

道しるべ



リスクコミュニケーションをご希望の方は、健康福祉課（電話：024-562-4216）までご相談ください。



特集

親と子の健やかな日々を応援します いいいたて子育て支援センター「すくすく」

福島市に昨年12月オープンした村の子育て支援センター「すくすく」の利用者やスタッフの方々にお話を伺いました。



連載

いいいたて
暮らしの放射線
Q&A ⑧

なぜ、線量が高い場所へ 行ってはいけないのですか？

● 飯舘村と生きる まδειなりレポート

「ふるさと復興」 川内村長 遠藤 雄幸氏

避難生活のヒント ⑧

ココロのふるさと

精神科医
CCC副代表
(Cooro care for children)

井上 健



先

日、村の幼稚園の保護者の方々に
ご回答頂いたアンケートの中に、
いくつか心に残ることが書かれていました。

『飯舘村での生活を知らない子どもたち
にとって、村が「こころのふるさと」になる
ことはきつと難しいだろう。しかし、自分
たちが育った飯舘村の美しい自然、その中
で思い切り遊ぶことの素晴らしさ、様々な
行事や豊かな人と人とのつながりを通じ
た村での暮らしのことを、子どもたちに
きちんと伝えていきたい』このような強い
想いが綴られていました。

この思いは必ず届きます。村の豊かな自
然や美しい風景、までライフを、これから
大きく育っていく子どもたちの生活の中の
いろいろな場面で何度も伝えていくことに
よって、子ども達の心の奥底に、「こころの
ふるさと」が芽生えてくると思います。

2月のいいいたて村民ふれあい集会で
南こうせつさんと一緒に歌った「ふるさと」
の歌のように、「こころの中で子ども達の成長
とともに「ふるさと飯舘村」が育っていくと
思います。



季節の行事

団子さしのようす

子どもたちの年齢に合わせた形で由来や習わしにも触れながら、小正月の団子さし、節分の豆まき、ひなまつりなど、季節ごとの行事を楽しんでいます。

年中行事には子の健やかな成長を願うものも多く、大人も一緒に風習に親しんでいます。



杉材をふんだんに使った室内。床材は45mmの厚みで断熱効果も抜群。子どもがなめても安全な蜜蝋（みつろう）で仕上げてあります。左写真の大黒柱にはコウヤマキが使われています



親と子の健やかな日々を応援します いいたて子育て支援センター「すくすく」

昨年12月18日、福島市大森にオープンした、いいたて子育て支援センター「すくすく」は、避難先で子育てをする皆さんの不安を少しでも取り除くことを目的に、村が設置しました。ゆったりと子どもを遊ばせながら、村民同士あるいは地域の方と交流がもてる施設になっています。また、ばらばらに避難する子育て世代のつながりを育みながら、幅広い世代が交流し、人が集う中で情報を発信・共有する機能も期待されています。

「すくすく」で出会った利用者の皆さんと、活動や交流を支えるスタッフの言葉から、避難先で子育て世代をつなぎ始めた「すくすく」の日々を紹介します。

避難生活が続く中、心をいやし、子どもの笑顔を広げるために、ぜひご利用ください。



「木の温もりがいいですね。コンクリートの建物とは違います」と由美さん。「ほとんど家の中ばかりで遊んでいて、外でも散歩をするくらい。ここができて、来られる時にはほほ欠かさず来ています。すっかり慣れたようすの雄也君は、お気に入りの遊具で飽きずに遊んでいます。また、1月の「団子さし」は、福島市民の参加も多く、あたたかな雰囲気と一緒に楽しめたそう。「借り上げ住宅には神棚もないですしね、家ではなかなかできません」。そして、「すくすく」で遊んだ日はぐっすりお昼寝も。「年の近い子ども同士で仲良く遊べるようになったら一番ですね」。



年の近い子ども同士で 仲よく遊べるように

花井由美さん
雄也くん

陽菜子ちゃんは、昇り降りができる遊具の上を飛び跳ねるように行ったり来たり。体を動かすのがたまらなく楽しいようすで遊んでいます。「大丈夫かい」と時々声を掛けながらようすを見守る浩二さん。「寒いところは公園にもなかなか行けませんから、結構利用させてもらっています。家の中には物があつて、思い切り体を動かかせないということもあります」。さらに「一人娘の陽菜子ちゃんが、子ども同士で遊ぶ機会も大切だと考えています。「家だと好き放題な部分もありますから、こういう場所で譲り合いなどを覚えていってくれたらと思います」。



左が陽菜子ちゃん

体を動かしたり 譲り合いを覚えたり

荒浩二さん
陽菜子ちゃん

同じ母親として、飯館村の皆さんは私たち以上に震災以降は大変だったろうと思っています。だからこそこうした施設はうれしいですね。先日の体操教室は、村の方も市民も垣根なく自然に言葉を交わして楽しめました。自由に長く遊べて利用もしやすく、木の遊具が大好きな娘と通って来ています。

福島市の利用者さん

半澤千春さん
史織ちゃん



ぜひたくさんのご利用を

子育て支援センター「すくすく」 支援員 松下弥生さん



とてもよい施設なので、村の若いお母さんたちにたくさん来ていただきたいです。子どもたちには、ここでのびのび遊んでほしい。さまざまな木の遊具も素敵ですし、絵本も充実していて、次年度は図書の貸し出しなども計画しているところです。「家でビデオを見せているよりずっといいわ」と通って来る人もいて、日々お会いするお子さんの成長が見られることもうれしいですね。親子で遊びに来ている福島市の方と村の人の触れ合いもあります。来てくださるお母さんたちとは、何でも話せる仲間になっていきたいと思っています。

たくさん遊んでいいペースの1日を

子育て支援センター「すくすく」 保育士 佐藤順子さん



スペースが広いですから、子どもは体力を使って遊ぶことができてスッキリ。大人もゆっくり見ていられるので、十分遊んだところで「お腹が空いたから帰ろうか」と帰り、昼食、お昼寝と、いいペースが作れる。そんな姿がうれしいですね。私は開館前だった「やまゆり子育て支援センター」のオープン準備をしていた時に震災の日を迎えました。今こうして再び「子育て支援センター」に関わるようになり巡り合わせも感じます。避難先での子育てには苦労も多いと思いますが、雪でも庭に出る姿などを見ると「子どもは変わらないな」と思いますね。





移動子育てひろば

「子どもと通うには『すすく』が少し遠いな」というご家庭のために「移動子育てひろば」も開いています。現在は飯野町団地の集会所と、保原中央交流館の2か所にて、月に一度の開催です。「すすく」のスタッフが、たくさんの遊具を用意して子どもたちを待っています。赤ちゃん連れでも遠慮なくおいでください。



乳幼児健診

施設の完成に合わせて、これまでは避難先市町村での受診となっていた乳幼児健診が再開されました。現在のところ福島市に避難している対象児に通知が送られていますが、他の市町村に避難しているお子さんでも受診できます。ご希望の方は村健康福祉課健康係(☎024-562-4224)までお問い合わせを。



こんな風に遊ばせたいと思っていたんです

「すすく」の利用はこの日「まだ2、3回目」のこと。小学生の2人の兄を持つみのりちゃんは、遊んでいるお友達のことをじっと観察してから遊び始めました。「自分より少しだけ大きい子どもと一緒に遊べるのは刺激があると思いますね」。みのりちゃんは徐々に雰囲気慣れ、いろいろな遊具に触れていきます。そしてもう一つ、「自由に遊べる所は他にもありますが、知らない人ばかり。ここは親子で来ても、『同じ飯館の人だな』と思うと会話もできやすよね」と恵さん。「若いお母さんたち、初めての子育てをしている人たちに、ぜひ来てほしいです」。



荒 恵さん
みのりちゃん

飯館の人に会える場所 会話もできて安らぎます

親子で一緒に 新発見を楽しんでいます

「週に1、2回は来ています。今週は行事もあるので3回は来ることになりそうです」と、「すすく」を積極的に活用している知恵さんと優大君。「体を動かしたい時期になっていますし、ここに来ればお友達がいまから」。そして木の遊具にも興味津々の知恵さん。「それぞれ作りも面白くて、『このおもちゃ、こうなっていたんだ!』と親子で新発見を楽しんでいます」。

昨年末には、優大君の1歳6か月児健診も「すすく」で受診しました。「人数も多くないので小児科の先生に質問もできたり、顔の分かる保健師さんがいて、村ならではの親しみやすさを感じました」。



赤石知恵さん
ゆうだい
優大くん

生後2か月の赤ちゃんはおっぱいとお留守番。この日は律子さんと妃奈乃ちゃんが2人で「すすく」へ来ていました。「来やすい雰囲気です。こんな風に遊ばせたいと思っていました」。乳児もいて忙しい毎日ですが「午前中だけでも遊ばせたい」と、家事はちよつと置いて「すすく」へ来るのがあります。「と律子さん。」「子ども家の中よりも、いろいろな遊びができていいですよ。出産後ずっと家にいた自分のストレス解消にもなります」。にこのこと活発に遊ぶ妃奈乃ちゃんももちろん、律子さんもこの場所をとても気に入っています。



菅野律子さん
ひなの
妃奈乃ちゃん

主に県産杉材を使った木造平屋の建物は床面積約150平方メートル。三井物産(東京都千代田区)より寄贈されました。地域住民にも開放され、多世代間の交流も期待されています。利用は無料。開館日などのスケジュールは、全戸配布される各月のカレンダーでご確認ください。

3月のスケジュールを紹介します

日	月	火	水	木	金	土
1	子育てサロン	みんな	移動ひろば(飯野) 休館	ぐんぐん	ぼかぼか	7
8	子育てサロン	みんな	おやこであそびひなまつり 休館	ぐんぐん	ぼかぼか	14
15	子育てサロン 1歳6か月健診	みんな	移動ひろば(保原) 休館	ぐんぐん	ぼかぼか	21
22	子育てサロン	子育て講習会 休館	みんな	ぐんぐん	ぼかぼか	28
29	みんな	みんな				

上段:午前 下段:午後

・みんな…未就学児 ・ぼかぼか…0~1歳
・ぐんぐん…2~3歳

保護者も交流できる未就学児の遊びの場として、震災前から開いていた「子育てサロン」です。保護者の要望を受けて震災の翌年に再開したのですが、避難後、初めて再会した保護者同士が、抱き合い涙を流して喜んでた姿は忘れられません。村で続いてきた「たてよこのつながり」の大切さを改めて感じました。

現在は「すすく」で毎週月曜日に子育てサロンを開いています。この木の遊具は素晴らしいですね。今日は粘土遊びをしましたが、積木、粘土、砂など作り変えることが出来る遊具は、形ができているおもちゃと違って、創造し試行して遊べます。幼少期にたくさん経験してほしいですね。



村主任児童委員
長正サツキさん

サツキ先生の子育てサロンは毎週月曜日。親子で楽しむ時間の中に心を育むヒントがいっぱいです。

豊かな遊びとつながりを 「すすく」で続く子育てサロン

いい子育て支援センター「すすく」
福島市大森字柳下25-1
TEL.024-572-6500



いいいたて暮らしの放射線Q&A⑧

暮らしの中で気になること、心配なこと、人に聞けないこと、何度聞いても混乱すること——そんな悩みにお答えします。

Q

なぜ、線量が高い場所へ行ってはいけけないのですか？

(小学6年生からのご質問)

学校で放射線について学習した時に、草むらや側溝など「近寄ってはいけない場所」を教えてもらいました。なぜいけないのかを詳しく教えてください。



A

4年前、東日本大震災によって起きた原発事故の結果、セシウムという放射性物質が環境中にまき散らされました。地面に降りそいだセシウムは雨水によって流され、水たまり、木の根本、雨どい、側溝などに集まりました。また、草むらや芝生の上などは除染(じょせん)洗ったりけずったりして、放射性物質を取り除くこと(と)されていないため、道路や土の上にくらべてセシウムがたくさん残っていることがあります。セシウムがたくさんある場所に行くと、体が受ける(被)ばくする(放射線の量も多くなるので、これらの場所にはできるだけ近づかないように、学

校では教えています。実は、みなさんがふだん生活している家、学校、通学路などについては、線量はそれほど高くありません。たとえば、家のまわりの雨どいに何回か近づいたとしても、それによって重大な問題が起きるわけではないのです。ただ、「ちょっとくらいなら、いいだろう」という気持ちでいると、だんだんいい加減になって、歯止めがきかなくなりま



す。そこで、最初に説明したように、水たまり、木の根本、雨どい、側溝、草むらや芝生の上などには、「できるだけ近づかない」という簡単なルールを決めて、それを守るように教えています。



同じことは、放射線以外のことについても言えると思います。例えば、歩いて道路をわたるときは、横断歩道をわたるといふルールがあります。横断歩道以外のところをわたったからと言って、必ず交通事故になるわけではありません。しかし、それをくり返していると気持

ちがゆるみ、思いがけない形で事故にあうかもしれません。「線量が高い場所にはできるだけ近づかない」というのも、同じことです。難しく考えるのではなく、安心して生活するための簡単なルールとらえてください。

(回答者 東京医療保健大学 伴信彦)

保健師さんに聞く



皆様の復興を願って



保健師 土屋由美子さん

「逢うは別れの始め也」と申しますが、縁あって平成25年4月から平成27年3月まで、群馬県草津町より派遣されてきました保健師です。

それまで培ってきた保健師の職を、退職後も活用できる自分には幸せ者だと感じています。毎日の訪問活動で感じたことは、これまで農作業等に従事して体を動かした汗をかいていた皆さんの生活が一変し、動かなくなってしまうたということでした。しかし、年代を問わず、体を動かすことはどこにいても心がけたいで出来るものです。震災後の避難生活も4年が経過します。これからの避難生活を健康に過ごせるよう、日々の健康づくりの情報発信

に役場健康係の保健師は努めております。いつでもどこでも運動できるよう、タブレットに「ラジオ体操」を発信いたしました。活用していただけますか? 健康は財産です。みなさんの健康の支援者として保健師がおりますので、気軽にお尋ねください。(村健康福祉課健康係 ☎024-5562-4224)



土屋由美子 生まれも育ちも群馬県。草津温泉で有名な草津町の保健師として37年間従事。よくさつよいこと。一度はおいで... 皆様のお越しをお待ちしております。

いいいたて子育て支援センター「すくすく」で2月に実施された乳幼児健診にて



誘い合ってみんなで活用しよう!

編集後記

本号では“すくすく”を特集しました。取材で「これまで避難先の自治体で（乳幼児）健診を受けていましたが、“すくすく”では、村の保健師さん・栄養士さんとコミュニケーションをとりながら、不安なことも相談できるアットホームな感じがした」とのお話が印象的でした。今後とも「道しるべ」では、村のみなさんの“生の声”をお届けしていきたいと思っています。

（編）

「健康リスクコミュニケーション講演会」

～飯館村と生きる まいでいなリレートーク～

「飯館村と生きる まいでいなリレートーク」は、長びく避難生活の中でもう一度ふるさとについて考え、自分の生き方を見つめ直すための講演会です。その第4回の様子をご紹介します。

第4回

「ふるさと復興」 川内村長 遠藤 雄幸氏

2.18(水)

村役場飯野出張所

遠藤村長は「先祖代々受け継いできた場所に放射性物質が降り注いってしまったことで、我々は過去も未来も否定されたような喪失感を抱きました。生きがいと誇りをどう取り戻していくか。その闘いが始まっています」と講演を始めました。講演の中では、復興に向かう現状と課題が詳しく語られました。



役場機能をいち早く村に戻そうと平成24年の1月に帰村宣言を行いました。『戻れない人はそのままいい。戻りたい人から戻りましょう』というものです。課題の一つが診療所の維持でしたが、支援のネットワークのおかげで、既存の内科と歯科に加えて4つの診療科が新設されました。また昨年野菜工場が操業を開始した他、新たな企業誘致も進んでおり、村内で住宅の整備も行っているところです。

今後は分断されてしまった『住民と行政』『生産者と消費者』『親と子』『高齢者と若い世代』など、さまざまな立場の信頼関係を回復していくことが何より重要です。そして戻りたい人がまず戻り、やれる人から一歩進み、もがき苦しんでいる姿を若い人や子どもたちに正直に見せていこうと思います。

子どもたちは、大人が何をしているのか、分かっています。補償は当然の権利だけれど、生きる目的を見失わないようにしなければなりません。行動しないことで疲弊するのは、我々が礎です。自分の村の復興に全力を傾けたいというその情熱こそが復興なのだと思います。

聴講した方たちに感想をお聞きしました

高橋幸一さん
菊池製作所



菊池製作所は川内村内でもお世話になっており行き来があります。いつもにこにこ迎えてくださる村長の、こうしたお話を聞くのは初めてでした。避難そして帰村、帰村後の現状と、いろいろな苦しみがあった中での取り組みを知ることができました。

三瓶たつ子さん
大久保・外内



一歩先に進んでいる川内村も、帰村後の医療・買い物・農地管理や高齢者のことなど、やはり同様の課題を抱え、その解消に向けて取り組まれていることが分かりました。お話を聞いて、自ら動くことで少しずつ不安を解消し、未来を培っていったらと思いました。