1949年９月17日第三種郵便物認可　毎月10日発行　第693号（通巻1197号）　定価１部40円

創立1880年 YMCA

東京YMCA

2012 3 月号

発行所　公益財団法人東京ＹＭＣＡ　発行人　廣田光司
135-0016　東京都江東区東陽2-2-20　電話　03-3615-5562　URL http://tokyo.ymca.or.jp

東京ＹＭＣＡの使命

東京ＹＭＣＡは、イエス・キリストによって示された愛と奉仕の精神にもとづいて、青少年の精神、知性、身体の全人的成長を願い、地域社会に奉仕し、公正で平和な世界をつくるための運動を展開する。

被災地からのメッセージ

We build strong kids, strong families, strong communities. YMCAは、たくましい子どもたち、家族の強い絆、支えあう地域社会を築きます。

東日本大震災 1年

宮城県石巻市

野田恵一さん

石巻駅前商店街でお弁当屋を営む。東京YMCAがワークキャンプで最初に尋ねた方。その後も何度か昼食をご馳走になるなどご協力いただいている。

津波で家の1階天井まで浸水した。私は木の枝にすがって、50分くらい水の中につかっていた。寝たきりだった母は、津波をかぶったわけではなかったけれども、低体温症で亡くなった。ひつぎもないまま火葬場に行ったら、隣の炉に大川小学校の子がいた。よく店に来ていた、とてもいい子だった。この子を思い出すと今も涙が出る。

4月にYMCAのボランティアに来てもらった。家族だけでドロ出ししていると、足も腰もすぐに痛くなって、はかどらないから、若い人が来てくれて、目に見えてきれいになって、元気が出た。最初は、こんなお嬢さんが作業できるのかと思ったけれど、よくやってくれた。油を含んだ汚れなので、ガラスを拭くのも大変だったのに丁寧に拭いてくれた。トイレの掃除もしてくれた。その後も何度か来てもらった。

8月25日にお店を再開できた。山の手の人は、津波の来なかった店に買い物に行き、こっちには来なくなった。今はお客のほとんどが解体作業の人たちなので、解体作業が終わったらどうなるのかと心配している。次に建築が始まればいいけれど。

商店街は、もともと27軒あった店が13軒になった。いまだに商売を再開しようかどうか迷っている人もいる。家を解体している人も多いし、仮設住宅に入った人もいる。夕方5時以降には、商店街に人通りはない。

家の中にはまだドロをかき出してない部屋もある。1階の天井は、タンスが浮きあがってできた傷穴がそのままになっている。壁紙もはがれてくるし、土間も斜めになった所がある。

▼カレーがおいしくて、インターネットで出店してはと声がかかったそうですね

でも冷凍や真空パックで売るのもどうかと思ってやめたんです。メニューが流されてしまったから、いくらで売っていたのかも分からなくなって、とりあえず350円で売ってます。

商店街の今後を思う

茨城県ひたちなか市

橋本幸子さん

小学６年生の馨君と一緒に江東ファミリーキャンプに参加。写真はキャンプ中の一コマ。馨君も「地震で怖い思いをしたけれどその倍以上に楽しい思い出が作れた」と感想を書いてくれた。

スカラーシップ制度を利用し、江東ファミリースキーキャンプに参加させていただきました。「白銀の非現実的な世界へのワープ」で、身も心も潤いを取り戻せる機会になり、大変感謝しています。

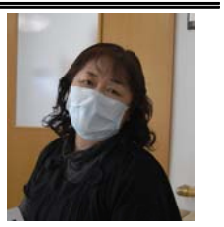
私たちの住んでいる茨城県ひたちなか市では、那珂川沿岸で全壊・半壊の被害がありました。私は市役所の介護保険課に勤めており、生活するのに困難な方たちを目の当たりにしています。震災で住む家を失い、老人ホーム・病院等へ生活の場を移さざるを得なく、苦悩しています。

我が家は一部損壊の扱いではありましたが、地すべりで20㎝ほど左半分が沈んで傾き、もう愛着を感じない位に、内外ともボロボロになってしまい、破れたクロス、壁のゆがみと亀裂を見ているだけでストレスになります。開閉できなくなったサッシ、玄関や外壁補修などの修繕だけも、結構な出費となりました。

そのような状況ですので、被災者は、多かれ少なかれ不満を抱えたまま暮らしているのが現状です。

被災者にとって、今回のスカラーシップはまさに「求めているもの」だと思いますので、どうぞ引き続き、また長く提供していただき、一人でも多くの方々に私と同じ思いを感じてもらいたいと思っています。よろしくお願いいたします。

多くの人にスカラーシップを



宮城県石巻市

阿部安子さん

グループホーム
あゆかわの郷 管理者

震災で全壊したグループホームを、仮設住宅へ移転させ、全国から駆けつけた延べ100人のボランティアとともに運営してきた。震災後、４人が心筋梗塞などで亡くなった。現在は13人の入居者がいる。12月に「歌の広場 in 石巻」で伺った。

▼「歌の広場 in 石巻」はいかがでしたか?

これまでにも皆で歌を歌うという活動はありましたが、こんなにのめりこんで歌ったことはありませんでした。普通の歌が讃美歌のように聴こえて、心にしみわたりました。私自身は大きな被害はなかったけれども、震災後「ふるさと」だけは聞けなかったです。でもこの「歌の広場」の時だけは落ち着いて歌えました。この時の写真は今でも飾ってあります。

被災者が集まると、まだ「あの日」に戻ってしまいます。何度語っても語り足りないというくらいに語り続けています。10人いれば10人のエピソードがあります。そのうち、「あれからこんないいことがあったね」と語れるようになりたいですね。お手紙でもいい、笑顔になれるよう支援してほしいです。

笑顔になれる支援がほしい

（1列目左から）小野田トキ子さん、半谷千代子さん、坂本栄子さん　（2列目左から）佐々木トヨさん、佐川ミヨさん。グランチャ東雲の手芸教室やおしゃべりサロンなどに参加されている。

福島県浪江町から
江東区に避難中のみなさん

3月12日に、私たち浪江町民は津島に避難した。津島は放射線量が非常に高く危険だということが知らされなかったので、逃げるべき方向と反対に避難させられた。情報も途絶えていたので、私たちは4日間津島にいて、子どもたちは外で遊び、高齢者も散歩したりして過ごした。

避難所では食べ物もなくて、戦争のようだった。1ヶ月間、着の身着のまま。持ち物はハンドバック一つだけ。その後も新潟県や知人宅などを転々とした後、東雲住宅に入れてもらった。調味料からはしまで用意していただいて、本当にありがたかった。区長さんは、私たちを江東区民と同じように扱ってくれて、こうしてグランチャも利用させてもらえる。手芸教室もあるし、福島から避難した人たちと一緒に話しもできるし、感謝しています。

でも東雲住宅は、入居した日から2年経ったら出なければならない。その後も行政は面倒みてくれるのか、不安で眠れない。家も財産もすべて失った。家賃を払うようになったら生活できない。病気になったらどうなるのだろう。

ふるさとの灯りが恋しい

震災2～3日後に地元のテレビで、原発が爆発していることを知った。これは大変だと思い、都内の夫の実家に避難した。このまま子どもを転校させた方がいいのではないかと迷ったが、県内に両親や兄弟もいるし、住宅ローンもあるし、避難し続けることも難しく、4月に郡山に戻った。これで良かったのかどうか、親の勝手なのではないかと、今も毎日悩んだままでいる。小学校では生徒50人のうち3割ほどが転校した。転校しても戻ってくる子もいる。

子どもには不安な気持ちは伝えないようにしているけれども、外で遊べず、友達も転校していく中、子どもなりにストレスを感じていると思う。

夏に、ＹＭＣＡのリフレッシュキャンプに参加した。子どもは本当に喜んで、リーダーと離れた後はさみしくて泣いていた。「次はいつ行けるの?」と待っている。リーダーたちは言葉に出して放射線のことなど聞かないけれども、それをちゃんと受け止めていてくれる感じがして、本当にありがたく心が熱くなる。子どもたちも「リーダーになりたい」と言っている。

福島県郡山市

宮崎由美子さん

３人のお子さんたちと一緒に「YMCAリフレッシュキャンプ」に参加。少しでも子どもたちを守りたいと「安全安心アクション in 郡山」をたちあげて活動中

これまで原発は安全だと思い込まされていた。地震の時すら、原発のことは誰も心配しなかった。でも放射能は化け物ですよ。すべてのものが汚染されて逃れようがない。除染しても「いたちごっこ」にすぎない。一緒に津島に避難した幼稚園の孫が心配だ。もう福島には戻れない。

全国に散らばった福島の友人に電話することが多いので、電話代がすぐに1万2万とかかる。でも、友人の声を聞き、泣きながら電話していると安心する。

東雲住宅からは、スカイツリーも見える。でも、そのすばらしい夜景を見ても、浪江町の、暗くてぽつりぽつりと灯りがともった夜景が恋しくなる。浪江は自然豊かで、定年後に移住する人もいるくらいだった。死ぬ時には浪江に帰りたい。避難生活ではお墓もない。ふるさとが恋しい。

せめて子どもだけでも疎開させたい

行政は、除染をして復興していく方向で、特別な措置を講じることもなく、もう収束したかのようになってきている。通学路の除染はＰＴＡの活動として行っただけだった。でも、近くの公園はまだ０．９８マイクロシーベルトだし、校庭も０．４マイクロシーベルト。来年度の学校計画では、震災前と同じように運動会やプールが予定されているが大丈夫なのか。行政がまったく行動を起こさないので、だんだん、放射線のことなど考えてはいけないような雰囲気が漂ってきている。個人で考えて対処するしかないが、限界がある。少しでも防護するため、お母さんたちで集まって要望書を出す活動などを始めた。これは異常だし、まだ何も終わっていないということを皆に認識してほしい。

（編集：広報室）

赤▽三角

春。卒業・入学・就職のお祝いの定番はやはり図書カードか。しかし「読書の秋」と言うし、冬のこたつでぬくぬく読書、うだる夏にまったり読書も捨てがたい。ちなみに私は季節を選ばず「お風呂で読書」派である。電子書籍も「本」を元に作られるから、紙とインクの印刷物である「本」が消えてなくなることはないと聞く。

▼時代や社会を反映して、売れる本の傾向も変わる。そういえば東日本大震災発生以降、宗教に関する本が良く売れたらしい。人は何を求めて本を読むのか。情報、知識、思考の軸、共感、感動、高揚、慰め、癒し、悩みの解消、成長、絆、勇気、活力……まだまだ色々あるだろう。▼ある出版関係の方から聞いた話だが、震災で被災された方が「衣食住と全く同じレベルで本が必要」とおっしゃったとのこと。受け止めきれない事態の中を必死で生きる被災者の方々、そしてその人たちに手を差し伸べたくも自身の小さな力にもどかしさを覚える人々も、この一年、本に何かを求め、本に力をもらった人は多かったのではないか。

▼人はパンのみにて生きるにあらず。しかし他に糧となるのは本だけでもない。私たちＹＭＣＡはＹＭＣＡらしいやり方で被災者の皆さんと繋がり、糧を、力を届け続けよう。東京ＹＭＣＡの復興支援活動の道のりは長い。

（会員部　戸坂昇子）

東日本大震災

2011支援活動ご報告と2012年度計画

東京ＹＭＣＡでは震災発生以降、全国ＹＭＣＡのネットワークのもと、被災された方々の声に耳を傾けつつ、私たちができることに全力を挙げて取り組んでまいりました。お陰様で、東京ＹＭＣＡの支援活動にたくさんの方々がご賛同下さいましたことに、心から感謝を申し上げます。復興の道のりは長く、今なお被災された方々は悲しみと不安をかかえ、最低限の生活が保障されないままに過ごしている方々がたくさんいます。子ども達の未来も心配です。

震災一年にあたり、東京ＹＭＣＡは今後も中長期にわたり継続した支援活動を行っていく決意のもと、皆様に重ねてのご支援をお願いする次第です。具体的には２０１２年度は下記の復興支援活動を予定しており、その実現のためには、引き続き皆様のご支援と励ましが必要です。一日も早い被災地の復興のため、力を合わせてまいりたいと存じます。皆様の尊いご支援とご協力をお願い申し上げます。

総主事　廣田　光司

人の「つながり」紡ぐ支援活動

会員事務局　村上祐介

昨年3月20日、支援物資とともに仙台に入り、翌週に石巻へ入った。以来私は石巻担当として支援活動を行ってきた。当初はなかなか「いま必要なこと」をお話しくださらなかった方々も、今では直接ＹＭＣＡの携帯電話に支援を要請してくださるようになり、また久しぶりにお電話すると「何してるの、遊びに来なさい」とおっしゃっていただけるほどになった。

東京では、震災から1年がたち現地に関する報道は震災直後に比べ極端に少なくなった。「東京では石巻のことをどんな風に伝えられていますか？」と聞かれたことがあった。家や家族を失い、仕事をも失ってしまった方々が今求めていることは「つながり」ではないかと思う。報道が少なくなっても、個々の被災地に対する関心を失うことなく、つながっていること（＝忘れていないこと）はどんな支援物資よりも人々を励ますであろう。

この1年、私はさまざまな場で話を聞き、惨状を目にして、心が痛み苦しくなることが何度もあった。困難な場にあって、懸命にがんばっておられる方々の姿を目の当たりにしていると、全国で頻繁に使われる「がんばろう〇〇」という標語がどのように感じ取られるか気になっている。震災後1年にわたってがんばり続けてこられた方々にとっては、「もうがんばりきれなくなる日」が来てしまうのではないか、そう思うことさえある。だからこそ、復興というゴールに向かって共に歩むこと（マラソンでいえば伴走者）が必要ではないか。私たちにできることは「喜ぶ人と共に喜び、泣く人と共に泣きなさい。（ローマの信徒への手紙12章15節）」と聖書によって示された通り、大切な家族、仕事、家屋、仲間を失った人々の心に寄り添う活動の継続ではないかと思う。昨秋には「ＹＭＣＡ石巻支援センター」を立ち上げた。拠点を通じて地域に根差し、途切れてしまったコミュニティーをあらたに作っていくことが期待されている。ＹＭＣＡの目指す支援活動は人と人のつながりを紡ぐことだと思う。「つながり」なくして絆はうまれないのだから。

両親を失った子どもたちに「キャンプ」ができること

グリーフキャンプフォーラム

昨夏、ＹＭＣＡと日本キャンプ協会、朝日新聞厚生文化事業団が合同で、米国・テキサス州で実施されるグリーフキャンプを訪問したのに続き、グリーフキャンプのあり方を考える「グリーフキャンプ・フォーラム」が2月11日に社会体育・保育専門学校を会場に行われた。

津波という極めて特殊な状況で両親を失った子どもたちのグリーフ（悲しみ・苦しみ）に、キャンプという手法を用いてどのように寄り添えるか。キャンプだからこそ可能な取り組みを、アイルランドのテリー・ディグナン氏をゲストスピーカーに招き、２００４年にロシアで起きたベスラン学校占拠事件の被害者へのグリーフキャンプの例などから探った。

「死別」に対してどう向き合うかは、国や地域の文化的な背景が大きく影響している。また、子どもであっても、どのように振る舞えば良いのか、その期待に応えるために本来の悲しみや苦しみを心の奥底に押し込めてしまう場合が多い。

キャンプはそのようにして閉ざされた心の扉をゆっくりと開いていく「場」として、心理的に安心できる環境と経験豊富なプロのセラピストによるサポートが整えられた、日常から離れた場所に設ける必要がある。そこで少しずつ、グリーフが「表現」され、「共有」され、そのことを認めてもらえる経験によって、一人ひとりが自分なりにグリーフを「整理」していくことができる。同時に、キャンプが本来持っている、楽しく、うれしい時間を誰に遠慮することもなく過ごすことができる。

３月下旬には、グリーフキャンプの第一弾として、両親をなくした学齢期の子どもたちを対象に台湾でのキャンプが予定されている。日常から離れ、子どもたち、スタッフ、セラピストの関係をゆるやかに築き始め、今後5年以上を目標に、長期に渡ってグリーフキャンプを実施していく予定だ。指導者の育成、セラピストとの連携、社会からの支援の獲得など取り組む課題も多いが、キャンプの可能性に期待し、ＹＭＣＡが持つ資源を最大限に提供していきたい。

（ＴＹｉＳ　山根一毅）

2012年度東京ＹＭＣＡ　東日本大震災復興支援活動計画

募金目標額　1,500万円

内訳
- ●ＹＭＣＡ石巻支援センター　400万円
  - 拠点運営経費（家賃、光熱水費、車両維持費、派遣費を含む）
- ●子ども支援　700万円
  - ・福島の子どもキャンプ（リフレッシュキャンプなど）
  - ・キッズスカラーシップ
  - ・石巻でのプログラム
  - ・国際交流プログラムなど
- ●ワークキャンプ（石巻他）　340万円
- ●高齢者支援（仮設住宅での歌の広場など）　60万円

2011年3月～2012年1月末　東日本大震災救援・復興募金のご報告

募金総額　16,144,865円

皆様の温かなご支援に心より感謝申し上げます。

使途内訳
- ●支援物資　5,434,084円
- ●ワークキャンプ　2,251,203円
- ●子ども・家族支援（スカラーシップ、英語クラス他）　1,497,861円
- ●コミュニティー支援（歌の広場、女川夏まつりなど）1,028,487円
- ●石巻支援センター拠点経費　589,058円
- ●その他（全国ＹＭＣＡ被災地支援会議、グリーフケア研修など）　214,005円
- ●全国ＹＭＣＡの行う支援活動へ　500,000円
- ●事務局経費（通信費・印刷費等を含む）　1,614,487円
- ●繰り越し金　3,015,680円

（今後3月末までの支援活動に使用し、残金は来年度に繰り越します）

復興・救援募金

引き続き「東日本大震災復興・救援募金」を受け付けております。ご協力をお願いいたします。

＊ゆうちょ銀行（郵便振替）　00120－7－714728
　公益財団法人東京ワイエムシイエイ　東京YMCA会員事務局
＊みずほ銀行　神田支店（普）1677931　公益財団法人　東京ワイエムシイエイ
＊三井住友銀行　神田支店（普）7656469　公益財団法人　東京ワイエムシイエイ
＊現金書留、東京YMCA各部窓口でも承ります

■「東日本大震災」とお書き添えください。領収書が必要な方はご連絡ください。
■公益財団法人東京ＹＭＣＡへのご寄付は寄付金控除（税額控除・所得控除）の対象となります。（確定申告が必要です）。

職員研修報告

ＹＭＣＡで働くということ

東陽町語学教育センター　依田あゆみ

1月23、24日の2日間に渡り、高尾の森わくわくビレッジで行われた東日本地区ＹＭＣＡスタッフ研修では、各地の総主事（北海道、とちぎ、埼玉、東京、横浜）、そして、日本キリスト教団早稲田教会の古賀博牧師より「ＹＭＣＡの働きとキリスト教」をテーマにお話を伺った。各総主事からは、ＹＭＣＡとの出会い、その後の職歴、ＹＭＣＡのどこに魅力を感じ、長年仕事を続けてきた原動力はどこにあるのか、それぞれの「原点」となる経験を聞かせていただいた。

古賀牧師からは、ＹＭＣＡに集う人々が「居甲斐」を感じられているだろうか？ 周囲の人に向けて、相手を認めて受け入れる姿勢を示す「肯定的ストローク」を投げかけられているか？ ＹＭＣＡに集う人々の様々なタレント（才能）を生かしたコーディネートが出来ているか？ 自分に与えられた経験を他者へと伝えていく「恵みを散らす人生」を歩んでいるだろうか？など、スタッフとしての働き方について自問させられるような投げかけをたくさんいただいた。

仕事で問題を抱えた時などは落ち込んでしまうこともあるが、今回の諸先輩方が「証（あかし）」されたこと ―長く活躍しておられる総主事でも、時には自信がない中で祈り、神様からの召命に応えてＹＭＣＡでの働きを続けて来られたというそれぞれの「証」は、私達スタッフへのとても大きな励みとなった。困難な中にも神様は確かに一人ひとりの歩みの上に必ず備えてくださるということ、そしてＹＭＣＡで働くとは「イエスに倣い、人に仕える」ことであり、仕事を頑張ろうと思えるエネルギーの源がそこにあるということ。ＹＭＣＡで働く原点を思い起こすことで勇気を与えられる機会となった。

すべての人を一つにしてください

家族の暖かさを認識して

「あたたかいこたつ、家の家族は5人、『5角のこたつならいいなあ』とおねえさん、一番あとからはいる、かあちゃんは、私と同じ所、私はやっぱり、四角でもいい」（福島県児童詩誌「青い窓」より、朝日新聞天声人語から抜粋）震災で「家族」の大切さが見直されていますが、家族の姿が変わり始めてもいます。近年家族（家庭）の機能が外注されるようになって来ました。食事、教育、保育、介護、交わり、保護などですが、実に休養、安心などにも及んでいます。昨年の朝日新聞紙上で「弧族」という言葉が使われました。個人は弧人になりかねないのです。一体私達のこたつを設（しつら）えて、互いが見えぬように仕切りまで立ててきた近年ではなかったか」と「きゅうくつな幸せ」を示唆しています。

厚生労働省は２０１２年度の介護報酬改定で家族らによる自宅での介護を支援するメニューを増やし、施設での介護から在宅介護への移行を進める方向です。ホスピスで有名な金城学院大学の柏木哲夫氏は「家族という環境は痛みを和らげる効果がある」と言っています。きゅうくつではあるけれど家族でいることの幸せを感じる感性を忘れたくないものです。

キリスト教では私たちにとって家族とは何なのでしょうか。家族は束縛・きゅうくつでもありますが、心のよりどころでもあります。天声人語の著者は「5人用に五角形は皆、兄弟・姉妹と呼ばれています。神様の前ではみなが家族なのです。もう一度家族の暖かさを認識してそのつながりを大切にしていきたいと思います。

（総主事　廣田光司）