

三宅・多摩 だより (仮称)

第3号 平成12年10月14日発行

発行 三宅島と多摩をむすぶ会
編集委員会
代表 干川 剛史
大妻女子大学人間関係学部
東京都多摩市唐木田 2-7-1
Tel.042-372-9195,
Fax.042-372-9209
E-mail: hoshikawa@otsuma.ac.jp
「三宅島と多摩をむすぶ会」事務局
多摩市関戸 6-12-1 多摩市役所自治労
多摩市職員組合事務所内
Tel.042-357-7012,
FAX.042-357-7013

この情報紙はホームページでも見ることが出来ます
http://xsrv.center.metro-u.ac.jp/tokyo/tama.html
http://www.miyakejima.net/tama-tayori/

第3号の項目

三宅島住民の声
第一回三宅島火山活動検討委員会について
三宅島災害・東京ボランティア支援センターから
MXテレビのチャンネルを設定します
NHK受信料の免除について
三宅村シルバー人材センターから
東京都労働経済局労政部就業推進課から
東京都シルバーパスの交付方法について
三宅村の要介護認定の取り扱いについて
多摩南部地域病院からのお知らせ
多摩周辺各市の図書館利用について
南大沢福祉センターでインターネット・空撮ビデオ見られます
この情報紙の情報源について
秋川高校で「三宅の縁日」がありました
三宅島災害被災者交流会がありました
ベビーカーバンクから
Q & A コーナー(入居住宅の変更)

三宅島住民の声

第二号のご意見用紙や直接の投稿で、三宅島からの避難者の生の声を頂くことが出来ました。これからの投稿頂いた声や記事を随時掲載させていただきます。

井澤朋子さん 坪田地区

避難生活も一ヶ月が経ちました。子供たち三人は秋川高校で

たくさんの方々から御支援や温かいお心遣いを頂きながらそれぞれ頑張っているようです。最近では柔道やサッカーの練習も開始され、子供たちに少しでも三宅島にいた頃のような生活を送れる様にと先生方のご配慮かと思いますが、とても有難いですネ。

サッカーの大好きな長男は、サッカーの試合に向けみんなと頑張っているようです。そして中三の長女は受験に向けてそれなりに努力しているとの事で安心なのですが、小二の末娘から毎日三回、朝・昼・晩に電話があり、時々「早くお父さんとお母さんと一緒に住みたいなあ」と繰り返すことがあります。「皆頑張ってるんだから、頑張るうね」と励ます毎日です。三宅島の我が家で家族団らんを迎えられる日はいつ頃でしょう。一日も早く噴火が終息に向かうよう祈る毎日です。

「三宅多摩だよりを読んで」

鈴木則子さん 阿古地区

(上柚木第1団地在住)
三宅・多摩だよりを読んだとき何故でしょうか、ホッとしたと言うか、安心したというか不思議な気持ちになりました。ここに私に出来ることがあるかもしれないという思いから編集部仲間になりました。

編集会議があるということでは主人と参加させていただき、見ず知らずの人たちが「三宅島から避難してきている人たちの為に」とこんなに真剣に思い、考え、話し合ってくれていることがわかり、来てよかったと思いました。みんな仲間になりました。

「こんなに嬉しいことがあります」
同じく鈴木さん

十月七日のこと、アパートに帰るとテーブルと椅子が玄関先に置かれていました。

先日八王子市で行われた「三宅島災害被災者交流会」の時に、体の不自由な私のためにと主人が申し込んでくれた机と椅子が抽選の結果頂けたのだと言うこ

とが分かりました。

折角配達してくださったのに留守をしていて申し訳なく思い、勤務時間が過ぎていたのですが市役所に電話を入れました。警備員さんの配慮で、配達してくださった方にお礼を言うことが出来ました。お陰様でとても快適な生活が出来るようになりました。

「三宅島災害被災者交流会」のときに頂いた生活用品のお陰で便利に生活をさせて頂いております。八王子市の皆さんのお心遣いに感謝しながら暮らしています。

第一回三宅島火山活動検討委員会について

東京都災害対策本部の対応等について（第176報）

座長に藤井敏嗣（東京大学地震研究所長）が互選された。

●主な発言

委員からの意見

・電源、通信の関係から、観測

機器のデータがとれない。

・火山ガスについては、ガス濃度が最悪どれくらいになるかの測定が必要。

・防災にも実際に活動している研究者の意見を取り入れる必要がある。

・火山活動の見通しは、今の段階ではいえないが、やたらに危険とはいえない。

・表面にマグマが見えない状態で、火山ガス（SO₂）が連続して高いレベルで出ているのは前例がない。（このほか観測体制の強化についての意見が交換された。）

都からの発言

・観測体制を維持するためにも道路は維持する。ただし、安全第一である。

・観測体制と電話通信の維持のため、電気は確保する。

●東京都関係者からの質問とそれに対する回答

Q・火砕流の見通しはどうか。

A・8月29日の噴火で確認されたので、今後の発生の可能性

は捨てきれないこと

である。

A・もし火砕流が発生すれば

高温のものとなる可能性がある。

今後の進め方

都として、意見を伺う必要があると

きに随時開催する

「三宅・多摩だより」の名称について

別所にお住まいの三宅島の菊池さんから、「三宅・多摩だより」の名称として、「ふれあい」「きずな」「アカコッコ」「噴煙だより」「にじのかけはし」「かもめ」「あじさい」「復活」「ガンバロウよ」という提案をいただきました。

この提案をうけて、三宅島出身の池田さんから、「アカコッコ便り」とか「あじさい通信」ではどうだろうかという提案をいただきました。また、「あしたば通信」という案もいただきました。三宅島の鈴木さんも参加された「三宅・多摩だより」の編集委員会では、「アカコッコ」~~（選定）~~「三宅・多摩だより」という案が提案されました。

第四号から新しい名称にかえたいと思います。皆さん、どれにしますか？御意見をお願いします。編集委員会へ電話で、または、南大沢の懇談室のノートにどうぞ！

「三宅・多摩だより（次回から名称変更）」の編集に加わって下さい！

情報誌「三宅・多摩だより」は、多摩に避難されてきた三宅島の皆さんと多摩ニュータウンに住む皆さんを結ぶ情報誌です。この情報誌作りに参加してみませんか？

二週間に一度、南大沢の懇談室に集まって、みんなで情報誌作りをやりたいと思います。編集委員会に電話で、または、南大沢の懇談室のノートに記入して申し込んで下さい。どなたでもどうぞ！大歓迎です。

三宅島災害・東京ボランティア支援センターから

●各団地の世話役・連絡役の方へFAX機を提供

現在、160台のFAX機が、三宅島の人たちの連絡手段として企業や非営利団体から「三宅島災害・東京ボランティア支援センター」(以下、「支援センター」)に寄付されています。

すでに、支援センターから稲城市(3台)や北区(8台)などの各市区の各団地で三宅島の方たちの世話役や連絡役をされている方々のところへ、計40台のFAX機が提供・設置され、島民の方同士の情報交換に活用されています。

そこで、支援センターでは、多摩ニュータウン地区やその他の地域で三宅島の方たちの世話役および連絡役となって下さる方へのFAX機の提供を計画しております。

FAX機の設置を希望される方は、「三宅島と多摩をむすぶ会」事務局まで、お問い合わせ下さい。

電話 042-357-701

●「三宅島住民の電話帳」作成のためのアンケートのご返送のお願い。

支援センターは、三宅島住民間の相互連絡に役立てるために「三宅島住民の電話帳」作成のためのアンケートを島民のみなさまに9月末日お送りしました。10月11日現在、約2100人分お送りしたアンケートのうち約750人分が支援センターに返送されてきております。

電話帳がより一層役立つものになるには、さらにたくさん三宅島のみさまからのアンケートが必要となります。

そこで、アンケートの締め切りは10月10日(火)となっておりましたが、10日以降も支援センターではアンケートを

受け付けておりますので、「三宅島住民の電話帳」への掲載を御希望の方は、ぜひ、支援センターまでアンケートをご返送下さい。郵送料は無料です。

なお、このアンケートについてのお問い合わせは、三宅島災害・東京ボランティア支援センターまで

電話 03-3260-7573
FAX 03-3235-0050

MXテレビのチャンネルを設定します

MXテレビでは、最新の三宅島関連情報を伝えるコーナーを放送しています。

●放送時間：月曜から金曜、21時から「東京ニュースアップデート」内の21時45分頃と月曜から金曜、21時からの「白沢みきのモーニングTOKYO」内の6時50分頃

●受信ガイド

23区内及びその近郊の方は14、多摩は28、八王子は47に設定して下さい。

●設定方法がわからないという

方は、受信方法についてのお問い合わせ先は、

電話 03-5500-1400
(平日9:00~18:00)まで。

●三宅島の方からの伝言をお受けし、掲載するホームページ
(<http://www.nxtv.co.jp/miya-keji-na/dengon.html>)

電話 03-5500-1452
FAX 03-5500-1506
Eメール news@nxtv.co.jp
MXテレビ 報道制作部まで

NHK受信料の免除について

日本放送協会(NHK)は、災害救助法が適用された地域に災害発生当時居住していた放送受信契約者のうち、避難の勧告、指示又は退去命令を受けた者の受信料を解除の日の属する翌月まで免除とします。

<http://www.npt.go.jp/top/miyake/>

三宅村シルバー人材センターから

「三宅村シルバー人材センターの会員及び入会希望の皆様へ」

平成12年10月27日(金)

に、三宅村シルバー会員の集い及び入会相談会を開催いたします。

近況報告・情報交換に、懐かしいシルバーの仲間が久々に集まります。もちろん、シルバーの会員さんでなくても熱烈大歓迎。

当日はシルバー人材センターフェア開催中。お待ちしています(別紙をご覧ください)。

場所：シニアワーク東京(飯田橋駅下車)

時間：10時から16時

主催：東京都高齢者事業振興財団

電話：03-5211-2313

東京都労働経済局労働部就業推進課から

「仕事に関する緊急アンケート」

ト」の中間とりまとめについてとアンケートご返送のお願い

●「仕事に関する緊急アンケート」の中間とりまとめについて

労働経済局では、9月20日現在で住所が確認できた三宅島からの避難者の全世帯に向けて、現在の就業状態や今後の就業希望などをお伺いする緊急アンケートを実施したところで

すが、10月6日までに回収できたものについて、中間的にとりまとめをいたしましたのでお知らせいたします。

○調査の概要

1 調査時期 平成 12年

9月22日調査票発送

2 調査世帯数 避難先住所が確認できた1,506世帯

なお、調査票は就業中又は就業を希望している方について、1人1票ずつ記入していただくこととしています。

3 回答数 449票

(10月6日現在)

4 主な傾向

(1) 回答者の方は高齢者の方の割合が高い

(2) 現在何らかの仕事をしている方の割合は2割程度

(3) 当面の仕事の紹介を希望している方の割合は約5割

5 その他

自由記入欄には、

『都の就業対策への期待』

38件

『島の現状等の情報が欲しい』

19件

『避難生活の長期化に対する不安』

16件

などの記入がみられました。

(詳細については別紙をご覧ください)

●アンケートご返送のお願い

三宅島からの避難者のうち避難先住所が確認できた1,506世帯に対して労働経済局からアンケートをお送りしましたが、まだ、配布数の約3分の1だけ

しか返送されてきておりません。

三宅島の避難者の方たちの仕事に関する実態を詳しくとらえて、実態に即した有効な就業推進施策を立案し実施するためには、より多くの三宅島のみなさまのアンケートが必要となりますので、まだ、返送いただいていない方は、ぜひ、労働経済局労働部就業推進課までご返送ください。

なお、このアンケートに関する連絡先は、労働経済局労働部就業推進課まで。

電話03-5320-4661

東京都シルバーパスの交付方法について

シルバーパス有効期限

平成13年9月30日まで

交付資格：東京都に住所を有する満70歳以上の都民の方で寝たきりの方を除く。

有効範囲：東京都交通局(都バス・都営地下鉄・都電)・都内民営バス

必要な持ち物

1)「介護保険被保険者証」または老人保健法「医療受給者証」

2)市都民税非課税の方は、「介護保険料納入通知書」または市が発行した本年度の「非課税証明書」

費用

市都民税が非課税の方 100

0円

市都民税が課税の方(均等割課税のみの方も含む) 20,510円

交付時間:午前9時～午後5時

以下、交付場所案内です。

この交付場所への徒歩は、若者の足とのことですので、お年寄りの方だともう少し時間がかかるかもしれません。

△西東京バス

・八王子高速バスターミナル(京王八王子駅北側)

八王子市明神町4-9-7

電話0426-48-6522

■ 檜原営業所(檜原町バス停前)

八王子市檜原町591-1

電話0426-231365

■ 恩方営業所(川原宿バス停下車、川原宿交差点から北へ800)

八王子市下恩方町281-1

電話0426-52-1771

△京王電鉄バス

■ 八王子営業所(北野駅から1

3)北野駅入口交差点を東へ進

み市場東、徒歩10分)

八王子市長沼町1304-3

電話0426-42-2241

■ 南大沢支所

(南大沢駅から1.3km 京王

電鉄バス南大沢五丁目循環で

「だいら谷戸公園」バス停下車)

八王子市南大沢5-26-1

電話0426-77-1616

■ 多摩営業所

(永山・多摩センター・鶴川か

ら京王電鉄・神奈中バス「京王

多摩車庫」下車)

電話042-375-3360

永山駅から桜24・桜25・永

14・鶴31(鶴川駅・多摩車

庫行)

多摩センター駅から多01・多

02・多04(鶴川駅・多摩車

庫行)

■ 京王バス桜ヶ丘案内所(京王線聖蹟桜ヶ丘駅高架下)

△小田急バス

■ 小田急バス新百合ヶ丘案内所

(新百合ヶ丘駅南口バスターミナル内)

・ 生田営業所(小田急線読売ラ

ンド前駅から東へ徒歩10

分)

電話044-966-4171

■ 町田営業所(小田急線鶴川駅

から神奈中バス「野津田車庫」

下車、淵野辺方面へ徒歩)

△神奈川中央交通バス

■ 神奈中町田駅前サービスセン

ター(町田バスセンター11・

12番線前)

小田急線・JR横浜線町田駅下

■ 神奈中町田ターミナルサービ

スセンター(町田ターミナル乗

り場内)

JR横浜線町田駅ターミナル口

■ 町田営業所(小田急線町田

駅・鶴川駅から神奈中バス「野津田車庫」下車)

三宅村の要介護認定の取り扱いについて

要介護認定には、医師の意見書と、認定調査が必要になります。通常、医師の意見書は、長年通っている主治医に書いてもらうものですが、三宅島の方の現状を考えると、主治医の意見書を取得することが難しいと考えられるため、各市町村に、意見書を書いてくれる医師を置いてくれるよう、都が要請しました。

認定調査のほうは、調査員が個別に訪問して、厚生省が決めた85項目のチェックリストに沿って聞き取り調査をします。この調査の結果自体は一律にコンピュータ処理されて、サービスのニーズが判定されます。ただし、調査員の特記事項という部分があつて、住宅環境などが考慮される場合もありますので、自宅から離れ、介護が大変になった、というような事情は、き

ちゃんと調査員に説明しましょう。
申請方法…要介護認定の申請書は、三宅村立川事務所（042・529・1054）及び三宅村東京事務所（03・3435・7141）に置かれていますので、まずこの申請書を提出してください。申請書を提出すると、認定のための手続きをスタートさせてもらえます。意見書をかいてくれる医師についても説明してもらえます。

連絡先…高齢者施策推進室介護保険室推進担当課

電話 03・5320・4566

要介護認定とは・・・特定の老人福祉サービスをうけることができるかどうかの判定のことです。この認定を受けると、施設サービスまたは在宅型のサービスを1割の自己負担で、受けることができます。施設サービスは、認定を受けた方の状態により、特別養護老人ホームや、療養型老人ホームを含む3種類の老人ホームに入所することができ、在宅型サービスでは、訪問ヘルプサービスや、入浴介護な

ど12種類のサービスが用意されています。

医師の意見書と、認定調査が揃うと、その資料が認定審査会という所にまわされ、認定がこなわれます。認定は、自立、要支援、要介護（1から5の5段階があります）のどれかになります。自立、に認定されると今回のサービスをうけることはできません。要支援だと、在宅型のサービスのみを受けることができます。要介護の場合には、老人ホームに入所する等の施設型サービスも受けることができます。

認定の結果によって、介護給付費の額がちがってきます。サービスの内容は自治体によって異なりますが、要支援や要介護に認定されると、月額およそ6万円から月額35万円ほどのサービスがつけられる場合があります。このうちの9割が介護給付費として支給されます。残りの1割は自己負担です。この額内で、ケアマネジャーと相談し、必要なサービスを受けることにな

ります。

多摩南部地域病院からのお知らせ

多摩南部地域病院では、三宅島から避難されている島民の皆様に、紹介状の有る無しに係わらず診療をお引き受けすることとしました。

当院は、内科、外科、循環器科、脳神経外科、泌尿器科、婦人科、小児科、耳鼻咽喉科、眼科、整形外科、放射線科、歯科、皮膚科、麻酔科を擁する総合病院です。

八王子市に限らず、他市に避難されている三宅島島民の皆様も医療でお困りの方は是非、当院へお越し下さい。また、治療でなくても、医療に関することでしたら、何なりと当院の地域医療連携室医療相談係へご相談下さい。夜間の診療対応も行っております。（ただし、日によって診療科目が異なることがありますので、事前に電話で確認のうえお越しください）

多摩市中沢2・1・2（多摩センター駅下車、徒歩約15分。または多摩センター駅、バス乗り場12番より多摩南部地域病院行きのバスがあります）
電話 042・338・5111

八王子・調布・稲城・多摩・町田各市の図書館利用について

三宅島から避難された住民に對しての圖書の貸し出しについて、調布市中央図書館（042・441・6181）は、市内在住、在勤、在学の特典を除外して、避難勧告が解除され帰島するまでの間、図書館利用カードの申請を受け付け、本の貸し出しを行っています。稲城市立図書館（042・377・2123）については、三宅村住民であることが証明できるもの（運転免許書、保険証など）を持参の上、図書館までお持ち下さい。なお、やむをえず、お持ちできない場合でも、貸し出しできます。平日10時～17時、ただし、火曜日、金曜日については19時

まで。毎週月曜日と第3金曜日、祭日は休館。八王子市南大沢図書館(042-679-2201)については、今のところ、地域

のみの貸し出しとなります。その他の地域の方については、調整中。尚、移動図書館は、13時40分からの約1時間となります。

対象となる団地は別所団地集会場と上柚木団地集会場。別所団地は、10月12日(木)、26日(木)、11月9日(木)、28日(火)、12月7日(木)、26日(火)、上柚木団地は10月13日(金)、27日(金)、11月8日(水)、22日(水)、12月8日(金)、26日(火)、上柚木団地は11月22日(水)、12月26日(火)については午前9時40分から1時間くらい。多摩市立図書館については調整中です。

借りた本は、借りた図書館に返却しましょう。

南大沢福祉センター
でインターネット・空撮

ビデオ見られます

「三宅島と多摩をむすぶ会」世話人 小沼高之さんより

三宅村のみなさん、南大沢福祉センターの懇談室にパソコンを設置し、インターネットを使える様にいたしました。

この機材は、生田先生の呼びかけにより、コンパックコンピュータ株式会社が最新のパソコンと沖電気株式会社がモノクロレーザープリンターを提供して頂きました。

さらに、インターネット環境は福祉センターが多摩テレビのインターネットサービスに加入(10月1日よりサービス開始)し、パソコン等の設定は、都立大学の計算センター職員の方、コンパックコンピュータの方および小沼で行いました。

関係者の方々に礼を申し上げます。

メニューから皆さんの関心が高いと思われるところ(サイト)にマウスでクリックするだけで行けるようにメニューを作りました。

早速、ハローワークで求人情報を見たり、島魂のホームページで島の様子(これは、飯沼さんが撮影してきたビデオから抜粋した写真)をみて私に、ここはどこそこで、島の様子を井澤さんが解説してくれました。

また、「パソコンの操作などわからないことがありましたら、福祉センターの職員に言っていたければ、お教えします」と福島館長からの伝言です。

つぎに、飯沼さんが撮影したビデオ2巻を届けていただきましたので、懇談室のビデオで見られます。

これは、稲城市の向陽台や堀の内のライブ長池街づくり館でも見られるようにダビングしました。

この情報紙の情報源について

この情報紙は多くの方の協力と、インターネットのホームページとメールリングリストで流れ

る情報をもとに編集されています。特に今年春の有珠山噴火で立ち上げられた「有珠山ネット」の協力で運営されているメール

リングリスト「三宅島災害対策メールリングリスト」はこの情報紙の主要な情報源です。このメール

リングリストは、三宅島の若者が製作・管理している「島魂」というホームページ内で自由に登録することができます。また、この「島魂」には本情報紙に掲載されているような三宅島関連

のニュース以外に、島の空撮画像、求人情報、高校生によつて書かれた意見の一覧(通称「掲示板」)など、とても一日では見ることが出来ないほどの多彩で多

量な情報が載せられています。●「島魂」「みやけじま・きつず子どもたちのページ」「三宅島災害対策メールリングリスト」は

<http://www.miyakeji.na.net/>から見る事が出来ます。この「島魂」以外にもメールリングリストやホームページの掲示板はいく

つか有ります。

●「多摩未来ホームページ」ま

さしくこの情報紙を発行している会のホームページ！

<http://xsvr.center.net/o-u.ac.jp/tokyo/tana.htm>

●「うじは三宅島」

<http://www.jan.ne.jp/~chii/camp/nagaya.cgi?room#025>

●「ある火山学者のひとりごと」

<http://www.jan.ne.jp/~chii/camp/nagaya.cgi?room#005>

また三宅島に対する支援活動や公官庁機関の発表に関する情報は主に「レスキューナウドットネット」によりもたらされています。このページにも島の方からの声が掲載されています。

http://www.rescuenow.net/japan_now/zu/zu_spot.htm

△御報告△

秋川高校で「三宅の縁日」がありました

小山眞里子さん（坪田地区・三池 南大沢団地1号棟在住）より（写真も）

9月30日（土曜日）はじめて秋

川高校へ行った私はびっくり！とっても広いのです。その中での縁日、楽しみにしていたのですが・・・あいにくの雨、



模擬店

などは

急いで

移動し

たそう

です。

でも、

大人た

ちは情

報の交

換など

で会話

を楽し

み、子

供たちはゲームや食べ物の間を行ったり来たり、ポニーにも乗

れるとあって大喜び、元気に走りまわっていました。（個人的に、

焼き鳥がおいしかった！）

こついつた行事があると親子

で楽しめるので、またやつても

らいたいですし、一人でも多くの

の人に参加してほしいと思いま

した。

八王子市で三宅島災害被災者交流会がありました

10月1日に八王子市南大沢の宮上小学校で開催された「三宅島災害被災者交流会」の様子をありありと伝える「三宅島災害対策メーリングリスト」に投稿された野田理恵さん（神着地区 八王子市長沼町長沼第2アパート在住）のメールを御本人からの御承諾がいただけましたので、そのまま掲載いたします。

野田理恵@八王子避難民です。

▽避難者受け入れ全市町村、

▽八王子市を見習ってくれ！。

そうなんです。

まず、ずいぶん前に、「10月

1日、会場に行くバスの路線か

らはずれているので、車でお迎

えにあがるのですが、ご都合は

どうですか？」と

電話があつたんです。家は、元

気で歩けるので辞退しましたが、

交通費が無料で、離れてしまっ



<http://www.miyakejima.net/1001/hatiouji.html>
有珠山ネット藤井さん撮影・提供

た島の仲間と会いに行けて、無料バスが不自由だったら、車で迎えに来てくれる。こんな、夢のような話が、本当に行って、びっくりしました。

ここはデパートのバーゲン会場か、と思うほどの冬服の山。

アンゴラのセーターや、フェイクファーのコート。

新品のネルシャツやGパン。袋

に入れても入れても次々に素敵

で暖かそうな物が出てきます。

食器もたくさんあります。ど

んどん袋に詰めて、荷物が持て

なくなると、

外の団地ごとに置き場があります。そこに置くと、職員の方がワゴン車に乗せて、

帰りは、送りのバスを追いかけのように荷物を運ぶようです。

案内の紙には、昼食がありません、と書いてあったので、お弁当かパンかな、と

思っていたら、なんと、ビュッフェ方式。

メニューは

中華ちまき、さつまいもごはん、きなこ揚げパン（なんておいしいんだ！）、とりにくのからあげ、いかのハープ焼き、豚肉のロール焼き、れんこんのきんぴら、ボイルサラダ、とん汁、マドレーヌ、みかん、ジュースお茶各種。

これ、みんな手作りなんです。学校の給食のあれです。

健康とおいしさだけを考えた、恐ろしく手間をかけたものです。サラダのトマト、ひとつひとつのへたが、きれいに取ってありました。

感動しました。自分の家で作って食べるものさえ、ここまで

配慮できません。

テーブルには花も飾ってあります。みんな知った顔がそばにいて。

オリンピックセンター以来、こんなにおいしい食事は、はじめてでした。

今までいろいろ食べていたけれど・・・。

ごはんは村長と一緒に食べました。

テレビでしか見られなかった村長が、元気で目の前にいる。こんなうれしいことはなかったです。

八王子市のみなさん、日曜日ののに、おまけに都民の日なのに、

本当にありがとうございました。

確か、今日は遊園地がただになるんですよ？

みなさんにもお子さまがいるのでしょうか？むくれられちゃったかもしれませんね。

いつか島に帰れたら、ご家族で家に遊びに来てください。

家は民宿とダイビングショップをやっています。

私たちは、こんなにすばらしい日を作っていたいたことを絶対に忘れません。職員の方の、本当に親身になっていただいている言葉とリアクションの早さがどれほど心の支えになるか、ありがたいものが、身にしみました。

今日は、最近、部屋に籠もりつきりだった、同じ団地の人も出てきていて、まるで島にいるときと同じように笑っていました。

本当に、ありがとうございました。

①6ベビーカーバンクから

柏木小 尾池佳子さんより

三宅島の方に、ベビーカーを無料でお届けする「ベビーカーバンク」が

できて一ヶ月が、たちました。その間に、A型2台、B型3台、計5台をお届けし、喜んで頂きました。

一般的なベビーカーはもちろん、

双子用、子供用椅子付き自転車、シヨイコ型なども多数登録されています。

ご遠慮なく、希望の手をあげてくださいね。

連絡先：三宅島と多摩をむすぶ会事務局

電話042-357-7012
FAX042-357-7013

Q&Aコーナー

●都営住宅の入居変更手続きについて

現在入居している住宅からの転居は可能ですが、理由をお聞きすることになっていますので、立川事務所に電話をしていただき、担当者と話し合ってから直接立川事務所に来ていただいての対応になります。

三宅村立川事務所

042-529-1051

第二号の訂正とお詫び

三宅・多摩だより（仮）第2号において、「6国民年金免除の制度が出来ました」欄中末尾に042-338-xxxxと記

事とは関係のない電話番号が記入されておりました。関係者のみなさまに深くお詫び申し上げます。

(編集後記)

「三宅・多摩だより(仮称)」も3号目となりました。いかがでしたでしょうか。1、2号と異なる点は、隔週の発行となったことと、今回からはじめて、三宅島の方に編集にご参加いただいたようになつたことです。三宅島の方たちにとって、三宅島の方たちが必要とする情報を集めながら、多方面からの情報を集めながら、多面的な情報を集めながら、編集ができるようになりまし

また、編集会議の中で三宅島の方たちと話し合いながら、次のような「三宅・多摩だより(仮称)」の編集方針を明確にしました。

まず、1・多摩ニュータウン地区に避難されている三宅島の方たちの生活に役立つ情報を提供するため、掲載方法として、お知らせ、△御報告、△Q&A、△特集などのコーナーに、関係者の執筆いただいた記事や編集スタッフが情報収集し作成しました。記事を掲載することになりました。

次に、2・三宅島の方たちの

間のつながりづくりに役立つための情報流通を行う。

△三宅島住民の声、△三宅島の方たちからの投稿に、三宅島の方たちから投稿にいたしました。

今回は、3人の三宅島の方から記事の原稿をいただきました。紙面に掲載することができました。

今後とも、より一層、三宅島の方たちの声を反映した生活に役立つ紙面づくりに、編集スタッフ一同励んでまいりますので、よろしくお願ひ申し上げます。

「三宅島と多摩をむすぶ会」多摩・三宅だより(仮称)編集委員会代表 干川剛史

△特集▽

災害後のストレスと心のケア

横浜国立大学

教授 藤森立男

私どもは、北海道南西沖地震（1993年）から被災者の方々への「心のケア対策」が必要であることを行政や社会に訴えてきました。それは、悲惨な災害体験、家屋や財産の喪失、家族との別離避難先での不慣れな生活などが被災者の方々に持続的なストレスを及ぼし、悪影響を与えることがあると考えるからです。また、災害後には被災者支援のための補償問題をめぐって、さまざまな社会的葛藤が発生しやすいのです。例えば、義援金や救済物資の配分問題、被災地域の復興計画問題、保険金をめぐる訴訟問題などです。したがって、被災者の方々が苦難の時期を乗り越え、社会的に立ち直っていくプロセスでは、災害による心理的苦痛に悩まされながら、同時に社会的葛藤が複

雑に絡み合い、早急に解決しなければならぬ社会的問題に巻き込まれることになるのです。

このため、災害後にはこれまでの日常生活では感じることのなかった次のような気分や感情を示すことがあります。

1. よく眠れない
2. 不安になる
3. ちよつとしたことでも、いらしてしまう
4. 怒りがこみあげてくる
5. 疲れやすい
6. 仕事に集中できない
7. 他の人々の世話になることを心苦しく感じる
8. 気分が落ち込んでしまう

しかし、これらのことは災害を体験することによってもたらされたものであり、多くの人々が示す自然な反応と言えます。非常にすばらしい体験は、一度にそのすべてを受け入れることができないものです。災害後の皆様のさまざまな反応は、災害による痛手を少しずつ受け入れようとする心の努力のあらわれなのです。

それでは、災害後の日常生活ではどのようなことに注意したらよいのでしょうか。日常生活の中では、以下のことに気をつける必要があります。

A コミュニケーションを大切に

家族や友人と話す楽しい時間をたくさん取り、あなたがどのようなことを感じているかを話してみましよう。そうした機会を通して、あなた自身に起きたことや家族に起きたことを整理することができます。

B リズムある生活を送る

災害後の緊張を和らげようと、お酒を飲む機会や量が増えることがあります。お酒や薬の飲み過ぎは健康をそこねますので注意しましょう。生活にリズムをつけ、休息や睡眠時間を十分に取るように心がける必要があります。

C 事故に注意する

災害のような強いストレスを体験した後は、事故を起こしやすくなります。自動車やバイクの運転に気をつけたり、家事や仕事

でのケガ・事故に気をつけましよう。

D 子どもたちに関心を持つ

災害によって子どもたちも大きなストレスを感じています。子どもたちにも目をむけ、子どもたちの率直な気持ちを聞いてみてください。また、子どもたちがいきいきと生活できるように行事を組む必要があります。これらのことは、子どもたちが災害という現実を受けとめ、それを乗り越えていくための手助けとなります。

最後になりますが、被災者の方々の多くは災害によるストレスが次第に和らいでいきますが、過度の緊張や不安、無力感、気分の落ち込みなどが強すぎたり、長引いたりする場合もあります。そうした場合には自分だけで解決しようと思わず、積極的に心の専門家に相談してください。災害を体験した方々が苦難の時期をうまく乗り越えていくためには、災害から人間がどのような影響を受けるかについて正しい理解や知識を持つことが大切です。