



あのときのこと、  
それからのこと、  
これからのこと

～ 南相馬市からの報告 ～

南相馬市職員 高野 真至

# 自己紹介

- 高野 真至(たかのしんじ・46歳)
- 福島大学経済学部卒(平成5年3月卒業)
- 妻、長女(高2)、次女(小5)と同居
- 趣味はギター、写真
- 平成5年、原町市役所(現在の南相馬市役所)に入職
- 職歴は、税務課4年、広報課5年、防災課10年、健康づくり課2年、小高病院(現在)3年目
- 東日本大震災発生時(平成23年)は防災課に勤務、防災対策のほか、消防団事務と防災無線を担当していた

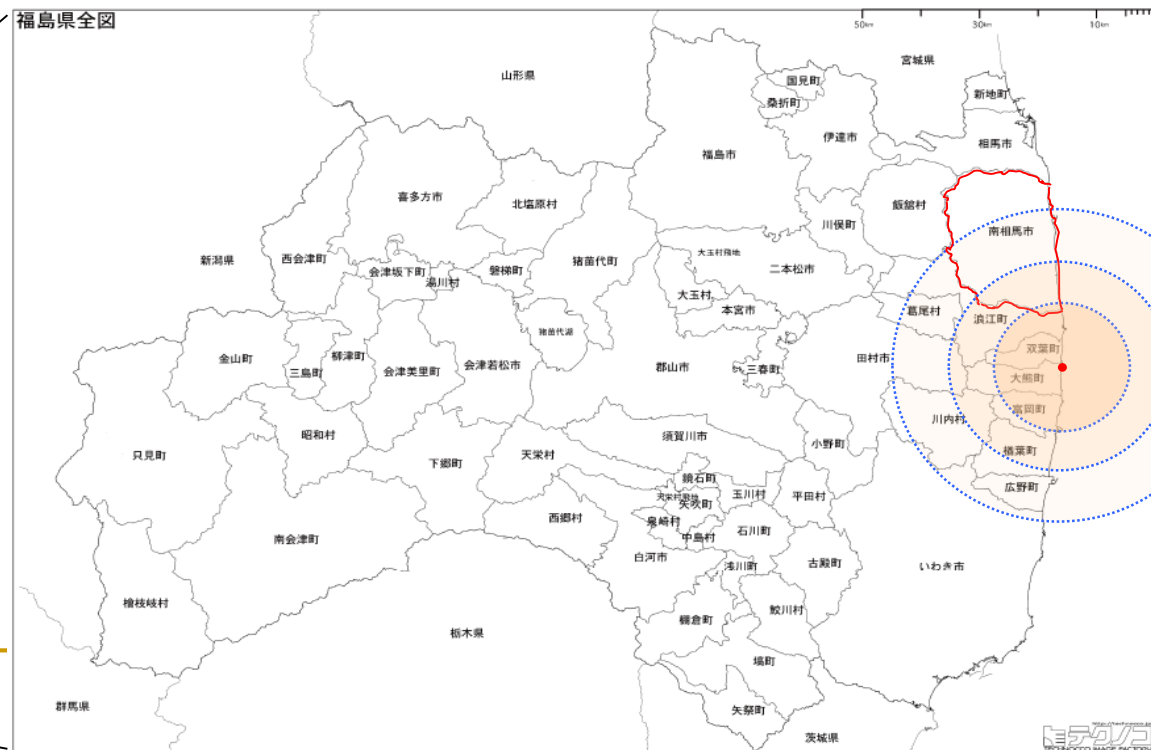
# 南相馬市について

Tohoku\_A3C  
papersize=297mm x 420mm

人口・・・71,561人(平成23年3月1日現在)  
面積・・・398.5km<sup>2</sup>(約55%が山林)  
産業・・・主要産業は農業、その他工業、製造業  
文化・・・相馬野馬追

○平成18年1月1日に鹿島町、原町市、小高町の1市2町の合併により誕生

○いわき市と仙台市の間に位置する浜通りの中核都市



テクノコ  
TECHNOCCO IMAGE FACTORY

テクノコ  
TECHNOCCO IMAGE FACTORY



# 相馬野馬追



相馬地方で1000年以上継承されている伝統の祭り。毎年、7月最終週の土、日、月曜日の3日間にわたり開催される。毎年約500騎の騎馬が出場。馬の祭りとしては世界最大級。



# 第一章 あのとぎのこと

## 東日本大震災・原発事故 (平成23年)



# 東日本大震災の概要



▲津波襲来後の海沿いの地域

- 発生日時：平成23年3月11日（金）  
14時46分
- 震源規模：牡鹿半島の東南東130km  
付近、深さ24km  
マグニチュード9.0
- 震 度：震度6弱（南相馬市）
- 津 波：14時49分に大津波警報が  
発令、相馬市の検潮所で15時51分  
最大波9.3m以上を観測
- 南相馬市では14時55分に沿岸部住  
民に対し避難勧告を発表、防災行政  
無線や防災メールなどで避難を呼び  
かけた



# 南相馬市の津波被災状況

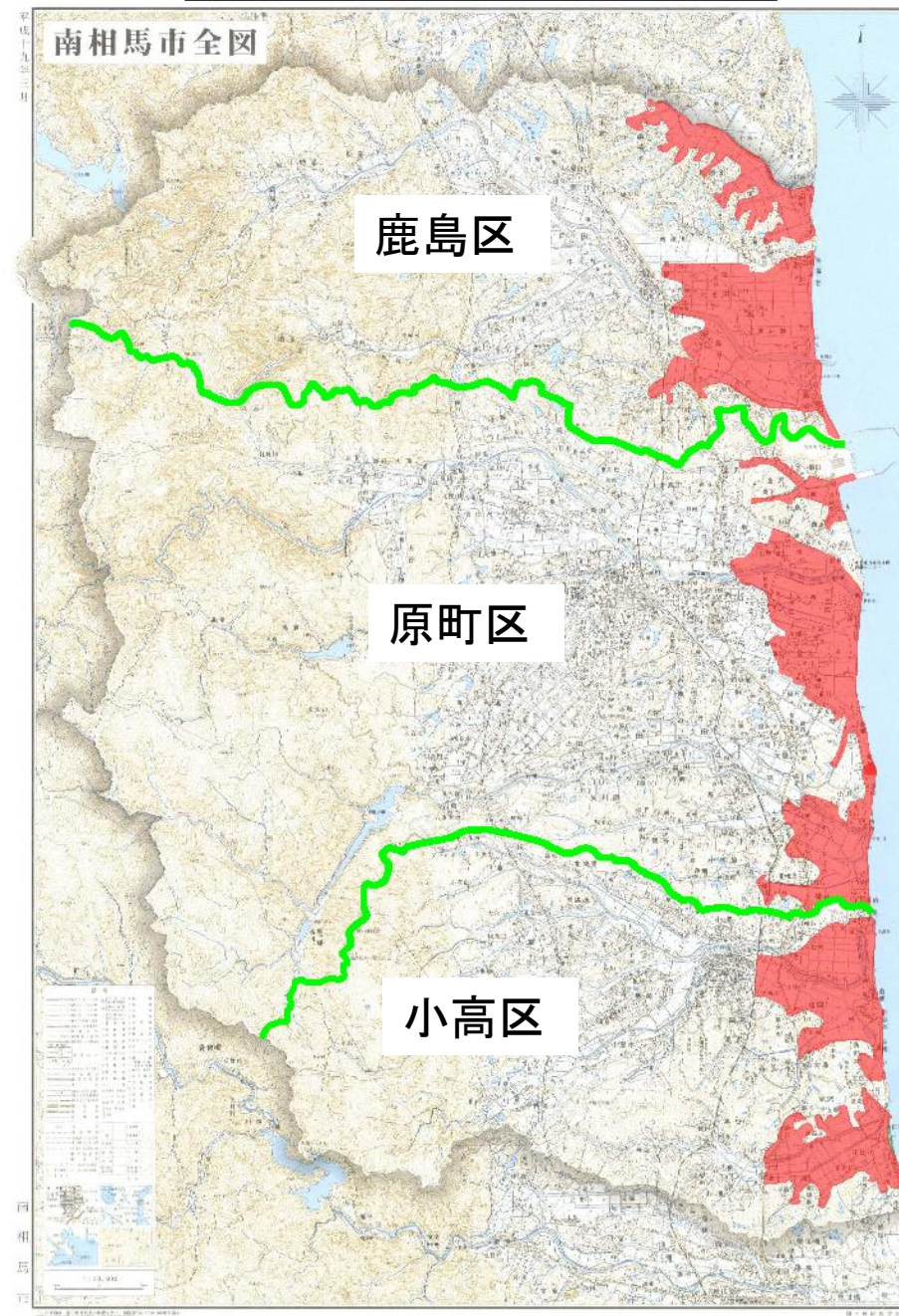


▲南相馬市を襲った津波

## ● 津波被害面積（平成23年4月8日現在）

| 区   | 面積                  |
|-----|---------------------|
| 鹿島区 | 15.8km <sup>2</sup> |
| 原町区 | 14.5km <sup>2</sup> |
| 小高区 | 10.5km <sup>2</sup> |
| 合計  | 40.8km <sup>2</sup> |

3.11東日本大震災による津波被災状況図



# 被害状況

## 【人的被害】 平成28年7月29日現在

- 死亡 1,122人  
(直接死 636人)  
(震災関連死 486人)
- 行方不明 0人
- 負傷者 59人  
(重傷者2人、軽傷者57人)



## 【住家被害】 平成28年7月20日現在

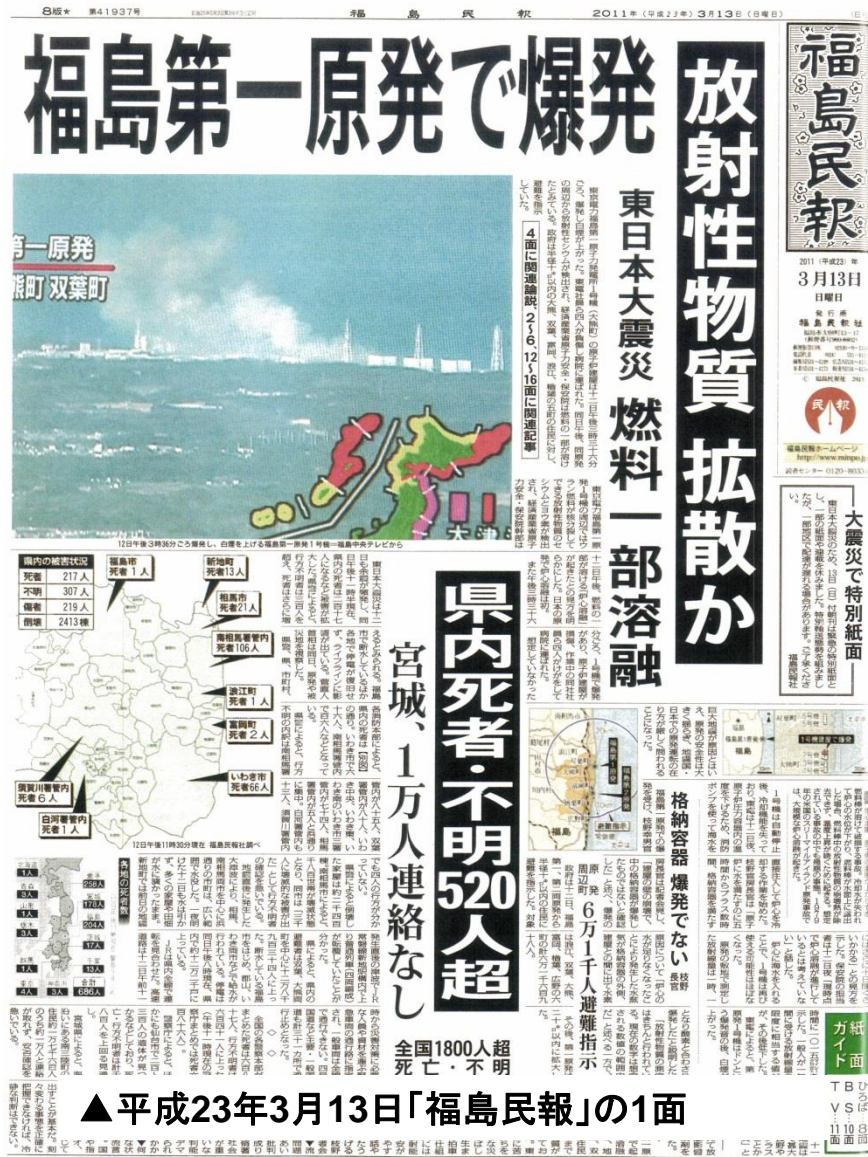
(単位:世帯)

| 区分 | 全世帯数   | 被害世帯数 | 全壊    | 大規模半壊 | 半壊    | 一部損壊  | 床上浸水 | 床下浸水 |
|----|--------|-------|-------|-------|-------|-------|------|------|
| 合計 | 23,898 | 5,628 | 1,277 | 177   | 1,160 | 2,657 | 249  | 108  |

24%が被災



# 3月12日、原発事故が発生



- この時点では津波による行方不明者が多数
- 国、県、東京電力(株)からの情報は一切なし
- 情報はすべてテレビから
- 放射能に詳しい事務職員は皆無
- 市の防災計画に原子力防災に対する記述はなし
- 市内のライフラインは比較的早く復旧

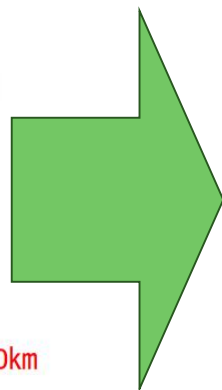
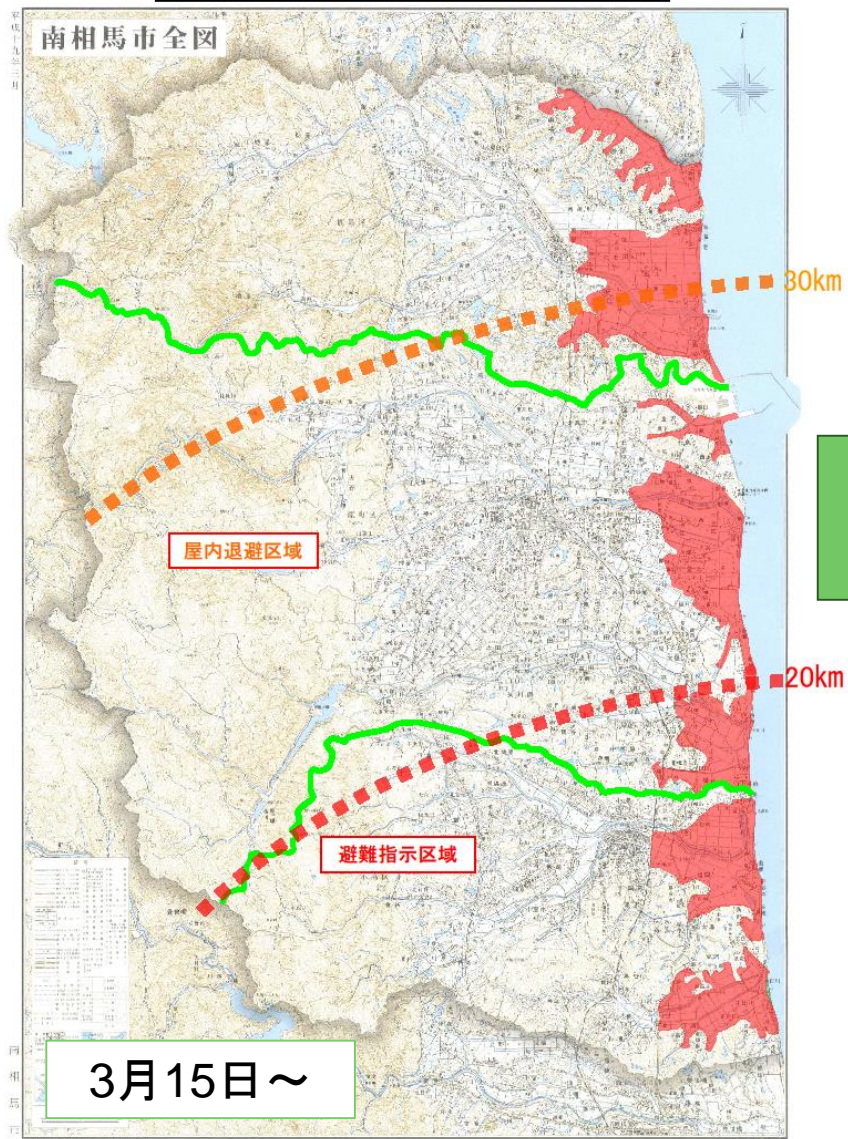
# 福島原発事故の主要な時系列

|               |   |               |   |
|---------------|---|---------------|---|
| 3月12日 5:44    | 福島第一原子力発電所から半径10km圏内の住民に避難指示  | 3月18日<br>~20日 | 市がバスで集団避難を誘導(2,725人)  |
| 15:36         | 福島第一原子力発電所1号機水素爆発   | 3月25日         | 市がバスで集団避難を誘導(142人)  |
| 18:25         | <u>福島第一原子力発電所から半径20km圏内の住民に避難指示</u><br>小高区から原町区に避難(多くが石神地区避難所へ)                               | 4月21日 11:00   | <u>福島第一原子力発電所から半径20km圏内を警戒区域に指示(4月22日0:00 警戒区域に設定)</u>                  |
| 3月14日 11:01   | 福島第一原子力発電所3号機原子炉建屋水素爆発  | 4月22日 9:44    | <u>福島第一原子力発電所から半径20km以上30km圏内に指示していた屋内への退避を解除、計画的避難区域及び緊急時避難準備区域を設定</u> |
| 18:22         | 福島第一原子力発電所2号機の冷却水が不足し、燃料棒が全露出<br>14日の余震と津波警報や水素爆発事故によって混乱が生じ、物資も不足がちとなり、15日以降、全市を対象とした市外避難を実施 | 7月21日 12:30   | 特定避難勧奨地点として57地点(59世帯)を設定  |
| 3月15日<br>~17日 | 市がバスで市内の避難所から市外に避難を誘導(1,939人)   | 8月3日 12:00    | 特定避難勧奨地点として65地点(72世帯)を追加設定  |
| 3月15日 6:00    | 福島第一原子力発電所2号機圧力抑制室付近で大きな衝撃音、4号機建屋の損壊  | 9月30日 18:11   | 緊急時避難準備区域を解除  |
| 11:00         | <u>福島第一原子力発電所から半径20km以上30km圏内の住民に屋内退避の指示</u>  | 11月25日 10:00  | 特定避難勧奨地点として20地点(22世帯)を追加設定  |
| 3月16日 5:45    | 福島第一原子力発電所4号機北西付近より火災発生   | 平成24年         |   |
| 8:34          | 福島第一原子力発電所3号機白煙が大きく噴出   | 4月16日 0:00    | 警戒区域及び計画的避難区域を、避難指示解除準備区域、居住制限区域及び帰還困難区域に見直し                            |

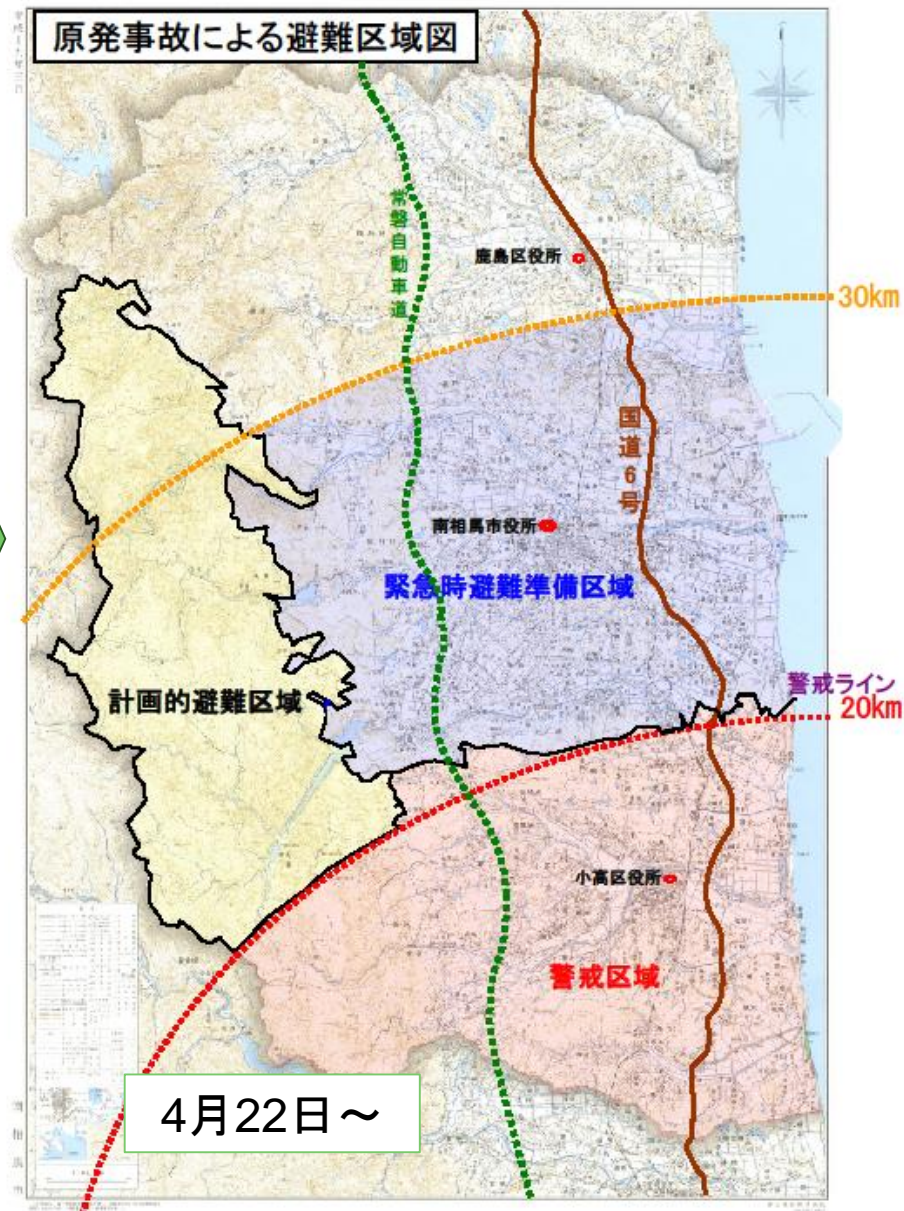


# 国に設定された避難区域(平成23年度)

3.11東日本大震災による津波被災状況図



原発事故による避難区域図





# 原発事故で市内はパニックに①



▲市内避難所には大勢の被災者

▲市外避難のためのガソリンを求め行列

- ピーク時（3月14日）、南相馬市の避難所には約10,000人が避難していた → 原発事故の発生で市外への避難が開始される
- 市内にわずかししか入らないガソリンを求め暴動寸前だった



# 原発事故で市内はパニックに②



▲20km圏内の入口に設けられた検問所

▲スクリーニングの様子

- 避難指示区域（警戒区域）入口には警察が24時間体制の検問所を設けた  
→ 避難指示区域内では自宅にすら行けなくなった
- スクリーニング結果を持って行かないと市外の避難所には入れなかった

# 想定外で発生したこと



▲従業員の避難により休業したスーパーマーケット

- 搬送車両が放射能で汚染されてしまうという理由で、あらゆる流通がストップ  
食料、燃料、支援物資…
- まちの機能の停止  
医療機関、福祉施設、スーパー、商店、建設業、ごみ収集…
- 自衛隊の撤退
- マスコミの撤退



# 南相馬市の対応



▲行先不明のバスに乗って約5000人の市民が市外へと避難

- 行方不明者の搜索
- 地震・津波被害の復旧業務
- 一次避難所の運営
- 二次避難所の確保
- 物資・燃料の確保
- 避難指示区域住民の完全避難・誘導
- 全市民避難の決定・対応
- 各種問合せの対応  
(24時間電話が鳴りやまない)

※ 市長がYouTubeに南相馬市の惨状を訴える動画をアップしてからは状況が変化していった。

- 
- 南相馬市長SOS2.mpg



# さらに想定外で発生したこと



▲ガレキを撤去しながら行方不明者の捜索を行う自衛隊(本物)

- 避難区域内的のコンビニ等からの略奪、ATMの破壊
- 避難区域内を走行する他県ナンバーの車両の増加
- 迷彩服を着用した窃盗団
- 飼い犬の野犬化
- 家畜の野生化
- 新聞の不当販売

# 南相馬市消防団について



▲津波の被害を受けた消防団の車両

- 震災当時の団員数は1,334人
- 9人の団員が津波で殉職
- 津波で小型動力ポンプ付き積載車が12台、消防団詰所20棟が被害を受けた
- 事務局（本部）とすべての車両に車載無線を配置、各分団には1台ずつ移動無線を配置していた



# 震災当時の消防団の活動について



▲放射能の危険を感じながらも継続した行方不明者の搜索

- 住民避難の誘導・広報
- 重機を操作しながらの行方不明者搜索  
(自衛隊撤退後も継続)
- ご遺体の洗浄
- 夜間の防犯パトロール
- 避難所のリーダー
- ガソリンスタンドの交通誘導

※ 発災直後から事務局機能は麻痺してしまっていたため、消防団自らが現場で必要と判断する業務に率先して当たっていた。

# 放射能について①

## ■ 追加被ばく線量の考え方

### ① 東日本大震災以前

1mSv/y (年間1ミリシーベルト)

→ 0.23 $\mu$ Sv/h (1時間当たり0.23マイクロシーベルト) 以下

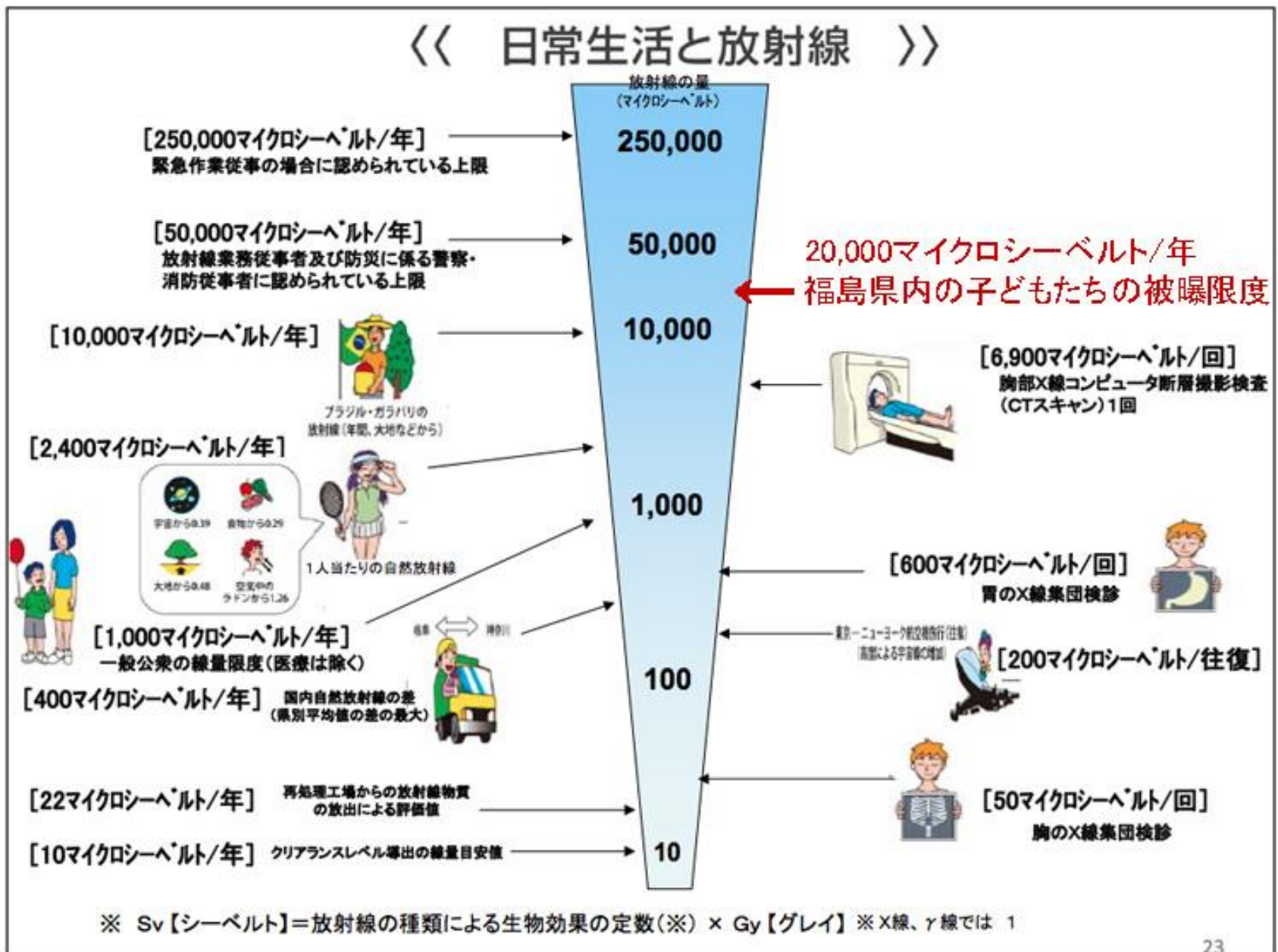
### ② 東日本大震災以降

**※緊急事態における放射線の被ばく限度量 (ICRPの勧告)**

20mSv/y (年間20ミリシーベルト)

→ 3.80 $\mu$ Sv/h (1時間当たり3.80マイクロシーベルト) 以下

# 放射能について②



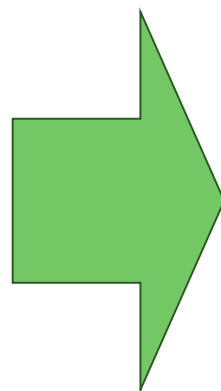


# 南相馬市内の放射線量

平成23年5月9日 (単位:  $\mu\text{Sv/h}$ )

平成28年7月29日 (単位:  $\mu\text{Sv/h}$ )

| 区名  | 測定場所     | 測定値  |
|-----|----------|------|
| 鹿島区 | 鹿島区役所    | 0.44 |
|     | 上栢窪停留所付近 | 1.42 |
|     | 坂下橋付近    | 4.05 |
| 原町区 | 高平小学校    | 0.53 |
|     | 松栄高校     | 0.95 |
|     | 大谷共同墓地付近 | 3.12 |
| 小高区 | 小高中学校    | —    |
|     | 飯崎公会堂    | —    |
|     | 川房公会堂    | —    |



| 区名  | 測定場所     | 測定値  |
|-----|----------|------|
| 鹿島区 | 鹿島区役所    | 0.15 |
|     | 上栢窪停留所付近 | 0.28 |
|     | 坂下橋付近    | 0.18 |
| 原町区 | 高平小学校    | 0.08 |
|     | 松栄高校     | 0.15 |
|     | 大谷共同墓地付近 | 0.29 |
| 小高区 | 小高中学校    | 0.07 |
|     | 飯崎公会堂    | 0.32 |
|     | 川房公会堂    | 0.37 |

※ 南相馬市の東日本大震災以前の放射線量は $0.05\mu\text{Sv/h}$

# モニタリングポスト

※大気中の放射線量を継続的に測定する据え置き型の装置



▲市内の小学校の校庭に設置されたモニタリングポスト  
(写真は平成24年5月の石神第二小学校)



▲ここでは0.201μSv/hと表示されていた

- 平成28年8月現在、南相馬市内の270か所に設置されている
- 今後も増設予定
- 平成23年3月時点では、南相馬市内に設置されているのは1か所だった

# 平成23年中の南相馬市内



▲30km圏外の学校の体育館を借用して授業を受ける児童

- 30km圏内での病院、福祉施設、学校の運営停止
- 30km圏内での仮設住宅の建設を制限
- 市内全域で農業の作付を制限
- 避難により人口が激減（特に子ども）
- 放射能の考え方で市民は行政（国県市）に不信感
- 東京電力(株)からの賠償金等で市民に大きい格差



# 高野家(我が家)の状況



▲当時、月に取れる休日は2日ほど。避難している子どもたちと会うのが何よりの楽しみだった。(写真は平成23年7月、福島県猪苗代町にて)

- 自宅は、30km圏内の原町区
- 山沿いの地域のため、津波の被害はなかった
- 平成23年3月中旬に自分以外の家族（親と妻子）は、妻の実家（福島市、福島第一原発から60kmほど）に避難
- 子どもは避難先の幼稚園、小学校、中学校に転校
- 約半年の避難生活の中で、各々が家族の支えを必要と実感
- 平成23年8月下旬、家族が南相馬市で生活することを決意し、避難生活が終了

# 第二章 それからのこと

## 現在までの状況 (平成28年)

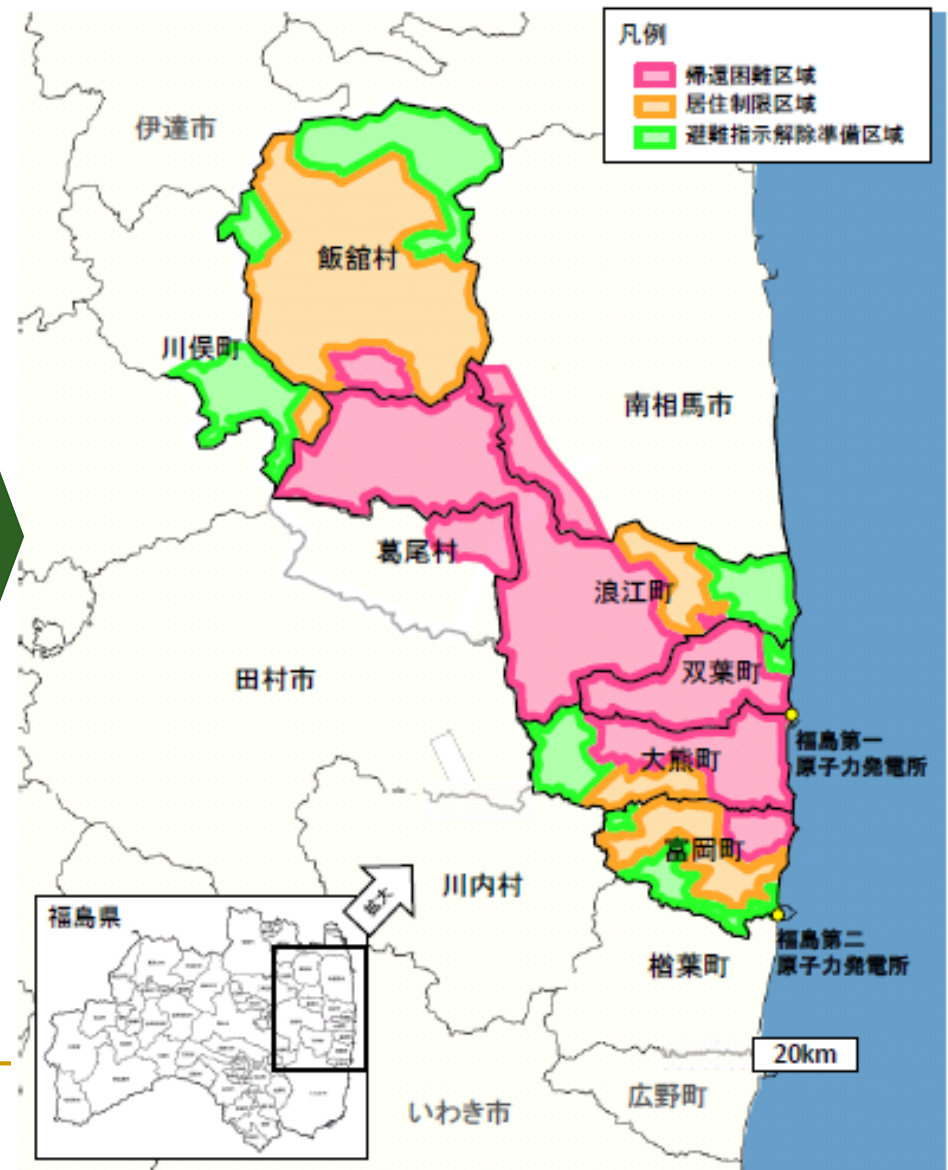


# 震災後の南相馬市の区域の見直し

震災後の区域 (H23年4月～)



区域見直し後 (H28年7月)



# 避難区域の種類

## 平成23年3月～

- 避難指示区域(20km圏内)
- 屋内退避区域(30km圏内)

## 平成23年4月～

- 警戒区域(20km圏内)
- 緊急時避難準備区域  
(30km圏内)
- 計画的避難区域  
(高線量区域)

## 平成23年6月～

- 特定避難勧奨地点  
(高線量地点)

## 平成24年4月～

- 避難指示解除準備区域  
(20km圏内及び高線量区域)
- 居住制限区域  
(高線量区域)
- 帰還困難区域  
(高線量区域)



# 現在の状況

## ①

### 【居住・人口関係】

総務部情報政策課  
平成28年8月4日現在

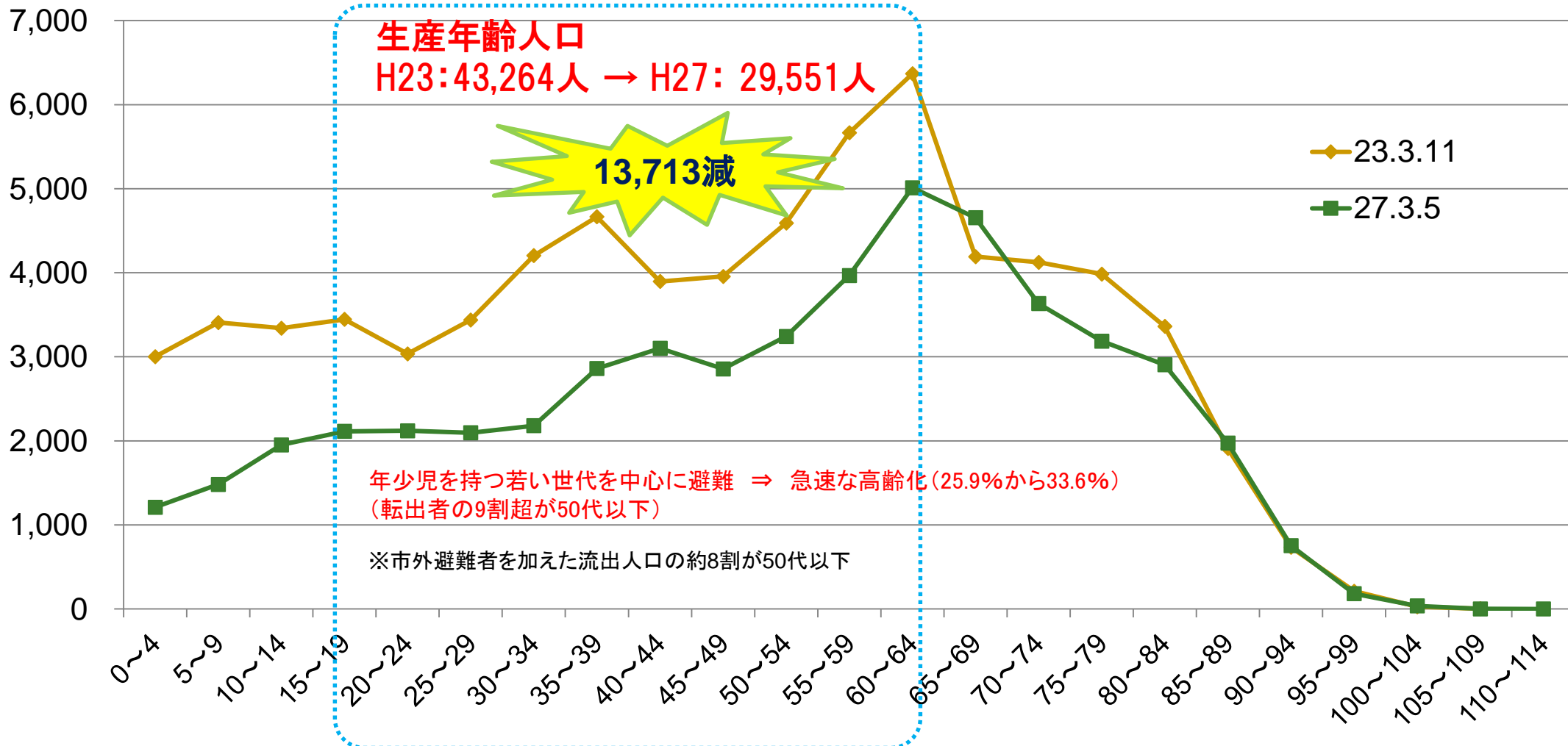
|     | 住民基本台帳人口<br>(平成23年3月11日) | 市内居住者  | 市外避難者 | 転出者    | 死亡・所在不明者 |
|-----|--------------------------|--------|-------|--------|----------|
| 小高区 | 12,842                   | 5,828  | 4,412 | 1,663  | 939      |
| 鹿島区 | 11,603                   | 9,178  | 380   | 1,046  | 999      |
| 原町区 | 47,116                   | 32,108 | 4,645 | 7,374  | 2,989    |
| 合計  | 71,561                   | 47,114 | 9,437 | 10,083 | 4,927    |

回復率66%



# ■ 年齢別居住者数

## 震災前(23.3.11)と現在の比較



(出典)南相馬市総務部情報政策課統計系のデータを用いて作成



# 現在の状況 ② 【学校関係】

## 小・中学校 児童生徒の在籍推移

教育委員会  
平成28年8月3日作成

| 区分  | 区名      | 23年度<br>(予定) | 4月22日在籍<br>(1学期開始日) |     | 24年度<br>(予定) | 4月6日在籍<br>(1学期開始日) |     | 25年度<br>(予定) | 4月8日在籍<br>(1学期開始日) |     | 28年度<br>(予定) | 4月6日在籍<br>(1学期開始日) |     |
|-----|---------|--------------|---------------------|-----|--------------|--------------------|-----|--------------|--------------------|-----|--------------|--------------------|-----|
|     |         | A            | B                   | B/A | D            | E                  | E/D | G            | H                  | H/G | I            | J                  | J/I |
| 小学校 | 原町区(8校) | 2,716        | 786                 | 29% | 2,554        | 1,227              | 48% | 2,350        | 1,354              | 58% | 2,100        | 1,549              | 74% |
|     | 鹿島区(3校) | 625          | 402                 | 64% | 611          | 509                | 83% | 577          | 505                | 88% | 559          | 527                | 94% |
|     | 小高区(4校) | 717          | 43                  | 6%  | 681          | 178                | 26% | 668          | 180                | 27% | 427          | 92                 | 22% |
|     | 計       | 4,058        | 1,231               | 30% | 3,846        | 1,914              | 50% | 3,595        | 2,039              | 57% | 3,086        | 2,168              | 70% |
| 中学校 | 原町区(4校) | 1,295        | 555                 | 43% | 1,235        | 790                | 64% | 1,265        | 866                | 68% | 1,182        | 892                | 75% |
|     | 鹿島区(1校) | 324          | 238                 | 73% | 323          | 297                | 92% | 331          | 303                | 92% | 328          | 309                | 94% |
|     | 小高区(1校) | 344          | 52                  | 15% | 305          | 101                | 33% | 299          | 91                 | 30% | 299          | 89                 | 30% |
|     | 計       | 1,963        | 845                 | 43% | 1,863        | 1,188              | 64% | 1,895        | 1,260              | 66% | 1,809        | 1,290              | 71% |
| 合計  |         | 6,021        | 2,076               | 34% | 5,709        | 3,102              | 54% | 5,490        | 3,299              | 60% | 4,895        | 3,458              | 71% |



原町区4校再開③(原町区全校再開)  
(平成24年2月27日)



鹿島中仮設校舎に特別教育用仮  
設校舎増設  
(平成25年3月27日)



福浦小が鹿島小仮設から鹿島中仮  
設へ入居(小高区4小学校全て鹿島  
中仮設入居)  
(平成25年4月8日)

(単位：人)

# 現在の状況

## ③

### 【医療関係】

健康福祉部作成  
平成28年6月1日現在

#### 【病 院】

| 施設の種類 |     | 震災前 | 震災後          |           |            | 現稼動施設      |            |
|-------|-----|-----|--------------|-----------|------------|------------|------------|
|       |     |     | 新・増設         | 休止        | 廃止         |            |            |
| 施設数   |     | 8   | —            | 1         | 1          | 6          |            |
| 1. 病院 | 病床数 | 一般  | 695          | 40        | 186        | 215        | 334        |
|       |     | 療養  | 276          | 40        | 123        | 40         | 153        |
|       |     | 精神  | 358          | —         | 238        | —          | 120        |
|       |     | 合計  | <b>1,329</b> | <b>80</b> | <b>547</b> | <b>255</b> | <b>607</b> |

46%減

#### 【医院・診療所】

| 施設の種類    |     |    | 震災前       | 震災後      |           |          | 現稼動施設     |
|----------|-----|----|-----------|----------|-----------|----------|-----------|
|          |     |    |           | 新設       | 休止        | 廃止       |           |
| 1. 診療所   | 施設数 | 小高 | 7         | —        | 5         | —        | 2         |
|          |     | 鹿島 | 3         | 2        | 1         | —        | 4         |
|          |     | 原町 | 29        | 2        | 4         | 3        | 24        |
|          |     | 合計 | <b>39</b> | <b>4</b> | <b>10</b> | <b>3</b> | <b>30</b> |
| 2. 歯科診療所 | 施設数 | 小高 | 5         | —        | 5         | —        | 0         |
|          |     | 鹿島 | 5         | —        | 1         | —        | 4         |
|          |     | 原町 | 23        | —        | 4         | —        | 19        |
|          |     | 合計 | <b>33</b> | <b>0</b> | <b>10</b> | <b>0</b> | <b>23</b> |

# 現在の状況

## ④

### 【健康・福祉関係】

南相馬市要支援・要介護認定者の状況 (平成28年6月末現在)

健康福祉部作成  
平成28年8月3日作成

|           | 要支援1      | 要支援2       | 要介護1       | 要介護2       | 要介護3       | 要介護4       | 要介護5       | 合計         |
|-----------|-----------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|
| H23.2月末   | 262       | 328        | 360        | 461        | 348        | 535        | 467        | 2,761      |
| H28.6月末   | 357       | 443        | 538        | 561        | 449        | 524        | 424        | 3,296      |
| <b>増減</b> | <b>95</b> | <b>115</b> | <b>178</b> | <b>100</b> | <b>101</b> | <b>-11</b> | <b>-43</b> | <b>535</b> |

- ・増加の要因・・・避難生活の長期化による身体状態の悪化(特に75歳以上が増加)
- ・要介護4、5が減っている要因・・・死亡によるもの

#### 【介護施設（入居系サービス）】

| 施設の種別                              | 施設の種類 | 震災前 | 震災後  |     |    | 現稼動施設 |
|------------------------------------|-------|-----|------|-----|----|-------|
|                                    |       |     | 新・増設 | 休止  | 廃止 |       |
| 1. 介護老人福祉施設<br>(特別養護老人ホーム)         | 施設数   | 5   | —    | 1   | —  | 4     |
|                                    | 床数    | 310 | 80   | 50  | —  | 340   |
| 2. 介護老人保健施設<br>(老人保健施設)            | 施設数   | 3   | —    | 1   | —  | 2     |
|                                    | 床数    | 258 | 42   | 100 | —  | 200   |
| 3. 介護療養型医療施設                       | 施設数   | 2   | —    | —   | 1  | 1     |
|                                    | 床数    | 31  | —    | —   | 21 | 10    |
| 4. 認知症対応型共同生活介護<br>(認知症高齢者グループホーム) | 施設数   | 5   | 2    | 2   | —  | 5     |
|                                    | 床数    | 81  | 36   | 36  | —  | 81    |
| 合計                                 | 施設数   | 15  | 2    | 4   | 1  | 12    |
|                                    | 床数    | 680 | 158  | 186 | 21 | 631   |



# 現在の状況 ⑤

## 【小高病院】



▲小高病院外来診療棟



▲小高病院のスタッフ

- 平成26年4月に外来保険診療を再開
- 爆発事故を起こした原発の20km圏内で診療を開始した世界で唯一の医療機関
- 99床の病床は、避難区域解除後も稼働できず
- 非常勤医が交代で週5日の診療を実施
- 現在の1日の平均患者数は6.6人

# 内部被ばく検診と外部被ばくの測定



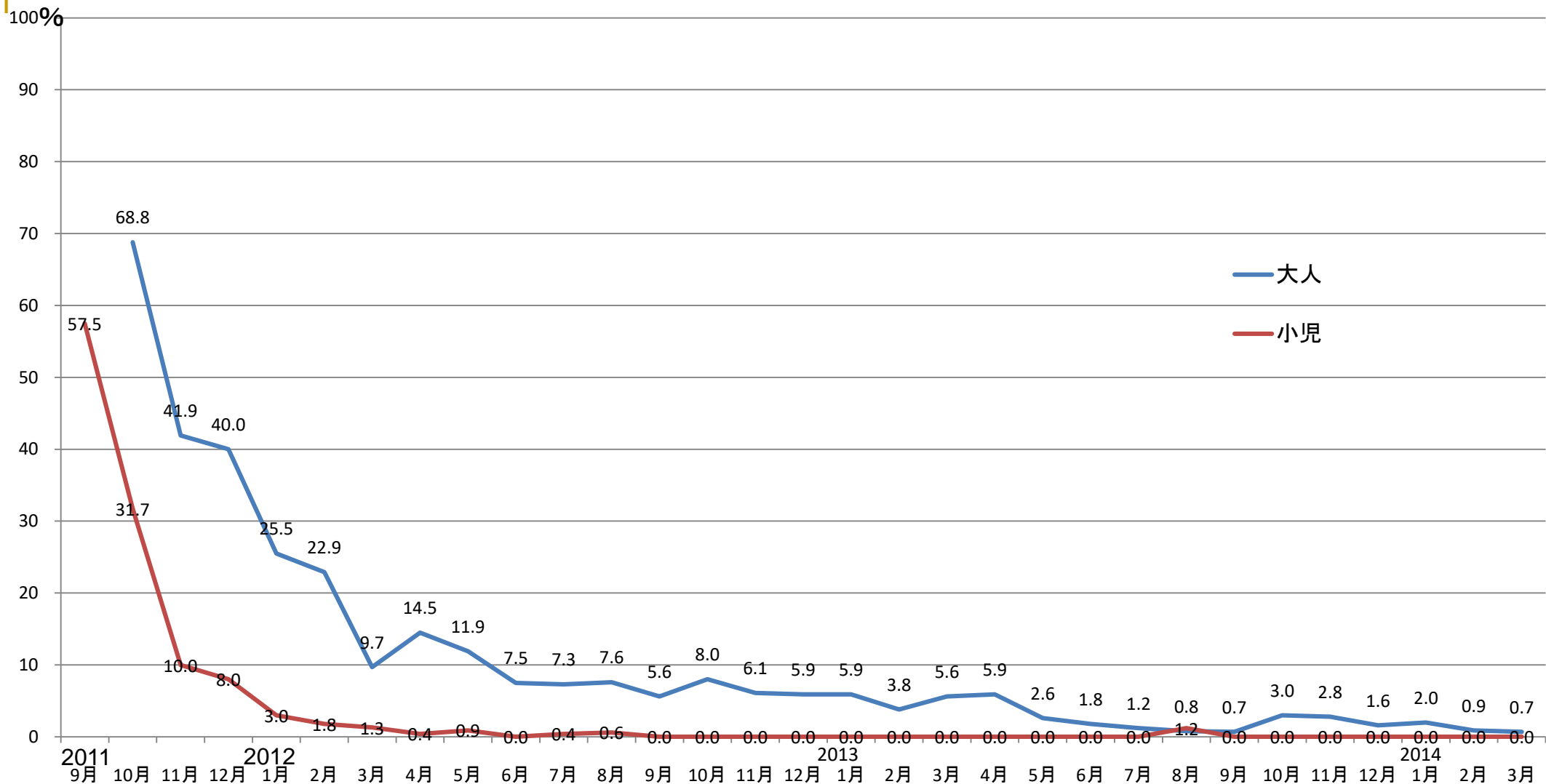
▲ホールボディカウンタによる内部被ばく検診



▲外部被ばくはガラスバッチにて測定

- 南相馬市民は、南相馬市立総合病院または渡辺クリニックで無料の内部被ばく検診が受けられる
- 南相馬市では希望する市民にガラスバッチを無償で貸与し外部被ばくの測定を行っている
- 現在は、放射能が検出される市民はほとんどいない

# ■ WBC検診での月別セシウムの検出率の推移



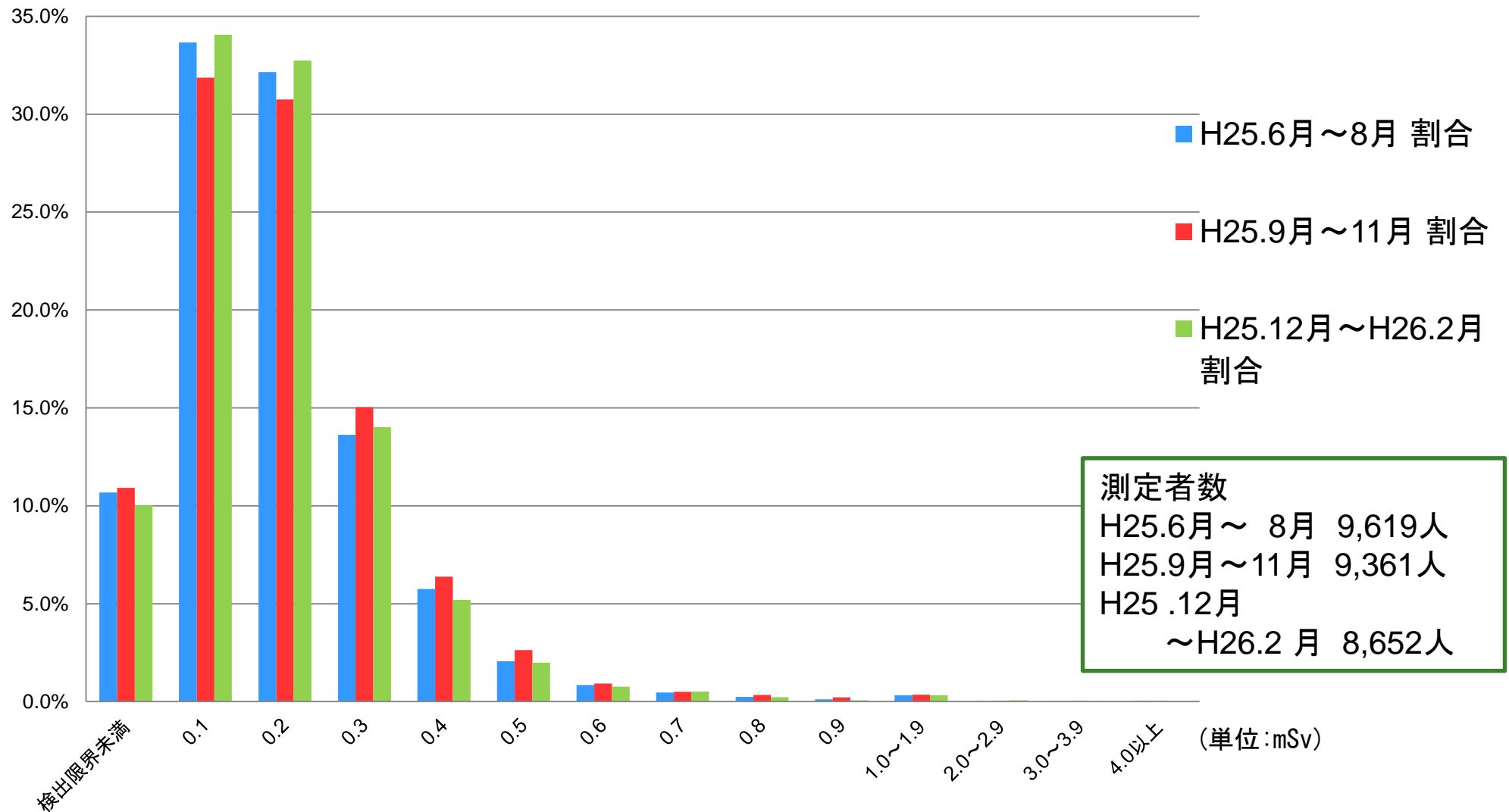
←
渡辺クリニックでの測定データ含む
→

※検出率…セシウム134またはセシウム137の一方または両方が検出限界値以上の場合を「検出」と定義。

※大人…高校生以上、小児…中学生以下



# ■ ガラスバッジによる個人積算線量検査結果



- ・平成25年度においては、3カ月の結果をもとにした年間推定積算線量で1mSv未満の方が、各期73.5～76.7%になっており、十分に低い値である。
- ・市放射線健康対策委員会ではほとんどの測定者が健康に影響のあるレベルにはないと評価している。

# 除染作業



▲地域ごとに設けられている仮置場

- 20km圏外は南相馬市、20km圏内は環境省が除染作業を行っている
- 削られた土はフレコンパックに入れられ、地域内の仮置場に置かれている

# 現在の南相馬市内



▲避難指示解除前の平成28年5月26日、小高区内で双葉食堂が再開した。連日行列ができています。

- 南相馬市では、今年7月に20km圏内の避難指示区域が解除され、帰還者数がゆるやかに増えている。フロンティア精神を持って戻る人が多くまち中には活気が出てきた。
- 南相馬市全体で人口は戻りつつあるものの、あらゆる職種で人手不足が続いている。
- 農業の作付制限が解除になり一部で作付が開始された。
- 平成28年中には常磐道（仙台小高間）が開通予定で、交通インフラも戻りつつある。



# 第三章 これからのこと

## 深刻な課題と 被災者支援について

# 南相馬市の災害関連死(※)の状況

※「災害関連死」とは...

**避難所等での疲労、避難所等への移動中の疲労、治療の遅れなどが原因となって発生したもの(将来を絶望視した自殺を含む)**

- 南相馬市では、東日本大震災で636人が直接死、485人が災害関連死で亡くなっている。

## ● 県別災害関連死者数 (平成28年3月31日現在)

| 都道府県 | 合計    | 20歳以下 | 21~65歳 | 66歳以上 |
|------|-------|-------|--------|-------|
| 岩手県  | 459   | 1     | 59     | 399   |
| 宮城県  | 920   | 2     | 118    | 800   |
| 山形県  | 2     | 0     | 1      | 1     |
| 福島県  | 2,038 | 1     | 200    | 1,837 |
| 合計   | 3,417 | 4     | 378    | 3,037 |

## ● 主な市町村別災害関連死者数 (平成28年3月31日現在)

| 市町村  | 人数  |
|------|-----|
| 南相馬市 | 485 |
| 浪江町  | 384 |
| 富岡町  | 339 |
| 双葉町  | 140 |
| いわき市 | 131 |
| 楡葉町  | 122 |
| 大熊町  | 115 |
| 川内村  | 90  |
| 飯舘村  | 42  |
| 葛尾村  | 37  |

# 市民の生活の状況



▲南相馬市内に建設された仮設住宅

- 現在、市内の仮設住宅と借上げ住宅には、約7,500人が居住している
- 地域の結びつきが薄れたほか、職場の喪失、自営業や農業などこれまでの生業（なりわい）や生きがいが奪われてしまった住民が多い
- このような生活になってしまった原因は、自然災害（津波被害）と原発事故
- 特に原発事故は「人災」だという意識が働くため、住民の被害者意識は高い



# 避難者が「思うこと」は...



▲避難指示が出されていたころのJR小高駅前の様子

- 避難指示が解除されても自分が元の場所（故郷）に帰れる状況になるかどうか分からない...
- 自分が帰ったところで、かつての周囲の人たちや街並みが戻るとは限らない...
- 家族と放射能の考え方で意見が合わない...
- 子や孫は「もう帰らない」と決めてしまった...
- 5年以上放置した自宅は、ネズミや野生生物の被害を受けており、すぐに住める状況にない...

**将来が見えない**



**人生を諦めてしまう**

# 「郷愁」の気持ちが持ちづらい...



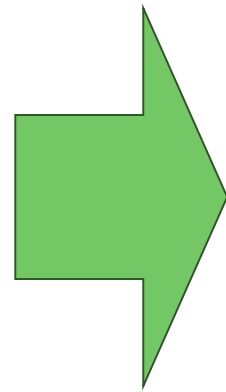
▲平成25年の相馬野馬追(南相馬市原町区)

「郷愁」とは…  
他郷にあって故郷を懐かし  
く思う気持ち。

- 故郷の原風景には山や川、海などの「自然」の姿のほか、「人」の姿もインプットされている。
- 「人」がいなくなってしまった故郷に対しては郷愁、または帰郷する気持ちを持ちづらい。

# 避難者が今「必要としていること」は...

- 例えば、家族と暮らすこと
- 例えば、仕事や趣味など打ち込めることがあること
- 例えば、作物や花（＝農業）の成長を考えること
- 例えば、地域（またはコミュニティ）の中で自分の役割があること



「生きている」  
という実感



心の居場所  
の回復と創出

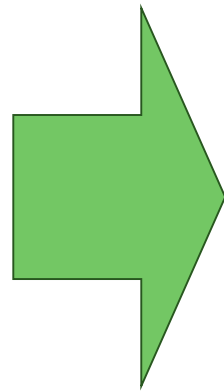
これって、  
「ささやかな  
暮らし」ってこ  
とですよ。





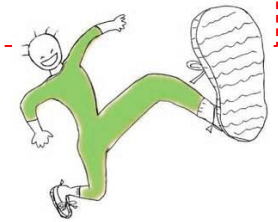
# 「心の居場所の回復と創出」とは...

- 例えば、家族と暮らすこと
- 例えば、仕事や趣味など打ち込めることがあること
- 例えば、作物や花（＝農業）の成長を考えること
- 例えば、地域（またはコミュニティ）の中での役割があること



・被災者自身、または被災者の所属する地域（コミュニティ）内で解決しなくてはならない

・持続可能なものでなくてはならない



**POINT!**

**被災者自身が一步踏み出すこと**

# 地元の精神科医の分析

地元の精神科医は、被災地住民(南相馬市民)の「心の回復」を行うには、次の5つの要件が必要だと分析している。

- 安全、安心 Safety
- 心の穏やかさ Calmness
- つながっていること Connectedness
- 自分の力で自分の道を開いていけると感じられること Self-efficacy
- 希望 Hope



こう思っ  
ている  
市民が  
多い

- 自分の生活している場所は危険…。
  - いつも疑心暗鬼で興奮しやすい。
- 本当のところは、だれも信用できない。
- 自分が努力しても何の役にも立たない。
  - 将来に希望が持てない。

# 南相馬市内の取組みの一例



▲市民に必要な情報を伝える災害FM



▲仮設住宅のサロン活動



▲男の木工(HOHP)

- 震災直後に開設した「災害エフエム」
- 仮設住宅の集会所を拠点とした「サロン」運営
- 男性をターゲットにした「男の木工」
- 保健師や社会福祉協議会職員による訪問活動 など



# これからの「被災者支援」で必要なこと

POINT!

## 被災者の心の居場所づくりを！

- 持続可能で、被災者やコミュニティが主役となる仕掛けづくり  
一過性の支援は、もう必要ありません。

POINT!

## 全国に「福島」を伝える努力を！

- 原発事故はまだ収束していません  
被災者再建もこれから。福島を知って、現状を多くの人に伝えましょう。

POINT!

## 「福島」を二度と繰り返さない！

- 福島の教訓はたくさんあります  
「福島」で起きたことを繰り返さないため、何ができるか考えましょう。