石巻復興きずな新聞

第33号

本紙は、石巻市内の仮設住宅および市街地の復興公営住宅向けに発行・配布する毎月10日無料情報紙です。

鎮魂と追悼の桜 震災の教訓を後世へ

日本人が愛してやまない桜。東日本大震災後、各地でその桜を植樹する活動が広がっている。なぜ桜を植樹するのか。石巻市内での取り組みの一部を紹介する。

◇　◇

NPO法人さくら並木ネットワーク

石巻市内をはじめ被災地で、大震災の年から桜の植樹支援を続けている。春に咲く桜は、東日本大震災の犠牲者の鎮魂と大津波への備えを思い起こす機会になるからだ。市内ではこれまでに希望のあった88カ所で1136本を植えた。苗木の購入費などはネットワークへの寄付で賄い、地元住民と共に植樹する。

3月31日の上釜地区の活動は、上釜町内会の主催で住民や寄付者、ネットワーク関係者約100人が参加。「上釜誓いと伝承の公園」に河津桜の苗木17本と成木2本、町内会が用意したツツジの苗木42本を植えた。上釜地区では3月24日にもネットワークの支援で他の公園に計52本を植えている。

小池潔共同代表は「震災を伝え、命を守るという目的で始めたが、ニーズが変化している。植樹や地域で桜を守り楽しむ活動により、地域が再び一つになれる、あるいは集団移転地などでのコミュニティー形成に役立つ。支援者との交流にもつながる」と説明する。

ネットワークでは随時、桜の植樹地を募集している。連絡先は03-3329-3987（平日10時～17時）。

上釜地区での植樹活動の様子
（写真：さくら並木ネットワーク）

すばらしい北上運河沿線の自然環境を守る協議会

北北上運河を住民の憩いの場や観光に役立てるため、環境美化や松並木再生に取り組んでいる。今年は宝くじ桜寄贈事業の助成を受け、初めて桜を植樹した。3月14日に児童・生徒、地域住民ら約250人が参加。石巻工業高前から中浦橋までの約1・8キロにソメイヨシノ、しだれ桜、大山桜、彼岸桜の苗木90本を植えた。この区間では新しい橋の工事などがあり、完成後にさらに90本の桜を植える計画だ。

釜谷地区住民と支援者らが植樹

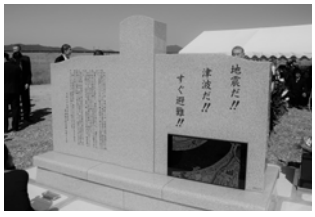
釜谷地区の長谷山観音寺跡地周辺では、2011年11月から5年間、鎮魂の大山桜を植える活動が行なわれた。「大川地区をつらい記憶だけが残る場所にしたくない」という関係者の思いで始まり、長野市の桜守らの協力で地区の犠牲者数と同じ269本を植えた。「釜谷観音桜」と名づけられている。

◇　◇

震災後に植えられた桜が見応えのある風景になるまでには、少し時間がかかるだろう。それでも毎年春、花が開けば3・11を思い出すに違いない。防災・減災を考えるきっかけにするだけでなく、生きていく喜びも感じ取ってほしい。（則）

◆◇慰霊碑を巡る①◇◆

間垣の慰霊碑



あの日、北上川をさかのぼる津波によって堤防が決壊し、住民の約半数が犠牲となった間垣集落。災害危険区域に指定され、多くの住民が地区を離れざるを得ない状況になりました。「ふるさとがなくなってしまう」。危機感を募らせた地区住民たちが慰霊碑を建てる会を設立。寄付を集め、2017年10月、大川小の川上の堤防近くに慰霊碑を建立しました。

犠牲者の名前が刻まれた慰霊碑の裏には「地震だ！津波だ！すぐ避難！」という警句とともに、あの日あの時集落に何が起こったのか、詳細な記録が刻まれています。月日とともに薄れていく災害の恐怖と防災の教訓が呼び覚まされます。（きずな新聞　あき）

石巻最大級のドッグイベント！

犬楽園フェスタ2019

今年も犬と人が「学び、遊び、出会える場」を創ります！　石巻の人気カフェ、パピーパーティ（仔犬の交流会）、愛犬と幸せになれる講座（10:30～/14:00～）などなど盛りだくさん！　当日運営ボランティアも募集中！　入場無料！

●日時：５月19日（日）10時～15時
●場所：中瀬公園（石ノ森萬画館となり）
●主催：犬楽園/人と犬の幸せな共生をサポートする「戌柳」
●問合せ：090-9389-0095（天野）
inugakuen@gmail.com

ゆいいきるの声～医療・健康・介護

食べるものを考えてみる

徐々に新芽も出て、春の空気となってきました。新年度となり環境が変わった方もいらっしゃるかもしれません。ドキドキしたり不安があったりするこの時期だからこそ、健康的な体と落ち着いた心で過ごしていきたいですね。

さて、実は私……、緩い排便と、なんだか胃もたれしているような感じが続いていました。そして、お腹にはなんだか自分のものではないような脂肪がくっついていました。

しかし、ここ2年で無理なく15キロほど体がスリムになったのです。しかも、胃も調子がよく、排便もすっきりいいカタチ。はて、なんでだろう？　明らかに違うのは、食べるものが変わったということでした。以前は週に2回は飲み歩き、赤ワインを飲み、それに合う料理（揚げ物やオイルが多めのイタリアン、お肉など）を食べていました。そりゃ太るわけです。反省……。

現在は、年に数回飲み会に参加する以外はほとんど妻と自分の手料理です。息子はアレルギーが多く野菜と脂身の少ない豚肉が中心。よく医師や専門家のアドバイスで目にするような健康食品ではなく、普通の料理です。それでも、自分にあった料理を食べ続けていると、こんなにも体が変化するんだとビックリ。人それぞれ体にあった料理は違うと思いますが、我が家の日常を恥ずかしながら紹介させてください！　我が家で心がけているのは油を減らし、素材の味を楽しむことです。

【我が家の食事法】

①炒め物や焼き物の際も油はひかないか、ごく少量で

②肉の脂身はざっくりとでも取り除く

③季節の野菜を多く取り入れる

④蒸し野菜を多く取り入れる

⑤味付けは醤油、塩、味噌、お酢、みりん、酒が中心

⑥ショウガ・シソ・梅・ニンニク・鰹節・干し椎茸・出汁用昆布など食材そのものから風味を取り入れる

⑦食事のお供は白湯

⑧味付けは食材の味を大切に、強過ぎない加減で

⑨お酒はほどほどに

＊＊＊

この食生活で、私は腸内環境が改善し、体も軽くなりました。とはいえ、これらは管理栄養士や医師のアドバイスではなく、牡鹿に住む若夫婦がただ実践しているもの。例えば油も、本来は必須の栄養素で一律に減らせばいいわけではありません。「まねしてみて！」とおススメするものではありませんが、体に合った食生活は健康につながります。

ぜひ、自分に合った食事法を探し、体をいたわり、大切にしていってください。

（牡鹿のゆうじろう）

先月で、あの震災から8年が経ちました。僧侶の私は例年、朝は檀家が集まる北上の慰霊碑2カ所と大川小学校で手を合わせ、午後は大川小での慰霊祭に参加してきました。県内の曹洞宗の若い僧侶でつくる青年会では、大川小学校遺族会に協力する形で慰霊祭を行なっているのです。青年会の年齢ではなくなりましたが、私も毎年参加していました。

しかし、今年は調整が付きませんでした。私は市職員でもあるのですが、3月11日は確定申告受付期間。例年1時間だけ休みをもらっていましたが、今年は職員が足りなかったのです。

それでも、朝は例年通り慰霊碑と大川小で供養してから出勤しました。あいにくの雨でしたが、北上の慰霊碑には献花する人の姿が。大川小には報道陣も含め大勢が集まっていました。8年たっても「忘れない」という思いは多くの人が持っています。

北限オリーブの挑戦

さて、石巻では復興のシンボルとして、北限のオリーブ」の特産化をめざしています。オリーブの原産地は温暖な地中海で、日本でも瀬戸内海の小豆島が有名です。そんなオリーブを石巻で？　と驚きますが、2014年から雄勝、牡鹿（網地島）で試験栽培が始まりました。その結果越冬できるとわかり、北上、河北でも植樹が始まったのです。北上は後発ですが、今や石巻全体の9割にあたる1500本が植樹されています。去年は約84kgが収穫されました。

オリーブというとまずオイルが思い浮かびますが、利用法は様々。果実は食用でき、ピクルスやピザ、「カクテルの王様」マティーニに欠かせません。マティーニはチャーチルやヘミングウェイが愛飲し、007シリーズやマリリン・モンローの映画にもたびたび登場します。ワクワクしますね。また、葉は魚や家畜のエサに使え、養殖ハマチはさっぱりした味になるそう。搾油後の果実を家畜に与え、特産化する事例もあります。木材としても用途があり、装飾品、また板やスプーンなどの台所用品、印鑑にも利用できます。

今は収穫後、設備がある小豆島に空輸していますが、北上では加工施設の建設計画が進んでいます。搾油はもちろん、塩漬けやパウダー加工にも対応するそうです。オリーブはすそ野が広い産業。早期完成が待たれます。

震災前は集落があった場所も、今では雑草が茂っています。ゆくゆくはそんな場所にオリーブを植樹して、土地利用と産業振興が図られればいいなと夢が広がります。そして、食材大国北上の新たな特産になる日が楽しみです。（北上　青山）

町内会の運営、共益費の集め方、集会所の利活用などなど…

突撃！隣の復興住宅

復興住宅を含む町内会の運営や集会所の利活用、素敵な取り組みを紹介する新コーナー「突撃！隣の復興住宅」、今月はイオンモール石巻のお隣、新立野第二復興住宅の団地会会長で、団地があるのぞみ野第二町内会の会長でもある増田敬さんにお話しを聞きました。

＊＊＊

【町内会設立の経緯は？】

のぞみ野第二町内会は２０１７年６月設立。新蛇田地区で最初にできた町内会です。設立にあたり、まず広大な新蛇田地区をどう区分けするか決めなくてはなりませんでした。大学の先生を呼んで住民ワークショップを開催し、復興住宅と自力再建の戸建を混ぜた４つの町内会に分けることになりました。

【共益費、町内会費は？】

復興住宅の共益費は月１０００円、町内会費は月５００円です。復興住宅では１回の支払いが高額にならないよう、毎月集金しています。復興住宅の住民も、基本全世帯が町内会に加入しています。

町内会設立前は共益費だけでした。１年目は月１５００円、２年目は月１０００円。３年目に町内会費が加わり計月１５００円。一度下がった金額が上がるように見えるので、理解を得るのが少し大変でした。共用部の照明のＬＥＤ化や側溝清掃など、将来まとまった金額が必要になることもあると思うので共益費は貯金し、住民交流のイベントは町内会費を使っています。

【集会所の活用は？】

町内会主催の企画は年12回ほど。芋煮会、十五夜、忘年会などがあり、副会長さんを中心に計画しています。

マッサージや子供向けの塾など外部のボランティアさんによる企画もあり、平均で週２回はイベントがあるでしょうか。集会所を活用して住民の交流を促したいので、使用料はいただいていません。

住民主体の集まりは、誰かが音頭を取らないとなかなかうまくいかないですが、最近は毎朝集会所でラジオ体操をするグループもあり、散歩がてらほかの団地から参加する方もいるようです。垣根のない集会所になったらうれしいですね。

【団地の自慢は？】

自分の町が安心安全になるよう皆が頑張っているところです。最近、孤独死の話題をよく聞きますが、ここでも亡くなってしばらく経ってから発見された方がいました。孤立を防ぎ、住民同士の心配りの行き届いた町にしていきたいです。

（取材／ぼり、あき）

【基本情報】のぞみ野第二町内会…231世帯（復興住宅含む）／新立野第二復興住宅…102世帯、約250人

牡鹿半島 これからの居場所 vol.11

～雄鹿半島の過去・現在・未来を語ろう～

牡鹿半島の過去・現在・未来を語るリレー連載、今回は十八成（くぐなり）浜在住の作家、阿部邦子さんです。

＊＊＊

２０１９年３月11日。東日本大震災から丸８年が過ぎた。避難所生活、仮設住宅、そして高台に移ってからの日々。長い間もがき続けてきたようにも、あっという間だったようにも感じる。

仮設住宅に移ったばかりのころ、三陸河北新報社さんから「被災者の視点で、被災地のこと、感じたことを書いてほしい」との依頼があった。「書けることなんかない」と私は言った。でも記者さんと話しているうちに、今の状態を書き残すのが作家としての使命かもしれないと思えるようになった。後に『がれきに咲いた花』として出版もしていただけて、書けてよかったと心底思えている。書いたからこそ冷静に自分と周りを見直すことができ、どうしようもない喪失感から少し立ち直ることができた。

そもそも私が作家になったのは、子宮外妊娠で子供ができなかったからだ。泣いてばかりいる自分が嫌になって、どうすれば立ち直れるだろうと考えて、産んであげられなかった子に、お話を書いて読んであげたいと思って初めて書いた童話、『長い爪の嫌いなジョイ』が第一作目となった。その後がんも三回経験したが、そのときは『マンマ質問箱』という作品が生まれた。

私は書くことで、次の一歩を踏み出してこられた。人間は、自ら動いてはじめて、何かを摑み取ることができるのかもしれない。

がれきだらけの十八成を見て、「地区の宝だった砂浜を取り戻したい」と声を上げた人がいた。「震災前より美しい十八成に」と立ち上がった人がいた。12年に地区の有志たちで協議会を立ち上げ、砂浜再生の工事が始まっている。そうして十八成には今、６６０本のアーモンドの木が植えられている。春には桜に似たきれいな花を咲かせる。花言葉は希望。

道路が整地され、店が再建され、被災者は高台の家に落ち着けた。でもそれは「復興の一部」でしかない。地域の方々が生き生きと暮らせてはじめて真の復興だと思う。亡くなった方のことを思うと本当につらい。でも、生き延びてしまってよかったのかと呟いておられる方のことも忘れてはならない。近い将来、十八成に来るとホッとできるねと、多くの方が言ってくださる地域にしたい。

＊＊＊

あべ・くにこ／仙台出身。夫の実家の民宿を継ぐため牡鹿へ。著書は十数冊。地域紙などに小説や童話も連載

かわら版
石巻まちなか情報局
http://www.ishinomakimatinaka.com/ Vol.75

こんにちは！ 街づくりまんぼうの苅谷です。いよいよ新年度、新しい元号も発表され、気持ちも引き締まりますね。

街なかにとって平成期は、激動の時代と言っても過言ではないでしょう。今回は、平成期の商店街を振り返ってみたいと思います。

平成9年ごろまで成長を続ける街なか

「昔は商店街に行くと、人とぶつかりながら歩いたものよ」とよく聞きます。戦後、発展を続けてきた石巻の商店街は、平成9（1997）年ごろまでお店の数や売上を伸ばし続けます。今から20年ほど前、まちなかの商店街には現在のおよそ6倍、500店舗近いお店が並んでいました。商店だけではなく、映画館やボーリング場、スーパーやデパートなどもありました。

街を元気にしようとまちづくりが始まる

しかしちょうどその頃、郊外に大型店舗が出店し始めるようになります。買い物には車で行くのが当たり前、というライフスタイルは急速に広がりました。

徐々にお店が少なくなる、人通りが少なくなる。そんな変化にいち早く気づいた人たちは、街を元気にしようと様々な取り組みを始めます。川やマンガを活かした取り組みもそのひとつです。そして、東日本大震災が起こったのです。

平成よりはるか前から築かれてきた石巻の街は、たった20年で大きく変わってしまいました。壊すのは一瞬ですが、つくるには何十年もかかるのが街。私たちは長い時間をかけて街を直し、つくっていかなければなりません。（まんぼう かりや）

▲いまから10年前、2009年の立町商店街。懐かしいアーケードも

●○●お知らせコーナー●○●

◆今後の活動について

2011年には約7000戸あった仮設住宅は、現在13団地71戸まで減りました。石巻市の仮設住宅は今年９月にはすべて閉鎖される予定です。石巻復興きずな新聞舎は「最後のひとりが仮設住宅を出るまで」を目標に３年前に立ち上げた団体ですので、当初の目標は無事に達成できそうで、ほっとしています。この３年間、私たちの活動を支え続けてくださった皆様に感謝です。

しかし、この間、復興住宅を訪問していて感じるのは、「復興住宅にもたくさんの課題がある」ということです。マンションタイプの復興住宅では住民さん同士が顔を合わせる機会がなかったり、新しいコミュニティを作ることに前向きな気持ちになれない方も少なくありません。そのため、復興住宅には、仮設住宅以上に孤立感・孤独感を感じている方が多いと感じます。

これらの課題に取り組むため、石巻復興きずな新聞舎では、仮設住宅から復興住宅への移行期にあたる今年度いっぱい、活動を継続することに決めました。その先のことは現状未定ですが、まずは一年間、引き続き、よろしくお願いいたします！

◆ご支援ありがとうございます

◎あつまり処わのや様
（愛知県大府市）
◎3.11を忘れない大府実行委員会様
（愛知県大府市）

編集後記

最近、縁あって東北支援のチャリティイベントを開催している方々と繋がっています。前号の編集後記でも触れた愛知県大府市の「心ひとつに３．１１」さん、大阪市の「チャリティ英語イベント」さん、来月19日に長野県小諸市で開催される「さくらさくライブ」さん。皆さん、イベントで集まった支援金を、きずな新聞の活動費として寄付してくださっています。助成金などの財源が縮小されていく中、こうした市民のアクションが大きなパワーになっています。

イベントを続けていくには、もちろん実行委員さんなどの尽力があってこそですが、被災地に関心を寄せ、そうしたイベントに足を運ぶ方々の存在も大切です。

全国で、世界で、災害や紛争は絶えることがありません。心を寄せ続け、自分もアクションできる人でありたいと思います。（編集長 あき）

■石巻復興きずな新聞とは… 2011年10月～2016年3月まで、ピースボート災害ボランティアセンターが石巻市内の仮設住宅向けに発行・配布してきた無料情報紙「仮設きずな新聞」の後継紙。「最後のひとりが仮設住宅を出るまで」を目標に、2016年6月創刊。市内全仮設住宅および市街地の復興公営住宅に無料で配布。毎月10日、約5000部発行。

■石巻復興きずな新聞は以下の場所でも手に入ります。
ＩＲＯＲＩ石巻／雄勝店こ屋商店街／かめ七呉服店／からころステーション／川の上・百俵館／新蛇田第一集会所／道の駅「上品の郷」

■石巻復興きずな新聞舎
〒986-0813 石巻市駅前北通り1-5-3 TEL:090-6686-8317
kasetsukizuna@gmail.com / www.kizuna-shinbun.org

GOOD DESIGN AWARD 2018

■発行元 石巻復興きずな新聞舎
■編集長 岩元暁子
■副編集長 川口 穣
■デザイン 矢野瑛子／妙本咲季
■記事執筆 青山英幸／阿部邦子 大須武則／奥堀亜紀子 苅谷智大／野津裕二郎
■協 力 石巻専修大学関根ゼミ／石巻ＮＯＴＥ／震災こころのケア・ネットワークみやぎ／ピースボート災害ボランティアセンター／ゆいいきる／街づくりまんぼう
■助 成 大阪コミュニティ財団「東日本大震災及び原発災害からの復旧・復興活動等支援基金」