2014年6月20日
季刊 年4回（3,6,9,12月）発行

支え合い、備え、いのちをつなぐ　第９号

震災リゲイン Pressプレス

震災復興支援メディア 全国4万部配布
発行元：一般社団法人 震災リゲイン　発行人：相澤久美　編集人：高木伸哉

編集部：〒106-0044 東京都港区東麻布2-28-6　Tel：03-3584-3430　Fax：03-3560-2047

特集　食と対話と復興

2面　●あなたにもできる復興支援!
●読者プレゼント
3面　●チャリティ通販
●読んで知る・備える
4面　●未来の震災に備える情報

現地レポート

希望の灯ともす にぎわいの横町

復興飲食店街「夜明け市場」

いわき駅前で被災店舗が再起、食のビジネス拠点にも

文＝関口威人

日暮れとともに赤ちょうちんとネオンがともる。「スナック」「酒処」……昔ながらの看板に交じって「cafe & dining」「ITALIAN BAR」の横文字も。「あ、なんかいい感じ」。引き寄せられるように、カップルや若いグループがその小さな横町へと入り込んでいく。福島・いわき駅から歩いて3分。「復興飲食店街・夜明け市場」の夜の始まりだ。

「被災した飲食店が集まる屋台村をつくろう」

いわき出身の松本丈さんと鈴木賢治さんがこう思い立ったのは3年前の4月。東北大学で建築やまちづくりを学んでいた松本さんは、地域活性化の会社を立ち上げた幼なじみの鈴木さんとともに、東京で福島の食材を使った居酒屋レストランをオープンする予定だった。その準備の最中に起こった震災、原発事故。

東京の街を走るはずだったキッチンカーで地元に戻り、弁当として売ろうとしていたメニューで炊き出しに回った。避難者は喜んでくれたが、生活再建の道のりは明らかに長い。自分たちではすぐ資金が底を突く。営業を再開できない取引先や店のオーナーは大勢いた。継続的な支援、自立できる仕組みづくりが必要だ。それが「屋台村」構想だった。

駅前で場所探しを始めた2人は、さびれたシャッター街となっていた「白銀小路」に行き着く。商店主らの了解を取り付け、手作りで街並みや空き店舗を改修。2011年11月、まずは2店でのオープンにこぎ着けた。

レトロな雰囲気を残しつつ、新しく生まれ変わった飲食店街。復興の象徴として注目を集め、店も郷土料理からイタリアン、フルーツビール、とうふ料理などバリエーション豊かな11店舗にまで増えていく。復興支援の新メニュー開発、店舗2階に起業家らが共同利用できる仕事場「コワーキングスペース」を設けた支援なども評価され、2013年度はグッドデザイン賞、ふくしまベンチャーアワード金賞などを相次いで受賞した。

でも、「まだお店がそろっただけ。付加価値をつけて食のビジネスモデルを築いていくのはこれから」と松本さんは気を引き締める。「支援する、されるという関係や風評被害を超えて、地域の食文化を自然と楽しんでもらう。その中から福島の問題を私たちと一緒に解決してもらえれば」

自らIターンを決断し、事務局長として奔走する日々だ。「明けない夜はない」の思いを込めて掲げた看板をくぐりながら。

行ってみる

いわき駅から南東方向へ徒歩３分、映画館「ポレポレいわき」となり。
各店の営業時間・定休日は下記ウェブサイトなどで確認を。
事務局（株式会社 夜明け市場）
Tel: 0246-38-6586　http://www.touhoku-yoake.jp/

市場内の飲食店「じゃじゃ馬」。店主は福島民報いわき支社の元営業部長という異色の経歴をもつ小磯孝仁さん。看板メニューの盛岡じゃじゃ麺は自慢の特製味噌に酢やラー油をお好みでかけて食べる絶品の味。「高校生が毎日のように通ってくれる。彼らがいいトッピングを考えたらメニューに採用するんだ」と笑う。営業時間は18:00〜24:00、日曜定休。Tel: 080-5560-6111

あなたにも
できる
復興支援

「震災を忘れない」のメッセージを北海道から

［いのちをつなぐチャリティーマルシェ］

http://ameblo.jp/charity-marche/
E-mail: charity@haj.co.jp

東北の企業の他、生産者、ミュージシャン、シェフなど多様な協力者に支えられているチャリティーマルシェ

東日本大震災直後の3月22日に札幌で開催され、以降も毎年3月、9月に続けられているマルシェ（市場）イベント。農家や食品メーカー、飲食店などが出店し、売上を被災地に送るという活動を継続している。

実行委員長は、当時北海道庁勤務の今野徹さん（現在農林水産省）。震災直後、被害の深刻さが増していく中、問題意識を共有する公務員の仲間と「みんなでつくる震災被災者支援情報サイト」を震災翌日の12日に開設した。正確で広範かつ迅速な情報更新こそ、いまここでできる被災者支援になるはず、という想いからだった。

一方で、農家の友人からも「自分たちにできることはないか？」と問いかけがあった。開通したばかりの札幌駅から大通への地下歩行空間で第１回目のチャリティーマルシェを開催。急な話にもかかわらず30以上の農家が集まり約50万円の売上は全額、日本赤十字社に寄付した。

同年秋には２回目を開催。岩手県陸前高田市の老舗醤油醸造会社の娘さんが北海道大学に在学中という縁をきっかけに、被災地からの出店も始まり、以後毎回10社近くの東北の企業が参加する。来道した被災地の出店者は「北海道でここまでやってくれているとは思わなかった」と述懐した。現在は、野菜や道産チーズ、東北企業の物販の他、市内レストランのシェフが提供するタパス（小皿料理）、被災地のいまを伝える写真展、チャリティーライブ開催など、復興支援のシンボルとして定着している。

2014年3月のマルシェの売り上げは約170万円。決して少額ではないものの、金額自体が大きな力を持つほどではない。だが今野さんは語る。「震災を忘れない、風化させないという北海道の生産者たちの想いに、買い物という行為の中で消費者が応える。想いを重ねあわせたお金を被災地に送り、志あるお金を循環させる「志金循環」にこそ、このマルシェの意義はあるんです」。農家やレストランのシェフからは「東北の人たちに貢献できるチャンスをありがとう」との言葉も。今野さんたちは、最低でも震災から10年は続けようと、仲間と話している。（加藤久人）

行って
みる

次回は2014年9月6日（土）、7日（日）に開催予定。
最新情報は上記ブログや、以下Facebookページで。
https://www.facebook.com/charity.marche

ママの声を「日常の延長」の防災に活かす

［NPO法人MAMA-PLUG（ママプラグ）］

Tel: 070-6517-1140　Fax: 03-6745-1724
E-mail: info@mplug.com

親子で一緒に非常食

本を
届ける

MAMA-PLUG編『子連れ防災実践ノート』をDV被害の支援団体に寄付（1口800円）。
※お名前、振込予定日、口数（金額）をご連絡いただいた方に、振込先などをお知らせします。
※直接の無償入手ご希望は受け付けていません。

MAMA-PLUGは、女性・母親の目線を社会とつなぐNPO。その想いは防災に関しても同様だ。震災後、被災ママたちから「うちの子、避難所のトイレが和式で使い方知らなかったんです」などの話を聞き、防災も日常の延長にあるべきだと実感した。そうして生まれたのが“アクティブ防災”なる言葉。代表のLo紀子さんいわく「いつ起きるかわからない地震を前に、特別な何かを“しなきゃ”という意識から始めるより、日常の延長として楽しく、子どもや家族と思わず取り組みたくなる防災の形」。

非常食をお弁当代わりに行う“防災ピクニック”（３面・書評欄も参照）など、彼女たちが提案するのは、リアルな生活者発の新しい防災だ。「ママたちには、妊娠中にできないことが増えて助けを必要とした経験が必ずあります。でも子どもの成長は早いので、彼女たちもいずれ助ける側に回れたらいい。助けが必要な人たちが“日常の延長”でできる防災を考えたい。防災に一番取り組まなければならないのは、実はその人たちですから」。“その人たち”は、防災講座にも足を運べないことが多いが、「そこで、私たちの講座内容を文章でもお届けできたらと『防災実践ノート』などの本づくりも行っています」。（中川哲雄）

仮設住宅を回る移動式の交流場

［女川キッチンカー「出張おちゃっこクラブ」］

Tel: 0225-25-7557
E-mail: ochakkoclub@gmail.com

宮城県女川町で、仮設住宅群を特製キッチンカーで回り、美味しい飲み物をふるまう「出張おちゃっこクラブ」が始まった。運転手兼マスターは、自身も同町の仮設住宅に暮らす岡裕彦さん。自営の飲食店を津波で失ったが、女川町復興連絡協議会と連携し、コミュニティカフェ「おちゃっこクラブ」を設立した。今回は、孤立しがちな仮設暮らしの高齢者も気軽に顔を出せる出張カフェとなる。「移動式でもインスタントは使わず、柚子茶やコーヒーなど、一杯ずつ手間ひまかけて淹れます。独居のお年寄りなどにも“ぜひ来て”と言えるだけのもてなしが必要だと思うから」。かつての隣近所のつながりは、人々が各所に分散することで変わり、災害復興住宅などができてもこの課題は続く。「だから今、孤立する人々を生まない流れをつくりたい」。今後は、津波後に発見された写真を保管・返却する写真センターの出張などに同行しつつ、小さな仮設住宅も訪問予定。お代がわりに、魚鱗をイメージしたステッカーを車体に１枚貼ってもらう。それが重なるごとに、小さなつながりが誕生することを願って。（内田伸一）

お茶菓子を
寄付する

以下宛「出張おちゃっこクラブ用寄付」と明記して郵送。
〒986-2243宮城県牡鹿郡女川町
鷲神浜堀切山51-6
地域医療センター駐車場内
おちゃっこクラブ

読者プレゼント

以下ご記載のうえ、このページ右下に記載の編集部宛（ハガキ／Fax／e-mail）にご応募ください。
①希望プレゼント（A～Dのいずれかを記入）　②郵便番号・住所・名前・電話番号・性別・年齢　③よかった記事のタイトル　④ご感想・ご意見　⑤本紙をどこで手に取りましたか？

A　書籍『あと少しの支援があれば』2名（提供：株式会社ジアース教育新社）
被災時の障がい者の経験から“あと少しの支援”を考える一冊（本紙記事参照）

B　書籍『災害支援の手引き』10名（提供:公益財団法人日本財団）
震災支援に関わる企業・団体が一冊にまとめた、災害担当者必読の手引き書

C　防災用オーラルケアキット 5名（提供：サンスター株式会社）
被災時も口腔ケアは大切。口腔ケア用品＋解説DVDセット

D　LED懐中電灯 10名（提供：プラス株式会社ジョインテックスカンパニー）
単三乾電池1本で点灯、軽量・小型・防雨形で携帯にも便利

※2014年9月20日締切。当選発表は発送をもって代えさせていただきます。　※個人情報は当選者への発送に使用させていただく以外は、第三者への提供等一切行いません。

購入で応援しよう！
— チャリティ通販 —

※表示価格はすべて税込です(送料別)。
※ここに掲載されている飲食品(日本産)はすべて、放射性物質検査の結果が国の定める基準値以下のものです(2014年6月20日)。

地元で開発された、安心無添加石鹸

［**ラフぷるーん**］(岩手県陸前高田市)

震災後に地元へ戻り雑貨屋「Laugh」を始めた菅野恵さんが、陸前高田の葡萄園から提供される果皮を使用して開発したオリジナル石鹸。柔らかな触感が特徴で、ポリフェノールを多く含み、美肌・保湿効果で洗顔後はしっとり。合成香料・合成着色料無添加で、お子様や肌が弱い方にもオススメです。

1個(90g) 1,296円 ご注文は⇒ **Laugh(ラフ)**
Tel/Fax: 0192-47-4760
(平日10:00〜18:00 土日9:00〜18:00／月曜定休)
http://laugh-rikuzentakata.jp/

新鮮ヘルシーな海鮮丼をいつでも、簡単に

［**斉吉海鮮丼(いくら)**］(宮城県気仙沼市)

気仙沼で水揚げされたびんちょうまぐろ、特製醤油で漬けたいくら、帆立やタコを新鮮さそのままに、茶碗一杯分の食べやすい量の冷凍パックでお届け。味付けの白醤油が素材の味を引き立てます。三陸のめかぶもたっぷりで、ヘルシーに召し上がれる海の恵みです。

1パック(100g) 675円
ご注文は⇒ **株式会社斉吉商店**
Tel: フリーダイヤル **0120-251-761**
(9:00〜17:00／火曜定休)
Fax: 0226-23-2253
http://www.saikichi.jp/

この道50年の老舗が届けるたこの旨煮

［**たこのやわらか煮**］(宮城県女川町)

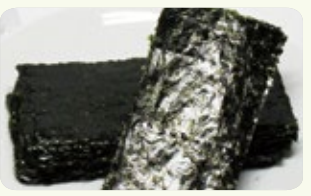
震災で鉄骨だけが残った工場を再建・復活した「岡清」の人気商品。特製醤油ダレでやわらかく煮上げた三陸産たこの足です。足の根元と先で歯ざわりが違って楽しめる、生姜風味が効いた逸品。タレは別の料理でも使えそうなうまさです。お酒のつまみや炊き込みご飯に最適！

1パック(200g) 681円 ご注文は⇒ **株式会社岡清**
Tel: 0225-53-2739 (9:30〜16:00／水曜定休) **Fax: 0225-53-3381**
http://item.rakuten.co.jp/okasei/

無酸処理の高級のりを堪能

［**焼きのり初摘み一番完熟のり**］(宮城県宮城郡七ヶ浜町)

全国でも数少なく、宮城県では唯一の「無酸処理加工」で生産されるのり。特殊なブラシを使い、のりの付着物を何度も刮ぎ取るため、風味を損なう成長時期の酸処理が不要。震災後も手間を惜しまずこだわりを守り続けた。のり本来の味と香りを楽しめる贅沢な品。



8切40枚入(全型5枚分) 330円
ご注文は⇒ **星のり店**
Tel: 022-357-2232 Fax: 022-357-2594
http://www.hoshinori.jp/

食卓には“君がいないと困る”！

［**味付ぽん酢柚子　君がいないと困る**］(岩手県陸前高田市)

復興を祈願して、福井県の書画作家から数十の“ことば”が岩手の老舗調味料店に届いた。そのなかから選ばれたフレーズを商品名にして復活した、オリジナルのぽん酢。加熱殺菌していない生柚子を用いた香り豊かなぽん酢は、ドレッシングとしても、焼き魚にかけても絶品。

594円(170g)、1,026円(415g)
ご注文は⇒ **株式会社八木澤商店**
Tel: フリーダイヤル **0120-326-132**
(9:00〜17:00／日曜祝日、第2・4土曜定休〔年末年始除く〕)
http://www.yagisawa-s.co.jp/

—書評ほか—
読んで知る・備える

災害時の障害者支援に地域の助け合いを

あと少しの支援があれば

東日本大震災 障がい者の被災と避難の記録
中村雅彦 著／ジアース教育新社
1,512円 お買い求めは⇒ **お近くの書店で**

災害からの退避時も、避難生活でも、障害者には多くの苦労がある。本書は、視覚・聴覚障害、車いす利用者や発達障害者など多様なケースに光をあてる。行政の支援も大事だが、地域の助け合いによっても障害者の命を救い、苦労を軽減できるのだ。東日本大震災3年目に今一度この事実に向き合い、「あと少しの支援」を実現したい。(佐々木晶二)

楽しく取り組むことで続ける防災

防災ピクニックが子どもを守る！

災害時に役立つサバイバル術を楽しく学ぶ
MAMA-PLUG編・著／メディアファクトリー
1,080円 お買い求めは⇒ **お近くの書店で**

子どもとピクニックに出かけ、お昼にはお弁当の代わりに非常食。「ここで災害が起きたら」という目で街を歩き、帰ったら親子で一緒に防災マップをつくってみる。「やらなきゃ」から始めようとするとつい腰が重たくなってしまう防災のポイントを、家族や友だちと楽しく身につけるための“To Do”が満載の1冊！(中川哲雄)

震災リゲインプレスとは

震災復興の中間支援を行う(社)震災リゲインの発行するフリーペーパー。被災地の産品を買う、イベントに参加する、支援金を送るといった普段できるちいさな復興支援の紹介と、いつ起こるかわからない次の震災に備える情報を届けます。ウェブサイト〈http://shinsairegain.jp〉もあります！

ご意見、情報もお待ちしています

一般社団法人 震災リゲイン 震災リゲインプレス編集部　E-mail: info@shinsairegain.jp
〒106-0044 東京都港区東麻布2-28-6　Tel: 03-3584-3430　Fax: 03-3560-2047

協力(五十音順)：NPO法人アートNPOリンク、株式会社R-pro、伊藤羊一、岩室晶子、今井宏之、宇野求、大塚梨佳、川嶋直、日下部泰祐、栗山豊、小林唯史、小林奈央、佐々木豊志、秀巧社印刷株式会社、菅原さくら、杉浦裕樹、杉山昇太、高木幹夫、鷹野秀征、鄭直樹、中尾悠、中野民夫、長谷川巧、株式会社フリックスタジオ、水野哲雄、山道雄太、吉田朋史、若松海

つぎの
震災に備えよう
— コラム —

図上訓練で楽しく“防災”リアルに“減災”

減災ファシリテーター　鈴木光（ひかり）さんに聞く

「テーブルに地域の地図を広げてみんなで囲むと、子どもから大人までなぜかやたらとおしゃべりになるんですよ」

減災ワークショップを主催する鈴木光さんに、地図上で防災訓練を行うDIG（Disaster Imagination Game＝災害想像力ゲーム）という手法について、お話を伺った。

例えば行政が発行している地域のハザードマップ（災害予測図）を入手しても、一個人、一家族だけでそれを使って何かしようというのはかなりハードルが高い。

「でもこのDIGは“ゲーム”って名前がついているくらいなので、みんなでワイワイ楽しくできるんです」と鈴木さん。

広げた地図に透明なビニールシートをかけ、陸地の輪郭や川に沿ってマジックでなぞり、自分の家の場所にシールを貼る。防災倉庫・病院・消防、何かあったとき頼りになる場所をみんなで確認。反対に、災害時に危険な場所を共有しあう。「ここのブロック塀の脇、いつも怖いなって思いながら通るんです」「こんな狭い道、消防車入ってこれないよね」「もしもこの橋が渡れなくなったら、逃げるとしてもどこで川を渡ればいいんだろう？」。

次に、地図を大正時代のものに取りかえて、そこにさっきのビニールシートを被せる。自分の家が埋め立てられた海の上に建っているのを知り、改めてハザードマップを見ると、液状化を示すエリアとそこが重なっているのが分かる。こうしてやっと、ハザードマップがリアルな地図になっていく。

「古くから住んでいる人が、新しく移ってきた人に、昔はここはこうだったんだよって話し始めるんです。それはつまり、自分たちが暮らしている地域をみんなで改めて見つめなおす作業です。“災害に備える”って言葉で繰り返すだけではなく、具体的なイメージになってそれが腑に落ちるには、その作業が必要なんですね」

ワークショップに参加した人がすっかり気に入り、自分の町内会に持ち帰ってこの企画を実施することがあるそうだ。

「防災の一番のポイントは、どうやって自分ごととして捉えられるか、どうやって自分の身の回りの人たちと助け合えるかです。このDIGのワークショップも、範囲が小規模であるほど効果があります。行政の市区単位より、もっと身近な町内会などで広めたいですね！」

（聞き手＝中川哲雄）

減災ワークショップについてのお問合せは鈴木さんのウェブサイトに http://gensai-workshop.jimdo.com/

財団の
取り組み

人・団体・活動を結ぶことで「みんなが、みんなを支える社会」を目指す

公益財団法人 日本財団

困っている人の手助けをしたい、という企業や個人の善意。そして、善意を行動で表現するNPO。それらをいかに効果的に、サポートを必要とする人々とつなげるか？　日本財団は、そうした中間支援機能を「ソーシャルイノベーションハブ（社会変革の結節点）」と名付け、自らの使命と規定した。

企業との連携の強化はここ数年で飛躍的に進んでいる。そのきっかけは、言うまでもなく2011年3月の東日本大震災だ。当時、主に手持ち資金での援助や、現地で活動するNPOなどへのサポートを行っていた日本財団に、世界中の企業や個人から寄付が寄せられるようになった。日本財団が選ばれたのは「多分、私たちならうまく使ってもらえると判断されたのでしょうね」と控えめに語るのは、同財団の青柳光昌さん（公益・ボランティア支援グループ　東日本大震災復興支援チームリーダー）。

お金は、つくるのも集めるのも簡単ではないが、最も難しいのは使い方。その多寡にかかわらず、善意の込められたお金を活かすように使うのは、至難の業だ。青柳さんらが考えた、そのお金の活かし方は、例えば、将来的な地域の復興に欠かせない経営のノウハウとセンスを備えた人材育成のための基金「ダイムラー・日本財団イノベーティブリーダー基金」であり、石巻の未来を担う高校生たちによるコミュニティカフェづくりをサポートする『いしのまきカフェ「　」（かぎかっこ）プロジェクト』であった。いずれも一過性ではなく、継続的。そして未来に向けて価値を生み、被災地の自立を促すお金の使い道だ。

同時に、多くの企業と勉強会を重ね、本業、あるいはCSR（企業の社会的責任）でその企業ならではの支援の仕方を模索するツアーを開催。勉強会の成果のひとつとして冊子「企業・団体の担当者必読　災害支援の手引き」をとりまとめた。また、この勉強会とは別に組織した「次の災害に備える企画実行委員会」では、首都直下や東南海地域での大規模災害を想定し、避難所運営のシミュレーションを行うなど、その取り組みはリアルな現場から学ぶ姿勢を基調とした実践的なもの。

そんな日本財団が、現在取り組んでいるのはこれから起こり得る大災害に向けた巨大な基金創設。2014年から6年で300億円の基金を積み立て、さらに企業や個人からの寄付を上乗せする。「こうした基金が存在することを知ってもらうことで、緊急支援に走るNPOや団体にとって、お金の心配をしなくていい、という状況をつくりたい」と青柳さんは語る。「いい社会をつくるためのハブ」としての日本財団の存在は、さらに重要性を増しつつある。

公益財団法人 日本財団
http://www.nippon-foundation.or.jp/
企業が被災地支援を行う際の現場に即したヒントが満載の『災害支援の手引き』は下記ウェブサイトで購入可能なほか、PDFは無料でダウンロード可能。 http://cvnet.jp/projects/sonae/sasshi

❶いしのまきカフェ「　」（かぎかっこ）の活動に参加する高校生たち。❷「災害時のボランティアリーダーの育成も急務、自主事業として進めている」と語る青柳さん。

編集後記

防潮堤建設計画が総延長400km近くになるといいます。しかし、震災に備えるために一番重要なことは、やはり避難の準備をしておくこと、避難計画だと思っています。想定以上の津波は必ずある。いつまで忘れずにいられるかが大事だと思います。（高木伸哉）

発行継続のための寄付のお願い

一人ひとりが震災に備え、復興を支え合う。そのための無料の震災専門紙である小紙をご支援願います。ご寄付者名は差し支えなければウェブサイトでご紹介し、また編集部宛（3面記載）にご住所を頂ければ小紙を毎号お届けします。

寄付する

以下いずれかにご入金ください　個人：1口3,000円／年　法人・団体1口30,000円／年から。

［寄付先］ゆうちょ銀行総合口座　記号番号：10000-82078551　口座名：震災リゲイン

ジャパンネット銀行 すずめ支店　普通　口座番号：8283215　口座名：一般社団法人震災リゲイン

震災リゲインプレスは以下の協賛により発行しています。

株式会社FREEing
www.freeing.co.jp

プラス株式会社
ジョインテックスカンパニー
www.jointex.co.jp

日能研　R-learning　NF We support Everything about Web marketing.　yamory