武蔵野事務局まで
TEL0422-52-3881　FAX0422-53-1436

☆このイベントは、東京都の新しい公共の場づくりのためのモデル事業です。

JR 三鷹駅北口徒歩 3 分

福福カフェ特別プログラム　上映会「内部被ばくを生き抜く」 申し込み用紙

東京YWCA武蔵野センター内避難母子を支える会議in武蔵野行き

FAX 0422-53-1436

お 名 前	
住　　所	
電話番号	

2012.避難母子を支える会議 in 武蔵野　　　１月号

「ママと子　みーんな　集まれ」
♪福福カフェ オープン中♪！

－福福カフェでリラックス＆おしゃべりタイム－

10:00 リラックスタイム
10:30 テーマタイム
11:30 お茶タイム
12:00 ランチタイム
　　　おしゃべりタイム

８月末からオープンしている福福カフェ、東京都内に避難してきたママと子、プレママの皆さんが集まって、一緒にリラックスした時間を過ごします。どうぞ、足をお運びください

♪ 福福カフェ・メニュー♪

日　時	テーマ	内　容	ナビゲーター	参加費
2013 1/17(木)10:00～13:00	季節の クラフト	簡単布染め オリジナル風呂敷作り	國松佳子 (クラフトアーティスト)	300円 (茶菓付)
1/24(木)10:00～13:00	からだ リラックス	身体ほぐし＆心ほぐし ＆マインドマップ作り	熊倉絵美 (からだと心セラピスト)	300円 (汁物付)
2/7(木)10:00～13:00	親子 クッキング	季節の野菜で お菓子作り	前田理絵 (お菓子研究家)	300円 (茶菓付)
2/14(木)10:00～13:00	わらべうた＆ 絵本＆ アクセサリー	わらべうた＆ふれあい 遊びワークショップ＆ アクセサリー作り	平尾時栄(助産師) 二瓶和子(福福ママ)	300円 (茶菓付)
2/20(水)10:00～13:00	特別 プログラム	「内部被ばくから どう子どもを守る＆ そしてこれから」ほか	福福カフェ講師 福福ママ	300円 (茶菓付)
3/7(木)10:00～13:00	親子いけばな ＆福福ママ企画	季節の花を活けましょう＆元気になるメーキャップ	宇田川美幸 (草月流師範) 渡辺淳子(福福ママ)	300円 (茶菓付)
3/14(木)10:00～13:00	アロマ＆ 福福ママ企画	アロマでリラックス ＆アクセサリー作り	高山和子 (アロマセラピスト) 二瓶和子(福福ママ)	300円 (茶菓付)

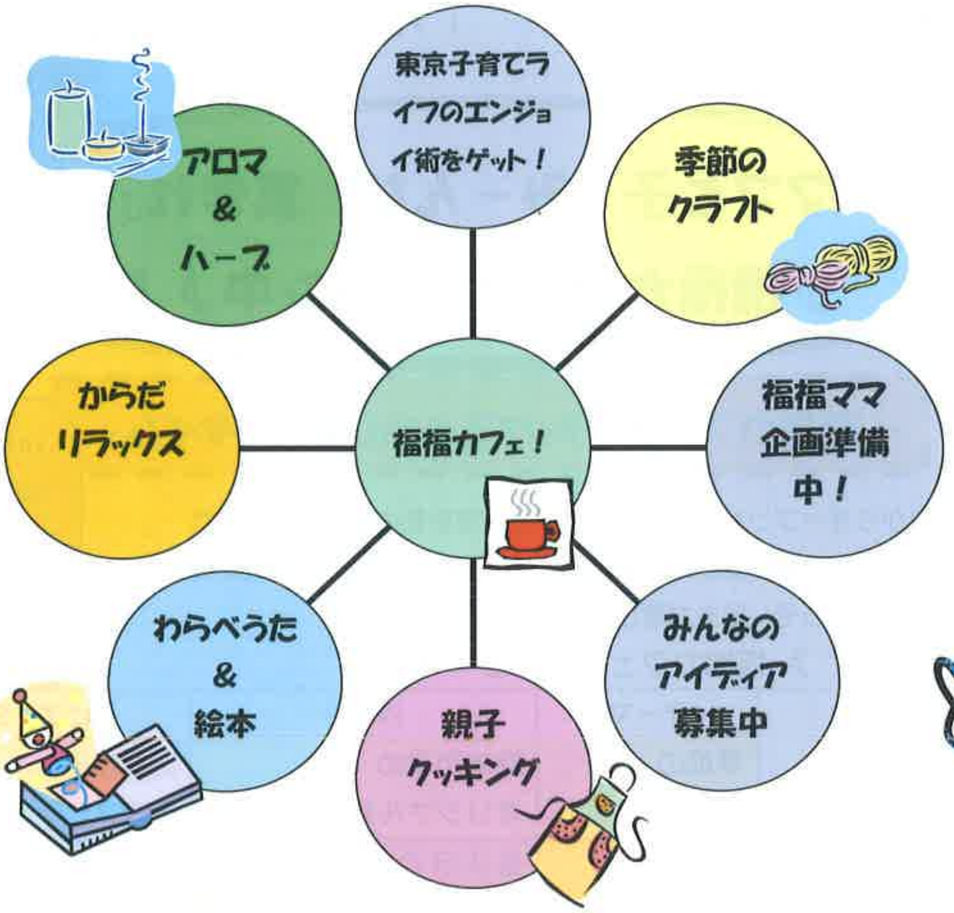
＊毎回ランチ交流会をしますので、お昼の持ち込み可能です。
♪福福カフェ♪：福島の福＆福を呼ぶ福から名づけました。

☆会場・申し込み・問い合わせ：東京ＹＷＣＡ武蔵野センター
〒180-0006　武蔵野市中町 1-19-16
TEL 0422-52-3881　FAX 0422-53-1436　mail ：musashino@tokyo.ywca.or.jp

＊お申し込みは前々日までに(当日参加も可能です。お問い合わせください！)
①お名前・お子さんの年齢　②電話番号　③希望日時をお知らせください。

☆主催：避難母子を支える会議 in 武蔵野(武蔵野市・武蔵野市民社会福祉協議会・公益財団法人東京ＹＷＣＡ)

このイベントは、東京都の新しい公共の場づくりのためのモデル事業です。



参加したママ達の感想

「♪知らない場所に出かけるのはドキドキでしたが、
とてもリラックスできました。」

「♪東京にでてきて１年数か月、初めて福島出身の方たちに会えました。
たくさんお話できて嬉しかったです。」

「♪子どもも同じ年代の子たちと
遊ぶことができ、行くことを楽しみにしています。」

♥これまでは毎回、約５組の親子たちが参加して下さっています。

初めての方もぜひどうぞ！

避難母子を支える会議in武蔵野

～都内避難母子を
支えるために～

行政：武蔵野市
民間：武蔵野市民社会福祉協議会
公益財団法人東京YWCA

3団体がコラボレーション！！

東日本大震災による
福島県から、おもに東京多摩
地区に避難している母子家庭
が
地域に親しみ、ともに助け合う
社会を築くための支援事業

震災支援枠で申請！
２月より準備スタート！！
地域大学(臨床心理学科)スタッフとの連携

事業背景となる課題

公的住宅や民間住宅での避難生活
市区町村ごとの支援の差を解消し、精神的にも経済的にも負担の大きい母子だけの避難家庭への支援は緊急課題！！

事業体制

事務局：東京ＹＷＣＡ
　　　　コーディネーター
　＊女性団体・ボランティア推進団体としての長年の経験を活かした体制

協働：武蔵野市、地域の大学、地域社協、ＮＰＯ等
　＊年3回運営協議会開催

事業概要

1. 避難母子支援
   市民ボランティア養成研修講座

2. 避難母子が安心して集える
   場づくり

市民ボランティア養成研修講座

●講座内容

被災者に対する支援とは/子どものこころのケアとは/どのような対応が必要か/地域でできること等

●参加者数　４７名　出席平均２７名

地域：武蔵野市４９%, 三鷹市１１%、杉並区１１%, 練馬区５%ほか横浜市, 町田市, 立川市, 日野市
世田谷区等都内各地域から集まる

男女：女性３８名（８１%）　男性９名（１９%）

年齢：５０代（27%）, ６０代（18%）, ２０代（16%）, 30代40代

動機：何かせずにはいられない大半, 活動体験者５名

避難母子が安心して集える場づくり

- 母子が一緒に楽しみ、安心して幸せなひとときを過ごせる場を提供する

参加者：母子４，５組（子６，８名）

江戸川区、葛飾区、昭島市、練馬区、中野区、武蔵野市等

- 市民ボランティアの協力：６名

武蔵野市、練馬区、杉並区他

市民ボランティア養成研修講座

避難母子が安心して集える場づくり

今後に向けての課題

・各地域や団体で継続した避難母子の孤立化や孤独化や虐待,母親の心の病気防止対策を！！

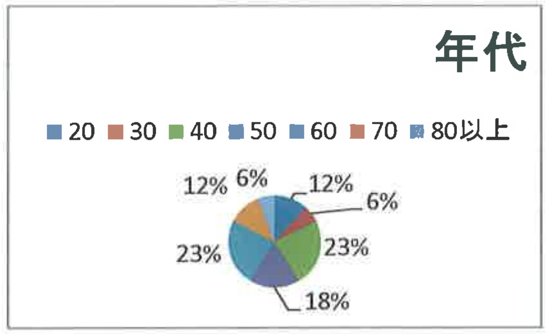
・参加者からの発信をサポート

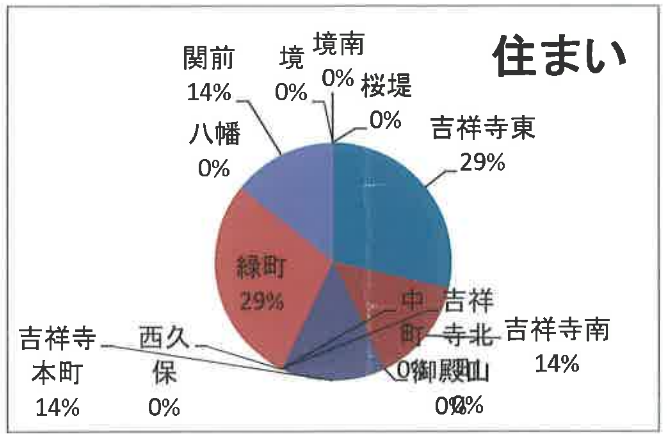
取組みから生まれたネットワークの活用！

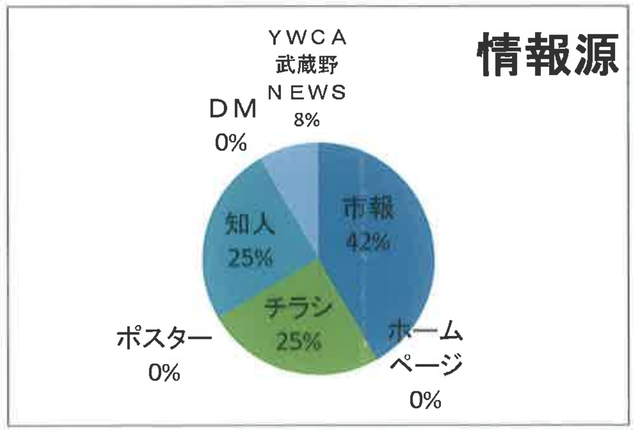
2102避難母子支援市民ボランティア養成研修講座アンケート集計結果

事業実施日	7月6日	7月12日	7月19日	7月26日	10月5日
回答者数	17	19	19	17	7
性別					
女	16	14	16	16	7
男	1	5	3	1	0
年代					
20	2	5	2	2	1
30	1	2	3	5	2
40	4	2	2	2	1
50	3	6	7	3	1
60	4	3	3	3	2
70	2	1	2	2	0
80以上	1	0	0	0	0
住まい					
吉祥寺東	2	0	0	0	0
吉祥寺南	1	0	1	0	1
御殿山	0	1	0	1	0
吉祥寺本町	1	1	1	1	0
吉祥寺北町	0	0	0	0	0
中町	0	0	0	0	0
西久保	0	1	2	1	0
緑町	2	1	2	2	1
八幡	0	0	0	0	0
関前	1	1	2	2	0
境	0	0	0	0	0
境南	0	0	0	0	0
桜堤	0	0	0	0	0
市外	横浜・杉並・府中・練馬 三鷹・小金井	立川・豊島・世田谷・品川 町田・日野・府中・三鷹 東久留米	府中・町田・練馬・三鷹 小金井・日野・立川 世田谷	三鷹・町田・横浜 杉並・世田谷・小金井	横浜・川崎・杉並 練馬
何で知ったか					
市報	5	4	4	4	0
ホームページ	0	0	0	0	0
チラシ	3	5	3	5	0
ポスター	0	0	0	0	0
知人	3	3	6	5	2
DM	0	0	0	0	2
YWCA武蔵野NEWS	1	1	0	0	2
その他	読売新聞・asacoco 東日本大震災支援全国ネットワークHP・東京Y機関紙・「原発のない夏を」の集い	社協・読売新聞 多摩リビング	読売新聞・社協 週刊金曜日	社協・asacoco	ICV教会
テーマと内容					
期待の内容	10	14	13	14	6
違っていた	5	5	0	2	0
全体として					
有意義だった	12	13	12	15	6

男女比
7月6日　女94% 男6%
7月12日 女74% 男26%
7月19日 女84% 男







テーマと内容
7月6日　期待の内容59%　違っていた29%　無回答12%
7月12日　期待の内容74%　違っていた26% 無回答0%
7月19日　期待の内容68%　違っていた0%　無回答32%
7月26日　期待の内容　82%　違っていた12%　無回答6%
10月5日　期待の内容86%　違っていた0%　無回答14%
平均　期待の内容74%　違っていた13%　無回答13%

まあまあ	1	3	6	1	1
物足りない	0	0	0	0	0
内容違う	1	2	0	1	0

開始時間について

早い方がよい	2	1	2	0	0
ちょうど良い	11	16	14	14	5
遅いほうが良い	1	1	1	2	0

全体の時間

もう少し短くてよい	1	4	0	0	0
ちょうど良い	12	15	16	13	5
もう少し長くてよい	1	0	1	3	0

会場について

狭い	5	6	3	5	0
ちょうど良い	9	9	10	9	4
広すぎる	0	0	0	0	0
来やすい	3	7	5	3	1
来にくい	0	0	1	0	0

進行

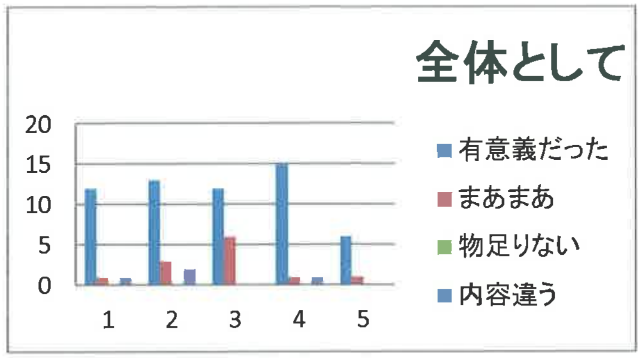
良かった	15	13	12	16	4
工夫するべき	0	2	1	1	0

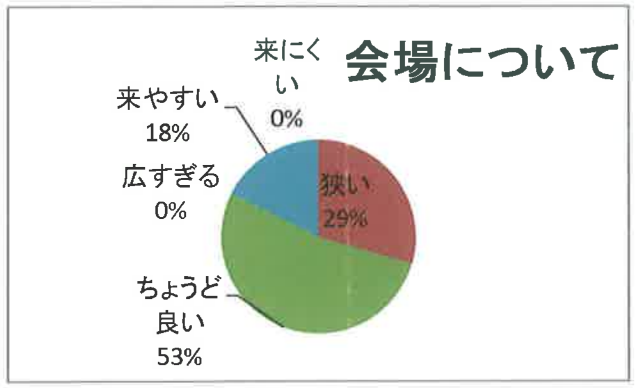
実施日	7月6日	7月12日	7月19日	7月26日	10月5日
平日	9	3	9	5	5
土曜日	2	5	4	3	0
日曜日	0	3	1	1	0
いつでもよい	4	5	6	7	1

実施時間帯	7月6日	7月12日	7月19日	7月26日	10月5日
午前	4	3	6	2	1
午後	9	2	5	6	4
夜間	1	1	0	2	0
いつでも	2	8	6	6	1

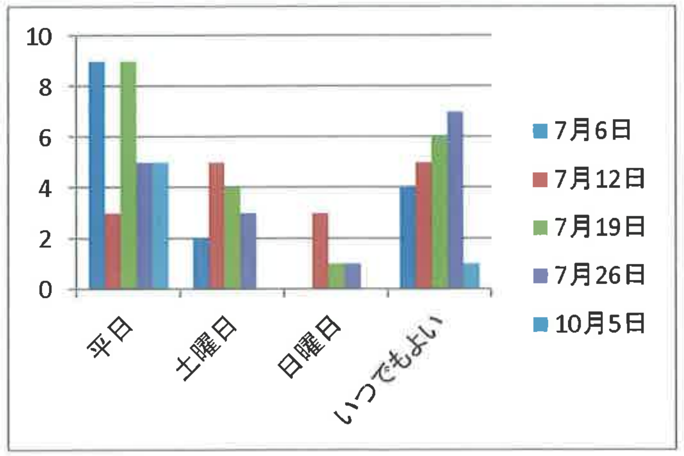
自由記述

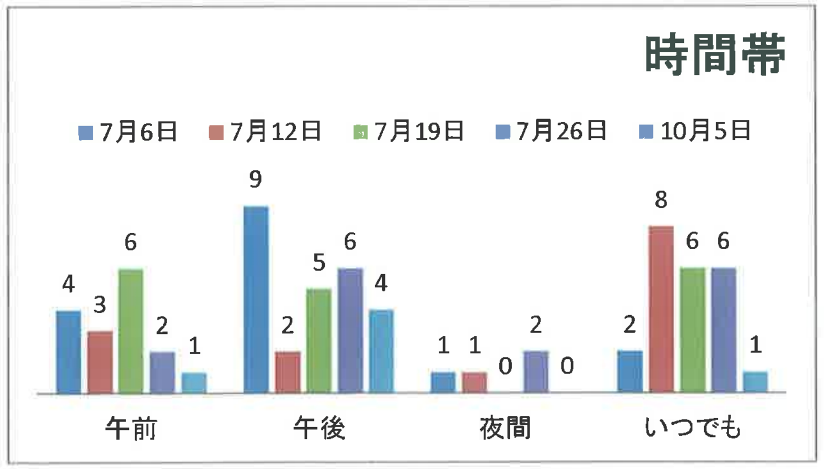
興味を持ったきっかけ	・具体的に何もできないのがつらくて ・カウンセリングに興味あり ・母子の支援に携わりたい ・「寄り添う」とはどういうことか知りたい ・既に活動しているがオフィシャルな研修を受けたかった ・東日本大震災の人の役に立ちたかった ・子どもの発達や子育て支援に興味あり ・ボランティアと臨床心理学的アプローチを学びたかった	・復興を考えるうえで子どもや親への視点は欠かすことができないと考えていたから ・母子支援の仕事をしていた ・東北出身（岩手） ・支援方法の手掛かりが学べると思った	・支援活動の手伝いをしたい ・被災家族の支援をしている ・自分にもできることがあるのか	・母子支援に携わりたい ・福島とかかわりがある ・友人から避難母子の話を聞いて ・場づくり・母子支援 ：支援のためのプログラム、参考にしたい ・母子避難者の支援が不足していると思ったから ・	・母子支援にかかわりたい ・南三陸町の支援ボランティアに参加したから ・自身の活動を振り返るため





実施日





意見・感想・提案	・マイク不要、電灯が明るい、福島からの電気を大切にしたい、東京は感性が鈍っている。 ・興味深い内容だった。 ・テーマが心のサポートだから。 ・とても勉強になった。帰ったら子ども時代のことをもう一度考えたい。 ・言葉が人の人生を管理しているのだと改めて気づかされた。 ・まず、自分を深く省みることが必要だと学んだ。 ・先生の講義力に充実した時を過ごせた ・被災者の役に立てる心とノウハウを学べた	・doingではなく、beingでありたい。話のいろいろな事例を聞いて複雑にしていると思った。 ・受け止めることが大切。身構えるのではなく、子どもの存在を認める受け入れる寄り添う。 ・講師の事例と理念・理論に基づいた講義は素晴らしい。 ・子育てや児童虐待は切っても切り離せない関係、家庭環境も含め、現代社会が持つ視点を確認できた。 ・一般で語られることと、個人として関わったときとの違いも大きく、心に寄り添う難しさを感じる。 ・人とかかわる難しさを感じた。 ・とてもわかりやすい講義と表現だった。 ・反抗期になっても、グレた時代があっても、今の自分がいるのは、自分のことを否定せずに受け止めてくれる家族がいたから。 ・いじめや引きこもりなどの連続講座を希望。 ・一人の日との質問だけで終わってしまった。もっと多くの人が質問できるとよかった。 ・いじめも大切な問題だが、今回講座に期待したのは震	・遊び・ゲーム・レクリエーション の楽しさは伝わってきたが、「専門学校の生徒は劣等感が強い」という発言は差別（偏見）なのでは。 ・レクリエーションやゲームは文化だということは新鮮。大人が本気でゲームするのは面白い。 ・立ち方や声の出し方などその場での在り方まで丁寧にアドバイスがあってよかった。 ・今後に役立つ内容だった。 ・幼稚園が休みに入ったので託児がないとどこかに預けなければならない。 ・具体的でよかった。	・具体的でよかった。 ・ディスカッションで他の参加者と話が出来て勉強になった。 ・ディスカッションで主体的に考えることができた。 ・避難者の実情を知りたい。 ・メンバーとして参加したい。 ・被災者に対して思いをはせ、接し方を学ぶことは、社会全般で活かせることと思う。	対人援助者の基本はどんな人間関係においても通じるものであることを知った。 ・喪失体験というのはすべての人が老いるのでいやでも体験せざるをえない。高齢予備軍としては身につまされる。

2012避難母子支援のための場づくり「福福カフェ」アンケート集計

アンケート送付:2013年2月28日 集計:3月19日

住所がわかる方を対象15名にアンケート用紙を送り、9名の方から回答

(1)ご自身のことを教えて下さい。

＊性別 女(9名)・男

＊年代 20歳未満 (0)・20代(0) ・30代(5名) ・40代(2名) ・50代(0) ・60代以上(2名)

＊お住まい ・武蔵野市内(2名)

・市外(西東京市(2名)・東久留米市・(1名)江戸川区(2名)中野区(2名)

＊出身地(避難前の居住所)を教えて下さい。

福島県 ・福島市(1名) ・郡山市(3名) ・磐城市(2名)

・その他(浪江町) その他(宮城県女川市) 無記入(1名)

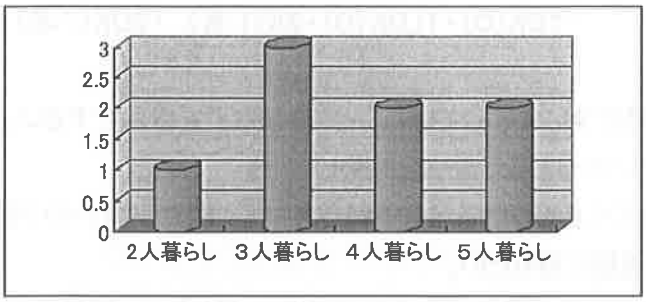
＊ご家族の構成とお子さんの年齢を教えて下さい。

現在の同居家族 8名の方が夫と子ども、母と子どもたちと生活を送っている。

同居人数は2人暮らし(1名)

3人暮らし(3名)4人暮らし(2名)

5人暮らし(2名)無記入(1名)



別居されている家族 構成(夫(2名)・息子(1名)・長女(1名)父(1名)両親(1名)

無記入2名

別居人数1人(5名) 4人(1名)無記入(3名)

別居されている家族の居住地

・福島県1名 ・福島市1名 ・郡山市2名 ・磐城市1名

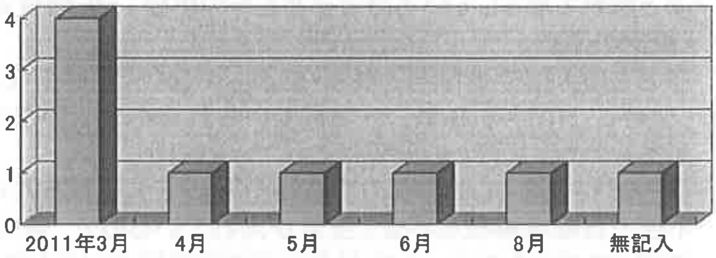
・その他(東京都小平市)1名・無記入3名

(2)いつ避難を決めましたか。

2011年3月(4名) 4月(1名)

5月(1名)6月(1名)8月(1名)

無記入(1名)



その理由を教えてください。(自由記述)

・子どもの健康への影響が心配だったから。・水素爆発を起こした時、当時妊婦だったこともあり、とにかく遠くへと後先考えずに来ました。・放射能が危険だと知って。・避難命令が出たので。

・子ども達が東京にいて呼んでくれたから。

(3)住居について教えて下さい。

＊現在の住居はいつ入居されましたか。

2011 年 4 月(3 名)6 月(1 名)10 月(2 名)2012 年 2 月(1 名)3 月(1 名)無記入(1 名)

＊よろしかったらそれまでの経緯を教えてください。

・津島―郡山―浜田山―柏―西東京

・2011 年 4 月 1 日の入居までに、ビジネスホテル―叔父の家―弟の家を転々としました。

・2011 年4月～9月　郡山から東京を1週間ごとに行き来。9月～2012 年 3 月　親戚の家。

・2011 年3月～7月までの間　喜多方ー福島ー東京ーいわきー福島ーいわきー東京

・いわき市内の友人宅へ一時避難、実家へ避難するつもりが原発事故(警戒区域内)のため避難できず。その後高速道路が走れるようになってから、茨城の兄宅、八王子の姉宅を経て現在。

・2011 年3月 10 日、次女を出産ー震災と産後のストレスで体調不良が続くー5か月間悩んだ末避難を決め、現在の住居に至る。

多くの方が東京へ来る前に福島市内や関東圏内への親戚の家に避難しています。

＊今の住居の概要を教えて下さい。

形態　・都営住宅 (5 名)　・雇用促進住宅(2 名)・借上げ住宅(0)・ご親戚の住居(0)
・ご実家の住居(1 名)　無記入(1 名)

内容　・1DK(0)・1LDK(0)・2K(1 名)　・2DK(7 名)・2LDK(0)・3K 以上(1 名)　無記入 1 名

＊住居について感じていること、希望などを教えて下さい。

・ぜいたくは言えませんが狭いです。

・狭くて息が詰まる。太陽が当たらず、建物が古いので掃除をしてもゴキブリや虫が出るので不快。太陽の入る部屋に移りたい。

・子どもが小学生になるので3DK に移りたい。福島へは戻れないので住宅の保障はきちんとしてほしい。

・とにかく狭く、大人3人、子供1人では、このまま生活は難しく感じます。キッチンに冷蔵庫が入れられず部屋に置くしかない。部屋はタンスなども置けないので収納できずにいる。場所的には住みやすくなれてきたのでここから動こうとは思っていませんが、やはり3部屋ほしいです。

・家の前が工事中なので環境が良くない。こちらに来てぜんそくになりました。

・早く入れてもらえ、感謝の一言です。

(4)東京での生活について教えて下さい。

＊東京での生活で現在抱える不便や不安。(自由記述)

・夫と離れて暮らしているので子どもへの影響。・生活資金の不安・住宅の不安。
・雇用の不安

・子どもの入園や進学等、知人・友人も少なく情報が少ないので不安。

・なぜここにいるのか、いつまでいられるのか、いつまでいなければいけないのか。この生活は意味があるのか。父親との関係はこれでよいのか。

・夫と離れて暮らしているので娘がかわいそう。 福島では車の生活に慣れていたので、自転車での通園は不便で自転車事故も不安。空気が汚れているので、娘の健康も不安

・不便さを感じるのは、人口が多いので仕方のないことなのかな～と・・。 田舎で 40 年、これから都会でやっていけるのかと不安・・。仕事や経済面。子供の入園や進学等、知人友人も少なく、情報も少ないので不安。

・郡山に親を残している為、今後どうするのか不安。 近くに親戚がいないため、子育てに協力してくれる人がいないので不安。不便。

・先のことを考えると不安な面も多々ありますが、今は考えないようにしています。

＊東京での生活で楽しく感じられたエピソード。

・同じく避難母子避難しているママ達と交流することで悩みを話せたり、自分一人ではないんだという気持ちになれた。

・色んな人と知り合え、生活に広がりができ、楽しいです。

・スカイツリーや東京ドームに行ったり、東京にいると行ける所へ遊びに行ったこと。
・核家族だったので私の両親と住むことができたので毎日にぎやかに過ごすことができる。
・ボランティアの人たちと息子たちがずっと行きたかった鉄道博物館へ行きました。1 家族にボランティア 2 名がついてくださり、とても助かり、何より息子が楽しそうに走り回っていたこと。
・友人と一緒にイベントに参加したり、娘がその子供たちと遊び楽しそうにしているのを見たこと。ご近所でのやりとりや手作りのおかずを頂いたりしたこと。 メイク講座が出来たこと。
・ボランティアの会で ヒョンなことからウクレレの会に入会。優しく教えて頂き、何とか弾けるようになると早速慰問に参加。ハワイのドレス、レイ、花冠を付け舞台に立つと、高齢者達から大歓迎と拍手で迎えられ嬉しくなります。今まで考えたことのない楽しみを感じています。

＊東京での生活で嫌だった言葉や態度。
・同居している両親から「避難者なんだから我慢したら？」と言われた。
・私は交流がなかったので経験がないが、夫が「なんで、こんなところにいるの？地元で復興の手伝いしなきゃダメだよ」と言われたことがある。
・「もう福島には戻れないもんね」東京の人の言葉。「3 年、4 年、5 年経てば戻るしかないし」県職員の言葉。
・ある会で「あんた達は国の税金で食べているんでしょう。避難民だといって甘えている」
・「いわきなら大丈夫なのに、まだいるんだ。野菜？なんで気にしているの？うちは普通に食べているよ。」
・放射線について「考えすぎ」と言われたこと。 行ったり来たりで親戚の家に住まわしてもらっていた時に、家なし と言われたこと。
・「福島市は戻れるでしょ」など。
・同居している両親から「避難者なんだから我慢したら？」などと言われた。

＊東京での生活で嬉しかった言葉や態度。
・同じ避難ママから「頑張っているね」と言われた。
・「大変だったね」と心から言ってくれた人、話を聞いてくれた人、昔の友達が心配して連絡をくれた。
・出会う多くの方が、優しく、善意に満ちて温かい人々です。勇気をいただいています。
・話を聞いて下さるだけで気持ちが少し楽になり嬉しいです。助けていただける気持ちがうれしいです。
・「小さい子がいるから当たり前だよ、お母さんがんばってね」
・メイク講座のときの「ありがとう」

(5)お子さんについて教えて下さい。

＊避難したことで何が変わったと思われますか。
・夫がいないことを寂しがるようになった。
・初めは突然夜泣きが始まり、1 年以上続きました。娘は生後 7 か月で震災に遭い、9ヶ月目に東京で生活し、現在 2 歳 7 か月なので東京にいる方が長く、今は忘れていると思います。
・父がいないことが当たり前の生活に慣れてしまったこと。「本当のおうち」とか普通はあまり言わない言葉を言ったりすること。
・無口になり、今までのはつらつさ、輝きが失われた。
・甘えたいのに我慢している。福島に帰りたいのに口に出せないでいる。
・今までは周りに親戚も多く、子供にとっても自分の気持ちを受け止めてくれる人が多かったのですが、避難したことで子供の拠り所が私（ママ）しかいなくなってしまったので、それに対するイライラが出るようになったと感じます。

＊お子さんについて現在悩んでいることはありますか。
・震災後半年福島にいたことで健康に影響はないか心配である。
・先の見えない未来について（1年後、小学校に入るので）
・やりたいお稽古事をやらせてあげれない。学歴の差？（お友達はひらがなが書けるが娘はできない）話し方が大人びている（娘なりに背伸びしている）
・自己主張があまりできない。勉強の面。

＊お子さんにとって現在最も必要なことは何だと思われますか。
・家族が一緒に暮らすこと。
・同世代の子との関わり合い。いろいろなことに触れること。（楽しいこと、嬉しいこと、キレイなこと、生き物など様々…）放射能から守る。
・安心して生活できる環境。

・お父さんの存在。
・色々な人にふれあい、少しでも自分の気持ちを受け止めてくれる人が多くなること。
・教育。

(6)国、都、東電に対して訴えたいことは何ですか。

・きちんとした賠償、生涯に渡る健康管理と医療保障を行ってほしい。避難者支援を継続しておこなってほしい。
・震災により、住宅を失い、地元では災害住宅に入れるようですが、県外避難者への対応も考えてほしい。自主避難者への賠償は本当になっていない。小さな子どもには絶対に健康被害が出る。その為の避難をきちんとした賠償と制度で補償すべき。
・少しでいいから私たちの立場を心配してほしい。
・国に…原発は安全です。と住民を洗脳してきた結果がこの有様。一日も早く自立できる足がかりとして自宅を作ってほしい。都に…様々な支援をいただき感謝です。東電…一刻も早く賠償を。それがないと立ち上がれない。
・うそをつかないでほしい。国民を守ってほしい。
・これからの未来ある子どものことを、一番に考えて行動して頂きたい。福島でそれができないのであれば、福島県民をずっと保障してほしい。
・正しいことを話し、うそをつかないでほしい。きちんと保障してほしい。
・避難、被災した方の大変さはもちろんだが、それぞれのおかれた状況が少しずつ違い、しかもそれぞれが切羽詰まってしまっていることで、人間関係のひずみが大きくなってしまっている気がします。金銭的な支援も大切ですが、1人1人が元の地域からちぎれ、こぼれ、ひきさかれ、また窮屈な思いをしていることに思いをはせてほしい。私は福島出身なだけですが、新しい地域づくり、つながりの手伝いが出来たらと思っています。

(7)今後の生活への思いについて教えて下さい

・今月いっぱいで福島に帰ることになり、不安もあるが頑張っていきたい。
・住民票も移動せず、国や東電の対応により、宙ぶらりんでいます。きちんとした対応が決まれば定住も決まる。ほぼ、この土地で生活していくつもりでいますが、住所は移動しない方が良い、等の情報もあり、考えるところがあります。こういう状態がこの先何年続くのか…子どもの進学等もあるので早く対応してもらいたい。
・残っても、戻っても、不安と心配ばかりです。でも私たちもただ不安、辛いと考えてばかりではダメで、なにかアクションを起こしていかないといけないなと思います。
・不安だらけ。先が見えない。
・普通の生活がしたい。何も考えなくてよい3.11の前に戻りたい。
・一番望むことは、今までの様に安全な福島で家族で住むこと。
・毎日、不安との戦いです。食べものや地震、水、子どもたちの健康、私の甲状腺。

(8)福福カフェに対してご感想・ご要望などお聞かせ下さい。

・映画上映会の時、一度だけしか参加できませんでしたが、子どもたちと遊んで頂いたり、色々とお世話になりました。ありがとうございました。
・先日、メイクの講師をさせて頂き、ありがとうございました。震災後、本当に何もせず、廃人寸前の私でしたが、眠っていた記憶を呼び覚ます良いきっかけになりました。あの日から、もう忘れかけていた過去の知識がどんどんよみがえってきています。(笑)もし、機会があれば、またやらせてください。今度はもっと良いアドバイスや技術を見せられると思います。
・皆様お元気ですか？私はちょっと元気が出てきました。
・子育ての重要さは理解できる。が高齢者の孤独にも目を向けてほしい。子等と同居している人達は、息子・嫁・孫に遠慮して息をつめて暮らし、逃げ場がない、と話している。その方々に楽しめる場がほしい。皆さんウツ寸前です。
・ふっと心が落ち着ける場所です。なかなか自分の思いを話せないでいましたが、話ができる。話ができる事って大きいんだなぁと思いました。そして同じ思いをしている人がいるというのは心強いです。
・温かい気持ちで接してくださるスタッフにはいつも助けられていると感じます。避難生活に疲れてしまい、自分が避難していることを忘れてしまいたかった時でも福福へは行きたいと思えました。最近は子どもの体調や私の体調が悪く、参加できないことが多々ありますが、参加できる時にはしたいと思っています。
・つどいの場は本当に助けになり、必要だと思います。
・初めてチラシで知ったとき、すごくうれしかったです。少人数であたたかな雰囲気で参加できよかったです。

最近のチラシで「福福ママ」が講師、などであるのを見て、行ってみたいな、と思いました。

（9）何でも自由にお書き下さい。

この土地で唯一「こんにちは～」とドアを開けられる場所

東京に避難し、誰一人知り合いがなかった私と娘でしたが、初めて参加したのが福福カフェでした。東京でどんどん孤立していく自分を感じ勇気を出して参加したのです。本当に行ってみて良かったと思っています。ごく普通の会話をする相手や友人もいないので、何もしない毎日、一言も会話をしない日が増えて、人と交わることがとても難しいことに思えてできない自分になってしまっていました。
それが、福福カフェのおかげで、友人もでき、色々なことに誘って頂くことがとても嬉しいです。
福島から避難してきたことを周りの人たちはどういう目で見ているのか、それぞれ見解は違うと思いますが、なんとなく、後ろめたいような気になっていた。分かってもらえないだろう…という気持ちもあり、それが人と交わることをさけていたように思います。でも、福福カフェでは初めからわかってもらえていて、それだけで気持ちが楽で、うまく表現できませんが…この土地で唯一「こんにちは～」とドアを開けられる場所です。何より、娘と二人で外出するきっかけになり、娘もYWCAまでの道のりを覚えてトコトコ歩いていくんです！！すごいなーと思います。
今一番感じていることは、娘の成長を近藤さんをはじめ、スタッフの方が一緒になって喜んでくれる、ほめてくれる、励ましてくれることが本当にありがたいと感じています。
娘にとって私だけではなく、娘の成長を見守ってくれる大人がたくさんいることは本当に幸せなことです。
これは福福カフェに参加したからこそ！！感謝しています。これからも娘と参加していきたいです。

（40代女性）

暖かくなれば元気になれるかな？

私は第一回、二回の福福カフェ参加者です。近藤さんに出会い、初対面なのに親身になって私の話を聞いてくださり、二回目のカフェでも話したことを覚えていてくれてとても感激でした。ですが…。そのうち、寒くなるにつれ、外出するのが億劫になってきてしまい、人に会ったり、話をするのが辛くなってきてしまいました。前にもよくあったのですが・・・。自分が甘えているだけ？うつっぽい？と考えてばかりで誰にも言えず、（だんなに話しましたが特に何もなく）春が近づいてきています。暖かくなれば元気になれるかな？
今年の3.11は、立ち直るきっかけの日にしたいです。
H.25年度は、予定は決まっているのですか？いつか又顔を出せたら・・・と思っています。
子ども達はおかげさまで、大きくすくすく？育っています。

（30代女性）

便利な物には危険がたくさんあることを伝えていきたい。そして、私は子どもを守りたい。

家族に東電で働いている人がいて、避難区域でもないのに避難していることがずっと負い目です。
避難区域でもないのに避難者が集うところへ出かけたと話すと白い目でみられ、いわきはもう帰れるよといつも話されます。父も何の問題もない、いつ帰ってくるのだと聞きます。時折帰ると大丈夫だからと県産の物を子どもたちにあげたり、どこまでが大丈夫でどこまでが大丈夫じゃないのかわからないことが多い中で、石橋を渡っていると変だと言われ、年老いた両親の側にいてあげたいけれど、何も考えなくてよい遠いところに行きたいです。起こってしまったことは仕方がない。これからどうするべきなのか偽りなく国民に話してほしい。ただそれだけです。豊かさが生み出した結果がこうなってしまった。
便利な物には危険がたくさんあることを伝えていきたい。そして、私は子どもを守りたい。ただそれだけです。

（30代女性）

普通の生活を普通の今までと同じ暮らしをさせてほしい。

出口が見えない問題が常に自分の中、私たち家族の中、福島県民にあると思います。
東京で暮らすことも、時々、「あぁ、もうムリだ…」と感じることも多くなりました。家庭の事情でやむを得ず福島へ帰る家族を見て、私もいずれは・・と思ってしまいます。
ムリなことなのでしょうが、その声をきいて頂き、本当に考えてほしい。国にも東電にも。
何も贅沢は言いません。普通の生活を普通の今までと同じ暮らしをさせてほしい。あなたの子どもなら犠牲にできますか？とききたい。

（30代女性）

県外避難者の甲状腺検査の用紙が届き、公立昭和病院へ行ってきました。

今までありがとうございました。後半はあまり参加できませんでしたが、先週、県外避難者の甲状腺検査の用紙が届き、公立昭和病院へ行ってきました。そうしたら、沢山の子ども連れのお母さんに会いました。話をする時間があまりなかったのは残念ですが、今回受けに来てるってことは、福島へは受けに行かなかった方で、不満がたくさんある方だと思います。もっともっと何が必要だなぁと思いながらも、なかなか案が浮かばず・・・。

（30代女性）

避難してきた方々が「被災者」ではない側面を発揮できることを支援できたら・・・。

私は友人が避難してきた東京で仕事し結婚し暮らしていた身ですので、母子避難の大変さは理解しきれていないと思っています。何もなければ友人として、その時々仕事のこと、子育てのことを話をするくらいで、それぞれの地で年を重ねていたであろう関係が、何の頼りもない中、母子二人で東京で暮らし始めた友人に頼られ、こちらも思いを寄せていく中で、「友人」「支援者」という二つの役割をうまく融合させることが出来ず、相手を傷つけてしまったのではないか、と心苦しく思っています。
自分自身も暮らしていく中での課題もあり、（出産や退職、再就職などで）何気ない話題の中でそうした話をすることが相手にとって何か悔しい、というかそうしたような思いを持たせてしまうものになっていたのではないか・・・とも思うのです。
一方、友人に「被災者」としての側面だけではなく、仕事をする一人の女性としてそのバイタリティを発揮してほしく思い、自分なりにこちらでつながりややる気づくりに力を注いだつもりでもあったが、そうしたことも
元々もっていた大きなもの（くらし・仕事）をなくした身にはありがた迷惑だったかもしれないと反省したりしています。
障害を持つ人の「支援者」の仕事をしていたけど、友人と「支援者」としての関係を保つのは難しいことだった。時間をおいて、また支援したいこの思いは彼女に伝え続けていきたいと思っていますが・・・。・・・個人的なことでしたが、避難してきた方々が「被災者」ではない側面を発揮できることを支援できたらと思い続けています。これが避難した方、福島に残る方、どちらにもたりないことのように思っています。

（40代女性）

健康な人達が楽しく住めるところ、安心して暮らせる所

突然の避難命令で心の準備のないままに避難の末、神仏に導かれながら着いた当地です。地名も知らないところでしたが、当地の方々の出会う人すべてが優しく、支援、声援をいただいて、現在では勇気と元気をいただいて、楽しい感謝の日々です。（でもそれをできない人もいるのです）
嫌なことは聞き流し、前向きで進むだけです。
当地は環境にめぐまれ、大東京のオアシスのような地で嬉しいのですが、住宅問題が一番の悩みです。市内を散歩しながら町の様々な位置関係など観察すると、空き家が多くみられます。（しかも陽当たりのよい）それらを行政の力で被災者のために利用させていただけないものでしょうか？一人一人の住民でなくとも家族関係で苦しむ人たちの協同生活のためにも。
とにかく新しい住宅を求めるなど不可能です。ましては介護施設など夢のまた夢です。
健康な人達が楽しく住めるところ、安心して暮らせる所が必要なのです。

（60代女性）

温かい気持ちに触れ、感謝

西東京にきて、みなさんの温かい気持ちに触れ、感謝しています。一歩ふみ出してみると、人とのつながりや広がりがあり、お付き合いも長くなってくると色々と理解していただきありがたいと思っています。

（60代女性）