希望新聞

東日本大震災希望新聞取材班
〒100－8051（住所不要）毎日新聞生活報道部
ファクス03・3212・5177
メールkibou@mainichi.co.jp

被災した皆さんに役立つ情報や応援メッセージをお待ちしています。「ここにいます」「さがしています」「がんばろう」への投稿は、氏名、住所、年齢、職業、電話番号（あればメールアドレスも）を明記してください。

ここにいます

＜宮城県＞
★荒川利光さん(63)＝名取市閖上（仙台市宮城野区鶴ケ谷東の小松さん方）　北海道千歳市の弟俊穂(60)、埼玉県の兄秀穂(65)、福島県いわき市の妹たつ子(62)へ。こちらは家族4人元気で小松さんのお宅に避難しています。携帯電話（090・2953・2374）に連絡ください。

★片岡名王美さん(45)＝亘理町逢隈高屋鳥屋崎（亘理小）　自動車学校で知り合って20年来の友達、多賀城市の菊地真由美さんへ。こちらは夫も2人の息子も無事です。多賀城も被害が大きかったので心配しています。息子の携帯電話（080・1663・8411）に連絡ください。

片岡名王美さん

★菅野裕太さん(17)＝亘理町逢隈高屋鳥屋崎（亘理小）　名取高校の同級生たちへ。家族みんな無事です。多くの人に支えられて生きているんだと、避難所生活で初めて知りました。高校を卒業したらいろいろなボランティアをしたいですが、生活が厳しくなると思うので、給料をもらいながら人の役に立てるような仕事に就きたいです。

菅野裕太さん

★三浦慎吾さん(26)＝石巻市大橋　市内で別居中だった父悟(58)を捜しています。地震直後、父から「自宅の建物は大丈夫だが中はぐちゃぐちゃだ」とメールが届いて以降、音信が途絶えました。私の自宅アパートは少し浸水しましたが、何とか住める状態です。母祐子(49)、妹由夏(24)も無事で、石巻北高の避難所にいます。心配しているので、携帯電話（090・5848・0308）へ連絡ください。

さがしています

＜岩手県＞
☆陸前高田市気仙町的場の福地郁子さん(66)と夫の義昭さんへ　友人の東京都杉並区阿佐谷南1の秋永由里子さん(65)が手紙を待っています。郁子さんと秋永さんは約25年前、秩父セメント（当時）の子会社に勤務時代、事務所が隣同士でした。

＜宮城県＞
☆女川町の山本津美子さん（60代）と娘の恵さん（40代）へ　おいで大阪府高槻市の田中卓哉さん(59)が案じています。避難所にいるとの情報があります。「171伝言ダイヤルを毎日チェックしています。伝言を登録してください」

☆石巻市の阿部美枝さん(60～70代)へ　姉で千葉県松戸市の青柳妙子さん(88)が自宅(047・362・2055)で連絡を待っています。「どこかの避難所にいるようですが、安否がわかりません」

☆石巻市の青木洋一さん(69)へ　福島市の黒木節彦さん(68)が自宅（024・535・1310）で連絡を待っています。2人はマスターズ水泳のライバルで、青木さんは「スポルスSP」の所属です。

＜福島県＞
☆浪江町の冨永敬記さん(76)、妻アヤ子さん、敬記さんの弟の功記さん(69)、妻ビデコさん、佐藤公郎さん(36)、妻真貴子さん(37)・長男蒼斗(そうと)君(4)、次男朔斗(さくと)君（8カ月）へ　冨永敬記さんの次女で松江市の中林久美子さん(41)が心配しています。敬記さんは寝たきりで、功記さんは左官業を営んでいます。佐藤さんは請戸川土地改良区の職員です。真貴子さんは敬記さんの四女で地震発生時、浪江町請戸の実家から車で逃げる準備をしているところを近所の人が見ています。

「請戸地区は原発の10キロ圏内で行方不明者の捜索がされていません。携帯電話（090・5379・3669）に情報をお願いします」

☆浪江町請戸小谷地の紺野紀子さん（60代）へ　大学時代の友人、福島県郡山市の遠藤つね子さん(61)が連絡を待っています。紺野さんは2年前まで小学校教諭でした。

☆富岡町大菅川田の青木アヤ子さん(83)、息子の広光さん(56)へ　アヤ子さんの孫の静岡県藤枝市の小沢誠子さん(39)が心配しています。家は原発の20キロ圏内で避難先がわかりません。「何十カ所もの避難所に電話しました。携帯（090・7038・9021）に連絡ください」

☆いわき市の高原順子さん(57)、新妻保江さん(57)へ　東京の日本女子体育短大で同級生だった、水戸市の谷みどりさん(57)が携帯（090・6931・7762）への連絡を待っています。新妻さんは保育士のようです。

みつかりました

▽2日「ここにいます」に載った宮城県気仙沼市の阿部くに子さんの知人の山中花子さん(奈良市)が、希望新聞に「安心しました」とメールを送ってきました。2人は戦後、大阪のメガネ工場で働いていました。阿部さんは毎年、初物のサンマなどを送っていました。阿部さんが電話すると山中さんは「必要なものがあったら何でも送るよ」と泣いて喜んだそうです。

×　×　×

▽3月27日「さがしています」掲載の宮城県南三陸町の佐藤ゆう子さんは、仙台市内の親類の家で無事でした。友人の兵庫県宝塚市の向井武子さんにはがきが届きました。

▽同日掲載の宮城県石巻市、佐々木まさ子さん一家も無事でした。友人の山形県庄内町の佐藤由美さんに電話がありました。津波で自宅1階は浸水しましたが、2階に逃れたそうです。

▽3月28日掲載の宮城県気仙沼市、内海一枝さんは、気仙沼中学に避難していました。電話で話した友人の和歌山県の神森和子さんは「何もかもなくなったそうですが、無事が確認できてうれしい」と言っていました。

▽4日掲載の福島県浪江町の伊藤正吉さんから富岡町の遠藤芳子さんと夫の憲二さんは、大玉村内に避難しているそうです。電話で話した新潟県魚沼市の八木実千代さんは「着の身着のまま、6カ所目の避難所と聞いた。元気な声だった」とほっとしていました。

▽3日掲載の福島県同日、「同県二本松市の体育館に避難している」と隣人の延城百合子さんに電話がありました。延城さんは「いつ浪江に戻れるかわからず先々のことを話せないのがつらい」と話していました。

▽5日掲載の福島県いわき市の小谷陽子さんから同日、東京都の同級生、和田英子さんに連絡がありました。新聞を見たいとこから聞いたと言います。小谷さんは3月14日、車で11時間かけて都内の娘さん宅に避難したそうです。

おわび

30日「さがしています」の宮城県松島町の「加藤聡さん」は、「加島聡さん」の誤りでした。おわびして訂正します。

がんばろう

●作家の磯崎憲一郎さん　会社に入ったばかりの20代のころ、仕事相手だった福島県いわき市沿岸部の鉄鋼問屋さんのところに月に何度も通いました。海岸線の美しさ、魚のおいしさをよく覚えています。震災による被害をテレビや新聞で見て、大きく変わってしまった風景に何とも言えないショックを受けています。

被災した方々は、目の前にある現実に対処することに精いっぱいだと思います。今の状況を乗り越えることに懸命だと思います。しかしどうか、世界は総体として肯定できるものであるし、人生は生きる価値のあるものだということを、どこかで感じていてほしいと思っています。肯定的な感情を持ち続けてください。これからも世界や人生は続いていきます。

被災していない我々は、被災した方々の痛みや悩みを自分自身のものとして受け止めることができるか、試されているように思います。私は作家として、どんな状況にあっても、真剣に読まれる作品を書き続けていきたいと考えています。

ツイッターでも随時発信

ツイッター（@mainichi_kibou）でも、被災した皆さんへのサポート情報や、各地の支援の動きを随時発信しています。これまでのツイートはこちらで検索できます。
http://bit.ly/frO91P

サポート情報

～東日本大震災～

5日現在

医療

＜岩手県＞県立大船渡は救急のみ。県立釜石は外来診療を受け付けるが、検査に制限がある。

＜宮城県＞◆仙台市市急患センター（若林区）は内科、小児科、外科（19時15分～23時）◆仙台市外　石巻赤十字は救急の重症のみ▽気仙沼市立は内科、脳神経外科を除き通常診療▽県立がんセンターと県立精神医療センターが通常診療を再開

＜福島県＞問い合わせは県地域医療課☎024・521・7221

＜茨城県＞救急医療情報システムで病院案内☎029・241・4199

■腎臓病

全国腎臓病協議会（全腎協）は、腎臓病患者や透析患者、家族からの無料相談電話を設けている。☎0120・088・393（平日10～18時、12時半～13時半を除く）

■がん

国立がん研究センターは、被災したがん患者の治療可能な病院紹介などに応じる「被災がん患者ホットライン」を設けている。同センターあての紹介状（診療情報提供書）を準備できる人は☎03・3547・5130（10～16時）。ない人は☎03・3547・5293（9～18時）。いずれも平日のみ。同センターのホームページ（HP）では、抗がん剤治療が受けられる東北地方の病院の一覧なども掲載している。

入浴

自衛隊による入浴支援の場所は次の通り。タオルは各自で持参。

＜岩手県＞津軽石小（13～22時）▽山田高（10～21時）▽山田南小（シャワーのみ、13～21時）▽シープラザ釜石（12～21時）▽盛小（10時20分～21時）▽米崎小（8～21時）▽大槌町ふれあい公園（12～21時）

＜宮城県＞気仙沼小（8～20時）▽本吉総合体育館（9～20時）▽南三陸町ベイサイドアリーナ（13～20時）▽女川総合運動公園（8～12、13～17、18～20時）▽石巻市消防本部グラウンド（10時～19時半）▽万石浦中（12時～19時半）▽洞源院サン・ファン館（シャワーのみ、15時～17時半）▽青葉中（シャワーのみ、14時～20時半）▽鹿妻小（シャワーのみ、15時～18時半）▽石巻中央2市営駐車場（12時半～16時半）▽大塩市民センター（シャワーのみ、14時～20時半）▽小野市民センター（シャワーのみ、14時～20時半）▽航空自衛隊松島基地（男性11～13時、女性14～16時）▽多賀城駅前（15時～未定）▽山下小（13～23時）▽亘理町中央児童センター（13～21時）▽逢隈中（13～21時）

＜福島県＞向陽中（12～21時）▽あづま総合運動公園（女性13～18時、男性18～21時）▽田村市総合体育館（12～22時）▽いわき中央台公民館（10～20時）▽ビッグパレットふくしま（10～12、15～20時）

仮設住宅

仮設住宅の入居を募集したり、説明会を開いている自治体の受付場所、問い合わせ先は次の通り。高齢者、障害者らの世帯の入居を優先する自治体もある。

＜岩手県＞◆宮古市市役所、避難所☎0193・62・2111◆久慈市　市役所☎0194・52・2120◆陸前高田市　市仮庁舎、各町地区本部☎0192・59・2111◆釜石市　市仮庁舎、避難所☎0193・23・2420◆岩泉町町役場、避難所☎0194・22・2111

＜宮城県＞◆仙台市　8日以降に避難所で説明会☎0120・055・150◆石巻市　市役所・支所、避難所☎0225・95・1111◆塩釜市　市役所☎022・364・1131◆気仙沼市　7～11日、避難所で説明会☎0226・22・6600◆名取市　市役所☎022・384・2111◆多賀城市　市役所☎022・368・1141◆岩沼市　7日まで避難所、8～15日市役所☎0223・22・1111◆東松島市　18日まで市役所・支所☎0225・82・1111◆亘理町　町役場☎0223・34・0512◆山元町　10日まで町役場、避難所☎090・8786・5942◆女川町　災害対策本部☎0225・54・3131

＜福島県＞◆白河市市役所☎0248・22・1135◆相馬市　避難所で希望調査☎0244・37・2148

＜茨城県＞◆北茨城市　22日まで市役所☎0293・43・1111

＜千葉県＞◆旭市　市役所☎0479・62・5895

住宅

住宅の補修・再建支援は、災害救助法に基づく「住宅の応急修理制度」と被災者生活再建支援法に基づく「生活再建支援金」が核になる。

応急修理制度は、住宅が半壊、大規模半壊、全壊で応急修理をすれば居住可能となる場合▽応急修理をすれば避難の必要がない▽仮設住宅を利用しない――の3条件に該当する世帯が対象。年収制限などもある。修理できるのは、屋根や柱、ガスの配管や衛生設備など、地震によって壊れた緊急度の高い部分のみ。1世帯あたりの限度額は52万円。

被災者生活再建支援金は全壊、大規模半壊した世帯などが対象で、被害程度に応じた基礎支援金（最高100万円）と再建方法に応じた加算支援金（同200万円）がある。

受け付けを開始した自治体もある一方、申請に必要な罹災（りさい）証明書の発行に至っていない自治体も少なくない。発行時期など詳細は各市町村へ。

避難所で炊き出しの食事を食べる佐々木風舞くん（5）。津波で自宅と祖母を失った。母親の美由紀さんに寄り添って、ボランティアの作ったミネストローネをほおばった＝岩手県大槌町で5日午後1時48分、望月亮一撮影

国土交通省は補修・再建に関する全般的な相談に応じる窓口を設けている。被災地専用のフリーダイヤルがあるほか、対面相談窓口も仙台市と青森県八戸市に設けており、順次拡大する予定。専門の検査員が現地で住宅の無料診断なども行う。☎0120・330・712または☎03・3556・5147（日曜・祝日を除く10～17時）。

岩手、宮城、福島各県の建築士事務所協会も、被災住宅の修復、概算費用などに関する相談窓口を設けている。いずれも平日のみで、岩手☎019・651・0781▽宮城☎022・223・7330▽福島☎024・521・4033。

商業施設

ダイエー仙台店　6日、全館で営業を再開する。食品や日用品を扱う地上1階と地下1、2階に加え、衣料品、靴・バッグなどを扱う地上2～8階でも営業を始める。営業時間は9時半～19時。

■道の駅

被害が大きかった沿岸部を中心に、電話で営業が確認できた「道の駅」は次の通り。地元産の野菜や海産物を取り扱っているが、特に海産物は今後の入荷見通しが厳しい。

＜岩手県＞おおの（洋野町）9～17時。コメ、野菜や乳製品（☎0194・77・3202）▽くじ（久慈市）9～19時。野菜や干物、乳製品。ほぼ通常通りの品ぞろえ（☎0194・53・1300）▽のだ（野田村）8時半～16時半。野菜や干物、団子など（☎0194・78・4171）▽たのはた（田野畑村）9～18時。あるものを販売（☎0194・34・2111）▽やまだ（山田町）9時半～17時。ほぼ通常通りの品ぞろえだが、海産物は県外産。軽食も再開した（☎0193・89・7025）

＜宮城県＞上品の郷（石巻市）9～17時。野菜など通常の7割程度の品ぞろえ。レストランも再開。併設の温泉施設は9～15時（☎0225・62・3670）

＜福島県＞そうま（相馬市）10～17時。ほぼ通常通りの品ぞろえだが、海産物は県外産。食堂も再開（☎0244・37・3938）

ボランティア

＜岩手県災害ボランティアセンター＞
8～10日、大槌町で泥、がれきを撤去するボランティアを募集している。盛岡市内から専用バスで日帰りする。昼食や長靴、ゴム手袋、スコップなどは各自持参。各日定員80人。集合場所は盛岡駅前のマリオス（午前6時半）、ボランティアセンター（同6時50分）。事前申し込みは☎019・637・7594。

＜宮城県災害ボランティアセンター＞
20人以上の団体で自らバスを手配して被災地に入る「ボランティアバスパック」を募集している。食事や宿泊などを「自己完結型」でできるグループが対象。家屋清掃やがれき撤去などの支援で、活動場所は希望を踏まえて県ボランティアセンター（VC）が決める。5月下旬まで受け付け。申し込みは、県VCのサイトから用紙をダウンロードし、ファクス（022・266・3953）する。

＊

ボランティア活動保険は、加入時期にかかわらず補償期間が年度末（3月31日）で切れており、前年度に保険に加入した人は注意が必要。

その他

■薬局・薬店

ダルマ薬局　フード&ドラッグ沖野店（仙台市若林区）が再開する。宮城県内の58店中、10店（荒巻セントラルプラザ、EBeanS、寺岡、泉パークタウンタピオ、市名坂、手倉田、本塩釜駅前、多賀城町前、白石、石巻中里）以外は営業。

カワチ薬品　宮城県は古川店が営業再開し、16店中2店（仙台ゆめタウン、美田園）以外で営業。福島県は原町以外の18店で営業している。

ヤマザワ薬品　宮城県は13店中3店（汐見台、塩釜中の島、中田）以外は営業。

ツルハドラッグ　福島県の59店中10店（原町、原町西、原町中央、小高、鹿島、富岡、富岡南、大熊、浪江、福島鎌田）以外は営業。

HPで避難者名簿

岩手、宮城、福島の3県はホームページ（HP）で、各県内の避難者名簿を公表している。他県に避難した住民も一部掲載している。宮城県は「避難者情報ダイヤル」（☎022・211・3430）で問い合わせに対応。福島県も「避難所入所者情報センター」（☎024・521・5543～4）で対応している。

×

宮城、福島の両県警は相談が寄せられた行方不明者の一覧をHPで掲載中。岩手県警を含む3県警は、見つかった遺体に関する情報もHPで掲載している。

■主な問い合わせ先■

●行方不明者相談ダイヤル
岩手県警　0120・801・471
宮城県警　022・221・2000
福島県警　0120・510・186

●ライフラインなど
NTT災害用伝言ダイヤル　171
東北電力　0120・175・366

●医療
＜放射線被ばく相談＞
▽文部科学省健康相談ホットライン　0120・755・199（9～21時）
▽放射線医学総合研究所相談窓口　090・5582・3521▽090・4836・9386▽080・2078・3308など計6回線で対応（9～21時）
＜人工透析＞
▽岩手県　人工透析相談窓口　019・629・5471
▽宮城県　仙台社会保険病院　022・275・3111（かかりつけ医が対応していない場合のみ）
▽福島県　県地域医療課窓口　024・521・7221
＜その他＞
日本医師会　03・3946・2121
日本糖尿病協会　0120・151・721
てんかん支援ホットライン　054・245・5446
アレルギー支援ネットワーク　052・485・5208

●生活支援
日弁連電話相談　0120・366・556（平日10～15時）
あしなが育英会　0120・77・8565（遺児らに特別奨学一時金を支給）
心の相談緊急電話　0120・111・916（13～22時。日本臨床心理士会など）
いのちの電話震災ダイヤル　0120・556・189（4月9日まで毎日8～22時）
チャイルドライン支援センター　0120・99・7777（月～土16～21時）
多文化共生マネージャー全国協議会
▽英語　080・3503・9306（他に中国語、スペイン語などの窓口あり）
＜視聴覚障害者向け＞
「全日本ろうあ連盟」や「全国盲ろう者協会」がウェブサイトで支援情報などを提供。

●省庁
行政相談（東北管区行政評価局）0120・511・556
（茨城行政評価事務所）0120・188・571
金融相談（東北財務局）　022・721・7078
農林水産業の被害相談（農水省）0120・355・567

●金融機関など
岩手銀行　0120・064・626
七十七銀行　0120・78・1177
東邦銀行　0120・104・157
ゆうちょ銀行　0120・108・420
東北労働金庫　022・723・1111
住宅金融支援機構　0120・086・353
日本政策金融公庫　0120・154・505
そんがいほけん相談室（日本損保協会）0120・107・808または03・3255・1306
地震保険契約会社照会センター0120・501・331
生命保険相談所（生保協会）　0120・226・026

●交通機関
JR東日本　050・2016・1600
JAL（国内線）　0570・025・071
ANA（国内線）　0570・029・222

移転した役所と連絡先

＜岩手県＞
▽陸前高田市　エコタウン鳴石☎0192・59・2111
▽釜石市　市教育センター☎0193・23・2420
▽大槌町　町中央公民館☎080・1851・4911
＜宮城県＞
▽女川町　女川第二小学校☎0225・54・3131
▽南三陸町　町総合体育館ベイサイドアリーナ☎0226・46・2600
＜福島県＞
▽広野町　小野町民体育館☎0247・72・6246（今月中旬にいわき市へ再移転の方針）
▽楢葉町　会津美里町本郷庁舎☎0242・56・2155
▽富岡町　ビッグパレットふくしま☎024・946・8813
▽川内村　ビッグパレットふくしま☎024・946・8828
▽大熊町　会津若松市役所追手町第2庁舎☎0242・26・3844
▽双葉町　埼玉県加須市・旧県立騎西高☎0480・73・6880
▽浪江町　二本松市役所東和支所☎0243・46・4736～9
▽葛尾村　会津坂下町・川西公民館☎0242・83・2651

希望新聞

遠くの被災地より

子どもたちの笑顔 心から願う

阪神大震災の被災体験劇の公演を続ける森もりこさん(55)＝兵庫県芦屋市、劇団自由人会代表

阪神大震災の時は、下から突き上げるような揺れに「爆発事故か！」と跳び起きました。劇団員は全員無事でしたが、ほとんどが家を失い、劇団事務所が入った神戸市内のビルは全壊しました。舞台装置を積んだトラックだけが無事で「とにかく公演を続けよう」と、翌日には静岡に向けて車を走らせました。真っ暗になった神戸の町を通り抜け、20時間以上かけてたどり着いたのが昨日のことのように思い出されます。

多くを失い、時間がたつほど将来への不安が募りました。そんな時出会ったのが兵庫県西宮市の小学生たちがつづった本「6年3組の阪神大震災」でした。級友を失った悲しみを乗り越え、未来を自分たちの手でつくり出そうとする姿に感動し、この物語を劇化して全国450カ所以上で上演を重ねてきました。

今回の被災地は私たちにとっても思い出深い場所です。これまで宮城県気仙沼市、福島県南相馬市、田村市で、昨年は岩手県宮古市、大船渡市でこの作品を上演し、多くの子たちと出会いました。楽しいところでは声を上げて楽しみ、静かな場面では集中して見てくれたのが印象的です。

今はまだ早いかもしれませんが、肉体的にも精神的にも疲れておられる方々をボランティア公演で勇気づけられたらと思います。神戸の子たちがあのがれきの町から立ち上がったように、被災地の子どもたちが再びあの笑顔を取り戻してくれることを、心から願っています。【澤木政輝】

Q&A

Q 調理のための水や燃料が不十分な時は？

A 野菜は蒸し煮、余熱利用を

阪神大震災で被災した神戸市の料理研究家、坂本廣子さんに聞きました。

野菜をゆでる時は、鍋に少しだけ水を入れ、ふたをして蒸し煮にします。ブロッコリー1房分を細かく切って蒸すには水大さじ4、きぬさやなら水大さじ2ぐらいで大丈夫です。煮物の時は、落としぶたをすれば水気が蒸発しにくくなります。

加熱時間が短くて済む圧力鍋や保温調理鍋（鍋が二重になっていて余熱で調理できる）があれば積極的に使いましょう。余熱を利用すれば、加熱する時間は短くできます。煮物なら具材がかぶるくらいの煮汁で鍋にふたをして加熱し、沸騰して5分後に火を消します。コンロの上に置いておくと、温度が下がる時に味が染みます。肉じゃがなど火が通りにくいものは、短時間加熱した鍋をバスタオルやひざかけ毛布などでくるみ、半日ぐらいおくと保温調理鍋の代わりになります。

炊飯器が使えなくても、厚手の鍋でご飯が炊けます。米2カップに対し水は2カップ半。といだ米と水を、鍋に入れ30分ほどおきます。鍋にふたをして10～15分強火にかけ、ふいたら弱火で10～15分。火を消した後15分ほど蒸らしてください。【反橋希美】

ミニニュース

■沖縄の不動産会社、内定取り消し者採用

沖縄市諸見里の不動産会社「ライフTYT」が企業が被災したため内定取り消しになった若者を対象に社員募集。玉元伸悟社長は「復興するまでの期間でもいいし、気に入ればそのまま残ってもらえれば」と話している。営業や管理、経理などで初任給は13万円程度。自社建物の部屋を月3万円で貸す。3カ月試用の後、正社員として採用。被災地で内定取り消しになった人であれば年齢、資格は不問で採用数は応募状況をみて考える。沖縄までの旅費は同社負担。問い合わせは玉元社長（080・4365・6256）。

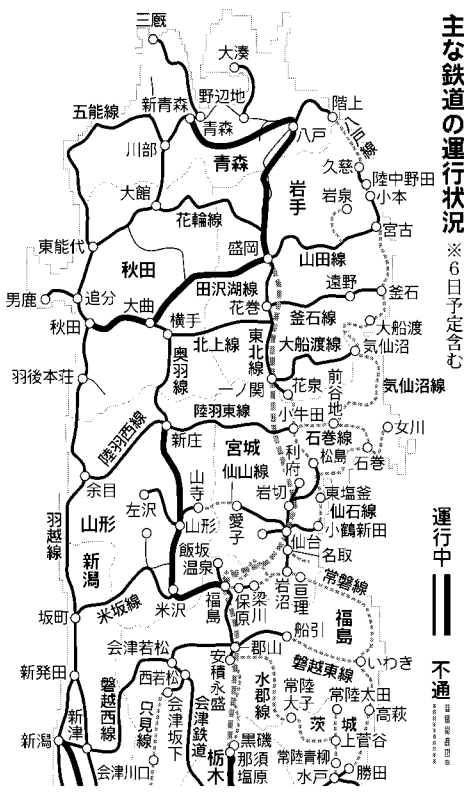
■被災児童生徒の塾費用を減免 全国学習塾協会が全国の塾を対象に募集した「被災児童生徒支援塾」では、一時的に避難・転居を強いられている児童生徒は授業料や教材費などが無料または割引になる。希望する塾に連絡して手続きする。

東日本大震災の災害救助法適用地域に住んでいた児童生徒が対象で「原則として罹災（りさい）証明書と児童生徒の身分証が必要。支援塾の一覧表は同協会（☎03・5996・8511）のホームページ（http://www.jiji.or.jp/news/his.html）に掲載。

■奈良市が被災者受け入れ 奈良市は、被災者が一時利用できる市内の空き家や空き室など37物件の入居者を募集している。家賃は3カ月～1年は無料。大半の物件は家具付き。申し込みは15日まで、罹災証明書や運転免許証など被災者と分かるものが必要。被災者支援団体「奈良災害支援ネット」が希望を聞き、物件を紹介する。問い合わせは市危機管理監（☎0742・34・1111、内線2420、平日のみ）。

主な鉄道の運行状況

※6日予定含む



◆主な鉄道の運行状況◆

●新幹線
<東北新幹線>一ノ関―盛岡が7日午後、那須塩原―福島が12日ごろ、福島―一ノ関が今月下旬までに運転再開予定。盛岡―新青森、東京―那須塩原は運行
<秋田新幹線>盛岡―秋田で運行
<山形新幹線>福島―新庄で運行
●JR在来線の再開見込み
※6日は夕方に東北線の花泉―一ノ関、釜石線の遠野―釜石が運転再開予定
<東北線>福島―岩沼が7日、松島―小牛田が9日、黒磯―安積永盛、小牛田―花泉が今月中旬
<常磐線>勝田―高萩が7日、高萩―いわきが11日ごろ、亘理―岩沼が12日、特急は上野―高萩で今月中旬
<仙山線>愛子―山寺が今月下旬
<仙石線>小鶴新田―東塩釜が今月中旬
<石巻線>小牛田―前谷地が今月中旬
<磐越東線>船引―いわきが今月中旬
<只見線>会津坂下―会津川口が8日、会津川口―只見が今月中旬
<水郡線>常陸青柳―常陸大子、上菅谷―常陸太田が10日ごろ、常陸大子―安積永盛が11日ごろ、水戸―常陸青柳が今月中旬
●その他
※6日は阿武隈急行の保原―梁川が運転再開予定
<三陸鉄道北リアス線>宮古―小本、陸中野田―久慈で運行
<仙台市地下鉄>富沢―台原は運行
<阿武隈急行>瀬上―保原、角田―槻木は今月中旬再開予定

■公営住宅の被災者受け入れ■

★被災者向け公営住宅等情報センター
フリーダイヤル 0120・297・722 （9～18時）
被災者が入居可能な全国の公営住宅、UR賃貸住宅などの情報を紹介する。入居は原則無料。希望先の住宅を管理する自治体などに電話が転送される。有料の民間賃貸住宅も案内している。

◆近隣都道県の避難者受け入れ先◆

<北海道>道外被災県緊急支援対策本部 ☎0120・113・926
<青森県>県生活再建・産業復興局☎017・734・9581
<岩手県>県内陸部の宿泊施設で受け入れ。県政策地域部の専用窓口☎019・629・5216
<秋田県>県被災者受入支援チーム☎018・860・4504
<山形県>県避難者支援班 ☎023・625・1605、1608、023・630・3100
<新潟県>県避難者対策班☎025・282・1747
<茨城県>県避難対策班☎029・301・6735
<栃木県>相談窓口＝道の駅「那須高原友愛の森」 ☎0287・78・3033
<群馬県>県避難者受入れ支援センター ☎0270・26・9420～1、9423
<東京都>都総合防災部☎03・5320・4007
<神奈川県>県災害支援担当☎045・210・5970
<埼玉県>県避難者総合相談センター ☎048・601・2220
<千葉県>県の避難者センター☎043・223・3411
<山梨県>県支援対策室☎055・223・1519
<長野県>県の受入相談☎026・235・7407

◆主なバスの運行◆

<岩手県北バス>☎019・654・5814
盛岡―秋田空港（予約制）の他、盛岡―弘前、盛岡―青森、盛岡―宮古、盛岡―仙台などを運行。盛岡―郡山は二本松を経由中。宮古地区を除く一般路線は通常運行。
<岩手県交通>☎019・654・7755
一般路線は釜石、大船渡、陸前高田、大槌の3市1町を除き、通常運行。大船渡市内路線のうち6路線は市の委託事業として、無料で再開した。仙台―釜石（予約制）の他、盛岡―仙台、盛岡―釜石、盛岡―大船渡、盛岡―陸前高田、江刺―仙台、一関・千厩―気仙沼など。
<ミヤコーバス>☎022・771・5310
8日まで大崎市鹿島台―松島駅（7往復）、松山町駅―松島駅（4往復）の臨時バスを運行する。岩沼駅と白石市、山元、大河原町を結ぶ路線も運行中。仙台―仙台港線は行き先を多賀城に変更し運行している。仙台―郡山は二本松を経由中。仙台―釜石（予約制）の他、仙台―気仙沼、本塩釜―小鶴新田、仙台―石巻など。
<日本三景交通>☎022・354・5151
仙台―多賀城で臨時バスを運行中。
<福島交通>☎024・531・2706（福島支社）
☎024・943・1651（郡山支社）
JR磐越東線の代替として6～12日の平日、小野―船引の臨時バスを運行する。また6日から、川俣―原町線を川俣―飯舘の折り返し運転で再開。相馬地区を除き6日から一般路線が通常運行になる（改正ダイヤ）。相馬―仙台、相馬―福島は新地町を経由。他に伊達―仙台、白河―須賀川など。

「明日が、今日より、いい日になりますように」

ラジオで深い絆

FM局 西宮から山元へエール

「りんごラジオ」の放送に臨む高橋厚さん（右）＝宮城県山元町浅生原で4日

明日が、今日より、ちょっとでもいい日になりますように――。東日本大震災で大きな被害を受けた宮城県山元町に開局した災害臨時FM局に、阪神大震災の被災地である兵庫県西宮市のコミュニティーFM局から1通のメールが届いた。メッセージは今月上旬、放送で流され、町民に伝わった。遠く離れた被災地同士が、ラジオを通じてつながりを深めている。【後藤豪蒙、写真も】

山元町の臨時FM局は「りんごラジオ」（80・7メガヘルツ）で、東北放送の元アナウンサー、高橋厚さん(68)らが開局に尽力した。高橋さんと親交がある「FMながおか（新潟県長岡市）から機材などの協力を得て、3月21日に放送を開始した。局名の「りんご」は、地元の名産と、戦後間もない日本を元気づけた「リンゴの唄」にちなんだ。

午前7時～午後7時ごろまで、学校や公民館からのリポートや安否確認など、町民向けの情報を流している。

同月30日夜、西宮コミュニティ放送（愛称・さくらFM、78・7メガヘルツ）でパーソナリティーを務める竹之内由加さん(51)からメールが届いた。さくらFMは、「市民にとって役立つ情報がすぐに届けられる放送局を」という市民運動から、阪神大震災の3年後(98年)に開局した。

私たちは、皆さんの背負われた物を、代わって持って差し上げることはできません。でも、でも、心の底から、思いっきり、励ましたい、エールを送り続けたいと願ってやみません。みんな、ついています。日本全国、世界各国、みんなみんな、ついています。

約1800字に及ぶメールの大半は数日後、放送で読まれた。高橋さんは「大災害を体験している（FM）局からいただいたメッセージは説得力がある。心のこもったメッセージは本当にありがたい」と感謝した。

竹之内さんは、「時期尚早と思ったが『同じコミュニティーFM局としてエールを送りたい』と無我夢中だった」と話す。「今後も、細くても長くつながりを持ちたい」

「被災者 楽しめるもの作る」

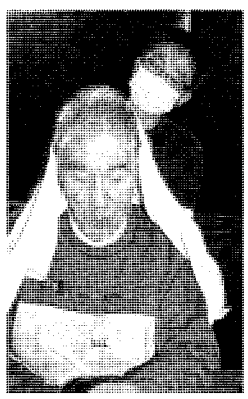
宮城・栗原出身 宮藤さんに向田賞

優れた脚本家に贈られる第29回向田邦子賞（東京ニュース通信社など主催）に5日、「うぬぼれ刑事（デカ）」（TBS）の宮藤官九郎さん(40)＝写真＝が選ばれた。宮藤さんは東日本大震災で震度7の最も激しい揺れに見舞われた宮城県栗原市出身。実家とは地震直後から1週間ほど電話がつながらなかったという。会見で、被災者の心情に思いをはせながら「フィクションの作り手として、楽しんでもらえるものを作りたい」と話した。

ドラマで長瀬智也さん演じる主人公と西田敏行さん演じる父親は福島県出身の設定で、宮藤さんは西田さんが話す福島弁を盛り込んだエピソードを披露。そのうえで「福島県の皆さんに受賞を報告したい」と述べた。【岩崎信道】

浜松の介護士、大槌派遣

お年寄りに入浴介助



入浴後、介護福祉士に髪をふいてもらう男性(手前)＝岩手県大槌町小鎚で3日

介助がないと入浴できないお年寄りに避難者用の入浴施設を利用してもらおうと、浜松市の老人ホームで働く後藤隆さん(40)ら介護福祉士4人が岩手県大槌町で入浴介助をしている。地震から3週間以上も入浴できなかったお年寄りらもいて、喜ばれている。

後藤さんらは静岡県の要請で財団法人・日本老人福祉財団から派遣され、3月28日に岩手県入り。避難所を回り情報交換する中で「簡易入浴施設ができても、介助がないと利用できないお年寄りがいる」と気づき、31日から入浴介助を始めた。

今月3日は大槌町小鎚に自衛隊が設営した入浴所で実施。避難所から入浴所まで男性2人を送迎し、着替えや体を洗うのを手伝った。一般的な風呂の椅子より高い位置に座れるシャワーチェアも用意しており、介助を受けた大槌町の佐々木驍（ぎょう）さん(77)は「震災後初めての入浴。すっきりして腹が減りました」と笑顔を見せた。【福島祥、写真も】

東電の計画停電 きょうも見送り

終日は9日連続

東京電力は5日、地域ごとに順番に電気を止める計画停電を6日も終日見送ると発表した。気温が上昇して暖房需要が少ないと見込まれるため、終日見送りは9日連続。東電は、東日本大震災で被災した鹿島火力2号機（茨城県神栖市）などの復旧・運転再開で、8日までに現状より約160万キロワット分増の4100万キロワット分の供給能力を確保する。【新宮達】

×

東電は、計画停電の対象地域を25の小グループに細分化した詳細な一覧表を、同社ホームページ（http://www.tepco.co.jp/index-j.html）で都県ごとに公開している。また、都県名、市区町村名、町名・大字名などをたどっていけば、自宅などの所在地がどの小グループに属するか分かる検索サービスもホームページ上で実施している。地域分けは変更になる場合があり、ホームページを日々更新する予定。問い合わせ専用ダイヤル（0120・925・433）は土日を含め24時間対応する。

◆東京電力の計画停電スケジュール◆

（変更の可能性あり）

時間帯	4月						
	6日(水)	7日(木)	8日(金)	9日(土)	10日(日)	11日(月)	12日(火)
6:20～10:00	実施せず	第1	第2	第3	第4	第5	第1
9:20～13:00	実施せず	第2	第3	第4	第5	第1	第2
12:20～16:00	実施せず	第3	第4	第5	第1	第2	第3
15:20～19:00	実施せず	第4	第5	第1	第2	第3	第4
18:20～22:00	実施せず	第5	第1	第2	第3	第4	第5
13:50～17:30	実施せず	第1	第2	第3	第4	第5	第1
16:50～20:30	実施せず	第2	第3	第4	第5	第1	第2

第3085回ナンバーズ数字選択式全国自治宝くじ（5日・カッコ内は口数）

ナンバーズ4 3332
ストレート 84万7300円(38)
ボックス 21万1800円(69)
セット・ストレート 52万9500円(83)
セット・ボックス 10万5900円(212)
ナンバーズ3 303
ストレート 9万3400円(90)
ボックス 3万1100円(258)
セット・ストレート 6万2200円(198)
セット・ボックス 1万5500円(395)
ミニ・下2ケタ 9300円(345)

第608回ミニロト数字選択式全国自治宝くじ（5日・カッコ内は口数）

本数字＝13、19、21、25、29
ボーナス数字＝15
1等 940万5900円(22)
2等 22万8700円(65)
3等 7800円(3275)
4等 1000円(64303)

◆不法残留7万8千人

法務省は5日、在留期間を過ぎても出国しない外国人は1月1日時点で7万8488人で、10年に比べ1万3290人(14・5%)減少したと発表した。「入国審査で指紋を採取する生体情報認証システムが07年に導入され、効果を上げている」としている。

不法残留者の主な内訳は、韓国1万927人、中国1万337人、フィリピン9329人、台湾4774人。

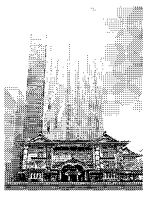
◆イレッサ訴訟で国控訴

肺がん治療薬「イレッサ」の副作用死を巡る訴訟で国は5日、国と輸入販売元のアストラゼネカ（大阪市）に対し、患者2人の遺族に連帯して計1760万円を賠償するよう命じた東京地裁判決（3月23日）を不服として控訴した。ア社は既に控訴している。

◆シャトル29日打ち上げ

【ワシントン時事】米航空宇宙局（NASA）は4日、スペースシャトル「エンデバー」の最後の打ち上げを当初の予定より10日遅らせ、今月29日（日本時間30日）にすると発表した。ロシアの無人貨物船「プログレス」の国際宇宙ステーション（ISS）への到着スケジュールと重なるのを避けた。

エンデバーには、米西部アリゾナ州の銃乱射事件で重傷を負ったガブリエル・ギフォーズ下院議員(40)の夫、マーク・ケリー飛行士(47)が船長として搭乗する。



◆歌舞伎座デザイン発表

松竹と歌舞伎座は5日、建て替え工事中の歌舞伎座（東京都中央区銀座）の外観デザインを発表した＝写真・松竹株式会社、株式会社歌舞伎座提供。これまでの歌舞伎座の桃山風の外観を継承した4階建ての劇場棟と高層オフィス棟で構成。劇場部分は瓦屋根、唐破風、欄干など4代目歌舞伎座の特徴的な意匠を踏襲し、古い部材も可能な限り再利用する。また災害時には地下広場や観客席などに約3000人を収容できる地域の防災拠点となる。

新しい歌舞伎座は、1889年の開場以来5代目になり、2013年春の再開場を目指す。

◆勘三郎さん10月に公演

病気療養のため活動休止中の歌舞伎俳優、中村勘三郎さん(56)が、10月25日に鹿児島市で開かれる歌舞伎公演「鹿児島大歌舞伎」に出演することが5日、分かった。所属事務所が明らかにした。

同公演は4月2日開催予定だったが、勘三郎さんの体調不良のため延期されていた。演目の一部を変更するなど、体調に配慮するという。

◇将棋マイナビ女子オープン五番勝負第1局（5日）○上田初美女流二段(79手)●甲斐智美女王＝上田1勝

第63回毎日書道展作品募集

現代の書を追求する「第63回毎日書道展」の作品を募集します。東京展は7月6日から31日まで国立新美術館で開き、その後関西展、四国展、北陸展、東海展、中国展、東北仙台展、九州展、北海道展、東北山形展を順次開催します。出品規定は次の通りです。

《部門》漢字I類（本文51字以上）とII類（同3字以上20字以下）▽かなI類（和歌3首以上、俳句は5句以上。写経、和様漢字、臨書、巻子、帖・冊子、貼り混ぜなど）とII類（和歌1～2首、俳句は4句まで）▽近代詩文書▽大字書（2字まで）▽篆刻（てんこく）▽刻字▽前衛書

《出品点数》各部門1点。漢字、かなはI・II類に同時出品可《出品料》公募＝1点1万4000円▽U23＝1点5000円《作品の仕上がり寸法》A＝182×61センチ▽B＝152×73センチ▽C＝121×91センチ▽D＝105×105センチ。いずれも縦横自由▽篆刻＝縦39×横30センチ（額の厚さ3センチ以内）▽刻字＝155×61センチ以内、縦横自由▽巻子＝45×400センチ以内▽帖・冊子＝45×400センチ以内、見開き60センチ以内《重量》15キロ以内（刻字は20キロ以内）《表装》篆刻、刻字以外は裏打ちなしの未表装で出品し、入選決定後に本人負担で枠装。篆刻以外のアクリル・ガラス表装、軸は受け付けない。

《出品資格》11年4月1日現在、公募は24歳以上。U23は18歳以上23歳以下《出品票・出品料・作品の受け付け》5月9～11日の午前10時～午後4時（9日は正午から、11日は午後2時まで）、毎日新聞東京本社地下1階毎日ホール（地下鉄東西線竹橋駅下車）。郵送の場合は出品票と作品に出品料払い込み済み郵便振替控えのコピーを添え、宅配便か書留郵便で〒100－8051 東京都千代田区一ツ橋1の1の1、毎日書道会へ（5月6日必着）。篆刻・刻字は出品票と出品料のみ5月11日受け付け《篆刻・刻字の作品搬入》6月22日午前10時～午後3時、東京都港区六本木の国立新美術館内毎日書道展事務局へ《入選・入賞》7月上旬に毎日新聞紙上で発表《出品規定、出品票の請求》住所、氏名、年齢を明記し、90円切手を同封して毎日書道会または毎日新聞各本・支社事業部へ。詳しくは毎日書道会のホームページをご覧ください。

主催 毎日新聞社、（財）毎日書道会