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＞
★阿部徳男さん（65）＝女川町黄金町（石巻高）

私は元気です。同居人の鹿野節子さんに「無事で良かった。仕事など手伝っていただきありがとう」と伝えたい。

★佐々木美枝子さん（76）＝女川町宮ケ崎川尻

佐々木美枝子さん

（町総合体育館）　山梨県笛吹市御坂町二之宮の友人、上野絹子さんへ。地元の総合体育館にいます。家はすっかり流されましたが、地震の前に女川温泉に行っていて、助かりました。

★永沼文夫さん（59）＝女川町石浜（町総合体育館）　最近は食べ物で少々苦労していますが私は元気です。東松島市赤井の友人、ホリ川邦夫さん（60歳くらい）、そちらはいかがでしょうか。携帯電話も何もかも流されてしまい連絡が取れなかったところです。仕事をきっかけに知り合い、仲良くなったあなたのことが気にかかっています。

★三浦範良さん（73）、和子さん（71）＝気仙沼市館山（山梨県市川三郷町の長男宅）　親戚や友人に連絡できないまま、長男の家に移りました。高台にあった家は無事で、夫婦ともに元気なので安心してください。今も気仙沼にいる皆さんのお役に立ちたいのに、身動きできない自分がもどかしいです。いつか必ず古里に戻ります。落ち着いたら携帯電話（090・7075・1783）へ連絡ください。

さがしています

＜岩手県＞
☆陸前高田市米崎町の細谷喜一さん（50代）へ　旧東京相互銀行梅島支店（東京都足立区）の同僚で、茨城県牛久市の西村庚二さん（64）が携帯（090・2156・4704）への連絡を待っています。「地竹沢の公民館に避難しているようですが無事ですか」

＜宮城県＞
☆県内在住の加藤（旧姓・嵯峨）菱子さん（60）、夫の文夫さんへ　旧国立栃木病院で看護師として共に働いた茨城県桜川市の谷田部八枝子さん（58）が案じています。文夫さんはレントゲン技師だそうです。「年賀状に宮城県に引っ越すとありました。自宅（0296・75・2413）に連絡ください」

☆気仙沼市西八幡町の「マルニシわかめプラザ」店長の男所（おのとら）美恵子さん（50代）、社員のみなさんへ　ワカメなどを購入していた三重県伊勢市の右江（うえ）明さん（73）が捜しています。自宅に連絡をください。

☆石巻市大街道南4の宮地美智子さん（70代）へ　広島県海田町の木下章乃さん（74）ら、「海田町老人クラブ連合会」の世話人仲間が心配しています。宮地さんは2年前まで海田町に住んでいました。「ご自宅と近くの市立大街道小学校に手紙を出しましたが、返事がありません。自宅（082・822・1257）に連絡ください」

☆七ケ浜町汐見台の小倉節子さん（50代）へ　島根県立益田高校の同級生、同県益田市の澄川幸子さん（57）が自宅（0856・25・1517）で電話を待っています。

☆岩沼市の佐藤由記美さん（30代）へ　関西大学学生国際交流館・秀麗寮の寮主事だった熊本県阿蘇市、下川美弥子さん（77）が心配しています。

「佐藤さんの夫宗晴さんは宮城県警岩沼署勤務でしたが、震災で殉職されたそうです。2人とも寮生で、結婚式にも招いてくれました。自宅（0967・32・1941）に消息を知らせてください」

＜福島県＞
☆浪江町請戸の柴美江さん（60代）へ　千葉県松戸市の菱沼美智子さん（73）が携帯電話（080・5047・8682）への連絡を求めています。柴さんは、菱沼さんが40年ほど前に川崎市中原区の元住吉に住んでいたときの友人です。

☆南相馬市小高区金谷の石川丈夫さんと妻とくさん、豊田薫さん（3人とも70～80代）へ　めいの札幌市白石区、西山政子さん（60）が電話（0900・2887・6742）を待っています。

☆いわき市大久町大久北田の佐々木俊一さんと、弟のいわき市大久町小久連郷の佐々木俊寿（としじゅ）さん（ともに60代半ば）へ　いとこの埼玉県飯能市の井上俊之さん（63）が電話（042・978・1282）を待っています。俊一さんは妻と長男夫婦と孫の6人家族、俊寿さんは妻、長男の3人家族です。「海の近くで心配です」

みつかりました

▽5日「ここにいます」掲載の宮城県多賀城市の中島富美子さんに、安否が分からなかった友人の佐藤みね子さんから「多賀城中に避難中」と連絡がありました。「落ち着いたらゆっくり会おうね」と無事を喜び合ったそうです。

×　×　×

▽3月28日「さがしています」掲載の宮城県東松島市の小松たつ子さんから、バス会社同僚の鹿児島県伊佐市の馬庭（まにわ）由美子さんに電話がありました。自宅1階は浸水したものの、家族はみな無事でした。

▽2日掲載の福島県浪江町の元小学校教諭、遠藤智信さんは二本松市の避難所にいました。新聞を読んだ親戚が、教え子の千葉県佐倉市の伊藤直子さんに知らせました。伊藤さんは「今月下旬、級友と一緒に先生のところに押しかけたい」。

▽4日掲載の宮城県気仙沼市の小山次男さんから、友人で横浜市の藤田秀実さんと妻の徳子さんに、「家は流されたけれど家族は無事」と電話がありました。「元気な声が聞けて、涙が止まらなかった」と藤田さんは話しています。

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

がんばろう

●ここニューヨークではいたるところでチャリティーイベントや募金活動が行われています。私たちグラフィックデザイナーも「HOPE Japan」という団体を設立し、オリジナルのピンバッジを制作し、収益をすべて被災地に寄付します。バッジは1個3ドルで、ハート形やだるまがデザインされています＝写真。日本からも購入可能（送料別）で、ウェブサイトhttp://hopejp.wazala.comから買えます。すでに3700ドル（約31万円）以上が集まりました。NYの住民から日々、「日本を支えたい」という気持ちを感じ、感動でいっぱいです。日本のため皆でがんばりましょう＝米国NY在住、潮千愛さん（35）、中村いずみさん（34）、玉田佳奈子さん（31）

サポート情報
～東日本大震災～
7日現在

給水

7日午前8時現在、8県の計約15万戸で断水が続いている。復日状況や給水に関する主な自治体の窓口は以下の通り。給水を受けるにはポリタンクなど容器の持参が必要。

＜岩手県▽大船渡市☎0192・27・3111▽陸前高田市☎0192・59・2111▽釜石市☎0193・23・5881▽大槌町☎080・1851・4911▽宮古市☎0193・63・1115

＜宮城県▽仙台市☎022・748・1111▽気仙沼市☎0226・23・9900▽石巻市・東松島市（石巻地方広域水道企業団）☎0225・95・6711▽名取市☎022・384・2111▽女川町☎0225・54・3131▽亘理町☎0223・34・1111▽七ケ浜町☎022・357・7456▽山元町☎0223・37・1120

＜福島県▽相馬市・新地町（相馬地方広域水道企業団災害対策本部）☎0244・35・1020▽いわき市☎0246・22・9310

＜茨城県▽神栖市☎0299・90・1164▽潮来市☎0299・63・1111

＜千葉県▽香取市☎0478・55・8384

入浴

8日に自衛隊が設置する仮設風呂と入浴可能時間は以下の通り。タオルは持参する。

＜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（9～21時）▽米崎小（8～21時）▽大槌町ふれあい公園（12～21時）

＜宮城県▽多賀城駅前（10時～19時半）▽気仙沼小（男性8時～13時半、女性14～20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）▽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）▽鮎川浜清優館（シャワーのみ12～16時）▽青葉中（シャワーのみ14時～20時半）▽鹿妻小（15時～18時半）▽石巻市中央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）▽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）

住宅

被災した住宅の補修・再建について、国土交通省が相談窓口（☎0120・330・712）を開設している。実施主体は住宅瑕疵（かし）担保責任保険協会。同協会は面談による相談窓口も開いており▽ハウスプラス住宅保証東北営業センター（仙台市青葉区本町2）▽郡山建設会館（福島県郡山市台新1）▽水戸・建築会館（水戸市笠原町）で実施。他の被災地域でも随時、無料相談・診断を実施し、希望に応じて業者を紹介している。

各県も住宅全般の相談に応じている。岩手県住まいのホットライン☎0120・882・606▽宮城県建築宅地課☎022・211・3243▽福島県相談窓口☎024・521・7698、7867▽茨城県建築センター☎029・305・7300。

岩手、宮城、福島3県の建築士事務所協会は、補修・再建の無料相談窓口を設置している。岩手☎019・651・0781▽宮城☎022・223・7330▽福島☎024・521・4033。

避難所となっている湯小学校の体育館でボランティアの男女から風船細工をプレゼントされ笑みをこぼす被災者の少女＝宮城県石巻市で小林努撮影

ボランティア

県外から被災地などへのボランティア受け入れ状況は次の通り。明記のない限り、作業はがれきの撤去や泥かき。移動手段、現地での食事、宿泊などは自分で確保するのが原則。作業中にくぎを踏むなどのけがが増えている。安全靴か、中敷きなどで補強した長靴の用意を。

＜宮城県▽◆塩釜市☎080・1679・8989　県外ボランティアは9日まで◆南三陸町☎0668または0878　避難所に物資を運ぶ4トントラックとその運転手のみ募集。1日4台。必ず事前に電話を◆石巻市☎0225・23・6011～2、6014～5（9～16時）　無料シャトルバス（仙台駅―石巻専修大学）は10日まで運行予定。毎日先着80人。◆岩沼市☎080・5949・7541（13～16時）◆多賀城市☎022・368・6300◆亘理町☎080・5949・7719（8時半～18時）

＜福島県▽◆南相馬市☎0244・24・1877　物資の仕分けや避難所の片付け。長期できる人。医師、看護師やパソコンが使える人も募集◆相馬市☎0244・36・7827

＜長野県▽◆県社会福祉協議会☎026・226・1882　希望者や団体がボランティアを募ってバスを手配する「災害ボランティアバスバック」。宮城、岩手で4日以上可能な20人以上の団体。5月下旬まで。◆栄村復興支援機構「結い」☎050・3583・2122　ホームページ（http://kaigo.nsyakyo.or.jp/sakae/）から事前登録する。

＜群馬県▽◆片品むらんていあ☎0278・58・3487　福島県の被災者を受け入れる片品村での民間ボランティア。高齢者が多く、カウンセリングや傾聴など。近隣に住み自費で対応できる人。

＜千葉県▽◆浦安市☎047・355・5271　ホームページ（http://urayasu-shakyo.sakura.ne.jp/）から事前登録する。

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時半～23時）◆仙台市外　石巻赤十字は救急の重症のみ▽石巻港湾は11日に外来診療開始（9時～12時半）

＜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

その他

■年金

年金（国民年金・厚生年金）の次回の支払い分は、予定日の15日に指定口座に通常通り振り込まれる。通帳や印鑑などをなくした人は、運転免許証など本人確認ができるものを持参し、金融機関に相談。郵便局の窓口で受け取る場合は「国民年金・厚生年金送金通知書」（8日発送）でも確認できる。

また自宅、車など財産の半分以上を失った被災者は、国民年金保険料の支払いが全額免除される。市区町村や年金事務所で免除申請が必要。申請期限は7月31日。

毎年、誕生日の月の末日までに提出が義務付けられている「現況届」なども、提出期限が7月31日まで延長される。対象は、誕生日が3月1日から6月30日の人。

11日から被災者専用フリーダイヤル☎0120・707・118（平日9～17時）が設置される。

■公共料金の特例

電気　被災により電気が使えない期間の料金は最大6カ月間、全額免除される。通常は未使用でも基本料の半額が請求されるため、被災地外に長期間避難する際は契約解除が望ましい。復旧後の使用料など3～6月請求分は支払期限が4～1カ月延長され、請求は夏ごろになる。

復旧の工事費は、9月末までに電力会社に申請すれば免除される。被災地外で新たに契約した場合、1年未満の利用でも割高の臨時料金ではなく、通常料金が適用される。

ガス　被災から最大6カ月間、不通期間の料金が全額免除される。通常は未使用でも基本料が全額請求されるため、被災地外に長期避難する際は閉栓などが望ましい。3～6月請求分は、支払期限が4～1カ月延長される。

固定電話　被災による設備故障で電話が使えなかった期間は、無料になる。市町村が避難指示、避難勧告を出した地域は解除までの期間が無料。災害救助法の適用地域で、設備故障がなくても自主避難などで電話が使えなかった場合、自己申告で避難期間の料金が無料になる。

3～5月に支払期限を迎える料金は、3～1カ月期限を延長。仮設住宅などに回線を移す費用も申告すれば無料となる。NTT東日本☎0120・533578（平日9～17時）。

■農業・漁業相談

＜青森県▽漁業関連の相談窓口を設置。漁船・漁業は水産振興課☎017・734・9592、漁港・漁場は漁港漁場整備課☎017・734・9615

＜岩手県▽農業関連は農業振興課☎019・629・5641。漁業関連は沿岸広域振興局水産部☎0193・25・2706、または県北広域振興局水産部☎0194・53・4985

＜宮城県▽農林水産部に五つの窓口を設置。資金・融資☎022・211・2756▽作物や農業施設☎022・211・2841▽農地被害☎022・211・2875▽漁業被害☎022・211・2932▽漁港などの施設被害☎022・211・2942

＜福島県▽福島第1原発事故に伴う農家への無利子融資について、11日から農林水産部の金融共済室（☎024・521・7346）で申し込みを受け付ける。他の相談は災害対策本部☎024・521・2101

＜茨城県▽原発事故に伴う農家への緊急支援は農業経済課☎029・301・3866

■支援販売

被災地や、福島第1原発事故の影響を受けている地域の生産者を支援しようと、産地直送の農産物を販売する動きが広がっている。

＜広域＞
イトーヨーカドー　10日まで、全国の140店舗で「がんばろう東北！応援セール」。青森産ふじ、ホタテ、岩手・福島・宮城産牛肉、福島産ひとめぼれ、茨城産レタスなど▽サミットストア　10日まで、東京、千葉、埼玉、神奈川の全98店舗で青果売り場に「頑張れ！茨城」コーナー。茨城産レタス、ピーマンなど▽ダイエー　16、17日、いちかわコルトンプラザ店（千葉県市川市）・金沢八景店（横浜市）・横須賀店（神奈川県横須賀市）で「岩手県・宮城県・福島県」物産展。盛岡じゃじゃ麺、宮城ひとめぼれ、会津みそなどの特産品を販売。

＜東京都内＞
買い控えを吹き飛ばせ！福島・茨城の農家を応援しよう　5月8日までの平日12～18時、土日祝11～17時、千代田区有楽町2の東京交通会館ビル1階「有楽町駅前・交通会館マルシェ」。産地の農家や生産団体が直接出店、販売する。マルシェ事務局☎03・6228・6565▽いわきの農産物は安全！オール日本キャラバン　12、13日11～19時、港区のJR新橋駅前SL広場とサテライト新橋2階。福島県いわき市主催。同市直送のトマト、イチゴ、キュウリ、ネギなどを販売。同市☎0246・22・1111

■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
住宅の補修・再建（国交省開設）0120・330・712
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
災害地域生保契約照会センター0120・001・731

●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
★双葉郡支援センター　☎0120・006・865
福島県双葉郡の8町村（広野、楢葉、富岡、大熊、双葉、浪江町、川内、葛尾村）から避難した住民に、総務省と福島県が支援センターへの連絡を呼び掛けている。避難先や連絡先を役場に取り次ぎ、役場から随時、住民税減免や義援金支給などの情報を提供する。土日を含む午前8時～午後10時。

「年だから移動できぬ」

原発20キロ圏内にとどまる80代男性

福島・楢葉で1人暮らし 電話取材に

東京電力福島第1原発の事故で避難指示区域になっている半径20キロ圏内に依然としてとどまっている80代の男性が、毎日新聞の電話取材に応じた。福島県楢葉町で1人暮らしのこの男性は「何より年だから、ほかのところへは行けない」と話した。糖尿病などの持病があるため、家族は心配している。【町田徳丈、高橋昌紀】

今回の避難指示は原子力災害対策特別措置法に基づいて政府が出した。しかし、強制力がないため、避難指示区域内への立ち入りについては「自粛を求める」形となっている。

かつて林業に携わっていた男性は15年前に妻と死別して以来、第1原発の南約18キロにある二戸建て住宅で1人暮らしをしている。今は携帯電話が唯一の連絡手段だ。

男性に避難しない理由を尋ねたところ「こっちにいたい。そう簡単には避難できない。年というのが一番」と話した。食料は「友達とかが持って来てくれる」、暖房は「布団がある。問題ない」と説明した。

男性には半径20～30キロの屋内退避区域に住んでいた50代の娘がいる。家族と避難中だが、男性からは毎日電話がかかり、必ず「どこさいる」と聞かれるという。娘は「独りで寂しいのだと思う」と言いつつ、「いてはいけない場所だから、こっちに来てと何度も諭したが、父は譲らなかった」と語った。放射線の危険についても「もう80過ぎだ。どこさいても関係ねえ」と意に介さなかったという。

仕方なく娘が先月26日に男性の家に行ったところ、黒のトレーナーにも引き姿で居間にいた男性は「おお、なんだおめえ」といつもの調子だったが、少しほおがこけていた。電気は通っているが、暖房器具はこたつだけ。灯油ストーブは燃料切れで使えない。水道も出ない。こたつの上には、カップ麺の食べ残し、箸などが散乱していた。地震で倒れた食器棚もそのままで、割れた食器が散らばっていた。

男性は「トイレの水が出ないので外で用を足している」と言ったという。最近、警察官も説得に訪れたが、男性は避難を断った。

男性には糖尿病の持病があり、軽度の認知症も疑われ、1月に「要支援1」と認定された。「非常事態だと理解できていないのではないか。体調が急変しても助けに行けない」と娘は気が気でない。一時帰宅できたら避難を説得するつもりだ。

避難指示は大地震が発生した先月11日、福島第1原発の半径3キロ圏内に出された。事態の深刻化に伴って翌12日午前に10キロ、夜に20キロに拡大された。

防衛省は1日、福島第1原発から20キロ圏内に住民が29人残っていると明らかにした。また、福島県南相馬市によると、7日正午現在、同市の避難指示対象区域だけで29世帯59人の残留が確認されている。

59人は「避難所暮らしはつらい」「ペットの面倒をみなければならない」などの理由を挙げ、中には一度避難して戻ってきたケースもあるという。

娘の避難説得も断る

義援金の配分 きょう初会合

厚労省で有識者ら

東日本大震災で日本赤十字社などに集まった義援金を被災自治体に配分するため、厚生労働省は8日、義援金配分割合決定委員会の初会合を開催する。今回の震災では被災地域が広域にわたるため、義援金の配分を初めて国が仲介する。厚労省は「なるべく早く被災者の手元に届けるため、8日に第1次配分の割合を決定したい」と話している。

厚労省によると、義援金は日本赤十字社に1082億3000万円（6日現在）、中央共同募金会とNHK厚生文化事業団などに1992億3000万円（4日現在）の計1074億6000万円が集まっている。

委員会は「死者・行方不明者」が出たり、住宅の「全半壊・流出・全半焼」の被害が発生した15都道県の代表者や有識者らで構成する。義援金は死者・行方不明者数などに応じて各都道県への配分額を決め、各都道県は市区町村を通して被災者に配分する。

95年の阪神大震災では、発生から約2週間後に第1次分として死者・行方不明者1人当たり10万円、住宅の全半壊と全半焼世帯に10万円が見舞金として配分された。【佐々木洋】

ボランティアのワッペン15万枚

岩手・災害センター

岩手県災害ボランティアセンター（VC）を運営する県社会福祉協議会は県内被災地で作業するボランティア向けのワッペン＝写真＝を15万枚作った。災害VCが差配しているボランティアと一目で分かり、安全で円滑に作業してもらう狙い。

8日から本格的に始まる県外個人ボランティアの受け入れに合わせて作った。

大きさは縦8センチ、横12センチ。白地に赤で「明日へ進もう!!いわて 岩手県災害ボランティアセンター」と記している。服の胸や袖に張ってもらう。全国社会福祉協議会の担当者は「不審がられず、活動しやすい。過去の災害対応の経験が積み重なってできたのだろう」と話している。【清藤天、写真も】

明日へ進もう!!いわて
岩手県災害ボランティアセンター

被災地 BSで地デジ

再送信 地上波、視聴不能なら

総務省とデジタル放送推進協会は7日、東日本大震災の被災地向けに、衛星放送（BSデジタル）で地上デジタル放送を見られるようにする措置を始めた。衛星での再送信は本来、7月の地デジ完全移行に共同アンテナの設置が間に合わない難視聴地域向け対策。それを活用して、岩手、宮城、福島の3県を中心に関東や長野県も含めて震災で被災し、地上アナログ、デジタル放送のいずれも視聴できなくなった世帯や施設に利用してもらう。

BS用のアンテナと受信機があれば、電話による申し込みですぐ視聴可能になる。期間は約半年。NHK東京と在京民放キー局の番組が視聴できる。

同省によると、地デジの中継局はほぼ復旧したが、公的施設でもアンテナが壊れたり、ケーブルテレビ局が被災したりした影響で、テレビを視聴できないケースが相当数あるという。申し込みは地デジ難視対策衛星放送受付センター0570・08・2200（午前9時～平日午後9時、休日同6時）。【乾達】

裁判員 参加意欲が低下

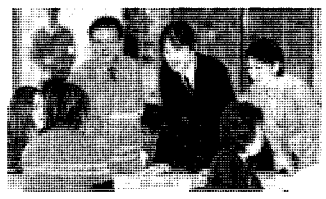
肯定の市民 前年比1.5ポイント減

最高裁が今年1～2月に実施した裁判員制度の運用に関する国民の意識調査で、前年同期の調査と比べて、制度への参加意欲が低下したことが分かった。事務総局の担当者は「今回調査の直前に死刑適用の是非を問う裁判員裁判が行われ、市民が責任をより重く感じるようになったからではないか」とみている。

調査は2回目。裁判員に選ばれる可能性がある全国の有権者から無作為抽出し、個別面接で2025人から回答を得た。

「裁判員として刑事裁判に参加したいか」との問いに「参加したい」「参加してもよい」と回答した人は、前年比3・5ポイント減の15・0%。「あまり参加したくない」「義務であっても参加したくない」は、3・8ポイント増の84・0%だった。

一方で「裁判がより公正中立になった」と考える人は、前回より8・3ポイント増の46・8%。「裁判が身近になった」も3・6ポイント増の67・6%となるなど、制度の印象面については肯定的な意見が増えた。【伊藤一郎】



◆秋篠宮ご夫妻が慰問 秋篠宮ご夫妻は7日、震災被災者約140人が生活する東京都江東区の東京国際展示場（東京ビッグサイト）を訪れた＝写真（代表撮影）。

秋篠宮さまは、福島県いわき市から6歳と2歳の娘2人を連れて避難している女性に「まだ（原発事故の）状況が心配ですね。小さなお子さんがいらっしゃると不安でしょう」と話しかけ、紀子さまは避難所の子どもたちに「何で遊んでいるのかな」「好きなおもちゃは」などと優しく問いかけていた。

同県南相馬市の飲食業、斎藤祥一さん(32)は「地震、津波、原発で、きれいだった町が見る影もなくなってしまいましたが、ご夫妻に励まされ、前を向いて生きていこうと思うようになりました」と明るい顔で話した。

◆埋葬費請求せぬよう 3県に通知 東日本大震災の犠牲者の埋葬費用について厚生労働省は6日、遺族に請求しないよう岩手、宮城、福島の3県に通知した。

今回の震災では災害救助法が適用され、犠牲者の埋葬費用は国や自治体の負担になる。被災自治体では埋葬が追いつかず、混乱していることもあり、遺族に請求するケースが報告されているという。

◆橋田賞決まる 財団法人橋田文化財団（橋田寿賀子理事長）は7日、優れたテレビ作品や俳優などに贈る第19回橋田賞を発表。大賞には日系移民たちの人間ドラマを壮大なスケールで描いた「99年の愛～JAPANESE AMERICANS～」（TBS）が選ばれた。

その他の受賞者・作品は次の通り。（敬称略）

＜橋田賞＞「証言記録 兵士たちの戦争」（NHK）＞Mother（日本テレビ）の脚本家の坂元裕二＞「龍馬伝」（NHK）の福山雅治＞新人賞＞「ゲゲゲの女房」（NHK）の松下奈緒、向井理＞特別賞＞「渡る世間は鬼ばかり」（TBS）の野村昭子

◆蛇笏賞に黒田さん 第45回蛇笏賞（角川文化振興財団主催）は7日、黒田杏子（ももこ）さん（72）の句集「日光月光」（角川学芸出版）に決まった。黒田さんは東京都生まれで、俳誌「藍生」主宰。

◆道州制めぐりシンポ 日本経団連などでつくる「地域主権と道州制を推進する国民会議」と中部経済連合会などは7日、名古屋市内で道州制の課題や必要性を議論するシンポジウムを開いた。中部地区の企業や自治体関係者、市民ら約300人が参加した。

パネリストの日本経団連道州制推進委員会共同委員長の池田弘一・アサヒビール相談役は、「東日本大震災から復興を進めるためには、地域に権限や財源を移譲して、地域主権や道州制を進める必要がある。東北が、道州制の先行モデルになることを期待する」と述べた。

長野県飯田市の牧野光朗市長は「市町村単位で解決できない課題が増え、災害時の対応も含めて自治体の広域連携が重要となっている」と道州制の推進を訴えた。

政策情報誌「毎日フォーラム 日本の選択」4月号

◇特集 戦後最大の「国難」東日本大震災◇あしたの日本へ 哲学者 内山節氏「怯えの時代」の今こそ「連帯」を取り戻せ◇視点 駐英国大使 林景一氏 英連立政権の最新事情

書店、新聞販売店では取り扱っていません。定期購読は6カ月3000円、12カ月6000円（送料込み）。申し込みは毎日新聞東京本社出版営業部（☎03・3212・3259、ファクス0120・551・012＝フリーダイヤル。記事内容などのお問い合わせは編集部（☎03・3212・5144、ファクス03・3212・0560）。

希望新聞

遠慮せず、わがままを言って

遠くの被災地より

阪神大震災で妻を亡くした 中島喜一さん(64)＝神戸市東灘区、無職

阪神大震災（95年）で自宅が全壊し、妻（当時47歳）を失いました。津波の映像を見た時、また私たちと同じ苦しみを抱える人が生まれたと思いました。

当初は興奮状態で気が張っている人も、現実的な衣食住の問題に直面し続けると、物が言えないほど落ち込んでいきます。私は生き残ったことに罪悪感を覚えることもありました。その時、寄り添ってくれるボランティアの存在が非常に大きかった。力仕事を手伝ってほしいわけではありません。何も言わなくていい。そばにいてくれるだけで、気持ちが安らいだのです。

被災者は寒さや飢え、プライバシーの問題と、日々の我慢を積み重ね、自分自身を追いつめていきます。遠慮せず、わがままを言ってください。周りの人は、それを受け入れてほしい。

私は2人の娘を育てることをよりどころに踏ん張っていました。2人が社会人になった震災9年目、一気に妻がいない寂しさや将来の不安にかられ、原因不明の目まいや吐き気に悩まされるようになりました。元気そうに見えても、被災者は皆、心に闇を抱えています。「元気を出して」「頑張って」と言わないで。心がぐちゃぐちゃの中、必死に耐えている現実を理解してもらいたいのです。

心の復興はありえません。ただ、人と人のつながりで癒やすことはできます。ですから、行政には避難所ごとに復興住宅を建てるなど、コミュニティーを大事にすることも忘れないでほしいです。【聞き手・井上梢】

Q&A

Q 避難所での健康維持に適した運動は？

A みんなでラジオ体操をしましょう

介護運動プログラム「わかやまシニアエクササイズ」を、和歌山県と共同開発した本山貢・和歌山大教育学部教授(49)に聞きました。

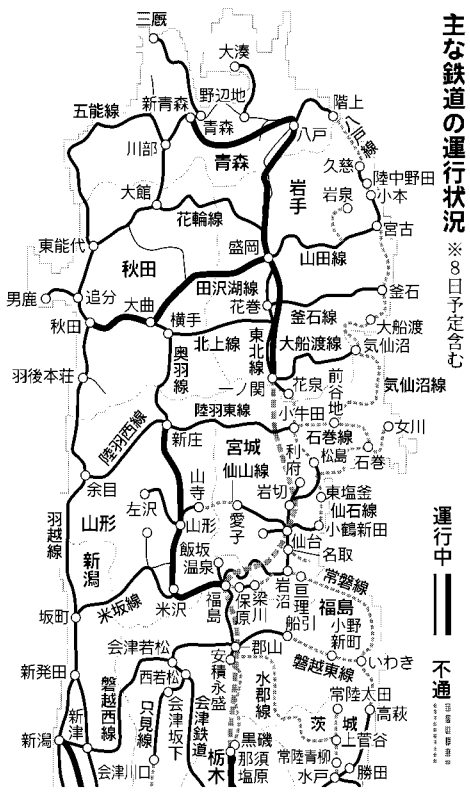
東日本大震災発生から4週間が過ぎました。米国スポーツ医学会の研究に基づくと、心肺機能や筋力は通常の生活をしていても、加齢によって年間1%低下するとされています。避難所などで座ったり横になったりすると、力が重要です。そこで、時間が増え、運動する機会が少ないまま4週間を過ごした場合、20～30%低下していると予想されます。機能低下は高血圧や心臓病の悪化、腰痛、関節痛の原因になります。

健康状況の悪化や体力低下の予防には運動が重要です。そこで、みんなが知っているラジオ体操をお勧めします。早朝に音楽に合わせて約6分半、避難所にいる全員が一緒にしてください。指導者を呼ぶ必要はありませんから、ラジオ一つでOKです。リズムに乗って体を動かすことで脳を活気づけ「うつ状態」を招かないための対策にもなるはずです。若い人は一つ一つの動きを大きく速く、高齢者はゆっくりと無理せず行ってください。

また、避難所周辺でのウオーキングも効果的。段差などを使った足踏み運動は場所を取りませんし、気軽にできます。1分間に60ステップを踏むペースで約5分間続けてください。一人ではなく、皆で一緒にすることが大事です。【岡村崇】

主な鉄道の運行状況

※8日予定含む



◆主な鉄道の運行状況◆

●新幹線
※東北新幹線の一ノ関―盛岡は7日運転再開。
＜東北新幹線＞那須塩原―福島が12日ごろ、福島―一ノ関は4月下旬までに運転再開予定。一ノ関―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
※8日は只見線の会津坂下―会津川口が運転再開予定
＜東北線＞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＞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4月中旬
＜仙山線＞愛子―山寺が4月下旬
＜仙石線＞小鶴新田―東塩釜が4月中旬
＜石巻線＞小牛田―前谷地が15日
＜磐越東線＞船引―小野新町が13日、小野新町―いわきが15日
＜只見線＞会津川口―只見が12日
＜水郡線＞常陸青柳―安積永盛、上菅谷―常陸太田が11日、水戸―常陸青柳が15日ごろ
●その他
＜三陸鉄道北リアス線＞宮古―小本、陸中田―久慈で運行
＜仙台市地下鉄＞29日に全面再開予定。富沢―台原は運行
＜阿武隈急行＞瀬上―保原、角田―槻木は4月中旬再開予定

ミニニュース

■富山で被災遺児受け入れ NPO法人地球映像ネットワーク（東京都新宿区）は、富山県砺波市頼成205に所有する「望頼山荘」で、10月末まで中、高校生の遺児を無料で受け入れる。10部屋あり10～20人が受け入れ可能。調理器具を備えた台所、洗濯室、男女別の風呂がある。山荘は同ネットワークが隔年で開催している「世界自然・野生生物映像祭」の現地事務所。宿泊する学生は、8月開催の映像祭の手伝いもできる。☎03・5261・9907。

■松島・瑞巌寺きょう拝観再開 宮城県松島町の瑞巌寺が8日から、一般参拝を再開する。庫裏の壁が一部崩れ参道も泥に覆われたが、国宝の本堂は無事。被災者を受け入れ境内に一時約300人が避難した。国重要文化財「上段の間・上々段の間」の特別公開（8日～5月31日）も予定通り実施。拝観は午前8時～午後5時。一般700円、中学生以下400円。JR松島駅から徒歩20分。毎週木曜の写経会も14日から再開する。

■農林漁業関係の人材受け入れ 京都府は、府内に一時避難している東日本大震災の被災者を農林漁業関係法人などで受け入れる。農業80人、林業40人、漁業5人の計125人程度。問い合わせは府担い手支援課（075・414・4902）。また農業の定住希望者には、機器リースや無利子貸し付けなどの支援も用意。相談は農林水産業ジョブカフェ（075・682・1800）。

■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・1748
＜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
＜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
久慈営業所一小本駅で平日のみ臨時バスの運行を始めた。盛岡―秋田空港（予約制）のほか、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する。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町を除き通常運行している。高速・長距離は仙台―釜石（予約制）のほか、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
JR東北線の復旧に伴い白石―岩沼、大河原―岩沼の運行が終了。岩沼と山元を結ぶ路線は継続している。8日まで大崎市鹿島台―松島駅、松山町駅―松島駅の臨時バスを運行。仙台―仙台港線は行き先を多賀城に変更して運行している。仙台―郡山は二本松を経由。仙台―釜石（予約制）のほか、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している。
＜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12日までの平日、小野―船引の臨時バスを運行する。川俣―原町線は川俣―草野車庫前の折り返し運行。相馬地区を除き一般路線は通常運行。相馬―仙台、相馬―福島は新地町を経由。他に郡山―盛岡、伊達―仙台、白河―須賀川など。

第3087回ナンバーズ数字選択式全国自治体くじ（7日・カッコ内は口数）
ナンバーズ4 2413
ストレート 85万7100円(35)
ボックス 3万5700円(550)
セット・ストレート 44万6400円(65)
セット・ボックス 1万7800円(2217)
ナンバーズ3 360
ストレート 11万9100円(54)
ボックス 1万9800円(435)
セット・ストレート 6万9400円(139)
セット・ボックス 9900円(1094)
ミニ・下2ケタ 1万1900円(305)

第544回ロト6数字選択式全国自治体くじ（7日・カッコ内は口数）
本数字＝11、14、16、32、41、42
ボーナス数字＝33
1等 2億9143万300円(1)
2等 2474万800円(10)
3等 82万100円(362)
4等 1万2400円(21022)
5等 1000円(349804)
※次回繰越当選金 0円