資料 1-1. 証言集 （大人編）

1. 避難前の生活 180

大家族で住む 180
大家族の生活 180
農村部に育ち、嫁入りする 180
兼業農家への嫁入りと里山の恵み豊かな暮らし 180
福島で生まれ育ち結婚する 181
夫が婿入りする 181
大家族に嫁入りする 181
夫の実家近くに住む 181
新しく家を建てたばかりだった 181
中通りの一軒家で暮らす 181
浜通りでのんびり暮らす 181
海沿いの集落に暮らす 182
農家に生まれて 182
子育てはほとんど一人で 182
三世代女系で暮らす 182
中通りはいいところ 182
自然の豊かさを実感する日々 182
中通りに自宅を構える 182
福島県移住を決めるまで 183
福島県での豊かな生活 183
浜通りの母の実家の思い出 183

2. 事故前の原発への意識 185

原発を意識することはなかった 185
原発の不安とは無縁の生活 185
もともとアレルギーがあり、自然食品を口にしていた 185
看護師のときには 185
チェルノブイリ事故（1986 年）の記憶 185
原発の本を読んでいた 186
原発の仕事にかかわっていた 186

3. 地震・事故時のこと 187

3 人の子どもを抱えて被災する 187
収まらない揺れ 187
確保できたライフライン 187
地震直後に帰宅し、ガソリンを入れる 187
激しかった地震被害 188
時間をかけて全壊に 188
地震直後の様子 188
成田から戻る途中に被災する 189
歯医者さんで被災する 189

美容院で被災する 189
卒業式の日だった 189
停電で実家に避難 189
水が出ないために実家に避難 190
4. 震災・原発事故と避難（区域内） 191
津波が来る 191
避難所で津波被害にあったことを知る 191
第一原発の爆発を感じる 191
家族での避難 191
福島市から猪苗代へ 192
さらに遠くへ 192
コミュニティを維持しながら受入れる方針 192
これが自宅をみられる最後かも 193
避難指示がなかったら、もっと早くに見つけてあげられたかも 193
地震による被害と、数十台の大型バス 193
夫の頑なな主張で、避難前に避難する 193
原発事故を受けての長期本避難へ 194
母子避難でなく世帯避難を選んだ理由 194
田舎暮らしをやり直そう 194
5. 原発事故と初期避難（区域外） 196
まさか、大丈夫よね？ 196
止まらない鼻血・何か違う気がする 196
「孫が泣かなくて済むなら行きなさい」 196
爆発事故を知った 3 分後に避難開始 196
14 日から避難した 196
夫が情報を集め、避難を話し合う 197
「湯沢（赤ちゃんプロジェクト）に行ったらいい」と背中をおされる 197
原発事故発生と緊迫した状況 197
地震による避難から原発事故による避難へ 197
避難の道のり 198
恵まれた初期避難と後ろめたさ 198
新潟への避難 198
「福島から出るよ」 198
新潟へ 199
事故直後より避難～南へ西へ 199
避難所に登録する 199
最初は危険だと思わなかった 199
6. 初期避難を巡る葛藤 200
避難した夫の実家で両親と衝突する 200
夫の両親の反対をおして避難する 200
避難に対する温度差 200
周囲の人にも避難を勧めた 200

避難所で申し訳ない気持ちに 200
避難所でのいじめ 201
原発事故から避難へ 201
避難をめぐる家族の別行動 201
厳しかった貸別荘での避難 202
なんでザリガニとり？ 202
南関東の親戚宅への避難とストレス 202
18 日に関東へ 202
荷物を1ヶ月 40 往復して運び出した 203
原発から 30 キロほどの実家へ 203

7. 初期避難をしなかった経緯 204

「放射能って何？」「国はなんとかしてくれる」 204
「大丈夫、危ないところに国や県が子どもを通わせる訳がない」と信じていた 204
避難も考えなくはなかったが下手に動けなかった 204
原発避難家族の受入れをしていた 205
逃げたかったが、諸事情により、もう少し我慢しようということに 205
追い込まれてしまう家族 205

8. 錯綜する情報と行政不信 206

放射能への恐怖がピークに達した 3 月 16 日 206
不信感 206
チェーンメールが飛びかう 206
避難勧奨地点の近くの自宅：国は指針を出してくれなかった 206
非を認めない政府、追いつめられる住民 206
原子力行政への不信と放射能への不安 207
福島にいるとどこに避難したらいいか分からなかった 207
放射線をめぐる行政への不信と避難の決断 207

9. 避難続行をめぐる葛藤 208

「なんで帰ってこないの？」大丈夫かもしれない、大丈夫じゃないかもしれない 208
借上げ住宅の契約をする 208
「自宅には戻るな」 208
新潟からさらに西へ 208
息子の卒園式・妻の理解 209

10. 初期避難から戻る理由 210

入学式で帰る 210
新学期で帰宅する 210
再避難へ 210
小学校が始まるので帰る 210
子どもだけの実家へ 210
「避難した社長が帰るから」帰りたくないけれど帰ろう 210

11. 本避難を決めるまで 212

疑問に思うきっかけとしての水俣病 「あっ、国は助けてくれないんだ」 212
異常な学校生活・高い線量、再避難の決断 212
「異常だな」と思った 212
蒸し風呂状態の教室 212
子どもの体調が悪化した 212
外で遊ぶ子どもの姿をおさえちゃいけない 212
線量が高い、国や県に期待するより自分で動いた方がいい、女の子なので 213
まさか私がうつ病に 213
夫が職場にもどる 213
隣県への母子避難 213
夫が避難先住居の契約をしてきた 213
借上げ住宅に申請する 213
「おまえたち、4 人で新潟に暮らすしかないんだから」 214
夫が調べて伝えてくれ、納得できた 214
自宅周辺の線量が高かった 214
放射能について不安に思うようになる 214
メルトダウン・SPEEDI 情報隠し、『終わりなき人体汚染』 215
小学校は対応してくれない 215
父兄の間の分断 215
放射能について勉強する 215
避難を考えるようになる 216
すぐには避難できなかった 216
夫は、仕事が有るから残るけど、子どもを守ると言うことで理解する 216
できる限りの被ばく対策 216
学校給食の牛乳を断る 217
一時避難を経験して 217
普通じゃない量の鼻血 217
夏のインフルエンザと高い線量 218
一時帰還と体調不良 218
自宅の汚染と避難の模索 218
保養をきっかけに 219
夏休みの保養 219
「子ども福島」でのやりとりをして 219
何のためにこの子を生んだのか、ただ、それだけ 219
履歴書のことを考えた 219
事業が駄目になる 220

12. 新潟に避難先を決めた理由 221

新潟なら山を越しているから、いくらか安全かと 221
新潟なら自主避難者も受入れてくれる 221
福島から週末帰れる場所として、妥協点としての新潟 221
新潟は汚染されていないというのが決め手 221
ぎりぎり新潟なら通えなくもないかな 221
先に友人が避難していた 221
先に避難した人がいた 222

自宅から通えるし、汚染がない 222
新潟なら距離も離れているし、民間借上げもあった 222
13. 避難を家族に伝える 223
子どもたちに避難を伝える 223
次男は納得しなかった 223
ママを信じてもう一度避難して 223
「友だちがいるなら、いいよ」 223
妹は耳をふさぎ、母は心配で倒れた 224
一時避難が楽しかったので、子どもは嫌がらなかった 224
14. 避難元の学校 225
転校する人はいない？ 225
福島の小学校から何も言えずに転校 225
さよならも言えずに 225
15. 本避難生活のはじまり 226
被ばくストレスからの開放 226
見えすぎて辛い 226
子どもが熱を出したらどうしよう 226
支援活動への参加 226
新潟での親戚関係 227
避難先での複雑な想い 227
狭いアパートで投げやりな気持に 227
近隣からの嫌がらせ 227
16. 本避難と子どもの転園・転校・手続き 228
長女の小学校入学 228
あっさりした転校手続き 228
初登校の日 228
不安のない転校手続き 228
幼稚園の通園 228
次女を幼稚園へ 229
認められるのに時間がかかった広域保育 229
子どもたちの就学上の困難 229
好意的だった教育委員会 229
湯沢での避難生活 230
17. 本避難して、暖かく迎えられる 231
支援される側になれた 231
ケアをしてくれた小学校の司書の先生 231
避難者同士のネットワーク 231
小学校では暖かく迎えてもらえた 231
新潟で地域とつながる 231
湯沢町での受け入れ 231

見守ってくれた大家さん 232
小学校ではしっかり対応してくれた 232
長女の学校と友だち 232
次女の幼稚園と自主避難者のママ友 233
親切な不動産屋さん 233
何でも話せる場を作りたい 233
暖かく迎えてくれた幼稚園 233

18. 母子避難の暮らしと通う夫たち 234

悲しかった母子避難 234
一人での子育てで困ったこと 234
被災者という意識と周囲との壁 234
孤立感と長引く避難生活 234
夫と話す時間がとれず心療内科へ 234
訪問支援員の方との出会い 235
2回目となると強くなるもの 235
相談できない避難生活 235
同じように思ってほしかったけれど・・・ 235
新潟通いで疲れる夫 235
ストレスがたまる夫 236

19. 本避難と学校生活での苦悩といじめ 237

子どもが慣れるのに苦労した 237
福島に帰りたかった息子 237
子どものストレスと先生の不理解 237
勉強が分からない 238
登下校問題 238
ここにいるしかない 238
原発避難によるいじめ 238
いじめ・頼りにならない先生 239
「福島へ帰っちゃえ」と言われた娘 239
本当に心から笑っていない 239
孤立・学区外中学への進学 240
子どものいじめ 240
妻が登下校に付き添った 240
子どものいじめ 240
長女の体調不良 240
貧血・起立性低血圧で休むことも 241
長男の不登校と病気 241
子どもの PTSD～がんばりすぎた息子 241
子どもの病気 241
幼稚園では一年ほど寂しい思いも 242
避難者向けのスクール・カウンセラーがいたらよかった 242
避難いじめニュースを機に、避難を口にしなくなる 242
中学でのいじめ「命がけで逃げてきたので、命がけで守ります」 242

20. 体調悪化（大人）.....243
疲れが酷くなり、階段からも落ち、めまいもでてくる.....243
寝たきりになるも、何の病気か分からず冷たい扱いを受け、生活も困窮する.....243
難病であることがわかる.....243
難病の治療も難航する.....244
主人の心臓発作、義父の肺癌、子どもの心臓病の疑い.....244
21. 本避難：暮らし向き・経済状況.....245
二重生活.....245
新潟での生活.....245
家計への負担.....245
住宅の選択.....245
住宅支援の大きさ.....245
アパートに住むのは初めて.....246
支援を受けられない.....246
生活破綻：子どもを施設に預ける.....246
ヘルパーによる嫌がらせ.....246
22. 避難後の家族関係の変化（1）母子避難から世帯避難へ.....247
毎週末の危険な往復、泣く子どもたち.....247
悩んだ末の決断.....247
生活の安心を感じる.....247
父親・夫による福島との往復.....247
世帯同居をめざして.....248
毎週末新潟に通った.....248
そんなに長ければこっちの人だよ.....248
妻子が戻るという選択肢はなかった.....248
毎週夫が通ってくれる.....248
妹は世帯避難に.....249
一緒に暮らしてイライラがなくなった.....249
23. 避難後の家族関係の変化（2）関係の事実上の破綻・離婚.....250
離婚調停へ.....250
好きな人の子どもが欲しかった.....250
原発事故は人間関係を切る.....250
夫の苦境と離婚への経緯.....250
就職と将来に向けた資格訓練.....251
新たに資格の勉強を開始.....251
離婚について.....251
24. 帰還という選択.....252
「なんで帰れないの」「もう駄目だよ」.....252
20 代続いた家を残すための帰還.....252
放射線量の判断基準と.....252

帰還後の保育園入園 253
経済的な困難と分断される被災者 253
避難指示区域からの避難者に対する偏見 253
「お金があったから避難出来たのでしょう」 253
大変さに共感してくれる人の必要性 254
農家の原発事故被害の深刻さ 254
子どもたちへの願い 254
生活破綻と一時帰還 254
25. 一時帰宅 255
寂しそうに、でも禁句みたいな感じで 255
帰省して線量計ではかる 255
お互いに不戦協定みたいで、仲はいい 255
手続きは福島に行かないと出来ない 255
お墓参りで戻る 255
26. 避難してよかったこと 256
子どもたちのぜんそくが出なくなる 256
健康の心配がなく、のびのびできた 256
サッカーをさせることができる 256
言いたいことを言い合えるような友だちができた 256
避難して気付いたことがある 256
避難者＝社会的弱者になってこそ、見えてきたこと 256
子どもとしての本来の感覚を養う 257
避難して良かった 257
良い人たちと出会えた 257
27. 現在の生活：子を守る親の思い 258
子どもがいなければ避難していなかった 258
帰れるものなら帰りたいが、帰れないのが現状 258
親なら、安全をとるのは当たり前 258
子どもの健康への不安 258
子どもの健康への心配 258
子どもの友達がいるのは新潟 258
子どもの将来 258
子どもの将来 259
子どもには私しかいない 259
子どもは自然が大好き 259
付き合い被ばくはさせたくない 259
「避難した」という肩書きをくっつけてあげたい 259
次女が 20 歳になるまでは 259
保養所を確保しておきたい 260
子どもを守るのは普通のこと 260
雑草のように育てたい、それと放射能に曝すこととは別の話 260
私には子どもが一番、優先順位が違う 260

子どもがバックにいる、置き去りにされたままの状態が耐えられない 260
子どもは福島の友人と連絡も取れない 260
子どもへの思い 261
息子が自立したら 261
帝王切開で生まれた息子 261
子どもの成長、存在に支えられる 261
トンネルの中 261

28. 現在の生活：家族への思い（配偶者、祖父母など） 262

奔走する主人への思い 262
夫の不在による子への影響 262
夫婦間の考え方のずれ 262
私は軽い方～放射能に関する考え方の一致 262
夫との距離がひろがる 262
転勤できない夫 263
夫との関係 263
もともと接点とかあまりなく、寂しいとか、一切なかった 263
義母から褒められる 263
優しい母への思い 263
「アパートでは死にたくない」 263
帰還と将来について 264
高齢化する親の存在 264
母の応援 264
妹家族も新潟に避難してきた 264
「お父さん、ごめんなさい、でも食べられないよ」 264

29. 現在の生活：ふるさとへの思い 265

避難元とのつながり 265
不便な役所の手続き、住民票を移さない理由 265
福島の自宅 265
福島に住み続けている知り合い 266
互いに励まし合う 266
夫婦の選択 266
本当は避難したい人がもっといた 266
福島全県避難にしてほしかった 266
根っこがない 266
避難者同士のつながり 267
子どもたちは福島の家が好き 267
福島の知人との人間関係 267
避難した人と避難しなかった人との温度差 267
それぞれ抱えている問題は一括りに出来ない 267
「避難する」「福島で暮らす」どちらの選択肢にもメリットとデメリットがある 267

30. 現在の生活：受け入れ先への思い 268

就職先での差別・長女への思い 268

周囲の目と孤立、あきらめ 268
「なんで福島に帰らないの？」 268
親切なアパートの大家さん 268
話せる新潟の人 268
新潟での周囲との関係 269
私たちの負った傷は比較的軽い 269
沢山の人に支えられ、ありがたい 269

31. 現在の思い：健康検査・体調悪化 270

受けられない検査 270
健康調査は受けていない 270
甲状腺の検査で引っかかる 270
帰省と子どもの体調 270
放射線と健康不安 270
スイッチを入れる時間 271
わからないところに住民を戻すんだなと思いました 271
それぞれが自分にとって最良の選択をしたことを、誰も責められない 271
もういい訳はしたくない、被ばくしたことは取り返しがつかない 271
なかったことにできない 271
心臓病で倒れた夫：望みは捨てない 272

32. 現在の思い：支援・賠償・借上げ住宅の停止（区域外） 273

外部からの支援について 273
社会の無理解 273
福島での救助を求める声 273
子どもの教育費のために仕事を探す 273
住民票 273
大きい住宅支援 273
住宅支援が停止されたので、フルタイムで働こう 274
住宅支援・教育費・就学援助も大きい 274
医療費の手続きの煩雑さ 274
住宅支援がなくなり、夫に帰ってくるように言われる 274
福島に戻ることは苦渋の選択～家を建てていなかったら・・・ 274
みんな同じ賠償は受けていない 274
避難は避難 275
今欲しいのは住宅支援 275
借上げ住宅での苦労 275
高速バスの利用対象者になれない 275

33. 現在の思い：支援・賠償・借上げ住宅の停止と今後の生活（区域内） 276

早期の避難解除と固定資産税等免除の終了、ローンの支払いの継続 276
勝手に値段がつけられることへの違和感 276
素直に喜べないお金 276
金銭的苦労はあるが、賠償は請求していない 276
賠償は人間関係を複雑にする 277

避難指示解除後の生活の選択 277
家賃補助が受けられなくなる 277
34. 現在の思い：裁判、ADR 278
東京電力柏崎刈羽再稼働差し止めの裁判に参加する 278
福島原発事故告訴団～罪を償ってほしい 278
裁判への途中からの参加 278
新潟集団訴訟に途中から参加する 278
ADRと裁判 278
ADRについて 279
辛いことしか頭に浮かばず、妻は書類作成できなかった 279
追加費用の発生は支払われない 279
賠償額は限定的で加害者主導、納得がいきません 279
ADR に納得ができず裁判に参加する 279
東電、国には反省の色が見えない 279
新潟弁護団に参加してよかった 280
35. 現在の思い：自分自身への思い・今後への思い・社会への思い 281
語りに参加した心境 281
好きな花も触れない 281
原発の理不尽さを知る 281
社会への思い 281
原発事故について 281
中央の論理に地方が追従する構造への疑問 282
自由に議論のできる社会の必要性 282
原発に関する教育の問題点 282
自由な討論ができるための教育を 282
消えることのない悲しみ、怒り、葛藤 283
賠償金をめぐる家族・親族の分断 283
社会への恩返し 283
原発事故の教訓が活かされていない 283
「政治に関わるな」ではなく 284
自然にあったものがなくなった 284
同じ苦しみを味わってほしくない～小学校の語り部・保養プロジェクト 284
避難者の声が軽んじられている 284
不確かな将来 285
事故が予告されていたことの衝撃 285
当然の権利 285
困っていること 285
今も気を張り続けている 285
社会的弱者は参加できない 286
被災地の子どもたちの想いを調査してほしい 286
こんな人的災害は、福島で最後にしてほしい 286
変えなければ 286

1. 避難前の生活

大家族で住む

父母と姉、自分たち家族の7人家族で住んでいました。生まれ育った町で、妻の実家も隣の市の車で10分くらいのところでした。父はリタイアしていましたが、私だけでなく妻も母も働いていました。次女が生まれる前には子ども1人に5人の手、次女が生まれたあとは子ども2人に5人の手があったのです。それが避難後は妻一人の手しかなくなりました。（40代男性、中通り）

大家族の生活

お嫁に来た時には、周りは誰も知りませんでした。義父母と同居したのもあって、友だちとも、あまり遊びに行かなくなりました。家族とはうまくいっているほうです。義母は気心が知れて、嫌みがなく、何かがあっても、はっきりいう、冗談ぽく、話を聞いてくれる方です。知人には、実の親だよね、と言われるぐらい気心が知れています。同居で大変でしょうとよく言われましたが、たしかに大変な部分もあるけど、助かる部分も多くありました。子どもが公園に行くのも、家族の誰かが連れて行ってくれました。

家の中でも、長女が私や主人にしかられても、おじいちゃんかおばあちゃん、主人の姉がフォローに回ってくれたり。私が次女にかかっきりでも、長女を誰か頼める人がいて、大人の手がないときはありませんでした。子育ては、楽な方だったと言われます。娘は、夜泣きも少なく、病弱でもありませんでした。のんびりタイプの娘です。

次女が生まれる前までは、私も外で事務仕事をしていました。事故時は専業主婦で、2011 年秋から、また働きにいき、かわりにおばあちゃんが仕事をやめて、家で子どもを見てくれるというお話になっていました。後に、新潟に行くなら仕事をやめなかったのに、タイミングが悪かったね、と話しました。（30 代女性、中通り）

農村部に育ち、嫁入りする

避難前は、主人の実家で、義理の両親や小姑と同居していました。主人との間に2人の娘が生まれ、7人で暮らしていました。生まれ育った実家も、車ですぐ近くの農家だったので、よく野菜を取りにいき、食べました。家の近くに公園があり、近所にも子どもの友だちもいました。

地域のつながりが強いところでした。自治会の秋祭りなどもあり、神輿を持って町内をまわったり、お餅をついて配って豚汁と食べたり、お菓子をもらって帰ったり。お嫁入りしてから、町内中に挨拶し、お祭りに参加し、顔見知りになっていきました。もともと人見知りで、積極的に話ができない性格ですが、日頃から隣近所に、あいさつを続けていて、話もできるようになり、やっと馴染んできていたところでした。（30 代女性、中通り）

兼業農家への嫁入りと里山の恵み豊かな暮らし

結婚当初は、義理の両親と私たち夫婦の4人暮らしでしたが、その後3人の娘が生まれました。私たちが暮らしているこの地区は、我が家のように兼業農家で三世代同居をしている方が多いのです。結婚後の生活でも、里山の恵みを楽しむ食生活が続きました。お米も野菜も自分たちで栽培したものや頂き物を使っていましたから、その季節のものを食べていました。たとえば夏以外にキュウリは食べないわけです。野菜はお店ではほとんど買いませんでした。スーパーで買うのは肉や魚ぐらいで、果物もこの近くで栽培しているリンゴや洋ナシをいただいていました。また庭にある栗の木から収穫をして、マロンクリームを作ってモンブランにしたりもしました。夕食のおかずが足りないと、家の側にある三つ葉や山菜を採ってくることもありましたし、ワサビなどは家の目の前に生えていましたから、必要な時にはすぐに使うことができました。

また、この夫の実家は20代も続く家なのですが、親族も多いので季節になると浜の方からサケなどの海産物が届いたりもしました。さらに夫の実家はワラビが採れる山を持っているので、フキなどと一緒に山菜として出荷もしていましたし、山林もありましたのでキノコの原木も切り出して、業者に出荷していました。ですから、

現在のように夫婦2人とも働きに出なくても、あるものでどうにか生活ができていたのです。（30代女性、中通り）

福島で生まれ育ち結婚する

震災前は私と主人、子どもたちと暮らしていました。震災当時、下の子は年長でした。出身は中通り、ずっと福島で、出たことはありません。20 代そこそこで主人と結婚しました。主人も福島県出身で、会社員です。結婚後は、実家近くで暮らしてきました。

仕事は、ほぼずっとしてきました。子どもが生まれてから専門学校に通い、資格を取得して、その資格を活かした仕事をしてきました。（50代女性、中通り）

夫が婿入りする

中通りの生まれで、学生時代を除いてずっと福島です。東京の大学に行ったんですが、都会の生活に疲れたというかあわないと思って帰ってきてしまいました。それから数か月後に夫が福島に来ました。夫は宮城の人なのですが、夫が婿入りという形で数年後に結婚しました。

27 歳で子どもが生まれて専業主婦になり、祖母の在宅介護があって、2 番目、3 番目と生まれて、震災の時は、両親、夫、子ども 3 人と 7 人家族でした。夫は営業関係のサラリーマン、父は退職前は公務員でした。（30 代女性、中通り）

大家族に嫁入りする

もともとの出身は西日本です。結婚して、共働きの生活をしていました。忙しくも、子ども中心に、じいちゃんばあちゃんと賑やかな生活を送っていました。（40代女性、浜通り）

夫の実家近くに住む

震災前は夫と私、三人の子どもと暮らしていました。震災当時、長男が小学 2 年生でした。私も夫も中通り出身です。子どもの頃は福島県内を転々としていましたが、結婚して再び中通りで住むようになりました。夫の実家がすぐ近所にあり、普段から行き来がありました。（40 代女性、中通り）

新しく家を建てたばかりだった

震災前は夫と私、三人の子どもと暮らしていました。震災前、新しく家を立て替えたところでした。私は中通り出身で、結婚後も中通りで生活をするようになりました。（40 代女性、中通り）

中通りの一軒家で暮らす

避難前は中通りに住んでいました。ほとんど専業主婦のような感じですが、自宅で教室をやっていました。

夫と息子と私の3人で一軒家を借りて暮らしていました。息子が高校に入学したら、同じ市内にある実家に住むつもりでした。（50代女性、中通り）

浜通りでのんびり暮らす

浜通りの生まれで、生まれてからずっと同地域に居住していました。震災時には夫と子ども2人の4人暮らし、夫の自営する会社を手伝いつつ、福祉施設でもパートで働いていました。その仕事先近くに実家があり、父と妹が暮らしていました。

夫の仕事はあまり景気がよくありませんでしたが、その分、子どもと遊ぶ時間も多く取っていました。家族仲良く、楽しく、のんびりした生活でした。（40 代女性、浜通り）

海沿いの集落に暮らす

避難前は主人と私、子どもたちと暮らしていました。震災当時は上の子は中学生で、下の子どもが小学生でした。上の子は今はもう大学生です。主人は自営業を営んでいました。私はそれとは別の仕事をしていました。住んでいるのは、海沿いの集落でした。（50 代女性、浜通り）

農家に生まれて

私の実家は農家です。4 人兄弟の2番目です。弟は今、一緒に敷地内にある別棟に住んでいます。お嫁さんは働いていますが、震災後に子どもが生まれ、震災後1年たたずに、敷地内に家を立てました。

子どもの頃から、夏に1度くらい海水浴に行ったら、そのあとは1ヶ月ずっと手伝いでした。忙しいときには夜まで作業が続きます。避難後もこの時期には手伝いに行っています。

以前は、黒毛和牛も 40 頭ほど飼っていました。少しずつ頭数を減らし、ちょうど全て売れた時に震災がありました。他にも野菜を色々と作っていました。震災後、復興関連の番組で有名人が実家に訪れています。お泊まりで家に来たこともあります。（30 代女性、中通り）

子育てはほとんど一人で

結婚後に住んだのは、駅に近いアパートの4階でした。子育ての時、エレベーターないアパートは大変でした。夫には、上の子を一度お風呂に入れてもらっただけです。子育ては、ほとんど一人でやっていました。公園に連れて行ってくれたこともありませんでした。夫は震災前も、子どもと過ごす絶対的な時間数が少なかったんですね。（30 代女性、中通り）

三世代女系で暮らす

私は生まれた時から、中通りの二つの市の両方を生活圏として生活してきました。

避難前は中通りの一軒家に、実母と娘2人との4人で暮らしていました。母子世帯になることを決めてからは父親役も兼ねようと頑張り、母の経営する店で働く他に工場でパートの仕事もしていました。事故の前年までは、祖母の介護もしていました。男勝りの元気さで人の2倍3倍動き、家族で剣道に励むなど、私も元気で、家族も楽しく生活をしていました。（40代女性、中通り）

中通りはいいところ

原発事故の当時は中通りで集合住宅の4階に住んでいました。家族は私と妻と息子、娘。合計4人暮らしでした。息子は、私立の保育園に通っていて、娘は2歳、入園前でした。

中通りは結構よい所で、すごく好きだったんですよ。だから、二人暮らしの時にも一軒家を借りてゲストルームを作って、いろんな友だちを呼んでいました。（50代男性、中通り）

自然の豊かさを実感する日々

私は高校を卒業後、大学と会社勤務で北関東地域に住んでいましたが、結婚後は夫が福島県に就職を決めたので、2001 年、17 年ぶりに福島県に戻りました。中通りの地域にアパートを借りている間に子どもが 2 人生まれたため、2004 年には市内にマイホームを購入しました。私は専業主婦だったので時間の流れもゆっくりで、穏やかな毎日を送っていました。

関東に住んでいた時は、季節感がありませんでしたが、福島では季節の移り変わりが肌で感じられる地域でした。（40 代女性、中通り）

中通りに自宅を構える

震災前は私と主人、三人の子どもと暮らしていました。震災当時は長男と次男が小学生でした。私も主人も中通り出身です。仕事の関係で東京や大阪で生活したこともあり、福島に戻ってきたタイミングで結婚しました。その後、長男が 1 歳の時に会津の方に転勤となり、その後中通りに戻ってきて、そのときに自宅を購入

しました。それ以降、ずっと中通りで生活していました。自宅を購入したのは、引っ越しで子どもに悲しい思いをさせたくなかったためです。中通りでの安定した生活を求めて、そしてゆくゆくは親の面倒を見たいと思って自宅を建てました。

私の実家は自宅から 10 分くらいのところにあります。震災前はしょっちゅう会っていたけど、今は年に何回かしか遭いません。自宅を構えた後も、両親に支えてもらっていました、なにかあれば頼れるという環境はよかったですよね。

震災の年は、地域の自治会の本部長になる予定でした。結局それは、他の人にお願いせざるを得ませんでしたが。ただ、地域の活動や PTA、スポ少などの活動には積極的に関わっていました。子どもがここで育っていくならば、地域の行事に積極的に参加しなきゃいけないと思って参加していました。（40 代女性、中通り）

福島県移住を決めるまで

出身は北関東です。田園風景が広がるのどかな環境で育ちました。でも、田舎特有の閉鎖的な空気はありました。母が苦労していたのを見ていたので、18 歳で就職のために東京に出ました。元々転勤で移り住んだ街だったので、郷土愛は殆どありませんでした。都会の感性の方が、当時の私には性に合っていたように思います。そのまま都会で結婚して、妊娠、出産して、専業主婦になりました。子どもの出産を機に、今後のことを考えて家を購入したいと探し始めました。でも、周辺の地価が高く、私たちの貯蓄や収入では難しいと感じました。そこで、地方への移住を考えるようになったんです。夫は仕事が忙しく、子どもの起きている時間に家にいることはありませんでした。でも、考えてみると、長い人生の中で、子どもと一緒に過ごせる時間は少ないんですよね。家族が一緒に過ごすために、「子育てに良い環境で、家族の時間が持てる暮らしをしよう」ということになりました。

半年ほど移住先を探し、最終的に辿り着いたのが福島県でした。子連れだったので、私たち家族は歓迎されました。家探しを手伝ってくれた不動産会社の方が、住宅だけではなく夫の職探しもしてくれました。夫も私も福島県には親戚も知人もいません。なので、私の両親は引っ越しに反対しましたが、夫の健康や子どもの将来を考えて納得してくれました。2010 年の 10 月末に、家族 5 人で引っ越しました。（40 代女性、中通り）

福島県での豊かな生活

私が住んでいたのは、人口が数千人規模の町でした。周囲はお年寄りが多かったです。冬は寒い地域のせいか専業農家より兼業農家が多く、若い人たちは町の外で働いていました。 実際、引っ越してから避難するまで半年弱しかいませんでしたが、楽しかった記憶しかありません。田舎は閉鎖的なところも多いと聞いていたのですが、その集落のみなさんはとても親切でした。元旦から集落の集まりがあったり、お葬式のお手伝いのために会社を休んだりすることに、最初はとてもびっくりしましたけど。集落の人たちに支えられて、毎日楽しく暮らしていました。

転職後は夫も仕事が早く終わって、家族で過ごす時間が増えました。一緒に夕ご飯を食べて、一緒にお風呂に入って。夜 9 時には、みんな一緒にお布団に入っていました。健康的な生活をしていましたね。あの頃を思い返すと、夫も私も毎日が新鮮で楽しかったせいか、夫婦喧嘩をした記憶がないんです。冬の時期でとても寒かったですし、地区の風習や習慣に戸惑うことも多かったですが。今になって振り返ると、家族みんなで幸せな時間を過ごしていたんだな、と思います。（40 代女性、中通り）

浜通りの母の実家の思い出

私の母親は浜通りの地域で一人暮らしをしていたので、毎月 1 回は週末を利用して母親の所へ行っていました。母の住む家は、目の前に田園風景が広がり、両隣も離れています。家も広いので、子どもが大声を出して遊んでも隣近所に全く迷惑がかかりません。車で 10 分ほど走れば海があります。海水浴場はとても小

さいのですが、波打ち際も安全で、砂浜が綺麗なので、夏には子どもを連れてよく出かけました。（40 代女性、中通り）

2. 事故前の原発への意識

原発を意識することはなかった

原発のPR館に行ったことがありますが、普段の生活で原発があることを意識することはありませんでした。友だちの彼氏が東電の原発作業員のアルバイトをしていました。原発の地下で掃除をするだけで 1 万円もらえると聞いたのですが、それがどういうことを意味するのか、その時はわかりませんでした。東京電力は一流企業でした。そこに就職している人は尊敬されます。「いいな」という憧れがありました。

結婚してから、原発周辺の自治体ということで、原子力立地給付金が1世帯で 4200 円、振り込まれているということを知りました。（30 代女性、中通り）

原発の不安とは無縁の生活

浜通りにはエネルギー館という建物がありました。東京電力（東電）の建物ですが、2階には家庭の消費電力や原発に関する展示コーナーがあり、原発から出る放射能は自然界から出るものと何ら変わりないもので、全く心配しなくて良いというようなことが優しいタッチで説明されていました。私の親が、原発に対する不安を言葉にしたことはありませんでしたので、私も原発に関して不安に思ったことは一度もありませんでした。

今思うと、チェルノブイリ事故が起きたときも、他人事のような感覚でした。

原発立地地域の住民は電力会社の恩恵を受けている、と言われますが、家族が原発関係の仕事をしていたわけではないので、恩恵を受けていたと言う感覚は正直なところ、あまりなかったのです。（40 代女性、中通り）

もともとアレルギーがあり、自然食品を口にしていた

もともと学校給食でも、卵や牛乳はアレルギーが出るので摂取しなかったんです。今は放射能を避けるために口にしない人もいますが、私はもともとそれが普通でした。自然食品店で買い物をします。安くて悪いものを食べて病院に金を払うぐらいなら、予防にお金をかけたほうがいいと思っています。（50代女性、中通り）

看護師のときには

私は看護学校で3年間学んで、卒業後に国立の子ども専門の病院で働いたんです。肺、腎臓、内分泌系の疾患を持っている子どもを担当する病棟にいました。癌になった子も、透析やっている子どももいて、亡くなっていく子が多くて精神的にもきつかった。夜勤もあり、労働環境も過酷なため、2年半で辞めました。

地元に戻り、小児科の病院で働いたとき、原発立地町の子どもを 2 人、同じ時期に受け持ちました。「あっちから来る子は白血病が多い」というのは、今に始まったことではなかった。そういう統計を取って論文を書いた研修医の先生が飛ばされたという話も聞きました。医療関係者は、感覚的に多いとわかっているんですね。それを知った時、はじめて原発は怖いなと思いました。白血病で亡くなった子どもは、母親に抱かれて自家用車で家に帰っていきました。（30 代女性、中通り）

チェルノブイリ事故（1986 年）の記憶

チェルノブイリの原発事故が起きた 1986 年当時、私はまだ小学生だったのですが、事故そのものが紛争のように見えたことを覚えています。あの時は、単なる事故ではなくて、何か戦争でも起こったのではないかという印象が漠然とありました。テレビの映像で無残に壊された地域を見たときに、戦争が起こっているような、とても危険なのだという印象を受けたのです。放射能の影響などについて当時は分からなかったのですが、大きな工場が爆発してそこから毒が出たかもしれないという認識だけはあって、その後もなぜかずっと覚えていました。

そして事故の数年後に、自分と変わらない年齢の子どもたちが、白血病やガンで苦しんでいる様子をテレビで観るようになりました。中学生ぐらいだったと思いますが、すごく興味があってテレビ番組も観ましたし、関連する本も読むようになりました。これほど印象に残っているのは、自分と同年代の子どもたちだったので、自分を投影して見ていたからだと思います。その子たちが病気になったり、大人になって産んだ子どもが病気を抱えているという事態が、どうも他人事とは思えませんでした。そういう意味で、チェルノブイリ原発事故の被害者たちに共感を持っていたのです。

当時通っていた学校でも友達同士でこの事故が話題になることもなかったですし、福島にも原発があるから大丈夫だろうか、という話もしなかったと記憶しています。多くの人にとっては「対岸の火事」だったのだと思いますが、私のなかでは他人事ではなくて、紛争のように感じるほど強烈だったのです。自分が生きている時代に、目の前で同世代が同時進行で被害を受けていたので、印象深かったのだと思います。（30 代女性、中通り）

原発の本を読んでいた

19歳の時に原発の本を読みました。原発作業員の裏事情を書いたノンフィクション、原発潜入ルポの本でした。

富岡の夜ノ森公園に行ったときは、空気が透明な磨りガラスのように、模様になって見えました。原発PR館にも行きましたが、燃料棒を動かす展示に、「とっても怖いし、危ないし、いらない」と息子には、教えながら見学しました。（50代女性、中通り）

原発の仕事にかかわっていた

私は事故前、原発の仕事に関わっていました。父親が原発の下請けの仕事をやっていたのを、私が引き継いで。父親が仕事をしていたから、なおさら敏感という事があって。だから、普通の人よりは放射能について知識がありました。そのことが避難行動につながったんだと思います。たぶん、子どもがいなかったら、避難していなかったと思います。（50 代女性、浜通り）

3. 地震・事故時のこと

3 人の子どもを抱えて被災する

震災の時は、夫と私、そして娘たち 3 人の 5 人で暮らしていました。私は当時 2 ヶ月だった三女を産んだばかりで、産後を過ごした実家から戻ってまだ一ヵ月ぐらいしか経っていませんでした。次女は 2 歳 9 か月、長女は 6 歳だったので幼稚園の年長で、不運なことに卒園式を数日後に控えていた時だったのです。

地震が起きたときには、私は長女と三女と3 人で自宅の中にいました。地震の前にいつもと違う地鳴りがして、これまで大きな地震があっても揺れることのなかった母屋が、初めてガタガタと揺れました。私は授乳を終えたところで、三女を抱っこしながら、念のために玄関の戸を開けたら、目の前にあったお風呂場の小屋の瓦が滝のように流れ落ちたのです。それでも揺れが収まらず、裏山から樹が降ってきて家の屋根に当たる大きな音もしました。さらに地面に亀裂が走って、割れたところが上下に揺れているのも見ました。家の中にいた長女に、「何でもいいから靴履いて表出よう。家が危ないから」と言って外に出たのです。

外に出て、すぐに水が出ないことに気が付きました。水道管がどこかで破れたのだと思って、水を共有している近所の家に行ったら、そこのおじいさんが一緒に我が家まで上がってきて水道を見てくれました。その時に、家の裏山が崩れて私の背丈ぐらいまで土砂で埋まっていたこともわかって、動けなくなるほど茫然としました。（30 代女性、中通り）

収まらない揺れ

次女に母乳をあげていたら地震が起きました。おじいちゃんと一緒にいた長女のところに走っていきました。ガラスのものが割れたりして、危ないからと、外にでました。雪も降って、吹雪いて、裸足のままで、寒かったのをおぼえています。しばらく揺れが収まらず、長女は怖くて動揺してとにかくしがみついてきました。そうするうちに、主人が帰って来て、「何をやっているんだ」「ガソリンを入れないと。何かあっても困るから」と。主人は、会社から家までの道路が、すごい地割れしていたり、家が壊れていたり、そういう状況を見てきているからこそ必要だと思ったんでしょうね。新しい災害対応型スタンドなので、入れられました。これが後でとても重要でした。ガソリンを入れたおかげで、後に避難ができるようになりました。（30 代女性、中通り）

確保できたライフライン

その日は、夕飯のカレーを偶然早めに作っていました。ご飯は残っていたし、お風呂も水が濁っていたけれど、チョロチョロと溜めることができました。水が止まって入れば、その時に避難していただろうと後で思い返しています。主人の家では、停電になったときのためにと、石油ストーブもおいていました。電気は夜には復旧しました。暖も取れるし、水もある、プロパンガスもすぐ解除して使えました。ライフラインはそれほど困りませんでした。給水車も公園にきました。次女は小さいから、出歩くのはおじいちゃんがしてくれました。おじいちゃんが行ってみるとチョロチョロとしか水が出ないので、だったら家で時間をかけて溜めればいいということになりました。（30 代女性、中通り）

地震直後に帰宅し、ガソリンを入れる

地震の後、すぐに会社を出ました。道路は波打ち、フロントガラスが割れた車が放置されていました。40分の距離を2時間かけて自宅に戻ると、車のなかに嫁と子どもがいました。父母は家の中を片づけていました。自宅の壁にヒビが入り、瓦が落ちる程度の被害でした。すぐに、家にある5台の車にガソリンを入れ、次に食糧を買い出しに行きました。その夜は服を着たまま家族みんなで1階で寝ました。幸い、電気もガスも水道も使え、米の備蓄もありました。震災後の金・土は会社に出勤したので、その付近で食糧も買い足せました。（40代男性、中通り）

激しかった地震被害

中通りの震度は 5 強ということですけど、住んでいたのが昭和の頃の建物の4階で、実感は震度 7 とか、そんなもんじゃなかったですね。あらゆる物が倒れて、CD ラックなんかチェーンが切れて倒れて、耐震対策も役に立たない。食器棚はひっくり返って食器がみんな割れたし、わが家はひどいものでした。買い物に行っていた妻と娘が 1 時間近くたってからようやく帰ってきて、家族 3 人がそろって、息子を迎えに行ったんですね。すごい渋滞でした。中通り内でも、停電になった所と停電になってない所とあるというのが分かりました。帰り際にうちの妻が、ガソリンを入れなきゃ駄目だと、余震もあってスタンドも危険なんですけど、妻に言われて入りました。

うちは電気も水道もガスも全部止まって、何も使い物にならなかったので、中通りの避難所に行って、そこで夜を過ごしました。翌日は、午前中は避難所で子どもの面倒をみて、午後は、女子便所の水がないというので、近くの川までバケツで水をくみに行く仕事をやっていたので、福島原発が爆発したのも知らなかったです。（30 代女性、中通り）

時間をかけて全壊に

自宅は地盤の弱いところにあったらしく、3月11日の被害は甚大でした。大規模な地滑りの中央部にあったのです。最初は犬走り（外構部分）が崩れた程度だったのですが、そこから徐々に大きくなり、3か月後には全壊状態になってしまいました。時間をかけての崩壊だったので震災による罹災となかなか認めてもらえず、最終的には弟が仙台の裁判所まで行って認められたものの、補償はありません。最初の数十万円は、母が少し受け取ったかもしれませんが、ほとんどありません。（40代女性、中通り）

地震直後の様子

震災の日は上の子の卒業式でした。式も無事に終わり、会社にこれからむかいますと連絡をし、車で向かっているところでした。下の子の保育園の横を通ったところで、被災しました。

車を走らせることができないぐらいの揺れで、一人で車の中でハンドルにしがみついていました。周りの全ての車がその場で止まっていました。外をみると道路がバキッと割れて、そこから水が噴き出し、電信柱がグラングラン揺れ、家の塀が倒れていました。そこに子どもが泣きながら歩いて来たので、「車のなかに入った方がいいよ」と親切心で声を掛けたのですが、この地域の子は見知らぬ大人について行くなと教育されているので無視されてしまいました。その後、すぐに暗くなり吹雪になったのを覚えています。吹雪が収まってから、会社に向かいました。

話は少しずれますが、震災の 2～3 日前に、子どもの卒業式という区切りのタイミングに、自分自身がとても落ち着いた生活が出来ていると、ふと、「自分は幸せだな～」と思っていたことを明確に覚えています。だけど、あの大きな揺れを体験して、幸せだと思った事が一瞬で消えてしまったことが、今もそのことが頭から離れません。

会社に到着すると、棚が倒れていました。もし私がそこに居たら、下敷きになっていたかもという恐怖を感じました。スタッフは、余震の揺れで、船酔い状態でした。会社のガラスが割れ、外に飛び散ったガラスを回収したり、倒れたものを元に戻していたりしました。みんな笑顔が無く、半泣き状態でした。

家に戻ったのは夕方です。帰宅途中、子どもを迎えに保育園に寄りました。保育園の先生は、いつもと変わりなく、「お帰りなさい」と声を掛けてくれて、親にとってはどれだけその言葉がありがたかったか、と今でも覚えています。子どもに、大丈夫だった？と聞くと、「痛かった」と言っていました。理由を聞くと、保育園の先生方が子どもたちを守ろうと庇った時、ちょうどうちの子の頭を押さえていたから、ということでした。

自宅は、食器棚がくずれたくらいで、大きな被害はありませんでした。電気は停電していました。水は、帰宅後すぐは出たので、親戚にお風呂をかせると思い、風呂場を洗っていたときに水が出なくなりました。実家の水道はすぐにでたのですが、砂交じりの水で、飲食には使えず、ボトルの水をつかいました。そこに、わたしの会社の本社から支援物資が届いたときは、本当に有り難かったです。そのため、食器はラップを使っ

ていました。近くの公園に給水車が来ていたので、水を汲みに並んでいたりもしました。だけど後で考えると、そのときに放射性物質を被っていたことを知るわけです。

水道が出ないので、自宅で生活できず、実家に避難していました。一ヶ月くらいいたでしょうか。会社は一週間くらい自宅待機になっていました。（50 代女性、中通り）

成田から戻る途中に被災する

3月11日は、家族旅行からの帰りでした。海外でテレビを見ていたら、浜通りで起きた震度4くらいの地震がニュースになっていて、いない時でよかったね、なんて言っていたんです。あの震災の前後は、ずっと地震が多かったですね。帰国して成田空港から常磐自動車道を走っているときが14時46分の地震でした。急に大きな揺れが来たので、最初はパンクかと思いました。すぐ、近くにあったひたちなかのパーキングエリアに止まって、ここならトイレもあるししばらく安心だと考えていたら「高速は通れません、パーキングエリアも閉鎖です」、と言われて、すぐに降ろされてしまいました。ひどいですよね。それで下道を帰ったんですけど、地震や津波で道路も壊れていて、家に着いたのは夜中の11時くらいでした。家の中もめちゃくちゃで、金魚も床に落ちて死んでいました。自宅は、夫の職場も兼ねた3階建てだったので万一倒れたら助からないと、その日の夜だけは、平屋の実家の方に泊りました。自宅については、後から、大規模半壊の罹災証明をもらいました。（40代女性、浜通り）

歯医者さんで被災する

地震の時は歯医者さんで、ちょうど麻酔をかけた時でした。しばらく病院内で待機していました。子ども連れで診療を受けられるところだったので、3歳の長男、1歳の長女も一緒でした。

外に出ると、駐車場から水が出たり、土煙が上がったりしていました。マンションは、レンジは落ち、冷蔵庫が動いて入り口を塞いでいるような状況で、歯医者さんに行っていてよかったと思いました。（30 代女性、中通り）

美容院で被災する

翌週が上の子の幼稚園の卒園式だったので、美容院にいっていた時に地震に遭いました。髪を洗い流してもらっているところでした。信号は止まっているし、道も混んでいて、ちょっとの距離でもずいぶん時間がかかって、子どもたちの顔を見たら泣き出すくらい心配しました。下の二人は寝ていて、上の子は母と折り紙で遊んでいるところだったそうです。（30 代女性、中通り）

卒業式の日だった

中学生の息子の学校は3月11日は卒業式の日でした。その日、息子を迎えに行ったあと、実家の母のところに寄ってから帰るつもりでしたが、ふわーっと雪が降ってきたんです。空を見ると、すごく気持ち悪い雲。母のところには寄らずに帰宅しました。

自宅に着いて、そこに地震です。立っていられないくらいの揺れでした。畑から土けむりがわきあがっていました。福島第一で働いていた知人は、電話で「命からがらにげてきた」「死ぬところだった」けれども、「助かった」と言っていました。

その日の夕方には、ガソリンスタンドが次々閉まり始めたので「おかしいぞ」と思い、車3台にガソリンを入れ、満タンにしておきました。水も汲み置きしました。

その日、火傷のように肌がぴりぴりしたんですね、顔と手とか。夫も「おれもピリピリする。目もおかしい」と。そうしたら、12日に爆発があった。あとで「ぴりぴり」は初期被ばくの症状だと知りました。（50代女性、中通り）

停電で実家に避難

停電し、水道もとまり、余震も怖いので、実家に避難しました。井戸水が使えたからです。姉と妹もそれぞれ 3 人ずつ子どもを連れて避難してきました。そこにうちの子どもが 2 人。小さな子どもたちが一気に集まり

ました。震災後の数日間、街の方が「水が欲しい」と井戸水を汲みに来ました。たくさんの子どもの世話に加え、水汲みの人に対応し、親戚が来たら野菜などを持たせたりしていました。そんな感じでしたし、津波の映像も怖かったので、テレビはあまり見ませんでした。インターネットもつながっていないから見ずに過ごしていました。

義弟は、大手チェーン店の支配人だったので、お店の対応をしていました。実家を行き来していましたが、基本的には男はおじいちゃんだけしかいません。子どもや来客の相手をするだけで手がいっぱい。3日間はそれで過ぎました。（30 代女性、中通り）

水が出ないために実家に避難

生まれたばかりの赤ん坊を抱えていたので、水が出ないと知って困りました。幸い同じ市内にある私の実家はあまり被害がなく、水も出るというので、子どもたちを連れてその日のうちに実家に避難することにしたのです。電気が落ちて、電話も使えず、携帯も通じなかったのですが、なんとかかろうじて夫にはショートメールを送ることができました。その後で、保育園に行っていた次女を迎えに行ってから、いったん職場から帰宅した夫に会うこともできました。実家には発電機がありましたし、練炭ごたつやダルマストーブがありましたので暖がとれましたし、煮炊きもしていました。アナログな生活もこういう時には助かると思いました。

夫は消防団にも入っていたのですが、私たちが住んでいた地区は地震の被害が激しく、道路も寸断されているので、避難者の受け入れはできずに、むしろ避難区域になるかもしれないと、11 日の夜には話していました。（30 代女性、中通り）

4. 震災・原発事故と避難（区域内）

津波が来る

3 月 11 日は上の子の卒業式でした。小学生をのぞく家族で写真館に記念写真を撮りに行っていました。家族で食事をして、一度家に戻って着替えをしたらすぐに地震に遭遇しました。主人が仕事現場に戻るといって庭にでたところでした。

ものすごい地震でした。塀が道路側に倒れてそれを片付けていました。テレビはつかなかったのですが、車のテレビを見ると 3 メートルくらいの津波が来るという話でした。

家に帰ってきてからすぐに下の子を迎えに行く予定だったので、下の子をつれて避難しないと、と思いました。だけどあちこち陥没していて前に進めなくて、一旦近くの集会所に避難しました。

だけど、私は直接聞いていないのですが、自治体の防災無線が流れていたようなんです。保護者は小学生を迎えに来て下さい、といった内容だったようです。「学校にいれば安心なのに、迎えに行って動いたら、逆に危険なんじゃないの」とは思ったけれど、自分の子どもがウロウロしたらそれも大変だと思って、学校に向かいました。（50 代女性、浜通り）

避難所で津波被害にあったことを知る

小学校に着いたのですが、当時、小学校の PTA の役員をしていたので、実は子どもに声を掛けるでもなく、運営の方に加わることになりました。小学校のすぐ近くまで津波が来ていたみたいですが、避難者の受け入れをしていたので、気づきませんでした。だけど他の人から「あなたの家、流されたよ」と言われて、そこで自分の家が津波被害にあったことに気づきました。

小学校で一晩過ごしました。明けて 12 日はガソリンを入れに行っていました。防災無線でガソリンスタンドが開いているというので行ってみたら、自分の 3 台前で終わってしまいました。本当にガソリンがなくて、少し離れた仕事場にいる主人に連絡して、ガソリンを持ってきてもらいました。子どもたちを主人に預けて、私はまた避難所の運営支援の方に戻りました。

昼ぐらいに小学校に戻ってきたのですが、原発が危ないということで、地域の判断で避難することになりました。そのときまで原発の心配はしていませんでした。（50 代女性、浜通り）

第一原発の爆発を感じる

小学校は第一原発から 10 キロ程度にあります。そこから 4～5 キロ先、第一原発からは 15 キロの距離にある場所に避難することになりました。だけど、まだ安否確認が取れていない児童がいたので、校長先生と教頭先生とともに小学校に残って確認作業をしていました。17 時までは残って、そこから移動しようという話をしており、それまで待機をしていたタイミングで第一原発が爆発しました。

第一原発が爆発した時、爆発を感じました。ドッと下から突き上げるようものを感じました。でもそれが第一原発の爆発だと分かるのは、移動した先の次の避難所のことです。そこでテレビを見て知りました。爆発があった時は消防団の人と「今のは何だろうね？」と話をしていて、「これはもっと大きな津波が来るかもしれない」という話になりました。急に怖くなって、喉もカラカラ。文字どおり命からがら避難した、という感じです。本当にびっくりしました。

でも、避難所でそのことを知っても、どれくらい危ないのかも分かりませんし、そのためどう対応していいのか分かりませんでした。市の避難所担当の職員もどうしていいのかわからない、という感じでした。
移動した避難所でうとうとしながら待機していたのですが、やはりまた移動することになりました。今度は第一原発から 20 キロ離れた場所に移動することになりました。（50 代女性、浜通り）

家族での避難

私としては、指定された避難所に移動するのであれば、もう少し離れたところにある主人の仕事場に行った方がいいと思いました。そのため、PTA の役員さんや学校の先生たちと離れて、そちらに行きました。そこ

で家族が全員そろいました。その日の夜 8 時だったと思います。主人の仕事場では、電気は使えたのですが、水道は使えませんでした。だけど井戸水があったので、それでなんとかしのいでいました。

13 日は、親戚の安否確認をしていました。近くの沿岸部に親戚が住んでいたので、避難所を訪ねてみたり、近くを歩いて探していました。それでガソリンがなくなってきてしまいました。

だけど 14 日になると、原発の爆発がありました。報道も二転三転していましたが、近くの防災無線なんか、もうものすごい慌ただしい感じだったんです。たとえば、「屋内退避してください」と言ったり、それが解除になったかと思うと、また「屋内退避してください」と言っていたり。アナウンスしている間に訂正しているような感じでした。これ、本当にヤバいんじゃないかってとても不安になりました。

私としては、家も津波被害に遭ったし、「ここにいなくてもいいのでは」と思うようになって、とりあえず福島市の方に子どもたちを連れて移動しました。とはいえ、避難先のあてがあったわけではありません。避難することについて主人に相談していません。「とりあえず避難するから」と主人に言うと、「いいんじゃないの？」という感じでした。主人は手持ち無沙汰な様子でした。主人の仕事場の近くには、主人の母が住んでいました。義母は毛布を持たせてくれて、見送りをしてくれました。（50 代女性、浜通り）

福島市から猪苗代へ

福島市に入ったら、携帯電話が通じやすくなって、今まで溜まっていたメールとかがまとまって入ってきました。電話も入るようになって、あちこち連絡をしていました。

福島市に知り合いがいて、連絡をしたら、「こっちに来なよ」と言われて、そこで一泊させてもらいました。だけどその家も水が使えません。水くみを手伝ったりもしました。でも、カッパなどを着せずに水くみに行ったので、大丈夫かなとも少し不安に思っていました。浜通りにいるときも子どもたちにはカッパを着せていましたから。

心配しながらも子どもたちと水くみをしているなかで、ずっと福島の知り合いのところにお世話になるわけにはいかないと思うようになりました。知り合いは「ここにいろ」と言うけど、でもやはりどこか別のところに行った方がいいと思うようになりました。すると、すぐ近くの高校が避難所を開設するという話になって、開設と同時に入ることにしました。お世話になった知り合いにも「いや、子どもたちが避難所体験もしたい感じで」と言って、そちらに移ったんです。

15 日に福島市内の高校に開設された避難所に入ったのですが、そのときに猪苗代に避難している子どもの同級生のお母さん友達から「ここも避難所になっていて、環境もいいよ」「床暖房もあるし、まだ受け入れできるみたい」と言ってくれて。こちらは開設された体育館にずっといると思って段ボールで居場所も確保していたけど、とりあえず一晩はそこで過ごしました。翌日 16 日に、どうしようか迷ったけど、猪苗代の総合体育館に移動しました。その日は凄い吹雪で、そのなかを移動しました。そこには、子どもの同級生もいましたし、それ以外にも知り合いが何人かいました。（50 代女性、浜通り）

さらに遠くへ

4 月に入ってすぐくらいに下の子どもの区域外就学の手続きをおこないました。でも、どうせならもうちょっと遠くに避難したほうがいいんじゃないかなという思いが募ってきました。その時、自治体の二次避難所指定の内容よくわからなかったので、担当者に問合せをしたのですが、そのことが逆に良かったみたいです。自治体の担当者は、一人でやっていたのでよくわからなかったとのことで、聞いてくれたので県に聞けたということでした。それで指定された二次避難所は、雪が深いところか、もしくは、原発の近くに帰るか、どちらかだったんです。でも、雪が深いのは大変だし、一方で、戻るのも、どうかと思いました。（50 代女性、浜通り）

コミュニティを維持しながら受入れる方針

福島県内の避難所にいたとき、3 月末だったと思うけど、新潟日報の記事に、福島の自治体からの避難者の受け入れについて、コミュニティを維持しながら受け入れる方針であることが掲載されていました。PTA の役員をしていたときに知り合った校長先生にもたまたまお会いし、その方からもその記事のことを聞きまし

たし、すでに新潟に避難している保護者からも聞きました。新潟では柔軟に児童生徒を受け入れるというのも聞いていました。ただ、具体的に何がどう違うのか、まではわかりませんでしたが。そのため、4 月に入ってすぐくらいに、新潟に避難するということが選択肢にはいってきました。

上の子の学校は、まだどうなるか分からない状態でした。上の子は、浜通りの高校に合格していたので、「そっちに行きたい」とずっと言っていました。そのため、猪苗代からさらに避難するという話を切り出せずにいました。上の子には強引に「ちょっと新潟でも行ってみようか」「都会みたいだし」「なんかいい環境みたいだよ」といって、6 日に新潟に下見に行ったんです。「新潟に来てみようか」といって、8 日に移動してきたんです。結局、猪苗代の体育館には 4 月 8 日までで、新潟に移動しました。（50 代女性、浜通り）

これが自宅をみられる最後かも

東京にいる自分の兄から連絡があって、一度、津波被害を受けた自宅を見に行こうという話になりました。4月22日には、20キロ圏内が封鎖されると聞いていたので、これが自宅跡を見られる最後になるかもしれないと思いました。がれきも何も残っていない更地状態でした。（50 代女性、浜通り）

避難指示がなかったら、もっと早くに見つけてあげられたかも

4 月 7 日、津波被害の捜索も始まっていました。数日後、何人かご遺体が見つかり、子どもの同級生が含まれていました。もし避難指示がなかったら、もっと早くに見つけてあげられていたかも。子どもにはとてもショックだったと思います。（50 代女性、浜通り）

地震による被害と、数十台の大型バス

3 月 11 日の地震の時、夫は仕事に行っていたので、家には私と子どもだけでした。私は 4 歳になったばかりの長男と次男の頭を抱え込んで布団をかぶり、ちょうど昼寝をしていた一歳半の三男に息ができるように布団をかぶせて、何度も襲ってくる余震に耐えました。

住んでいた地域は大変固い岩盤の上に家が建っていると聞いていたのですが、中古の家が崩れてしまわないかとても怖かったです。「この子たちの命は絶対守る」と思いながら、とにかく地震がおさまるのを待ちました。

気持ちが少し落ち着いてから外に出て確認したら、屋根瓦一つ落ちていませんでした。実際に町全体でも地震による被害は殆どなかったようです。でも余震が何度も起こり、家にいるのは怖かったので、車の中に布団とお菓子・食べ物を積み、子どもたちと一緒に夫が帰ってくるのを待ちました。もともと街灯が殆どない場所だった上に停電していたので、辺りは真っ暗で人影もみあたらず、夫が帰ってくるまでは本当に心細かったです。

やっと帰ってきた夫と話し合い、ずっと余震が続いていたので山崩れが心配になり、隣町のスーパーの駐車場に移動しました。広い駐車場なら建物や電柱が倒れてくる心配がないと思ったからです。

私はそこで初めて車中でラジオを聴き、津波のことを知りました。ラジオから聞こえてくる津波の被害にショックを受けたのと余震が続いていたのとで、その夜は殆ど眠れませんでした。そんな私たちの車の前を、真っ暗な中、何台もの大型車のヘッドライトが横切っていきました。郡山方面から海沿いの原発のある町へと続く国道 288 号線、その道路を数十台の車が海の方へ向って走って行ったのです。明け方にそれらはバスだとわかりました。おそらく、原発周辺の住民を避難させるためのバスだったのだと思います。（40 代女性、中通り）

夫の頑なな主張で、避難前に避難する

夜が明けて、余震も少し落ち着いてきたので私たちは集落に戻りました。朝になって近所の方とお話をして、原発から 10 キロ圏内の人たちに避難命令が出ていたことを知りました。その方が「ここらは直線距離で原発から 25 キロくらいなんだよ」とおっしゃっていましたが、その方も私も「これ以上被害は広がらないでしょう。多分、大丈夫でしょう」という感じでした。ただ、夫だけが頑なに私の実家に一度避難をしようと言うので、

12 日が土曜日で夫の仕事が休みだった事もあり、家族 5 人で北関東地域の私の実家に避難することにしました。

12 日の午前中に 4 号線を南下して実家へと向かいました。地震と大津波の直後でしたので、高速道路は閉鎖されていましたし、4 号線も下り方面(北へ向かう道)は、救助にむかう車や救援物資を載せた車で大渋滞していました。上り(南へ向かう道)は比較的走ることはできましたが、ところどころ地震の影響で道路に穴があいていたり、亀裂があったり、停電による信号機の停止で多少の混乱があり、いつもよりも時間がかかりました。4 号線を走る車内から見えたその様変わりした風景に、地震の規模の大きさを改めて知り、とても驚いたのを覚えています。

何時間かけて実家に着いたかは覚えていません。実家も停電しており、翌日にテレビで初めて津波の映像を見て、本当にショックでした。

私はその後の記憶が殆どと言っていいほど、ありません。時系列に思いだせないのです。
実家のこたつに入りながらラジオでニュースを聞き、ずっと泣いていた…そんな記憶しかありません。原発事故の水素爆発のニュースなども見ていたと思いますが、放射能の影響を全く知らず軽く考えていた私にとっては、ラジオやテレビや新聞から知る津波被災地の状況の方が衝撃的で、悲しかったのだと思います。

私たちが実家に避難した日と同じ 3 月 12 日には、福島第一原発から 20 キロ圏内に、国から避難指示が出されました。ちょうど 20 キロ～30 キロ圏内である私たちが住んでいた町全域にも避難指示が出され、住民たちは 30 キロ圏外へと自分の車で避難をしたそうです。原発のある海沿いの町から郡山へと続く 288 号線は、避難する車で大渋滞を起こし、避難にとても時間がかかったと集落の方が後で教えてくれました。(40 代女性、中通り)

原発事故を受けての長期本避難へ

私たち家族 5 人は私の実家に避難を続けていましたが、2011 年 3 月末に夫は仕事のために一人だけ福島県へと戻りました。夫の会社は 30 キロ圏外だったために、多少の混乱はあったものの通常の営業に戻っていました。

4 月を過ぎても私と子どもは実家で避難を続けました。その頃になると、原発事故の大きさや、放射線の影響に関する記事が新聞やラジオ・テレビやインターネットにたくさん出回っていたので、色々と調べるうちに、私も放射線の影響を楽観視できないと考える様になっていました。子どもたちの将来を考えなければならない。単純に、「落ち着いたら帰ればよい」という考えでは駄目だと思ったのです。しかし、家族が離れていては話し合いもできないため、5 月の終わりに私と子どもたち 4 人で、夫が身を寄せていた中通りの避難所代わりの旅館へと移りました。旅館に避難している間、夫と何日も話し合い、自宅へ戻らずに避難先を新たに探すことを決めました。(40 代女性、中通り)

母子避難でなく世帯避難を選んだ理由

私たちが母子避難ではなく、「家族 5 人みんな一緒に避難をする」ことにしたのは二つの理由があります。一つは夫の就労上の問題がなかったことです。福島で転職したばかりの夫の給料の金額は、新たな避難先で再就職しても変わらないと思われました。夫の年齢は 39 歳でしたので、ぎりぎり転職が可能な年齢でした。身一つでも雇ってくれる会社さえあれば、新しい避難先でも生計を立てることは可能だと思いました。

もう一つは、夫と私の放射線の影響に対する考え方がほぼ同じであったことです。子どもたちの体への放射線の影響を考え「たとえ大袈裟であっても今は避難することが望ましい」という意見が、私と夫で一致したのです。家族みんな揃って避難する決意ができたのは、この二つが大きかったと思います。(40 代女性、中通り)

田舎暮らしをやり直そう

一度は自宅近くの 30 キロ圏外に建設された仮設住宅に入居申し込みをしましたが、私たち家族は福島県で暮らすことを諦めて、「田舎暮らしのやり直しをしよう」と他県に避難先を探し始めました。日本地図を広

げて、地震源ではないところ、原発から遠いところを探しました。しかし、地震源と原発を避けるとなると、沖縄しかありませんでした。沖縄は米軍基地があり、近隣住民と米軍のトラブルなどがニュースでとりあげられていました。「行き場がない」と感じました。

福島を諦めたものの、やはり東北から離れたくない気持ちもあったので、東北地方を中心に探しました。インターネットで情報を集め、実際にいくつかの市町村を見てまわりました。

放射線量が少ないこと、子どもたちを育てるのに適した環境であること、自宅の様子をたまに見に行ける距離であることを念頭に探しました。自分でも矛盾しているのはわかっていましたが、他県に避難先を探しながらも、やはり思い入れのある我が家を完全に諦めて手放すことはできなかったのです。

2011 年 8 月、北関東地域に現在の借家をみつけました。周囲の環境も良く、私の実家から近かったこともあり、9 月初旬に引っ越しました。結局、避難所代わりだった旅館には 3 カ月も滞在していました。福島県の集落の人たち同様に、旅館の人たちも私たち家族をとても気遣ってくださいました。そんな素敵な人がたくさんいる福島県から避難することに罪悪感をおぼえたのも事実です。夫婦二人、とことん話し合って決断しましたが、悩みながらの避難でもありました。（40 代女性、中通り）

5. 原発事故と初期避難（区域外）

まさか、大丈夫よね？

小さい時に原発施設見学に遠足で行ったことがあります。夢のエネルギー、夢の施設、と習いました。何重にも安全対策があると聞いていたから、大丈夫？まさか、大丈夫だよね？と思っていました。ところが主人が調べたら、大丈夫じゃなさそうだった。それでも、むこう（ハマ）は大変かもしれないけれど、ここまではと思っていました。私は次女の面倒にかかりっきりでした。テレビをみて、浜通りはひどいが、こちらは大丈夫と言っていました。みなさん安心してくださいという報道でした。（30 代女性、中通り）

止まらない鼻血・何か違う気がする

長女が鼻血を出し始めました。毎晩止まらなくて。ティッシュ等では、間に合わなくて、バスタオルがびしょびしょになりました。たまたま、学校の誰かと話をしたんですよね。そしたら、どこどこの誰々君、同じ登校班のお兄ちゃんも「鼻血が止まんないんだって」っていうのを、何人か聞いて。「えっ、そうなんですか」って。いつもかかりつけの病院に行ったら「ああ、大丈夫ですよ。ストレスですね、気にし過ぎです」みたいに言われたんですけど、なんか違うような気がするぞと。「テレビでいろいろ言ってるみたいですけど、そうでもないです。別に聞かなくていいですよ」みたいに言われたのが、えって思って。主人がネットで調べた話と、先生が言うことが合わないんです。（30 代女性、中通り）

「孫が泣かなくて済むなら行きなさい」

取りあえずおかしいっていうのがあって、長女の鼻血もひどいし、赤ちゃんもいるし、もう春休みにもなるし、取りあえず水とかガソリンがなくって、主人も会社に行けない状態になるところだったので、もう避難するしかない、となりました。自衛隊の親戚のおじさんから電話があり、原発がやばくて、うちの娘も避難させると言っていたそうです。主人の中では決定打だったようでした。一応どうすると聞かれましたが、私には決定権はない、そんな難しい決断は私にはできません。「何があるか分かんないけど避難したほうがいいと思う」って言ったら、私の実家の親も主人の親も、「孫が泣かなくてすむなら」、「孫が笑っていられるなら気を付けて行きなさい」って言ってくれて。後から親戚で集まっても、責める人は誰もいません。「新潟どうだ？」とか言ってくれます。大丈夫です、ありがとうございますと言っています。本当に恵まれた親族というか。そういうふうにして、どちらの両親も理解はあって、出してもらえたのは本当にいいことでした。主人は、東京周りではなく、北陸周りで行こう、渋滞にはならずにいけるからと。それで、新潟方面へ出発しました。3 月 16 日でした。（30 代女性、中通り）

爆発事故を知った 3 分後に避難開始

12 日の夕方に買い物から帰ってきた妻の携帯にママ友から電話があって、「私たち、これから福島出ます」って言われて、どうやら原発が爆発したらしいという話を聞いたのが、もう夕方 7 時くらいなんですよね。うかつといえば、うかつだったんですけど。私は、チェルノブイリの汚染がいかに広域に及んでいたかとか、いろいろ見聞きして知っていたので、もう一も二もなく、何も考えるいとまもなく、多分 3 分後には、その避難所を出ていたと思います。（40 代男性、中通り）

14 日から避難した

14日にも爆発があって、その日の夕方に避難しました。夫も一緒でした。ほんとうは、すぐにでも逃げたかったのですが、夫の仕事があったので逃げられませんでした。2回目の爆発で自宅待機になったので、実家の母を連れて、車で避難しました。

「雪もすごいし、どうしよう」。車はノーマルタイヤでした。安田付近のパーキングで2晩泊りました。その後、新潟の友達の整備工場に電話して、家族で泊らせてもらいました。たいへん歓迎されたのですが、迷惑がかかると思い長居はしませんでした。（50代女性、中通り）

夫が情報を集め、避難を話し合う

家を新しく建て替えてすぐに震災が起きました。家は亀裂が入りましたが、それぐらいで済んだ、という感じでした。夫が会社の同僚から「やばいかも」という話を聞いてきて、子どもを守るために避難しなければならないかも、って夫婦でずっとどうするか、話し合ってきました。その中で、夫がいろいろな情報を集めてきて、やっぱり子どもを守るためには、避難しなければならない、とりあえず避難しようという感じでした。でも夫は福島に残るという選択をしていました。先に避難をしていた友人に連絡がとれなくなっていて、まわりの人たちと「どこに行ったんだろうね」と噂していました。しばらく連絡がとれなくて、ようやく連絡がとれるようになったときに、新潟に避難したことを聞いて、「実は私たちも避難を考えている」ということを話しました。そのなかで、新潟に遊びに来る機会があって、それが新潟を避難先にするきっかけになりました。（40 代女性、中通り）

「湯沢（赤ちゃんプロジェクト）に行ったらいい」と背中をおされる

新潟県湯沢町の「赤ちゃん一時避難プロジェクト」のことを妹が調べてきて、「とりあえず行こう」となりました。妹たちは先に、受け入れホテルである「エンゼルグランディア越後中里（グランディア）」へ行きました。
私は、子どもの喘息がひどくて、「吐いて呼吸が止まってしまうかも」と心配で、高速にも怖くて乗れない状況でした。そうこうしているうちに、ゴールデンウイークになってしまいました。

夫にも義理の両親にも、「湯沢に行ったらいい」と言われました。「体育館のような避難所ではなくホテルで、子どもも具合悪いし、ここにいてはお医者さんにも行けないから、行ったらいいよ」と、避難を支持してくれました。（30 代女性、中通り）

原発事故発生と緊迫した状況

実家も電気が落ちていたのでテレビを見ることができず、ラジオから情報を得ていましたので、原発で事故があったというのは 12 日の午前中になってから知ったのです。そして夫に、この地域が被災者を受け入れないのは、どうやら原発の方が危ないらしいからだと言われました。この言葉を聞いて、私はもうチェルノブイリしか頭に浮かびませんでした。子どもがどんな影響受けるのかが、とても心配になりましたので、まずは外に子どもたちを絶対に出さないようにしました。

でも、外に出られない子どもたちはストレスがたまってしまって、さらに当時の実家には私の両親と祖母、妹とその子どもの 5 人が暮らしていたのですが、私たち 4 人が駆け込んだので、相当に騒がしくなっていました。ラジオでは緊迫した状況が流れるなかで、大人はピリピリして、子どもに「うるさい」と八つ当たりをしてしまって、子どもたちもきつくなっていったように思います。

またガソリンが不足していることもわかり、そのことも怖かったです。近所のスタンドはほとんど停電しているので手回しでガソリンを入れるのですが、1 回につき 10ℓ を入れるのが限界です。3 か所回っても 30ℓ だけでした。さらに東に向かって、絶え間なくヘリコプターが向かっていく音がして、それがおかしなことが起こっているという予兆のように思えて、たまらなく嫌でした。こんな状態でずっと停電が続くなか、11 日の夜から 15 日の朝まで実家で過ごしていました。（30 代女性、中通り）

地震による避難から原発事故による避難へ

地震で家の水道管が壊れ、電気ガスもすべて止まりました。ガラスも割れたので、隣町の親戚の家に避難し、そこで2日ほど過ごしました。

その後、電気は回復したということで、家に戻り、石油ストーブで暖を取りながら煮炊きもしました。しかし、14日の夜にテレビで原発事故のニュースを知り、再び避難を決めました。放射能に汚染されると、戻れないだけでなく荷物も持ち出し禁止になる可能性があると考えましたので、車に積めるだけの貴重品を積み、一晩は、福島市にある母の店の床に新聞紙と布団を敷いて寝ました。

15日、親戚を頼ろうとしましたがそちらも被災していて、山形の知人宅に一晩泊まりました。ただ、そのお宅でも宮城で働いていた家族が津波被災で孤立してしまって、連れてきて面倒を見ているので、自分たちも大

変でお世話できないということでした。それで、山形のウィークリーマンションで10日ほど過ごしました。その間に国が指針を出してくれると思っていたのですが、何も出ず、福島の線量は15とか18（マイクロシーベルト）とか高いままなので、どうしようもありませんでした。（40代女性、中通り）

避難の道のり

長岡から単身赴任で来ている主人の上司が、朝一で色々と手配してくれました。布団など、たくさん積みました。阿賀町でスクリーニングをするということでしたが、浜通りでないからスクリーニングまではいいですといわれました。案内所で、どこがいいですか？と聞かれ、長岡よりであれば、上司の実家があるから、何かあれば駆け込める、と言いました。開設したばかりで、お風呂に入れるところを紹介してもらいました。郡山では何も手に入らなかったけれど、おにぎり、オムツとかもらえました。黒崎サービスエリアで、やっと安心して休めました。数日主人も一緒にいて、会社があるので、帰っていきました。長女は激しく泣きました。でも、どうしようもできませんでした。（30 代女性、中通り）

恵まれた初期避難と後ろめたさ

最初の避難所には、恵まれたとおもいます。中越の災害体験がある場所でした。避難している人に、地域の人は何をしてあげればいいかわからないが、欲しい物を言ってくださいといってくれました。お彼岸のときにはおはぎを作って持ってきてくれたり、ビタミンのあるものをくれたり。もちろん、不便はありました。オムツの種類も選んでいられませんでした。次女はもう歩き回るので、パンツおむつの方が良かったのですが。でもおとなしくしていて、と言ったら、静かにしてくれる娘で、助かりました。

温かいご飯、温かい味噌汁、合宿みたいでした。絨毯でしたので、歩き始めた次女にもやさしくて。ご飯を食べているときは、大広間。寝るときは、個室を貸してもらいました。パパと離れていると言う悲しさ以外は、生活の不便はさほどありませんでした。

いろんな支援がきていました。子どもが飽きないように、クレヨンなどももらえて。同年代の子もいたので、長女は遊びに行ってきます、とプレイルームに行きます。その間、洗濯などしていると、浜通りの人が、会社の人やお子さんが見つかっていない、という話を聞きました。避難所を渡りあるいてやっと髪の毛が洗えた人とか、大変な人が多く居ました。私、ここにいていいのか、と思いました。

そうするうちに、学校が普通に始まります、と言う連絡がきました。大丈夫かなと言う不安もありましたが、じゃあ戻るかと、4 月 2 日に戻りました。浜通りの人は、帰れないので、県営住宅などへ避難されていきました。毎日、一人ずつ減っていって、長女も泣いてて、かわいそうと思ったけれど、長岡で嫌な思い出はないのが救いでした。大泣きしたので、良くないと思いつつ、ゲーム機買ってあげるから、などと物でつるときもありました。（30 代女性、中通り）

新潟への避難

妻の実家が新潟にあったので新潟に来たんですけど、妻の実家がこっちだから新潟に向かったわけではなくって、浜通りに原発があって、死の灰みたいなものが来るでしょ。だから、山を越えなきゃいけないっていうのは思っていたわけです。だから、どのルートを通るかっていうのは、県北にいたら、自動的に山形県に行くしかないんですよ。だから、山形を越えて、取りあえず今日は新潟まで行くかっていうので、妻の実家に来たのが 11 時ぐらいでしたかね。小国とか、飯豊町とかを通って、村上市のあたりから日本海東北道路に入って、新潟に、その日のうちに着きました。だから私は、ニュースで聞いて判断したのではないんです。もう脊髄反射というか、原発が爆発したったら逃げなきゃと。逃げる方向は、取りあえず日本海側って。そうやって来たのが、3 月 12 日の晩だったってことですかね。（40 代男性、中通り）

「福島から出るよ」

15日、いとこからの電話で、「私たち福島から出るよ」と伝えられました。親戚の自衛官に「危ない」と聞いたといいます。テレビを見ながら、「まだ大丈夫」と思っていたのですが、電話をもらって、自分たちも避難を決

めました。早い人は事故当日から避難をして初期被ばくを免れましたが、自分たちはネットの情報を見ていなかったぶん、避難が遅れてしまいました。（40代男性、中通り）

新潟へ

「これからどうなるかわからないし、小さい子どもがいるから動いた方がいい」と判断しました。会社も社員の車がガソリン切れになったので、数日間は休業することになりました。父母も「行かないで」とは言いませんでした。「どこに行くのがベストか」だけを考えていました。

16日の朝一番に避難を開始しました。新潟から単身赴任で来ている専務に電話をしたところ、「阿賀町の避難紹介所に寄ってみろ」と教えてもらいました。そこで、おむつ、ミルク、おにぎりなどをもらい、見附の避難所も紹介してもらえました。安心しました。（40代男性、中通り）

事故直後より避難～南へ西へ

地震直後から避難所の職員をしました。翌日、原発が爆発した後は、いつの間にか家族会議で避難することに決まっており、浜通りの一番南の避難所に避難をしました。夜を明かすと、翌日には、そこでも危ないということで、埼玉県に避難しました。埼玉で2泊して、そこも危ないということで、さらに実家のある西日本に避難をしました。（40代女性、浜通り）

避難所に登録する

「避難所で避難者登録をしてくるといいよ」と、新潟の体育館を教えてもらいました。3月17日からそこに入りました。（50代女性、中通り）

最初は危険だと思わなかった

水素爆発があったことは知っていましたが、水素は安全なイメージがありました。「水蒸気だから大丈夫でしょう」という感じです。放射性物質が出ているとわかってなかったんです。30 キロ圏のすぐ外側ですが、「ここは屋内退避の指示も出ていないから大丈夫」。政府の情報をそのまま鵜呑みにしていましたし、なんの疑問も持たずにいました。

家の蔵が壊れ、津波被害を受けた地域に住んでいる親戚とは連絡が取れない状況でした。目の前を生きることで精一杯でした。怖いことが起きているというのは、14 日まで誰も理解していませんでした。

14 日の昼です。義理の弟が血相を変えて、「ここにいたら危ない」「今から避難しよう」と言いに来ました。仙台の友だちから電話があって、そこでは機械の針が振り切れていると。初めて危険な状態と知りました。ゾッとしました。仙台でそうだったら、原発から 30 キロちょっとしかないここは、もっと危ないと、避難を決めたのが 14 日の夕方です。

実家の両親や姉妹弟は、弟が勤めるチェーン店の中通りの店舗に避難しました。自分は子どもを連れて、夫の実家に避難しました。どちらも原発から 60 キロの場所でした。

夫の実家は、電気はありましたが、水が出ないので、お風呂にも入れませんでした。そこから別の場所に避難しようと思っても、ガソリンがありません。食料もなくなって、お菓子やそのままで食べられるものを食べました。プロパンガスは使えましたが、水がないので乾麺をそのままかじったり、どうしたらよいかわからない 4 日間でした。（30 代女性、中通り）

6. 初期避難を巡る葛藤

避難した夫の実家で両親と衝突する

震災で住んでいた家が壊れてしまったため、すぐ近くの夫の実家で数日過ごしていました。実家で私たち夫婦は子どもたちを守らないと、と思って窓に目張りをするとか、できるだけ部屋の真ん中で子どもが過ごせるようにしよう、といったことをしていたのですが、夫の両親は「そんなことをしなくても」というようになって衝突することが多くなっていきました。震災後すぐの時期に「外で作業しておいで」とか「外の○○湯が営業しているから行っておいで」と言われたこともあり、その積み重ねから私も夫も精神的に追い詰められるようになっていました。夫も子どもを守ろうとしてくれていましたが、実家での暮らしに居心地の悪さを感じるようになり、どうせ福島で住む家は壊れてしまったんだから、いっそ新潟に避難しようということになりました。夫は自衛隊で勤める友人から「子どもを外で遊ばせるな」というメールが来たことで福島から出ることだけを考えていました。ただ、両親にはすぐに言えなくて、両親が仕事でいない時に夫といつ出て行くかという相談をしていました。（40 代女性、中通り）

夫の両親の反対をおして避難する

避難は両親に避難したいという思いでいることを話した翌日に突然の形で行いました。避難に対して義母が反対したので、義母が仕事で家を不在にしている間に「行くよ」って感じでした。子どもたちにカッパを二重に着せて、マスクも二重、中に湿らせた布を入れて顔を出さないようにして、できるだけ外気に触れないような準備を済ませて家を出ました。本当にこれでいいの？と思ったのですが、福島を離れる前に、義母の職場に立ち寄って「やっぱり行きます」って挨拶をしての別れでした。お互いに泣きました。3 月 17 日のことでした。何もなく普通に暮らしているときは、夫の両親ともそれなりにやっていましたが、このような大きな出来事があると、話が合わないことが出てくるんだなと思いました。（40 代女性、中通り）

避難に対する温度差

あの当時、福島県以外の人から「やばいんじゃないの？早く逃げなよ」という連絡が来ていました。私が「福島ではそういう話は出ていない」と答えると、「福島では言ってないかもしれないけど、関東ではこんな風に言ってたよ」とか。一方、地元では、避難することは悪くとられていました。被ばくしているわけでもないのに、なんで避難するんだって。からだに影響が出ているわけでもないのに、なんでそんなに過敏になってまで、福島から出たいんだって言われたこともありました。（40代女性、中通り）

周囲の人にも避難を勧めた

新潟に着いてから、同僚や知り合いにこっちへ逃げてこいというメールを出しました。「米沢まで来ればガソリンはあるから」とか言って。多くの人は、あまり危機感がないんですよ。でも、何人か来ました。五泉の馬下の保養センターなどを紹介して、そういう人たちには随分感謝されました。でも、中には仕事があるから「俺はここを離れるわけにはいかん」とか、きれい事を言う人もいるんですよ。その論法でいくと避難なんかできないわけで、言外にこっちを非難しているわけですよ。おまえは逃げたって。そういう人が複数いたので、もううんざりしてきて、途中でそれをやめましたね。20日ぐらいには。（40代男性、中通り）

避難所で申し訳ない気持ちに

避難所はスポーツ・温泉施設で、ブルボンのお菓子などもたくさんありました。50～80人は避難していたのではないでしょうか。みんな海岸沿いの人で、家が流されたというような人ばかり。自主避難は自分たちだけでした。何か言われたわけではないですが、申し訳なく感じました。

私は間もなく仕事に戻るために福島に戻りましたが、そのあと、妻はひとりで子ども2人をみるのが大変だったようです。でも、周囲の人と仲良くなって、助けてもらっていたと聞きました。避難は学校が始まるまでと考えていました。（40代男性、中通り）

避難所でのいじめ

母は閉鎖されるまで避難所にいました。そのあとはアパートに移りました。避難登録は世帯別で、私の世帯は母親の世帯と別になります。世帯ごとに6万円の補助です。一緒に広いところに住んで、合わせて9万円の家賃補助でいいと言っても、そうならないんですね。

体育館では、うちがいじめられました。浜通りの人が多く、「富岡町から中通りに避難しているのに、そこから逃げてきているのはおかしいだろう」、「ばばあ連れて帰れ！」。十人以上に責められた。

体育館には、多いときには550人ぐらいいました。ダンボールで仕切っての避難生活です。だんだん人数が少なくなって、100人ぐらいになると顔が分かるようになるんですね。避難者が多いときは泥棒にもあったし、喧嘩もありました。ストレスもたまっていたんでしょうね。（50代女性、中通り）

原発事故から避難へ

12 日に、自宅の片づけをしていたら実家の妹から電話で、「東電で働いている知り合いから逃げるというメールが来てるよ、私たちも逃げる？」と言われたんですけど、何がどう危ないのか、意味がよく分からなかったんですね、その時は、そのままでした。14 日にはパート先の会社にも行きました。会社で 3 号機の爆発を知って、早退させてもらいました。近くにあった実家の様子を見てから自宅に戻りました。そのころに妹とは、私たちも避難したいよねと話していたんです。友だち、だれだれが避難したよっていう情報が入ってきて、逃げなきゃ駄目だと思いました。私の夫と実家にいる父は、大丈夫だろうと言っていたのですが、空焚きなどのニュースが流れるようになって、夫もその気になりました。もう戻れないかもしれない覚悟で、位牌まで持って、14 日夜に避難を開始しました。

それでも父は逃げたくないと譲らなかったので、実家はお風呂が使えなくなっていたんですけど、私たちの自宅は使えたので、お姉ちゃんのところにお風呂に行こうとだますようにして、妹が連れ出したんです。浜通りは雪がないからスタッドレスをはいてないんですよ。なので、南に向かいました。成田から帰ってきた時の記憶がありました。海沿いは危なくて、高速も 6 号も通れないと思っていましたから、国道49号線で郡山経由、たいへんでした。

渋滞でなかなか進まないし、ガソリンも残り少なくなってきて、黒磯のセブンイレブンの駐車場で車中泊しました。その時、子どもの靴が左右別だったのに初めて気がつきました。慌てて避難したから、でも、どうしようもないですよね。15 日になって、ガソリンスタンドで頼んで千円分だけ入れてもらって那須のペンションを探して入ったんです。晴れていたし広い駐車場だったので、子どもを遊ばせたりしていたんですけど、あのとき一番、那須のほうは浴びてたんですね。4 号機が爆発して。あの時、黄色い花粉がたくさん飛んできているのは見たの、それが放射能ではないことは分かっているんだけど、やっぱり嫌ですよね。車にも黄色い花粉が積もる感じで…。

15日の朝、ガソリンスタンドで無理に頼んで千円分だけガソリンを入れてもらって、妹がペットの犬を連れていたので、犬もつれて泊まれるところというので、那須塩原のペンションに行きました。そこに2，3日いたんですけど、ずっとペンションというわけにはいかないし、近くの避難所に行ってみても、布団とパン2，3個はくれたんだけど寒くて、とても父は泊まれない、もっと遠くへ行こうということになりました。高速道路で平塚のパーキングエリアに車中泊して。3 月 19 日に沼津の民宿に入りました。そこに 22 日までいたのですが、いくら民宿でも宿泊料がかさみますから、安くて、暫くいられるところを探して、下田市の貸別荘を見つけました。（40 代女性、浜通り）

避難をめぐる家族の別行動

父は、ずっと福島に帰りたいと言っていました。兄弟がみんな福島に残っているから自分も大丈夫というのと、長く避難するつもりはなかったから薬も通帳も置いてきてしまった、それが心配だというのです。避難を続けている間に病院に行ったりはしたのですが、22日ごろ、途中から帰ることになりました。妹も、父を一人にできないので一緒に帰りました。

夫にも仕事の電話がきて、帰らなくちゃ、と車で帰っていきました。残されたのは私と子ども2人だけです。（40 代女性、浜通り）

厳しかった貸別荘での避難

夫が乗って帰ってしまったので、車もありません。皇室の別荘も近くにあるようないいところなんでしょうけど、周りにはお店も何もないし。貸別荘の人はとても親切でイセエビをくれたりしたんですけど、私は料理が下手なので、そのエビだってどうすればいいの？という感じで、一人で困っていました。新潟に来てからも、最初の冬に雪が多かったりして、たいへんなことがありましたけど、下田での避難が準備になったんだと思うようにしています。

その避難の間に、職場から電話があって仕事に戻ってくれと言われたんですけど、避難していて戻れないと言ったら、あっさり解雇になってしまいました。

子どもの卒園式にも出られませんでした。後から聞いたら、震災の後ですから、お別れもあって、みんなの思いも強くて、すごく良かったというし、出られなかったのは寂しいです。（40 代女性、浜通り）

なんでザリガニとり？

家の中にこもっていればよかったのに、オムツとかが足りなくなったので、下の娘を連れて買い出しに行ったんです。息子をおいて。留守中、義理のおじいちゃんが息子をザリガニ取り、ドジョウとりに連れて行ったんです。「なんでおじいちゃん、外に出さないでと言っていたのに」と思いました。外に行くのが間違っているし、ドロドロになって、ザリガニとドジョウを取って、泥だらけで帰って来たんです。水もないから、泥を落とすこともできませんでした。（30 代女性、中通り）

南関東の親戚宅への避難とストレス

14 日の夕方にようやく電気が付いたのですが、15 日の朝にテレビを見たら 3 号機の爆発シーンが映し出されたのです。思わず「ええっ」と言ってしまいました。その時に、南関東に住む親戚から電話があり、「早く出てこい、爆発してるぞ」と言われて、四方八方に手を尽くしてガソリンを手に入れて、妹の車と 2 台で向かいました。また、あの当時は主人の母が病院にも入院していたので、母の病院に行ったら、今後病気が悪くなったときに治療ができませんという内容の承諾書にサインをさせられました。それから、16 日のお昼ぐらいには出たのですけれども、国道 4 号線は渋滞で車が動かないのです。親戚宅に着いたのは 17 日の未明になっていました。そのあと、17 日から 26 日まで、約 10 日間お世話になりました。

この親戚宅での生活では、私自身が先が決まらない苛立ちや、自宅に戻れない不安、移住をするのであれば主人と離れて一人で行くことになるのではという不安、長女の小学校の開始が迫っているなかでの焦りなどが強くなり、子どもにもきつく当たっていたと思います。それを見ていた親戚の人々にも悲しい思いをさせてしまって、避難する側も、受け入れる側も、両方が共にストレスを抱えていってしまいました。

私はチェルノブイリ事故の記憶が強かったこともあり、もう自宅には帰ることができないと思っていました。夫も、13 日ごろにはヨウ素剤についての情報が消防団に入っていたので、やはり私や子どもたちは避難したほうが良いと考えていました。ただ夫はどんなことがあっても自宅に残るということは曲げていなかったので、私が一人で住民票を置いて母子で避難したら、避難先で社会保障のサービスなどが受けられないのではないか、ということも心配でした。また、自宅には裏山の樹が母屋の屋根に刺さっていましたので、福島にいた時に自分が住んでいる地域の役所に電話をして、入ることのできる避難者住宅がないかを問い合わせていましたが、避難指示区域の避難者を受け入れるのに精一杯で、避難指示が出ていない私が住む地域の住民は対象ではありませんと言われてしまいました。（30 代女性、中通り）

18 日に関東へ

市街地ではヨウ素剤が配られたと聞きました。夫の実家のある地域はまだ配られていませんでした。でも、それを受け取る前に出たいと思って、18 日未明、車に身の回りのものを詰めて出ました。夫は、会社がある

からと言っていましたが、「会社の社長も避難するから」と、急遽、一緒に避難することになりました。積み込んだ荷物を出して、夫も車に乗り込みました。

関東に行くしかないと思っていました。関東もダメだとは思いましたが、ここよりはいいだろうと。茨城県に入って、ホテルに泊まるつもりが、泊めてもらえませんでした。いわきナンバーだったからでしょうか。サービスエリアで車中泊することにしました。「いわきナンバーは襲われる」、「現金を持って避難しているから」とFMラジオで聞き、サービスエリアのど真ん中で、2日間を過ごしました。ガソリンもなくなってしまったからです。ようやく500円分だけ入れてもらって、「もう少し遠くまで行こう」と南下するなか、娘が熱を出しました。茨城県内の急患メディカルセンターに行き、熱が下がるまでホテルで2泊しました。（30代女性、中通り）

荷物を1ヶ月40往復して運び出した

夫は長男なので、子どもが小学校に上がるタイミングで、夫の実家に同居するつもりでいました。

避難指示が広がって、自分たちが住んでいたマンションの近くでも、空いている部屋に20キロ圏内の人が避難してきていました。「どうせ子どもが小学校に入れば来るのだから、この機会に引っ越しておいで」と言われ、荷物を運び出すことにしました。

でも、引越し業者が手配できません。自分で運ぶしかないので、40 往復くらいして荷物を運び出しました。子どもたちを連れて30キロの道を車で移動し、マンションで窓を開けないまま梱包作業をし、荷物を車に積み込んで、また戻ってくる。この作業のなか、ホコリを吸い込んだのか、子どもは気管支炎になり、症状が悪化しました。咳き込んでは吐くので、高速は使えませんでした。

引っ越しは自分一人でやりました。夫の両親は働いているので頼れません。夫は重機を使えるので、津波の瓦礫撤去など復旧作業に出ていました。最後の一回、夫はタンスなどの大きいものだけを運んでくれました。（30代女性、中通り）

原発から30キロほどの実家へ

引越しが終わった4月11日、浜通りを震源とする地震がありました。夫の実家は震源地に近く、家のサッシがすべて外れ、プロパンガスが吹っ飛びました。「ここも無理だ」と思いました。水も出ないので、また自分の実家に戻りました。

その頃には両親も避難先から戻って来ていました。ジャガイモを植える時期でしたが、作付をしてはいけないという指示があり、親も落ち込んでいるときでした。農家は先が見えなくて一番苦しい時期だったと思います。親の気持ちもわからないまま頼って行って、数日間を過ごしました。子どもの喘息がひどく、家の中にこもっているしかありませんでした。（30代女性、中通り）

7. 初期避難をしなかった経緯

「放射能って何？」「国はなんとかしてくれる」

3 月 12 日に第一原発が爆発したときは、自分は放射能について全く知りませんでした。「放射能って、何？」といった感じです。しかし主人は、爆発してすぐに、職場から「今すぐ、避難して」と私に電話をかけてきました。次の電話をかけてきたときには、主人は職場から直接、避難先に行っていたくらいです。だけど自分は「この避難って何？」と考えてしまいました。「布団はどうするの？」「ごはんはどうするの？」「服は？」、などいろんなことを考えている間に、何度も主人から、「早く早く」、まだ準備もして居ないのに「いまどこまで来た？」と電話がありました。だけれども、テレビなどの報道から「直ちに影響はありません」「安全・安心」というメッセージが出ていました。なので、主人に、「大丈夫って言っているから行かない」と電話をしました。避難をしなくてもいい、「国はなんとかしてくれる」「原発周辺以外は大丈夫」というふうに考えたのです。主人はしぶしぶ戻ってきました。

そんな感じだったので、子どもの入学前に、近所の線量の高い公園に連れて行っていました。木のベンチにも座らせてしまいました。後から考えると、後悔しかありません。（50 代女性、中通り）

「大丈夫、危ないところに国や県が子どもを通わせる訳がない」と信じていた

原発事故がおきても、最初は安全だと、安心していました。むしろ周りの友だちがびっくりするくらいでした。「あなたしか子どもを守れないのにどうするの？」と言われました。だけど私は「大丈夫だって、だって危ない所に国や県が子どもを通わせるわけがない」と思っていました。

実際、学校がすぐに、普通に始まりました。その際も文部科学省の方が学校に来て説明したんですね。実際にはそれくらい線量が高い地域だったから説明に来たんですが、そのときの説明でも「校庭を2時間使ってもいい」ということでした。私はそこだけを聞いて、「2時間だけ校庭を使っていいという説明なのになんでこれだけ騒いでいるんだろう」というふうに思っていました。他の保護者からは給食のこととか、原発で働いている人たちより甘い基準をなぜ許すのか、とか、ということを言っていました。

あるお母さんは文部科学省の方に向けてじゃなくて、保護者の方を向いて、「なんでこんな危険な所に子どもを通わせてるんですか」って言って訴えかけていました。「うちはもう避難させています。なのになんでみんなは避難させずに、こんな所に毎日子どもを通わせているのですか」と。そこまで言ったお母さんがいたんだけども、私はそのときに、安全をまるっきり信じてたので、「なんでそんなことを言って」というふうに思っていました。それくらい。その当時は、自分がどんな危険な所に住んでたかっていうことをそのときには全く理解していなかったです。

県のホームページでも、洗濯物の外干ししてもいい、取り込むときに少し払えばいいと言っていたので、注意はしていたが、安心していた。だけど、それを友だちに言ったら、それじゃいけないよ、私のその考え方はいけないって注意されました。「子どもをどれだけ危険にさらしているのか、分かる？」って言われました。（40 代女性、中通り）

避難も考えなくはなかったが下手に動けなかった

地震でライフラインはすべて止まって、戻るのに数日かかりました。給水車は来たんですがすごく並んでいて、放射能があるのでなるべく外にいたくないと思い、まだ井戸水には放射能は出ていないだろうと近所の井戸に水をもらいに行きました。

原発が危ないという話は聞いていましたが、爆発のニュースがあって 12 日、13 日ごろ、いよいよやばいと思って子どもを外に出さないようにしていました。避難も考えなくはなかったのですが、ガソリンが足りなくて下手に動けませんし、宮城にある夫の実家のあたりで大きな火災があって、連絡が取らなくなっていたんですね。最初の確認はできたんですが、その後に携帯も通じなくなっていて、それが心配なのもあって動けなかったです。（30 代女性、中通り）

原発避難家族の受入れをしていた

地震のときには自宅にいました。地震直後から不気味な余震が、一晩中続きました。電気はついたのでテレビは見ることができました。テレビを点けると夕方以降になって、原子力非常事態宣言が出て、首相官邸がかなり緊迫していることがわかりました。しかも、双葉郡、福島第一原発と聞き、胸騒ぎがするというか、心が落ち着かなくなりました。

国が避難指示を出しているので、浜通りに住んでいる母や弟家族はバスで避難しているはず、だから迎えに行かなくては、と思い 13 日になって避難所を探しに行きました。そうしたら、13 日の夕方になって自力で我が家に来てくれ、落ち合うことができました。マイカーで避難していたのです。

ガソリン不足の中、まず水がないので毎日市から供給される 1 家族 2～3 リットルの水をもらいに、歩いて支所に行きました。全く足りないので、用水路の水をくみに行き、トイレ用に流すことにしました。原発が爆発するなか用水路に水汲みにいかなくてはならなかったのが大変でした。（40 代女性、中通り）

逃げたかったが、諸事情により、もう少し我慢しようということに

我が家を頼って浜通りの家族が来ているのに、家の主が逃げだしてはいけないと思っていましたが、「ここ（中通り）も危ないから、逃げたい」と、相談しました。家族は驚くだろうと思いましたが、避難してきた弟が「逃げた方がいいかもしれない」と同意してくれた時は安心しました。しかし、道路事情やガソリン不足、高齢の母のことで不測の事態が起きては大変だと言うことで、結局避難せず水が出るまで待とう、もう少し我慢しようと言うことになりました。（40 代女性、中通り）

追い込まれてしまう家族

3 月は幼稚園や小学校もお休みだったのですが、4 月になって入学式は予定通りありました。弟家族は 3 月下旬に北関東の親族のところに行き、母は残りました。

あのときのことを、今思い出すととても悲しくなります。当時は、母親も私も原発事故の状況を食い入るように見ていました。すると母親は、弱々しい言葉や、愚痴を言うのです。今、思うと当たり前だと思うのですが、当時は、そういう言葉を受け入れがたかったのです。

そんな日々のニュースを聞いているうちに、つい心を許している母に、イライラ感をぶつけてしまうことがありました。全く心に余裕がなくなるのです。母も我が家に居続けることに気兼ねしていたようで、アパート探しをしましたが　私の近所にアパートがありませんでした。整形外科と内科とスーパーが近くにあって、間取りも適当な物件がありましたが、そこは、私の家から遠く、実質一人暮らしになります。ストレスがたまっていた私は、そのアパートに住むように促したことがあって、悲しそうな母の顔を今でも忘れることはできません。交通量が激しい街で地理もわからず、運転ができるはずはないのです。車も持ってきていないのです。今思うと、母親は帰れる家もなく、体調も悪化し、どれほど惨めな気持ちだったかと思います。母が「家を出ていく」と言うので、親戚宅（そこも、避難してきたご家族ですが）に送って行ったことがありました。そこのご家庭でも、同じように家庭で諍いになっていると聞いたとき、うちだけではない、と思いました。追い込まれて家族同士で傷つけあう局面がありました。（40 代女性、中通り）

8. 錯綜する情報と行政不信

放射能への恐怖がピークに達した 3 月 16 日

家事の合間に、血眼になってインターネットで情報収集していたところ、アメリカなどでは80キロ圏内にいる自国民に圏外退避を指示していることや、日本にいる外国人が次々に母国へ帰国しているというニュースを知り、本当に身の危険を感じました。東京の知り合いに相談すると、できたら避難した方が良い、などと言われ、放射線の数値の意味も全くわからずパニックになりました。放射線で亡くなる時はガス室に入れられた時のように、苦しみながら亡くなるのだろうか、ぽっくり死んでしまうのだろうかと“死”も意識し、恐怖心が一気に高まったのが 16 日の夜でした。（40 代女性、中通り）

不信感

どうも、問題をとことん突き詰めていくと「いや、福島県が……」となるんです。「柏崎のホールボディカウンターをなぜ使わせてもらえないのか」「福島県が使わせないようにと言っていた」、というような感じです。福島県に本気で子どもを守る気持ちがあれば、県に任せていたと思います。でも、違うんですね。福島から外に出て行かない子どものために県外産の給食を食べさせるというのだったらわかりますが、その逆の発想で対応するわけです。信用できなかった。（40代男性、中通り）

チェーンメールが飛びかう

その当時、ママ達の間でチェーンメールが飛び交っていて、「被ばくしないようにヨードチンキを飲むといい」とか、ああしたらいい、こうしたらいいという情報が錯綜していました。みんなよかれと思ってしていることなんだけど、そのメールが頭がおかしくなるぐらい届くので、どれを信じていいのかわからない状態でした。知り合いだけでなくて、全然知らない人からもメールがきていました。（40代女性、中通り）

避難勧奨地点の近くの自宅：国は指針を出してくれなかった

初期避難の間に、その間に国が指針を出してくれると思っていたのですが、何も出ませんでした。私が住んでいたところの福島の線量は15とか18（マイクロシーベルト）とか高いままなので、どうしようもありませんでした。避難勧奨地点ではありませんが、近くにはそういうところもあります。現在でも汚染マップを見ると色がついています。（40代女性、中通り）

非を認めない政府、追いつめられる住民

目の前の危険から国民の命を守ることが先決なのに、東電や政府の説明が組織保身、形式を重んじている印象で、そもそも対処方法が欠如していたことも露呈してしまったのに、正直に非を認めず、言い逃れをしているような上辺の答弁に、イライラ感やもどかしさが募って仕方ありませんでした。強い怒りも覚えました。

また、放射能のこともパニックになっていたので、放射線医学総合研究所に電話相談しました。専門家の回答を聞くと、その時は安心するのです。しかし、2, 3 日すると、また不安になる。その繰り返しで、何度も電話相談をしましたが、結局、放射能は安心だ、という確証が持てませんでした。どの説明も、データ上の数値を通したお話しでした。

1 か月後に避難指示が出た飯館村の様子は、近隣自治体だったので、テレビ報道と現地の違いがわかりました。国は、避難指示を出していましたが、避難先の確保は現場任せで住民が大変に混乱していました。

今、振り返ると原発災害というのは、先が見えない中で果てしない自己責任、自己負担を負わねばならない状況に追い込まれるということです。畜産農家に対する家畜殺処分指示は、心がつぶれる思いでした。大量の野菜や、ミルクを廃棄している農家や牛を殺すために車に乗せるニュースなど、県内は悲しい報道が続きました。福島の牛肉からセシウムが検出された、と報道され、数日後に、飼料の稲わらが原因だとセンセーショナルに報道されました。生産者の生きる術を破壊して、補償賠償もその時は全く打ち出されていま

せんでしたので、生産者がお先真っ暗な状況に追い込まれ、自殺者が出たことも、他人事ではなかったのです。原発が爆発して放射性物質がまき散らされたのですから、稲わらや牛が汚染されるのは、当然です。しかし、すでに苦しんでいる畜産農家を、マスメディアがバッシングしている感じで、実際には、農林水産省の指示を行政が農家にきちんと伝えていないことが問題なのです。そういう行政の不手際に住民が追いつめられ、苦しんでいる状態が続きました。（40 代女性、中通り）

原子力行政への不信と放射能への不安

ネットで、それまでの原子力行政についての情報を知ることとなり、その現実に頭をハンマーで殴られるほどの衝撃を何度も受けました。原発や放射線の対応について、省庁の体面を優越し情報に隠蔽があることや、原発作業員に対する扱いに憤りが湧いてきました。作業員の被ばく線量限度が何度も引き上げられ、250 ミリシーベルトまで許容基準が引き上げられたり、作業員が長靴をはかないで被ばくしたなどのニュースです。市や県、文科省、保安院、復興庁など、それまでやったことがないのに、あちこちに、電話をして要望や意見を伝えたり、意見書など、一生懸命書いたりしました。国家は国民を守るためにあるものと思っていました。

3 月下旬か 4 月頃だったでしょうか。最初の一時帰宅も「一家で一人」と、まず報道されたのです。そこで親戚の方から、「一人で一時帰宅しても何もできない。多くの人で声をあげよう。色々な人にお願いしている。あなたにも手伝って欲しい」と頼まれ、私も与野党問わず、福島県選出の国会議員に必死でメールしました。そして、本当に一家二人まで認められました。皆の意見が通り、嬉しかったです。

とにかく、放射能への不安に駆られる生活の中で、こちらは日々命が削られるような思いで生活しているのに、国会中継は、全く危機感がないのが衝撃でした。避難して来た親族と息をのむ思いで国会中継を見ていましたが、建設的な話し合いはせず、それぞれを批判しあうだけで、悲しく失望しました。緊急時には与野党問わず、オールジャパンで問題解決にあたるというルールを作って欲しい、と思いました。（40 代女性、中通り）

福島にいるとどこに避難したらいいか分からなかった

避難について、もしかしたらもっと早くに避難をしていたかもしれません。というのも、避難するにしても、どういうルートで避難すればいいのかもよくわかっていませんでした。市役所に連絡しても「避難先も、もういっぱいです」と言われました。私たちは避難したくても、どこに相談すればいいのかわからない状態でした。仮設住宅もいっぱいだと言われ、私たちのような人たちへの支援はやっていないと言われてダメでした。

その後、先に避難していた友人に連絡をとり、避難についての情報を得ることができました。それでようやく新潟の役所でいろいろ教えてもらいながら避難の手続きをすることができました。（40代女性、中通り）

放射線をめぐる行政への不信と避難の決断

浜通りに戻っても放射能と避難については悩み続けていました。4月11日に大きな余震があった頃に、新潟の公営住宅の、説明会の情報があり、20日に妹と2人で新潟に来ました。でも、その後が、すごく悩んだんですよね。みんな大丈夫だって言うし、なんで避難しなきゃいけないのとも言われるし。放射能相談センターといった窓口が全国的にあって、電話したこともあります。でも、そこで電話に出たおじさんが、放射能なんか全然気にしなくていいよ、と、あまりに軽く言われて。飯舘村で、山下俊一さんが講演して大丈夫と言った2、3日後に強制避難が決まったのもその頃で、その新聞記事を電話で読みながら、こういう記事も出ていたので、わたしはやっぱり大丈夫だって言われても避難したいんですけど、と言ったら、避難するお金があるなら被災者の人のために募金しなさい、と。それで、不信感が増したんですよね、電話も、こんな対応なのとかって。（40代女性、浜通り）

9. 避難続行をめぐる葛藤

「なんで帰ってこないの？」大丈夫かもしれない、大丈夫じゃないかもしれない

「赤ちゃんプロジェクト」では、ほとんどの人が「次にどこへ避難するか」という雰囲気でした。夏物がなかったこともあり、6 月に一旦、必要なものを取りに帰りました。「なんでそのまま帰ってこないの」と言われました。温度差がありました。私の中では「帰ることはできない」と思っていました。大丈夫かもしれない。大丈夫じゃないかもしれない。取り越し苦労でも構わないと思いました。

夫は社長基準です。4月の終わりに社長は避難から戻って来ていました。「社長の家族が戻って普通に生活しているのに、うちが戻らないのは申し訳ない」、「みんな戻って来ているから大丈夫だ」と言います。赤信号、みんなで渡れば怖くない。でも、みんな大丈夫でも、1000 人のうち1人は、ダメな場合もあるかもしれない、うちの子が大丈夫とは思えなくなっていました。どこまで妥協できるか、判断がつく状況にありませんでした。まだ事故の全部が見えてない状態で、帰るという選択は簡単にできない。一旦帰ったら二度と戻れないだろうと思いました。幼稚園に入園してしまえばもう出られない。それで回り始めると、抜け出すことができない。できる限り避難をしたかった。（30 代女性、浜通り）

借上げ住宅の契約をする

新潟では借上げ住宅への入居が始まりました。空きがあるとすぐに埋まる状況でした。夫は「借上げ住宅の契約もしない」と言いました。一人で借上げ住宅への入居を決め、自分の名前で契約をしました。近くにスーパーと病院があって、交通の便が良く、汚染が少なくて、海が遠いところを選び、妹と一緒のアパートを契約しました。

義理の両親も夫も、嫁が勝手なことをしたと、相当へこんだと思いますが、後で説得しようと思っていました。でも、夫は借上げ住宅に、一度も足を運んでくれませんでした。一日も休みがなかったと言いますが、義理の親も夫も、嫁が勝手にアパート借りたことが許せなかったのでしょう。義理の母は、「息子を放りっぱなしにして」、「こんなに必死に働いているのに、嫁は何をやっているんだ」と考えていたと思います。私が子どもを守っている姿は見えないし、ホテルで悠々自適だろうと思われていました。（30 代女性、浜通り）

「自宅には戻るな」

その後 5 月の連休前の時期に、夫が会うなり開口一番「自宅には戻るな」と言ったのです。一方で、私自身は連休には帰るつもりでいました。報道で見るだけでは、今回の事故からはチェルノブイリほどの恐怖を感じませんでしたし、自宅の近所に住む他の保護者からメールがあって、「いつ帰って来るの」と聞かれていましたので、私自身もホームシックになっていました。それに親戚に迷惑をかけたこともあって、ここの大家さんにも長くお世話になるのは申し訳ないという気持ちもありました。夫が戻るなと言ったのは、自宅のすぐ近くにある地区の線量が高いことがわかって、避難指示が出るという噂を聞いていたためでした。（30 代女性、中通り）

新潟からさらに西へ

妻の実家で 1 週間過ごしていたんですけど、私は、新潟市も安全だとは思ってなかったので、子どもたちに絶対窓を開けるな、換気扇は回すな、外に出るなと言っていました。でも、だんだん煮詰まってきてしまって、息子が妻の父と、野球しに行くと言い出して、妻も「家の中に 1 週間も缶詰めにしてたら、子どもおかしくなる」といって、そこは結構トラブルになりました。

それで、私の実家がもっと西の方なので、そこに2週間くらいいました。

ただ、職場からは戻ってこいという電話がかなり厳しくなってきました。それで、私は 4 月初めには福島に戻りました。（40 代男性、中通り）

息子の卒園式・妻の理解

3 月末に息子の卒園式があったんですよ。妻は、息子の卒園式に行かなきゃいけないというんです。原発が危ない頃にね。そこで一回トラブルが起こりました。私は、妻とあんまり、避難するときに相互理解をちゃんと作らないまま、危ないんだから避難しなきゃ駄目だという一点張りで無理やり連れてきたので、フラストレーションをためていたのもあると思うけど、妻は「放射能より大事なことがあるのよ」と言って。そう言われた時にはちょっと深刻だなって思いましたね。結局、私が意見を通して、卒園式は行きませんでした。後から聞いたら出席率も半分くらいだったそうです。

その後も、妻を説得するには 5 年 6 年かかりました。たまたま妻の実家の新潟だったので、その後の言い合いは少なかったですけど、一人で子育てを続けての避難だったら、その後も何回かトラブルが続いたかもしれません。（40 代男性、中通り）

10. 初期避難から戻る理由

入学式で帰る

小学校の入学式が4月5日にあると知って、3日に福島に戻りました。本当に入学式あるの？という思いもあったのですが、長女でもありますし、行かせてあげたいと思って。夫が車で迎えに来てくれました。

小学校は公立なのに制服があるんですよ。で、その制服のスカートの下に長ズボンをはいて、マスクをして、肌を直接出さないように、という注意が来ました。給食も出てないんですね。あの当時ずっと出てなくって。送り迎えも車で、外を歩かないようにして。私自身も洗濯ものを外に干さないように、など気を付けてはいました。でも、放射線を測るなんて考えもしなかったし、放射能が何なのかもよく分かりませんでした。後から、3月 18 日にヨウ素材を配布したと聞きましたが、いなかったので、もちろん、もらえませんでした。私たちが避難した方向に放射能が流れていたことも後で知って悲しい想いをしました。（40 代女性、浜通り）

新学期で帰宅する

4月が近づいてきたころ、店を心配する母とともに福島に帰ることにしました。娘たちの新学期に間に合うよう、何とかしなければ、ということもありました。伊達の自宅は段々地滑りでどんどん破損が進んでいましたので、隣町の親戚に一週間ほど世話になりながら、 中通りで別のアパートを探し、転居しました。お金も仕事もなくて、どうしようと思いながら、自宅からいろいろな荷物も運び、自力で引っ越しました。（40代女性、中通り）

再避難へ

まだ借上げ住宅がなく、自主避難は雇用促進住宅が入れるよと言われました。三条と長岡も迷いましたが、主人の上司は雪の量が半端ないから、母子だけなら、お母さんの負担が多すぎる、新潟なら交通の便も楽なんじゃないかという話になりました。雇用促進住宅に入れる、空きもあるしということでした。下見に来て、中も見たけど悪くないと決めました。借り換えはできないので、今もずっと一緒に住んでいます。今回、支援が切れて、引っ越ししてもいいのでしょうが、荷物も増えているし、多少の不満はあるけれど、子どもの転校もあるので、そのまま、転校なしで継続で住み続けています。

引越は、赤十字の家電6点セットが入ってからでした。次女はまだ離乳食中でした。8月12日に家電が届くというので、11日に入りました。お盆休みなので、主人も一緒でした。長女は、このまま家族で住むと思っていたようです。でも、お盆休みがあけて、主人が帰ることになりました。長女にすごく泣かれました。かわいそうだったけれど、どうしようもありませんでした。主人も車で泣いていたでしょうが、その姿は見せませんでした。電話してくれといい、長女は泣きつづけました。（30 代女性、中通り）

小学校が始まるので帰る

見附の避難所には4月上旬まで身を寄せました。小学校が始まるというので、妻と子どもは自宅に戻って新学期の準備を整え、そのまま1学期は自宅で生活しました。

次女は1歳になったところでした。帽子をかぶれば外に行くとわかっていたから、帽子を持ってきては外遊びをねだっていました。（40代男性、中通り）

子どもだけの実家へ

1年間は、子どもたちを福島に戻さないようにしようと、家族で決めました。実家に子どもを預け、私と主人は平日は福島、休日は西日本という二重生活を送ることになりました。（40代女性、浜通り）

「避難した社長が帰るから」帰りたくないけれど帰ろう

夫が「帰る」と言い出しました。「避難した社長が帰るから」という理由です。夫の基準は社長にあったんですね。自衛隊が原発に放水して、それがうまくいけば帰れるというわけです。「そうだ、そんな悪い状況では

ない」と思うようにしました。茨城に住んでいた友達の家に1泊させてもらい、途中、柏の葉公園で子どもを遊ばせました。後にホットスポットだとわかる、公園です。

帰りたくないけれど、帰るしかない。夫がいなくて、幼い子ども 2 人を連れて避難を続けるのは無理だと思いました。夫の実家に帰って、仕切り直しすることになりました。（30 代女性、中通り）

11. 本避難を決めるまで

疑問に思うきっかけとしての水俣病　「あっ、国は助けてくれないんだ」

子どもを心配する友だちに言われたのが、「水俣病のこと、知ってる？」という一言でした。「うん、知ってる。教科書では知ってる」と答えました。

だけど気になって、自分なりにインターネットで調べました。今も裁判をしていて、救済されていない人がいて、苦しんでいる人がいることなどを知るなかで、「あっ、国は助けてくれないんだ」と気づきました。無関心だったことを後悔し、急に不安になりました。それが 4 月末くらいのことでした。

だけど、そのときも「ここで生きていくしかない」と思っていました。保養に行かせるにしても、経済的な余裕はなかったからです。

友だちとかは、「ちょっと線量低いから週末は実家に行ってるの」とか、「宇都宮のほうに行ってる」とか、そういうのを聞くと「いいな～」と思っていました。うちの実家はすぐそこだし、行ったところで放射線量は 3 分の 1 ぐらいにしかならなかったし。すごくうらやましく思っていました。（40 代女性、中通り）

異常な学校生活・高い線量、再避難の決断

学校が始まりました。みんな帽子をかぶって、マスクして、長袖っていうかウインドブレーカーみたいなビニール素材のものを着て、ズボンも履いて。すごい格好で学校に行くんですね。ええって思ったけど、みんなそうなんだなと思って行かせてたんです。たまたま線量計が手に入って、主人が見たら、本当にすごい数値だったらしいです。そんな所を通学路で歩かせてるなんて絶対あり得ないと。もうそれで避難は決定だったんです。長女は学校に行きたくないと泣きました。泣いて私から離れないのです。安心できる人から離れたくないんですね、毎日車で送り迎えをして、先生にわたして。担任の先生はいい人でした。（30代女性、中通り）

「異常だな」と思った

長女は、マスク、帽子、ウィンドブレーカー、長そで長ズボンで小学校に登校します。「異常だな」と思いました。（40 代男性、中通り）

蒸し風呂状態の教室

1 学期は、運動会や体育などの屋外活動も中止となりました。7 月の小学校の授業参観に行ったところ、窓も開けず、冷房もない教室で蒸し風呂状態の中、子どもたちは授業をしていました。大人は暑くて教室にいられませんでした。近所の子どもが不登校になった理由がわかりました。先生に聞くと、「『窓を開けないで下さい』というお母さんがいる限り、窓は開けられない」とのことでした。（40 代女性、中通り）

子どもの体調が悪化した

夫の実家に住みだすと、子どもたちの気管支炎がひどくなりました。埃と一緒に放射能が入ったのかどうかはわかりませんが、物理的に埃が多く、それを吸い込んだのは間違いありません。布団はカビ臭く、かといって干すこともできません。もともと喘息ではないのに、吐くほどひどい咳が止まらなくなりました。医者にはほとんどかかれませんでした。病院にかかったのは、そのあと、湯沢に本格的に避難してからです。（30 代女性、中通り）

外で遊ぶ子どもの姿をおさえちゃいけない

福島ではもう外で遊べなかったし、子どもが外に出ることも真夏なのに長袖、長ズボン、帽子、マスク全部だし、自由に遊べないし、子どももかわいそうってことで、新潟に遊びに来ました。そうしたら、子どもたちが勢いよく遊び始めて、これが子どもの姿なんだな、これが子どもだな、こんな子どもの姿を押さえちゃいけないって思って、それから新潟が一番いいかなって思いました。（40 代女性、中通り）

線量が高い、国や県に期待するより自分で動いた方がいい、女の子なので

5～6月に、通学路とか周囲の線量を測ったことがあります。普通じゃなかった。「こんなにあるんだ」と感じました。国や県に期待するより自分で動いた方がいいと思うようになりました。後悔したくなかった。女の子なので、子どもの子どものこともあります。先々心配するより、ここを出た方がいいと思い始めました。（40代男性、中通り）

まさか私がうつ病に

私の勤務先であった教育機関は、原発から30km圏内に入るところでした。ある日、職場で、片付けをしていたら、急に立てなくなって病院に行きました。うつ病と診断されました。まさか私が、と思い、心療内科に行ったら適応障害といわれました。立てなかったので、なんでもいいやと思い、そのまま病休にはいりました。そうして、第一回目の母子避難に入りました。（40代女性、浜通り）

夫が職場にもどる

最初は夫も一緒に避難したのですが、夫が職場から戻ってくるように言われて、福島に戻りました。一緒に来たのに置いていかれてしまったので、夫の決断で避難生活が始まりましたが、置いて行かれてしまった感がすごくあります。でも、避難に対して、夫の両親は私が主導で決めていて、福島に帰りたくないってだだをこねているように思われていたみたいでした。最初の頃は「戻ってこないの？」とずっと言ってきていましたが、最近はまったく言わなくなりました。もう帰ってこないと思っていると思います。（40 代女性、中通り）

隣県への母子避難

私たちを送った後に、夫は18 日に福島に戻ったのですが、帰り路に隣県の道の駅にある施設で、避難者の受け入れをしているという情報をラジオで聞いて立ち寄ってくれました。そこで、「赤ちゃんのいる世帯に離れをお貸しします」というメモ用紙があり、その場所も確認してくれていました。そうしているうちに、親戚から「いつまで居るのか」と聞かれてしまいました。彼らも見通しが立たず、困っていると言われたのです。夫はガソリンを手に入れるのに時間がかかったため、ようやく 3 月 26 日に迎えに来て、東京から本避難先となるその隣県に向かいました。

東京よりも本避難先は福島に距離が近づいたので、もしかしたら 5 月の連休ぐらいにはひと段落して、自宅に帰ることができるのではと思っていました。（30 代女性、中通り）

夫が避難先住居の契約をしてきた

避難しなければ、という思いはありましたが、実はなかなか避難に踏み切ることができませんでした。それは、私がひとりで子どもたちを育てられるかどうかが不安だし、心配だったからです。なかなか決断できない私を見かねて、夫がひとりで避難先での住居の契約をしてきました。私はその時、子どもたちを連れて秋田であった保養プログラムに参加していたのですが、その間にひとりで決めてきました。「おまえは決められないんだろう、だったら俺が」と言って、ひとりで全部決めてきました。住む場所は、避難前に何度か一緒に見に来ていたのですが、どうしても決められなくて。その時はどうも不安でした。私が子どもをひとりで育てられるかということが本当に不安で、決断しろよと言われて、アパートを見て決めて帰ろうね、と言われて新潟に来たときも決められずに福島に帰ったこともありました。そのぐらい不安でした。元々夫がとても子育てに協力的だったこともあるかもしれません。（40 代女性、中通り）

借上げ住宅に申請する

9 月に、北関東のある県で、福島県全域からの避難者に対して借上げ住宅の補助申請の受け付けをしていることを知り、夫の勤務地への通勤も可能なことから、家族全員での避難が一気に現実味を帯びてきました。ただ、周囲の家で避難していないのに、我が家だけ県外に避難して良いのかという後ろめたさは、確か

にありました。最終的には、「あくまで自己責任だから、許してほしい。いつか、きっと理解してもらえる」と信じて、近所の人には、「自主避難します」と挨拶をして出てきました。母は、北関東の他の県に住む家族が面倒をみてくれることになり、母もそちらへ引っ越しました。（40 代女性、中通り）

「おまえたち、4 人で新潟に暮らすしかないんだから」

夫には「おまえたち、4 人で新潟で暮らすしかないんだから。俺は通ってくるしかないんだから。家を空けるわけにいかないし、仕事もあるし。だから 4 人でやるしかないんだから」と言われて。やらなきゃいけないって気持ちはあるんですよ。でも、どうも不安で。友人はいるんだけど、不安な気持ちでいっぱいでした。結局避難したのは、半年が経った 9 月でした。（40 代女性、中通り）

夫が調べて伝えてくれ、納得できた

避難についての夫婦間での意見の違いはありませんでした。夫がいろんな情報を調べて納得して私に伝えてくれていたし、今、福島にいたら今後こうなるって教えてくれていました。そんな話を聴いていたら、テレビとかでもいろいろな情報が出るようになって、夫が言っていることは本当なんだと納得できました。なので、子育ての不安はありましたが、避難に対する不安はありませんでした。（40 代女性、中通り）

自宅周辺の線量が高かった

自宅周辺の線量は、かなり高かったです。4 月に入っても、通学路に 3 マイクロシーベルトを優に超えるところがありました。信夫山の方で 100 マイクロあったという情報を聞いたこともあります。

福島にいた時、子どもの習い事のお母さん同士でも、互いに探り合いなんですね、放射能を気にしているかどうか。気にしない人には、放射能の話はできません。同じ考え方の人でないと言えないので。（30 代女性、中通り）

放射能について不安に思うようになる

子どもが小学校に入学しました。PTA 総会で、あるお母さんが放射能について質問していました。かなり危険な状態ではないかということを質問していて、自分としては「なんで怒っているのだろう、変だなあ？」と思っていました。だけど、他方で迷いも生じてきました。5月の入学式で、身近な人が避難していることも迷いを深める一因でした。

学校で、放射能物質について、とても心配している父兄と知り合いになりました。毎日、放射能の危険性の情報を教えてくれました。チェルノブイリ、スリーマイル島などの健康被害情報を、知れば知るほど、ここにいていいのかという不安な気持が増すようになりました。

学校の近くの大きな公園で、放射線量を測ったら、高いところで 2.9μsv もあり、危険と思い、行政に除染をしてほしいとお願いしたいのですが、森林は、まだ除染の対象になっていないとの回答でした。今も、手つかずのままです。私はその公園の汚染マップをつくり、学校に提出しましたが、学校側は、全く対応してくれませんでした。

家の除染もしたけれど、線量が 1μsv あったので、行政に連絡して再度測ってもらったら、高いですねと一言。後日、再度除染しましたが、今も高いところで 0.5μsv あります。被ばく線量 0.23μsv/時を越えると危ないと言われているのだから、それ以下にする努力をしていただきたかったです。

除染の作業内容は、業者によって違っていて、壁、屋根、網戸を除染する、しない、それによっても、線量が変わってきていたとおもいます。

爆発の1年後に県外に避難したお母さんから、子どもの尿から放射性セシウムが検出されたと連絡がありました。一生懸命自宅の庭の除染をしていた父親の体内からも、放射性セシウムが検出されました。内部被ばくしていたそうです。

事故後、DVD をかりて、映画「みえない雲」もみました。原発事故により放射能という見えない恐怖におそわれた市民が、パニックに陥る様をみて、本当はこうしてパニックになっていたはず、それが国は安全安心

を言って、落ち着かせていたのでは、とまた不安が募りました。本当に人体に影響がないのか、国はきちんとしてほしいと思いました。（50 代女性、中通り）

メルトダウン・SPEEDI 情報隠し、『終わりなき人体汚染』

ゴールデンウイーク明けに、「メルトダウン」や「SPEEDI の情報隠し」などが報道されました。改めてインターネットでチェルノブイリのことを調べたりしていました。NHK で『終わりなき人体汚染』という、チェルノブイリ 10 年後のドキュメンタリーを見るなかで、「自分はなんて危険なところに住んでいるんだ」と改めて思うようになりました。10 年たっても放射能の影響で苦しんでる人たちがいて、土地が全部汚染され続けている。そして当時、3 歳だった女の子が、10 年後、小児がんになって背中にこぶができて、あっという間に亡くなってしまって、その葬式のシーンから始まるんですよね。

当時、うちの娘がちょうど 3 歳で、そのことと重なって、涙、涙で。うちの子も死んじゃうかもしれない。死んじゃうどころか、今、避難もしてないのに、どうなっちゃうんだろうっていう不安がすごい大きくなってきました。それで避難しなくちゃいけないと思うようになりました。それが一番のきっかけですね。

だけど、それでもやっぱり、経済的な理由、住宅のローンや子どもの教育のことなど、経済的な理由からなかなか避難に踏み切れませんでした。上の子も卒業を控えていたし。まずは娘だけでも連れて避難しなきゃいけないっていう気持ちにはなったんだけども、どこ行ったらいいか分かりませんでした。（40 代女性、中通り）

小学校は対応してくれない

（二次避難先の中通りの）小学校は放射能についてなんも対策してくれないのです。線量計を持たせたのですが、逆に、そういうものはもってくるな、と言われてしまって。家では、外出時にもマスクと長袖で対応して、お風呂でもまずシャワーでよく流してから、水も買ってきて、と予防対策をしていたのですが、学校では除染もしてくれないし。そのうち席替えがあって、娘が窓際になったのに教室の窓は開けっぱなしで「お母さん、どうしよう」と言われてしまって。給食も地産地消で、耐えられないと思い、まだ、（高線量の）中通り地域から二次避難先への荷物も運びきっていませんでしたが、さらなる避難を決めました。（40代女性、中通り）

父兄の間の分断

父兄の中には、とても心配している人、していない人もいたので、なるべく心配している人と話をするようにしました。放射能に対して、どう思っているかを見極めるために、気持ちを探りながらの会話は、気持ちのいいものではありませんでした。安心だと信じている父兄が「外で遊ばせて下さい」とお願いしていたと聞いて、内心、こういう父兄が増えないことを祈っていました。どうしたら、この父兄たちに、きちんと分かってもらえるのだろうと、放射能について勉強した上で、学校側にも子どもを守るために、協力してほしいと何度かお願いしたのですが、学校側から逆に「もっと勉強してください」と言われ、後日学校で、放射能についての勉強会を開催しました。だけど、呼ぶのは推進派の学者です。「気をつけて生活すれば大丈夫」「生活に気をつければ、ここで生活できます」としか言いません。気をつけるという事は、危ないから気をつけるという意味なのに。

勉強会を聞いて、心配していたけど、大丈夫じゃんという父兄たちも増えてきて。自分は放射能に対して心配していると、肩身が狭く、声を挙げ辛くなりました。（50 代女性、中通り）

放射能について勉強する

私自身、放射能に関するセミナーがあれば、足を運んで勉強したり、知人と情報を共有したりしていました。あるセミナーで、前に座っていた高齢者の方が手を挙げて、「自分は広島の原爆で被ばくをしました」、そして「疎開をしたけど、15 年後に甲状腺がんになりました。でもこうして元気でいられるのは、疎開をしたからだ」と述べていました。「一緒に疎開した兄弟は広島に戻り、ゆくゆくは白血病で亡くなった」と言います。その高齢者の方は、疎開という形で保養に行くことの大切さを述べていたんです。

さらに高齢者の方は、セミナーの講師に対して「何を根拠にそんなことを言っているの？」と詰め寄っていました。その後、その高齢者の方とは交流するようになりましたが、「そんなに心配なら保養させなさいよ」と言われて、土日は県外に行くようにしました。（50 代女性、中通り）

避難を考えるようになる

震災後、半年に一回、県外の保養イベントに行くようになりました。そのイベントには初回から参加していて。そこでは甲状腺検査などもしていました。

そこには県外に避難した方々が、福島に住んでいる方々、スタッフの方々がいて、みんなで気持ちを話す時間を設けて頂いて、一人ひとり話を聞きました。初回の頃、福島県民は、涙を流しながら話していた人が多く、苦しくて辛いのは私だけじゃないんだと思いました。そして、まだ福島で生活している私に、避難しておいでよ、力になるからと声をかけてくれました。

イベントに参加して決めた事は、子どもは自分で守ること、子どもを守ることで誰に何を言われてもいいやと決めました。

ある医師に、避難を考えているとうちあけました。医師から「リスクが高いので勧めない。精神的ストレスが母親にかかる」と言われてしまいました。主人にも県外への避難を考えていることを伝えると、「考えすぎじゃないの」と言われました。直後はあれだけ「危険だ」と言っていたのに……。結局、まわりで、子どもの健康被害が出たという話がなかったからだと思います。（50 代女性、中通り）

すぐには避難できなかった

当時私も仕事を複数もっていたので、すぐにやめることができませんでした。それから震災直後は、上の子が高校生でした。県外の高校へ転校できることを知らなかった。しばらくたって、別の高校へ転校して避難できることを知ったのですが、「もう少し待って。卒業したら福島を出るから」と言われたので、卒業まで福島にいました。（50 代女性、中通り）

夫は、仕事が有るから残るけど、子どもを守ると言うことで理解する

先に初期避難からもどった妹は「私が自営業だから福島から離れられないけど、子どもたちを守った方がいい」と避難を勧めました。友だちには「放射能のことで夫婦が別々になっちゃいけない、一緒にいる方が大事」という人もいました。私も、それは少し考えて「でも、こんなことで離婚しないよね」とその時は思ったんですが（後で事情により離婚にいたりました）。夫は、「仕事があるから俺は残るけど、子どもを守る」ということで理解してくれました。上の子は、入学して間もなくでしたが、ちょうど、同じ保育園から入学した子が少ない学区だったこともあり、反対しませんでした。夫が仕事用トラックで荷物を運び、家の車を私が運転して連休はじめの4 月29日に引っ越しました。新しい家は海の近くで、津波の記憶がありましたから最初のうちは心配もしていました。（40代女性、浜通り）

できる限りの被ばく対策

福島にいる時には、子どもたちにはできる限りの被ばく対策をしていました。

子どもをできるだけ、屋外には出さないこと、運動については、週1回、子どもを体育館に連れて行って遊ばせました。集団登校の学校だったので、子ども会から脱会して、朝と帰りは車で送迎、室内室外でも必ずマスクをする、学校のプールは入れない、校庭にも出さない、県外の食材を購入する、買った水を使う、休みには県外に連れて行く、雨降り始めは外に出ないこと、部屋の中心に子どもをいさせること、布団干しはせず、掃除機で吸わせるようにする、などなど。外部、内部被ばくをさせないように努力しました。そのような対策に関して、子どもは素直に聞いてくれました。

学校の運動会には、学校側に、校庭の線量が高いところには、子どもたちが行かなくてすむように、場合によっては体育館を使うように、工夫してもらいました。校庭の砂埃があがらないように、父兄たちで土が乾く度、水まきをしてから競技をしました。

ただ、3 年目の春、他の学校の父兄に、「うちより線量が高いのに、1 日通して運動会をやるの？」と聞かれることもありました。学校によっては、やらないところもあったので、がっかりしました。

当然、ガラスバッチも付けていました。日々の行動を細かく記入していました。このガラスバッチの値は、本当なのか、信じることはできませんでした。私はシンチレーション式の線量計を二つ購入して、いろいろなところを測定していました。一つは、これで測れば誰もが信じるという線量計です。どちらの線量計で測定しても、なお高い数値を示している。震災前がおよそ 0.04 くらいだったのが、自宅の雨樋で 1.0、水たまりでは 2.9 の数値を指していました。汚染マップをつくり知人に知らせたりしました。学校側に提出もしましたが、対応は全くありませんでした。

学校、まちなか、公園にあるモニタリングポストの値も、信用できませんでした。私の線量計と数値が違うからです。その後、初期に設置したモニタリングポストに不備が見つかり、別のモニタリングポストが設置されたのですが、その数値にも疑問が有りました。報道では、ある公園の線量が高いと言われていました。ですが、それよりも自宅近くの公園の方がもっと高いことがわかりました。

血液検査してほしい、と言ったんです。なぜ、甲状腺だけなのか、それだけじゃ足りないんじゃないかとも。そうしたら、行政は、そこまで検査する予算が・・・という反応でした。結局、私は子どもを連れて、行政以外の民間の検査を受けに行きました。1回検査するのに、家族で約1万円、3回行きました。でも検査する場所が、線量が高い場所だったので、複雑な気持で向かいました。結果は、少しセシウムが出たのですが、このぐらいなら大丈夫と言われたのですが、その頃の自分は、安心安全大丈夫、という言葉が一番信用できない言葉になっていました。（50 代女性、中通り）

学校給食の牛乳を断る

市に対して、給食の食材に「地産地消をするのは辞めてほしい」とお願いしたのですが、対応してくれませんでした。対応した職員は、「うちにも小さな子がいますが、食べさせています」と聞いて、悲しくなりました。なんで子どもに食べさせるのと思いました。

給食については、献立の食材名のところに産地が書いてあったのをチェックして、牛乳は止めて、キノコ類は食べさせませんでした。（50 代女性、中通り）

一時避難を経験して

夏休みになって約1か月間、子どもと秋田に一時避難した時に、本当に心身がリラックスして、それまで精神的にかなりの負担を抱えていたことを自覚しました。夏休みが終わり、9 月に授業再開になった時に、避難元での生活に一気に嫌悪感が湧いてきました。福島県内で生活することに、反発心がどうしても湧いてくるのです。東京の友人に「今のままでは、自分自身の精神がおかしくなるのではないか、できるなら、避難した方が良いのではないか」と言われました。放射能にピリピリして、虫や植物を集めて喜ぶ子どもたちを叱ることも、確かに疲れてきました。（40 代女性、中通り）

普通じゃない量の鼻血

事故からしばらくたってからでも、避難すると決めたきっかけは、子どもの鼻血です。直後から普通じゃない量の鼻血を、1 日数回所構わず、寝ていても鼻血が出ていたので、心配になって 5 ヶ所の耳鼻科に連れて行きました。どの病院も、「粘膜が薄い」「毛細血管が多く集まっているところが傷ついて、なかなか治らないので、出血しやすい」と言われて、最後に行った病院で、レーザーの手術をしました。それでも次の日もやっぱり鼻血を出して、結局無駄だったのかなあ。震災前は鼻血を出さなかったので、放射能の影響ではと思うようになりました。鼻血の一日の回数も増え、量もティッシュで間に合わないぐらい大量にでました。ごみ箱に、直にたらしていたぐらい、だんだん酷くなっていきました。学校で鼻血が出たときは、量が大量だったの

で、先生が「普通ではなかったので、直接病院に連れて行きました」といこともありました。だけど、新潟に来たら、鼻血が出なくなりました。（50 代女性、中通り）

夏のインフルエンザと高い線量

娘が熱を出したんです。上がったり下がったりして、なかなか治らないんです。そうすると、長男と次男も次々と熱を出して、みんな体調不良を起こしてしまいました。お医者さんにも相談しました。「もしかしたら放射能の影響ではないのですか？」とたずねても、全然取り合ってくれませんでした。でも次男の意識が朦朧としてきておかしな事を言い出しちゃったから、ビックリして救急車で病院に連れて行きました。検査したらインフルエンザだったんです。要は脳症とか起こしかけていたって感じだったんだけど、6 月ってインフルエンザってあまり結び付かないから、私たちもまさかインフルエンザとは思わなかったんです。

それで家のなかの線量が気になるようになりました。線量計は買えなかったのですが、何とか借りてきて、家の中を測りました。そうすると、その線量の高さにビックリしました。特に二階の子ども部屋は、市が発表していた線量とまるっきり同じだったんです。うちが木造で遮蔽しないのと、屋根に放射性物質が積もっているので、子ども部屋が一番高くなっていました。

一番びっくりしたのが、子どもの寝ていた枕元でした。測ったらとんでもない値でした。その値を見たら涙が止まらなかったんです。子どもたちに申し訳なくて。こんな所に毎晩寝かせていて、親として申し訳なくて。あれは本当にショックでしたね。その数値を見たときに、分からずに住んでいたとはいえ、そんなひどい所にいたのか、と。（40 代女性、中通り）

一時帰還と体調不良

私は福島に降り立つと急に下痢になったり、また原因不明の激しい嘔吐に見舞われたり、通常では考えられない体の異変を感じていました。本当はそのまま移住したかったのですが、一旦福島に戻るという事は決めていました。最後の使命として、放射能から体を守ることを訴えようという気持ちで、現場に復帰しました。

福島に戻ると、家族の中で一番体が弱かった娘にすぐに異変がでました。頭痛、腹痛、吐き気。聴力も落ちました。もともとアトピー性皮膚炎だったんですけれど、ひどくなり、毎晩かきむしっていて、肌が剥けている状態でした。薬もどんどん強くなり、飲み薬も処方されるようになりました。（40代女性、浜通り）

自宅の汚染と避難の模索

外はもっとひどかったんです。うちの中でそれだから、外の植え込みとかはすごい高かった。一番ひどかったのが雨どいでした。1 カ所だけすごいひどい値が出てきました。ちょうどジョイントが外れていて、そこから雨水がだだ漏れになってて、周囲の土が雨水を吸い込んでいたんです。それがリビングのソファの真後ろの場所で 23 マイクロシーベルトもあったんです。

「こんな高い所に、これ以上、子ども置けない。だからもう避難できないなんて言っていられない」と思いました。家はすごい大事だったんだけれども、でもその高い値を見たら、もうどうすることもできないと思うようになりました。後から、中通りでも一番線量が高い学校に通っていることがわかりました。

6 月中旬ごろに、娘だけでも避難させたいと思いました。無償で住宅を貸してくれるところをマッチングサイトで探していました。

主人にも同じ動画を見せました。理解はしてくれたけど、そのときは「自分は残る」ということでした。家のこともあるし、体調のこともある。会社勤めができず、震災前から立ち上げていたネットショップが軌道に乗り始めていたこともあって、自分は福島に残るということになりました。結局、避難に向けて行動するまでには至りませんでした。（40 代女性、中通り）

保養をきっかけに

ずっと避難させたいと思っていたのですが、反面で避難することへの不安もありました。私は一度も福島から出たことがなくて、自分は長女で、主人は長男、それぞれ年老いた両親がいることと、知らない土地で、子どもを守って生活できるのだろうかという不安でした。

ある日、新潟に避難していたおかあさんから、きっと住んだことがないところは不安だから、何日か泊まりにおいで、案内するよと声をかけられ、お言葉に甘えて、子どもを連れて新潟に行きました。

福島に帰る前日に、新潟にいる福島のおかあさんたちが、集まってくれました。そこには砂浜が有り、最初は友だちと遊んでいて、その子たちは夕方になると、建物の中に戻ったけれど、うちの子どもは日が暮れて、暗くなっても、飽きずに遊んでいました。本当はこうして外で遊びたいんだよね、ほら、これが子どものメッセージなんだよ、と、あるおかあさんが一言、言いました。そうだよね、そうだよね、と、そこにいたお母さん全員が、泣いていました。「自分は子どもの時、外で遊んでいたのに、自分の子どもには、外遊びを知らないまま大人になるなんて、かわいそうすぎる」と思うようになりました。何も気にしない生活をさせたいと思ったのが、避難することを決めた瞬間でした。（50 代女性、中通り）

夏休みの保養

夏休みになって、長男と次男を沖縄に保養に行かせ、自分と娘は北海道に保養に行きました。ばらばらになるのは辛いけど、みんな避難しようということになりました。

長男と次男の保養は、一ヶ月でした。スポ少の友だちとみんなで申し込んで、みんなで行こうと思っていたのですが、倍率が高くてうちの子どもだけが当選して、他のみんな外れてしまいました。これは、お金がかからない保養だったので助かりました。だけど長男はホームシックにかかってトイレで泣いていたり、次男も毎日、午前中は勉強で嫌だったみたいです。少しかわいそうだったけど、自分も無我夢中で、とりあえず安全なところに行かせたいという思いでした。

北海道には娘と自分の妹の子どもも連れて行きました。妹の子どもも連れて行くことになったのは自分の影響なんですが、妹は田舎暮らしで避難する人がまわりにいないので、行きづらかったみたいです。（40 代女性、中通り）

「子ども福島」でのやりとりをして

妻はその頃からネットをみて、どうすべきか考えていました。「子ども福島」（「子どもたちを放射能から守る福島ネットワーク」、5月1日発足）のメーリングリストが始まり、そこでやりとりをして、夏休みから避難することにしました。（40代男性、中通り）

何のためにこの子を生んだのか、ただ、それだけ

当時 3 歳だった子がいなかったら、避難は多分、真剣には考えてなかったです。男の子だけだったら、避難は多分考えずにそのまま残っていたと思う。とにかく下の女の子のことを守らないといけないという思いでした。

この子を生むときには、いろんなことを抱えている中での出産だったので、この腕に抱けたときにじーんと感動してしまいました。会えてよかった、という。それなのに、このまま危険にさらして、もしかしたら 10 年後に死んじゃうかもしれないなんて考えると、何のためにこの子を産んだのか、ただそれだけでしたね。（40 代女性、中通り）

履歴書のことを考えた

最初、上の子は卒業してからゆっくりこちらに呼ぼうと思っていました。だけど同級生のお母さんが、「履歴書から福島っていう文字が取れるの、今だから」って言うの。「今は小学校卒業から書かなきゃいけないんだよ、履歴書は」って。福島っていう言葉、抜けるの、今だよ。だから卒業させちゃ駄目って言われて。だからみんなで来る事にしました。（40代女性、中通り）

事業が駄目になる

最初は、主人は福島に残る予定でした。だけど、夏休み明けに一緒に引っ越ししました。ネット事業をしていたけど、商品である桃が売れず、事業もだめになったことが理由です。こちらに来て、慣れない避難生活のなかで、臨時職員などもしましたが、次第に体調が悪くなってしまいました。仕事ができない状況が続きました。主人の発病によって、生活はかなりきびしくなりました。（40 代女性、中通り）

12. 新潟に避難先を決めた理由

新潟なら山を越しているから、いくらか安全かと

どこに逃げるか、全国から海外まで視野に考えたのですが、自分の経済力と体力で逃げられる範囲ということで。また、関東は安全ではないと思ったので、新潟になりました。新潟なら山を越しているから、いくらか安全かなと。五泉市の「第二のふるさとプロジェクト」で探してもらったのですが、耐震基準を満たしている物件がなかなか見つかりませんでした。そこで、並行して自分でも新潟の不動産屋と電話やファクスでやり取りし、日帰りで往復したりして内見して、新潟市のアパートに決めました。引っ越したのは7月20日前後、一学期が終わった直後です。（40代女性、中通り）

新潟なら自主避難者も受入れてくれる

静岡にいる時から、避難先については考えていました。静岡でも探しましたが、風呂釜がなかったりとか、なかなか条件が合わなくて、青森県とか、本人が行かないと受け付けてくれないところも多かったです。全体的に強制避難の人だと受け入れてもらいやすくて、自主避難というと最初から断られることも多かったですね。罹災証明をもってこいとかあって、急いで取りました。大規模半壊です。でも、新潟の他は、大規模半壊でもなんでも自主避難者は駄目でしたよ。いろいろあった中で、新潟は、友達が抽選に行っても受け入れてくれるし、全部そろって受け入れてくれたんですね。ありがたかったです。友達に、公営住宅の抽選に応募してもらいました。（40 代女性、浜通り）

福島から週末帰れる場所として、妥協点としての新潟

福島に戻るという選択肢はなかったので、このまま北陸の私の実家にいるか、妻の実家がある新潟に行くかという決断でした。私の実家の方が放射能は安心ですが、義理の両親と妻子ではつらいだろうと思いますし、私が福島から週末に帰るのも無理かなと思って、妥協線として新潟市かな、というように話して。新潟市の水は信濃川、阿賀野川の流域なので、その上流を考えると心配がないわけではなかったです。（40 代男性、中通り）

新潟は汚染されていないというのが決め手

なぜ新潟に避難したのかというと、そもそもいろいろな避難先を検討していました。京都や沖縄など、多くの人が避難していた所も考えました。だけど主人が福島に残るので、行き来がしやすいところにしました。当時は京都までの避難バスもあったけど、続かないだろうと思っていたので。

新潟は汚染されていないというのが決め手でした。安田、五泉あたりから住む場所を探していました。結局、新潟市内にあるファミリータイプの住宅を見つけて、大家さんに聞いたらOKだったので、そこにしました。借上げ住宅は7月から申請していました。ただ、特に支援のあてがあったわけではありませんし、土地勘もあるわけではありませんでした。（40 代女性、中通り）

ぎりぎり新潟なら通えなくもないかな

主人が色々と情報を集め調べていました。北海道か新潟か、でも仕事をやめて、と言うのはなかなかリスクがあること、ぎりぎり新潟なら通えなくもないかな、というのもありました。長女にも聞きました。長岡で嫌な思い出はなかったし、新潟はいいところだったので「いいよ」といいました。新潟だったら、通えるし、2時間で陸続きで車で来れるからと、新潟に避難先を決めました。（30 代女性、中通り）

先に友人が避難していた

子どもたちを遊びに連れてきた地域は、福島とそんなに変わらない地形、地域の雰囲気がありました。おだやかな感じです。子どもものびのびと遊んでいました。子どもたちがまた来たいと言ったことや、先に避難

していた友人がいたことも、避難先を決める要因になりました。夫も全然知り合いのいない土地に行くより、友人がひとりいる地域の方がいいでしょ、と進めてくれました。（40代女性、中通り）

先に避難した人がいた

新潟を避難先にした理由は、福島県出身の友人が新潟にいて、その妹さんも避難したということを聞いたことと、その方が「新潟に避難してきたらいいのに」と言ってくれたことです。東京や関東在住の友人たちも「こっちに来ていいよ」と声をかけてくれましたが、関東は地震があるイメージがあったので、新潟にしました。最初は夫と一緒に避難しました。（40 代女性、中通り）

自宅から通えるし、汚染がない

候補は北海道、新潟、群馬の三ケ所でした。北海道は仕事を辞めるリスクがあります。群馬は取引先の人が空き家を使っていいと言ってくれましたが、首都圏で何かあったら身動きがとれなくなってしまう。新潟には会社の専務がおり、自宅から通えるし、汚染がない。そこで避難先は新潟に決めました。

父母は「子どものためだったら、親ができることをしなさい」と言ってくれました。親戚には何も言われませんでした。近所の人も「出られるなら、出たらいいよ」という反応でした。会社の社長も、新潟に避難する際にはレンタカーを運転して荷物を運んでくれたりと、みな、協力的でした。（40代男性、中通り）

新潟なら距離も離れているし、民間借上げもあった

7 月末に新潟県の借上げ住宅に移りました。湯沢町なので新潟県の情報はかなり入ってきて、そこで新潟県で民間借上の制度がはじまるという話を聞きました。山形も少しだけ考えたのですが、山形は福島から行きやすい分、距離も不安で、新潟なら距離も離れているので大丈夫かなと考えました。

今住んでいる民間借上げ住宅は、インターネットで選び、一度内見をしたうえで、決めました。津波の心配がないように内陸部で、新しい学校なら地震があっても大丈夫かなと考えて、学校の近くのアパートを選んだという感じです。

新潟に避難することについても家族は応援してくれました。湯沢に避難している間の2か月でも福島はまだ全然変わっていないから、もう少し避難している間に改善する、と言っていました。当時は借上げ制度も一年単位でしたから、夫も、それほど長くなるとは思っていなかったはずです。父も、本人は心配していませんでしたが、職場の若い人たちには、妻子が母子避難している人も何人かいたようです。福島の放射線量が高いことについても理解はありました。（30 代女性、中通り）

13. 避難を家族に伝える

子どもたちに避難を伝える

避難について、長女にはしっかり話をしました。まず事故後の一週間、学校から様子を見るために「休み」との連絡が入りました。その間に、通学路の側溝の除染をしなければならないという話も入ってきました。夫は娘に「ここは原発というのがあって、それが爆発した。あなたたちの健康を守るために、他の県に引っ越すことにした」という話をしました。長女はよくわかっていなかったようですが、テレビで原発が爆発するシーンが何度も流れていて、「これが体に悪いから、これが原因で病気になったりしたらよくないから引っ越しする」という話を何回か繰り返していました。本人がわかったかどうかはわかりませんが、わかったと言っていました。今までのお友だちと一緒だったのが別れてしまうのは、寂しいかもね、と伝えると、大泣きをしていました。友だちと離れたくないし、学校も変わりたくない、と。そんな中で、避難の前に何度か新潟に遊びにきていて、長女に「ここに引っ越そうかと思うんだけど」と言ったら「うーん、ここだったらいいかな？」という感じでした。「ここだと自由に遊べるし、福島だと自由に遊べないから、自由に遊べる場所の方がいいでしょ？」と尋ねると「遊びたい！」というので、じゃあここでいいかなという流れでした。下の二人はまだ幼かったので、ついてきたという感じでした。（40 代女性、中通り）

次男は納得しなかった

夏休み前に保養に行くことを決めたすぐ後に、借上げ住宅の制度が始まりました。7 月 1 日だったと思います。すぐに新潟に入って、住む場所も決めてきました。保養が決まっていたからまずは保養に行って、そこで毒抜きしてから避難のこと考えよう、ということになりました。

夏休みが終わり、長男が修学旅行へ行く前に新潟へ避難しました。二学期始まる前に何となくこのまま転校しちゃったほうがいいかなっていう気になってしまったんですね。思い出を重ねるとつらくなるだけだし、沖縄という異次元に行っていたので、そのまま日常に戻さないでこのまま行っちゃったほうが楽かもしれないって思ってしまって。長男にもそう言ったら、同意しちゃったんですね。でも後で聞くと、本当はやっぱり修学旅行に行きたかったみたいです。あとでそう言っていました。

避難することは、むしろ次男が納得しなかったんです。校庭にある除染された土砂は危ないからと言っていたのですが、それが夏休み明けにはなくなっていたようで、ニコニコしながら帰ってきて「お母さん、いいニュースがある。もう大丈夫、土砂はなくなったから引っ越さなくて大丈夫」って。校庭の下に埋めただけなんだけど。私は「それがなくなっても引っ越しはもう決まってるんだよ」って言って、次男が納得しないまま、しかも避難を早めてしまいました。「明日行くの？」ぐらいの勢いで引っ越ししてしまったから、それはすごくかわいそうなことをしました。（40 代女性、中通り）

ママを信じてもう一度避難して

子どもたちには、「周りはいろんな意見があるけど、ママを信じてもう一回避難して」と言って理解してもらいました。

母は、お店があるからと福島に残りましたので、母子3人での避難です。母は、私には何も言いませんでしたが、娘たちには「行っちゃうの？」と寂しそうにしていたと、後から聞きました。

一人でも、本気で頑張れば、何とかなると思っていましたが、その後、自分の体がきかなくなってしまい、子どもには申し訳ない気もちがあります。（40代女性、中通り）

「友だちがいるなら、いいよ」

保養から帰ってきて、主人に「避難したい」と打ち明けました。反対されるかと思ったけど、主人は「友だちがいるなら、いいよ」と言ってくれました。主人の気が変わらないうちにと思って、友人に不動産を探してもらいました。だけどもう借上げ住宅の申請は終了していました。借上げ住宅に入れないのを覚悟の上で、避難しました。

でも、いざ「行く」と言ったとたんに、いろいろな不安がこみ上げてきました。お金のこと、両親のこと、考え出すと不安にさいなまれて、踏み切ることができなかった。

そうこうするなか、福島の友だちに「子どもが先に死ぬのと、親が先に死ぬのと、どっちがつらい？」と言われました。その言葉が背中を押してくれました。（50 代女性、中通り）

妹は耳をふさぎ、母は心配で倒れた

妹にも避難を呼びかけましたが、耳をふさいでいるような状態でした。妹も私と同じで、福島から出たことがなく、不安だったのでしょう。いつも保養に行くときは、妹の子どもも連れて行っていたので、私の子どもだけを避難させるのが心苦しくて、妹が避難しないのなら、妹の子どもだけでも連れて行くのはどうと、言ったのですが、断られました。

母には行く 1 週間前に告げました。そうすると、心配して倒れて寝込んでしまいました。父には移って一ヶ月後に告げました。「なんか隠していると思ったんだよな」と言われてしまいました。（50 代女性、中通り）

一時避難が楽しかったので、子どもは嫌がらなかった

私も妻も転校したことがないので、子どもが転校することは心配でした。子どもに新潟へ避難することを伝えると、一時避難の楽しかったことを思い出したのでしょう、嫌がることはありませんでした。見附の避難所では大人は気落ちしていたけれど、子どもたちは同年代の遊び友達と楽しく過ごしていました。ブルボンのお菓子、まんじゅう、ジュースもたくさんあって、朝から夜までみんな一緒。風呂も一緒に入っていました。見附から帰るときには大泣きしていたくらいです。だからでしょう。小2の長女は、「新潟？　いいよ！」と、あっさり賛成しました。（40代男性、中通り）

14. 避難元の学校

転校する人はいない？

新潟に行きます、と言ったら、学校から避難で転校する人はいないんですけどね、と言われました。でも、校長先生がそう言っていただけで、そうではなかったのです[1]。新潟に来たら同じ学校の子どもがいましたから。転校する時に、担任の先生は、その子に、長女が行くから何かあったら、助けてあげてね、と声をかけてくれていたそうです。長女は、引っ込み思案なので、先生に言い辛かったら、そのお姉ちゃんに話を聞いてもらうよう言いました。（30 代女性、中通り）

福島の小学校から何も言えずに転校

長女の小学校では、転校する子もいました。多くはないですけど、入学式の時から名簿に載っているのにいない子が何人かいて、その後も数人。誰も避難とは言わないですけど、分かりますよね。それで慣れているのか、学校からも止められはしませんでした。私も避難することをまわりに話してはいません。あの頃は、おそらくみんなが出たいと思っていましたから、それでも出られない人もいるのに、言えないです。（30 代女性、中通り）

さよならも言えずに

子どもたちは震災のときのまま、さよならも言えずに別れ別れになっちゃっている友達がいます。転校する時は、担任の先生から、クラスで別れを告げる事を拒否されました。転校の挨拶をさせてもらえなかったので、校門の前で待って、個々に数人に挨拶したそうです。子どもは、未来の〇〇市というので入賞していたのですが、その入賞作品を勝手に捨てられてしまいました。謝罪も受けていません。今も、まだそのままの状態です。（40代女性、中通り）

[1] 長女は、クラスの3分の一が居なくなったと証言。

15. 本避難生活のはじまり

被ばくストレスからの開放

良かったことは、放射能のことです。被ばくストレスから解放されました。アパートや学校の周辺などあちこちを測定したのですが、福島と比べて明らかに線量は低いので、ものすごく安心しました。

また、福島県内では、新聞もテレビも地元局で、毎日が放射能や原発のニュースばかりです。結局、放射能や原発のニュースばかり聞き続けていると、精神的に辛くなっていきます。本避難先に来て、少しの間は、原発や放射能に触れないことで、ストレスから解放される感じがしました。でもこれは良く考えると、問題だと思うのです。福島で報道されていることを、電力消費地の関東でこそ、放送してもらいたいと思っています。（40 代女性、中通り）

見えすぎて辛い

8 月の終わりに入居し、越境で避難者でも幼稚園に入れると知ったので、10 月から子どもをすぐ近くの幼稚園に入れました。幼稚園に入れてから、友だちができました。持ち上がりで小学校に入ったので、避難者だということで特別扱いはされませんでした。

アパートは妹、妹の友達も一緒で、10 世帯のうち 7 世帯が避難者世帯でした。見えすぎると嫉妬も生まれます。親同士でのトラブルもありました。常に一緒だと疲れます。（30 代女性、中通り）

子どもが熱を出したらどうしよう

ドラッグストアに買い物に行った時に、ふと、子どもが夜発熱したらどうしようと思った時がありました。連れて行く病院を知らないのです。子どもが、「学校に行きたくない」と言ったら、どうしよう。孤立感と自己責任の重圧を心の奥で感じながら、空元気を出して踏ん張っていました。でも、夫が夜になって帰ってきてくれると安心する。育児というのは、夫婦がいて成り立つものだと思います。母子避難の方のご苦労はどれほどか、と思います。（40 代女性、中通り）

支援活動への参加

2012 年も明けたのですが、まだまだ重い気持ちのままでした。避難先での生活はしょせん“避難”生活だし、住民票もないし、借上げの補助の期間がいつまでになるかもわからず、落ち着かないので、パートに出る判断もなかなかできません。そんな中で、毎月、支援団体から送られてくるニュースレターに、避難者のための訪問支援員の募集が出ているのを見つけました。私は、縁故もない土地に来てから孤立感に悩んでいたので、この仕事はやりたい、と思いました。6 月から支援団体の訪問支援員として活動を始めることになりました。何より自分の故郷である浜通り地域からの避難者と話ができたことが一番有り難かったです。こういう活動を作ってくれた支援団体には、本当に感謝しています。

訪問活動も手さぐり状態でしたが、当事者目線の自由な活動をしたいという思いが、どんどん募っていきました。避難者の中でも、お年寄りが日々弱っていくのがわかりました。私も避難している母親がいるので、同じようなお年寄りの避難者の置かれている状況を見るにつけ、心が潰されていくような感じでした。いつ帰れるのか、本当にいつか元の場所に戻って住めるのか、壊れてしまったコミュニティはどこまで復元できるのか、誰も明言してくれません。

その中でどうやって、希望を見出し生きていけば良いのか、避難している地域で自分の居場所があるのか。避難者は法律に縛られ、深く傷ついているように思いました。（40 代女性、浜通り）

新潟での親戚関係

妻子が避難して、こうやって孫と一緒に暮らすことができて妻の両親が喜んでいます。近くには妻の姉もいて、息子にとってはいとこ同じ学校に通えましたし、そういう点では何の縁もなく来た人とはちょっと違うと思います。（40 代男性、中通り）

避難先での複雑な想い

2011 年の 9 月初旬に引っ越しを終えて、長男と二男は幼稚園に通い始め、生活が落ち着いた頃に家族全員が順番に体調を崩しました。緊張がとけて疲れが一気に出たのだと思います。一か月ほど、体調がすぐれない時期が続きました。夫は 11 月から避難先の隣町にある会社に就職し、数カ月の見習い期間を経て正社員になり、生活は徐々に安定していきました。私は幼稚園を介して、避難先にも友人ができました。これは子育て世代だからこそ、子どもを通して地域社会とつながりやすいことの表れだと言えます。

しかし、暮らしが落ち着き周囲を見渡せるようになると、周囲とのズレを感じる様になりました。私たち家族は震災で人生が変わってしまいましたが、友人たちは震災前とあまり変わらぬ生活を続けていることを知り、複雑な思いがこみあげてきました。勿論、避難先の町にも震災により大きな被害もありましたが、殆どの人は原発事故前と変わらぬ暮らしをしているように、私には感じました。原発事故により電力不足が懸念されると言われていたのに、震災前と変わらぬ便利さでみんな暮らしているように思えて、自分や福島の人たちが電気のためにあんな思いをしているのに、何故だろうと悲しくて悔しくなりました。

そして、何故こんな事故が起こったのかを考えるようになり、自分で本を読んで調べるようになりました。放射線の影響云々よりも、原発を導入した経緯などの歴史を中心に本を読みました。今まで自分が思考を停止して、色んなことを放棄し、他人に押し付けて暮らしていたことに気づきました。そして、私自身も生まれてからずっと福島県の原発から送られてきた電気を使って生きていたこと、日本に原発が沢山あることについて何も思わずに生きてきたことを思い、なんとも言えない気持ちになりました。（40 代女性、中通り）

狭いアパートで投げやりな気持に

本避難先は、私も夫も、縁故がない土地でした。広いアパートを選んだのですが、それでも、それまで住んでいた新築のマイホームに比べて、アパートの部屋の狭さや機能面での不便さなど、残念な気持ちになりました。避難した当初は、アパートの狭い台所で毎日 3 食を作る気力もわかず、外食をしたり惣菜を購入するなど、出費はかさんでいきました。先が見えず、投げやりな気持ちになりそうでした。（40 代女性、中通り）

近隣からの嫌がらせ

タイヤのパンクが2回、自転車が釣り糸でぐるぐるにされ、灯油を撒かれる、など、様々な嫌がらせを、アパートの下の家から受けました。盗撮もされたりしました。被害を警察に訴えると、逆に人権侵害のようなことをされ、福島県警に相談したら、ひどい話だと口添えしてもらいましたが、それでも馬鹿にされ、あしらわれました。その後、下の家の人は、引っ越して逃げていきました。（40代女性、中通り）

16. 本避難と子どもの転園・転校・手続き

長女の小学校入学

4 月から小学生になる長女を、どこで入学させるかを夫と相談していたのですが、避難元の自宅から通う予定だった小学校は倒壊の危険があって校舎が使えず、体育館で授業になりそうだという話を聞いて、それなら本避難先でちゃんと学校に通わせたいということになりました。

家を貸してくださった大家さんに相談をしたら、教育委員会などの連絡先を調べおいてくれました。送ってくれた夫は自宅に戻りましたので、母子 4 人での生活が始まりましたが、当時は車もなかったので、大家さんが車に乗せてくださったり、家財道具を全て貸してくさったりして助けていただきました。その後、本避難先の役所に、自宅が半壊状態であるという地震による被災の証明書を提出したところ、長女の学用品を全て無償で揃えていただき、これもとても助かりました。

長女は卒園式もできなかったですし、本避難先で小学校に行くことに納得ができなくて、初めのうちは泣きじゃくっていました。ただ、校長先生や先生方を含めて学校側も丁寧かつ迅速に対応してくださったので、学校が始まってからは嫌がらずに通ってくれました。

また母親の私も、小学校のスクール・カウンセラーの先生とのカウンセリングを受けられるようにしていただけたので、ありがたかったです。下の子どもを連れたままでも受けられるようにしてくださいました。また大家さんの助けもあって、地域の子育て支援センターでの育児相談や栄養相談を受けることもできました。ただ、子どもの予防接種だけは毎回費用の全額を支払って、後から避難元自治体に免除分を請求するというやり方でしたので、後で戻ってくるとはいえ、金銭的に大変でした。（30 代女性、中通り）

あっさりした転校手続き

転校の手続きはあっさりしていました。地域外通学の許可証を市役所でとって、書類さえ出せば大丈夫でした。体育着とかは、用品屋さんを呼んでくれ、支払いはだいじょうぶ、ということでした。学校では、「ここは地域的にコミュニティが希薄なのであまり期待しないでください」と言われました。祭りは？餅つきはないの？都会は違うと思いました。夏休み、家にこもりっきりだったので、夕方、海に行って、遊ばせていました。学校まで少し歩いてみようかと、歩いてみたりしました。来てすぐ学校に行くのではなく、ワンクッションおいたのは良かったかもしれません。（30代女性、中通り）

初登校の日

9 月 1 日に初登校しました。転校して来る子が多く、多目的ルームのようなところでスタンバイして、子どもたちを連れて行ってくれました。4家族いて、1 家族は宮城からでした。（30 代女性、中通り）

不安のない転校手続き

小学校の入学は、当時、文科省がかなり融通むげに日本中どこでも入学させていたので、その点は問題なかったですね。（40 代男性、中通り）

幼稚園の通園

問題だったのは下の子、娘です。避難した後、3 歳になる娘を幼稚園に通わせようとすると、これって住民票のある自治体が、例えば新潟市に、広域保育の依頼を出さないと、受け入れたくても新潟市は受け入れられないんですよ。仕組みとして。

ところが、それがうちの市はひどくって、広域の保育の依頼をしないですね。うちの妻が電話したときも、「いや、市の幼稚園は空いてますから」とか、「みんな、きょうも元気に通ってます」と言うわけですよ。そういうわけで、広域保育の依頼を出さないので、こちら、新潟市は空きもあるし、受け入れたいけど、受け入れられないと言われて。あれこれ、幾つか保育園を私立も含めてあたって、最終的に（公立保育園に）その秋ぐらいかな、落ち着きました。（40 代男性、中通り）

次女を幼稚園へ

夫に戻るなと言われてまず考えたのは、次女のことでした。避難元では保育園に通っていましたが、本避難先では私とまだ乳児だった三女と 3 人で家にいて、私が三女の世話に手をとられて次女のことをあまり見てあげられないでいました。次女は構ってほしくて、私がパワーで負けてしまうような子どもだったので手を焼いていました。そこで保育園に入れたいと思ったのですが、その時に自主避難者である私たちには補助が出ないことが分かったのです。

そう聞いてがっかりしていたら、本避難先では 3 歳から幼稚園に入れるという話を初めて聞いて、今度は恐る恐る幼稚園を訪ねました。そのときに、私立の幼稚園はある一定の収入以下の人は補助が出ることを知って、そんなにお金を掛けなくても幼稚園に入れられると分かったので安心して、2012 年 9 月から入園する準備をして通い始めました。（30 代女性、中通り）

認められるのに時間がかかった広域保育

避難当初、中通りに対しての広域保育が認められませんでした。娘を保育園に預けることが難しかったのです。何度も園や役所に足を運びました。住民票を移せばいい事です、とあっさりと言われました。でも、住民票を福島から移したとして、子どもの医療費はどうなるのと。これから、もしも健康被害が出た時の事を考えると、住民票を移す事は考えられませんでした。市に抗議を続けました。メディアにも取り上げていただきました。それで、やっと広域保育が認められました。諦めず小さくでも声を上げることが、とても大切だと、改めて感じました。（40 代女性、中通り）

子どもたちの就学上の困難

4 月 8 日に、新潟市内の避難所になっていた体育館に入りました。だけどそこもすぐ、4 月 25 日には閉鎖されるということで、二次避難所である新潟市内の旅館に入りました。ここは避難所として 9 ヶ所目になります。

最初、子どもたちは体育館から学校に通っていました。歩いていける範囲に、上の子が通う中学校があり、そのすぐ近くに小学校があったのですが、そこは区域外だから、下の子が通うのは駄目ですと言われてしまいました。交渉したのですが、柔軟に対応してもらえませんでした。次に、二次避難所にうつると、上の子の中学は変わりませんが、下の子が体育館から通っていた小学校が学区から外れたので、「（転校しなくても）いいんですか？」と尋ねると、「問題ありません」との回答でした。ただ、送り迎えは、毎日車でしなくてはならなくなりました。なんで最初は駄目で次はいいのか、今もよく分かりません。上の子は、どちらの避難所からも、送り迎えはしなくてよかったのですが、以前からやっていた部活がその中学校にはなかったので、辛い思いをさせました。

そういうこともあって、9 月から借上げ住宅で生活することになったときは、上の子の部活があるということ、下の子は送迎しなくても、普通に生活できるところ、というのが基準になりました。それで別の区に引っ越すことになるのです。

新しい学校に移ってから、上の子も大変だったとおもいます。学校には何とか通っていましたが、意欲的に取組めなくて。ただ、高校進学の時に、震災以前から続けていた稽古を続けたいと言いだし、自分でそれを続けられる新潟市内の高校を見つけてきて選択したときにちょっとほっとしたのを覚えています。（50 代女性、浜通り）

好意的だった教育委員会

住民票が福島のままでした。なので、小学校に上がる時、学区外の通学になってしまいました。それで、教育委員会にお世話になることになりました。とても好意的で、親身になってお世話をしてくださいました。とても感謝しております。（40 代女性、中通り）

湯沢での避難生活

赤ちゃんプロジェクトで訪れたグランディアは、個室があって、プレイルームもあって、行事もあり、とても良かったです。赤ちゃんプロジェクトがあったから、今があるんだなと思っています。

温泉もありましたが、3歳と1歳の子ども2人を連れて入るのは大変なので、1度も入らず、個室のお風呂で過ごしました。

子どもが咳をするので、避難中もストレスが溜まりました。伝染するかもしれないと思われるのではないかと、プレイルームにも行けません。吐いたらノロウイルスと思われるのではないかと心配で、部屋にご飯を運んで食べました。みんなの目も怖かったです。ママ同士のトラブルもありました。子どもを二人抱えて、しょっちゅう泣いていました。

子どもの咳はずっとです。抗生物質をもらい、薬漬けです。抵抗力も弱っていました。夜中に何度も急患で病院にかかりました。24 時間の集団生活は、お互いのいろんなことが目立ち、見えすぎて、苦しかった部分もありました。夫はホテルに一度も足を運んでくれませんでした。義理の弟は来ています。個室にこもれるだけ良かったですが、個室のない避難所は辛いだろうと思いました。（30 代女性、中通り）

17. 本避難して、暖かく迎えられる

支援される側になれた

こちらに来て、支援される側になれたんですね。中通りにいたときには支援する側だったのが、新潟ではそれが逆になった。すごくほっとしたのを覚えている。給食費は免除になりました。その他、体操着やシューズなど学用品も免除になりました。手厚く対応してくれた学校もありました。

いまもうちは、主人が発病し働けなくなったので、収入の関係で、免除になってるんですよ。向こうでは、それはならなかったから。今の収入だと、もしかしたら向こうにいても、なっちゃうかもしれない。でも今は避難者対象ということで、毎年申し込むと、うちは免除になるので大きいですね。その一つも大きかったです。

あと、ふりっぷはうすとか支援してくれる場所があり、ほっとする場所がありました。そこは安心できる場所で、唯一、自分の癒やしの場でしたね。（40 代女性、中通り）

ケアをしてくれた小学校の司書の先生

子どもの学校の調整を考えて、二次避難所から借上げ住宅にうつるとき、引越をしました。これで、実は一番辛かったのは、私かもしれません。下の子の小学校の送り迎えをするとき、いつも図書館で待っていました。司書の先生が、子どものケアをしてくれたり、私のケアをしてくれたり、それでよく話もしました。そんな風に話せる人が他にいなかった。引越すときに、職員室に最後に挨拶によって、泣きじゃくってしまい、今でも涙がでそうになり、逆に連絡とっていないんです。本当は会いたい人なんですが。（50 代女性、浜通り）

避難者同士のネットワーク

避難してきた仲間との出会いと支え合ってきたことは、陰に陽に大きいですよ。そういう仲間がいるのと、いないのは全然違います。そういう集まりの場であうか、それに関連するメーリングリストか、SNSか、という出会いですね。（40 代男性、中通り）

小学校では暖かく迎えてもらえた

長男は小学校に転校という形になりましたが、とても暖かく受け入れてもらえました。地元の小学校はマンモス校で、子どもたち同士のいじめなどもありました。新潟での学校は 1 学年 2 クラスで、小さい規模の小学校だったことも長男にとってはよかったようです。（40 代女性、中通り）

新潟で地域とつながる

新潟に避難して、まずは友だちをつくり、つながろうと思いました。学校の役員、町内会の役員をして、一気に友だちや知り合いをつくりました。みんなとても協力してくれて助かりました。野菜をいただいたり、魚をいただいたりもします。とてもありがたいです。

今年 7 月からは，新潟市内で仕事につくことになりました。勤務先は、私の立場を理解してくれて、無理のないようにシフトを組んでくれています。働くきっかけは、さすがに主人のかせぎで複数世帯を負担させるのは無理なので。（50 代女性、中通り）

湯沢町での受け入れ

赤ちゃんプロジェクトに電話しても詳しいことは分かりませんでした。転校のこととか不安だったのですが、よく分からないけど、来てくださいと言われました。湯沢町に行けば何とかなるはずなので、ということですが、対応しておられる方も慣れている感じだったので、行くことにしました。

湯沢にいたのは 5 月の末から 7 月いっぱいまでです。車 2 台で、私が子ども 3 人を乗せて、夫の車に荷物を積んで運びました。家族の反対は何もなかったです。それほど長いことではないだろう、避難している間に状況も変わる、と、みんな思っていました。

湯沢町のホテルでは、お風呂もご飯も全部出してもらって、ワンフロアを避難者に開放してくれていて、そういう面では贅沢です。だから何も言えないのですが、プライバシーがないのがつらかったです。ご飯を食べる場所が一か所なんですけど、0 歳 2 歳は、じっとしていられないから走り回るし、奇声を上げるし、周りの人たちに気を使って。それから、子どもが多いから病気がすぐにはやるんですね、水ぼうそうとか一気です。幸い、ノロウイルスはなかったですけど。本当に、無我夢中で何とかやっていた感じです。母が時々手伝いに来てくれたり、一緒に行った友だちがいるので、それは心強かったんですけど。（30 代女性、中通り）

見守ってくれた大家さん

ただ、私は自分で自宅近くにある高線量の地区の様子を見ていたわけでないので、本当に自宅には戻れないのだろうか、という疑問が残っていました。大家さんにも迷惑ではないかと考えてしまうのです。その上、私一人で 3 人の子どもを見ていて、一番下は赤ん坊だからいいのですけれど、上の二人はしょっちゅうけんかをしていましたので、隣の家に私の怒鳴り声がよく聞こえていたと思います。本当に恥ずかしくなって、逃げ出したい気持ちでした。大家さんは見守ってくれていましたが、どうしても私がいき過ぎているときは、たしなめてくれたので、ありがたいなと思いました。（30 代女性、中通り）

小学校ではしっかり対応してくれた

長女は、家のすぐ近くにある小学校に転入しました。事情についてはまったく知らないままだったのですが、たまたま、とても良い学校でした。当時の校長先生が避難してきた人に寄り添う姿勢をはっきり出していて、学年を超えて、避難している人の親同士が集まれる機会を校内に用意してくれました。参加者は、子どもだけで 10 数人でしたから、7，9 世帯でしょうか、子ども同士も学年を超えて仲良くなって、卒業後も親同士 4，5 人で会うことがあります。お互いに忙しくなって減ってはいますけど。

ですので、避難してきたことでのいじめなどはないですけど、一度だけ、原発いじめ問題っていうのがちょっと、はやったっていう言い方はおかしいですけど、騒いだ時期に、同級生から、「ばい菌」っていうふうに言われたことがありました。その友だちのほうも分かってなくて、むしろニュースとかでいじめがあったっていうニュースを聞いて、避難してる子にはそういうような意地悪な言葉を掛けるっていうことがあるっていうのを知ったと思うんですよね。ただ、全体が時期だったこともあって、学校の方でもなんかピリピリして、少し大きくして、ただ、その子も謝ってくれて、その後も仲良くしています。

最初から、学校はとても良くしてくれています。それで選んだわけでは全くないですけども、避難した当時の校長先生がすごくいい方で、最初からすごくいい対応してくださって。地域の方も、大変な思いをして来ているお母さんたちがいるよっていうようなことを共有してくださって。じゃあ孤立しないように、こういうイベントを立ち上げて、みんなで参加してもらおうよっていうので、いろいろ郷土料理教えてもらったり、とか。すごく地域も学校も助けてくれた所だったんですよね。（30 代女性、中通り）

長女の学校と友だち

長女は、小学校 1 年生の 5 月連休明けから新潟市立の小学校に転校しました。はじめは言葉が違うので戸惑ったようです。アクセントも違うし、先生が話す言葉が分からないとも言っていました。遊んでいる仲間に入れてもらうのに、福島では「まぜて」というんですが、新潟では「よせて」というんですね。それが分からなくて、最初は仲間に入れてもらえなかったみたいです。一か月くらいして、他の子が「よせて」と言っているのをみて自分も「よせて」と言ってみたら仲間に入れてくれたよと話してくれました。

それから後は、福島から来たということでいじめられたということも聞きません。先生方はやさしかったですし、先生の話し方がうまかったのかなあ、福島から来たことを隠したことはないですが、子どもの友だちも、大変だったね。という感じだったみたいです。上の子は今年から中学校でバレー部に入りました。（40 代女性、浜通り）

次女の幼稚園と自主避難者のママ友

次女の幼稚園も優しくて。最初、いろいろ探したんですよ、一番近くの幼稚園は制服も必要で。でも自分で調べて、あちこち電話したら、無料で受け入れてくれる補助のある幼稚園があって入れました。やさしいところで、園もよくしてくれましたし、お母さんたちもやさしくて、順応できました。夏休み頃になって福島からの転入があるというので、この時期なら強制避難の人かなと思っていたら、自主避難者で、同じ境遇の仲間が増えて心強かったです。避難者同士の集まりの案内が定期的に来ていて、一人では行けなかったのですが、二人なので一緒に行くこともできました。そこでも多くの人とつながれて、とても良かったです。

たまに福島に帰ると、向こうはもう平和モードです。ですから、避難していても、「（原発事故や健康影響の有無などの）結果はいつ出るの？誰がそれを言ってくれるの？こんなに苦労していても誰もほめてくれないの？」と悩んでいるんですよね。だから、放射能の影響を気にしている人が少数意見なので寂しいし困っている、といったことを話しあえる場は、とても大きいです。みんな、子どものためだけに避難したという。それ以外の理由はないんだから。（40 代女性、浜通り）

親切な不動産屋さん

避難することについて、子どもたちに話す余裕はありませんでした。新潟に来たときには住む場所が決まっていなくて、新潟に来ることを勧めてくれた友人の紹介でホテルに安く泊めてもらいながら、住む場所を探しました。最初から避難所は考えていませんでした。子どもが男の子 3 人ということもあって、きっと周りに迷惑をかけるだろうなと思ったからです。とりあえず、1～2ヶ月、短期滞在できるような場所を探しました。そしたら、ある不動産屋さんに「うちにおいで」って声をかけてもらいました。借上げ住宅制度が始まる前の時期でしたが、無料で住ませてくれました。避難の時、家財道具とかを持ってこなかったのですが、この不動産屋の社長さんが一切貸してくれました。（40 代女性、中通り）

何でも話せる場を作りたい

同じ故郷のＬさんはすでに市民団体を立ち上げ活動をしており、同じ支援員としても、車中でよく語り合いました。色々な思いや考え、問題意識、感情をぶつけても、心の底から理解してもらえ、認めてもらえることを何度も実感できて、私の心の傷も少しずつ癒されていったように思います。原発避難者の心の復興のためには、とにかく、何でも心にあることを吐き出して、語り合う機会がないとダメだと確認できました。

私は、最初の頃は、自主避難に対する理解が乏しい世情に配慮して、自分の悩みは封印していましたが、Ｌさんを通して、何でも話せる場を作らないと相手も打ち解けられないし、理解しあえないと実感し、だんだん心を開いて活動をするようになりました。（40 代女性、中通り）

暖かく迎えてくれた幼稚園

避難後に幼稚園を探しました。公立がなかったので、二つある私立の幼稚園のうち、どちらも訪ねてみて、まずお話を伺ってから決めようと考えていました。一つ目の幼稚園を尋ねると、園長先生が福島の状況をご存知だったせいか、とても温かく迎えてくださいました。後に担任になる先生も、すぐにご挨拶に来てくださって。とても信頼できそうだったので、すぐに転園手続きをとりました。制服や運動着も、古着でしたが、特別に全て無償で譲ってくださることになりました。他の方々には内緒にしてくださっていました。子どもが卒園した今でも、園長先生とは親しくさせていただいています。（40 代女性、中通り）

18. 母子避難の暮らしと通う夫たち

悲しかった母子避難

1回目の自主避難は、悲しかったことをおぼえています。それまでは忙しくとも子ども中心にじいちゃんばあちゃんと楽しんでいた生活でしたが出来なくなりました。自転車をこぎながら、涙することも多くありました。主人も福島で仕事をしていましたので、いなくて寂しかった。

当初は、母子避難のお母さんが自殺したり、都会に避難した人が電車の中で放射能うつると言われたり、子どもが学校に行けなくなったり、暗いニュースもたくさん入ってきました。（40代女性、浜通り）

一人での子育てで困ったこと

うちの妻は、強がりで、あまりこういうことが大変とか言わないんですけど、僕が困ったのは、うちの妻と娘がインフルエンザにかかったときに、病院に 2 人で行くわけです。ところが、いつまでも帰ってこないって、息子が福島の私に電話をかけてきて、「お母さん帰ってこない、さみしい」とかって。いや、どうしろと、みたいな。そういうのは1回だけじゃないですね。何回かありましたね。あれはどうしようもなかったですね、もう。でも、それくらいです。本当に困ったなと思ったのは。（40 代男性、中通り）

被災者という意識と周囲との壁

一人になると、良くない方へと考えがいってしまうので、農家の「くせ」というのか、大家さんが持っていらした林の一部を開拓して、野菜を作ることを許していただいて、畑を作ることにしました。何か作業をして、時間を費やしたかったのです。お金にはならないにせよ、何か成果が欲しくて野菜を作っていました。それで、自分をごまかすってわけじゃないですけれど、なだめようとしていたのです。

子どもの学校や幼稚園の他の保護者さんともお話しすることはあって、多少気はまぎれていました。でも、どこか自分の中で「被災者」という意識があったために、自分たちのことをどこまで話したらいいのかなと考えてしまって、変に自分で壁を作り続けてしまったのも、この時期です。話しをしても、分かってくれないだろうなという気持ちがありました。

段々と事故のことも風化してきて、共通の話題で話せる人は誰も居ないのだという恐怖心すらありました。それになぜか、被災者の立場というのが、「お金もらってるんだろう」と思われているような感じがしてしまって、直接そのように言われたわけではなかったのですが、私が思い込んでしまっていました。いろんな報道で、そうした声を聴いていたからだと思います。（30 代女性、中通り）

孤立感と長引く避難生活

その後大家さんが引っ越しされて、私は完全に 1 人になってしまいました。それから、落ち込むというか、鬱状態が始まりました。話しのできる大人がいなくなってしまって、ずっと子どもと自分だけで、下手をすると子どもとしか話していない日が続いて、ひどい孤立感のなか、どんどん悪い方に考えて鬱っぽくなりました。近所にパン屋さんがあって、週に 1 回だけ子どもをおぶって行くと、「子どもが寝てる間にコーヒーを入れるよ」と言ってくださって、それが唯一の楽しみでした。

夫は週末には地域の集まりなどがあって自宅を離れられないので、週日の夜中に来て、朝一番に仕事に間に合うように帰ってしまうので、話す間もないのです。だから避難していた 2 年半は、夫が満足に子どもと一緒に過ごすこともないまま、自分一人で子どもをずっと見続けているので、すごくカリカリしていました。（30 代女性、中通り）

夫と話す時間がとれず心療内科へ

こうした不安を抱えて、夏や年末が来ると夫と議論をして衝突をして、なぜこの人と上手くいかないのかと思ってまた落ち込む、という状態でした。内科に通うようになって、睡眠薬や安定剤をもらっていたのですが、

薬の量も日に日に増えていきました。そこでファミリーサポートセンターに子どもを預けられるというのでお願いして、心療内科にも秋から通うことになりました。そこでいただく薬を飲んでいる分は安定していたのですが、それでも、こんな薬を飲まなければ生活ができないのかという、自分に対する苛立ちがありました。自分は何もできてないし、何も生産してないと思ってしまって、もう爆発寸前でした。夫に気持ちをぶつけたくても、平日の夜中に一人で鍵を勝手に開けて入って、勝手に寝て、朝になったら消えているので、来たなっていう形跡は分かるのですが、話はできないでいました。（30 代女性、中通り）

訪問支援員の方との出会い

その頃本避難先の被災者支援団体から、福島県出身の訪問支援員の方が来てくださるという通知を受けたので、自分の不満をぶちまけた手紙を送りました。そうしたらその数日後、支援員さんが来たわけです。それでやっと、共通の話をできる人が見つかったと思えました。

実はその間にも何人か、たまたま行った講演会で福島から自主避難しているという親子の方二組と、お会いしたのです。ただやはり、その方も生活が大変そうだったので、なかなか話しがしづらかったという部分はありました。自主避難で、子どもがお互いに 2、3 人居るという立場は似ているので共通点はあったのですけれど、そのお二方はそれぞれお勤めもされていましたので、なかなかお話しするのも難しかったし、しづらかったです。ですから、訪問支援員の方に会えたのは、大きな救いでした。（30 代女性、中通り）

２回目となると強くなるもの

主人も他県の仕事の試験を受けてくれましたが、その年は合格することができず、私は待つことが出来ないので、翌年、娘と二人で、第2回目の自主避難をすることにしました。2回目となると強くなるもので、近所のおばあちゃんとお茶のみをして、出来るだけ楽しく過ごそうと努力しました。また、二重生活で費用がかさみますので、おやつはいつも手作りにするなど工夫しました。

その年に主人が試験に合格することが出来たので、家族揃って新潟に避難することが出来ました。（40代女性、浜通り）

相談できない避難生活

避難して 1～2 年くらいは、こどもたちが大変だったので、避難したことに対して少し後悔の念があった。「本当にこれでいいのかな」と。私の責任で避難したんだけど、実際には不安に思っていました。主人にも言えなかったです。だけど相談相手はいませんでした。むしろ自分は相談を受ける立場でした。その当時は支援員もいませんし、むしろサロンや集いの場などへ行き、避難者同士のつながりを作るような活動をしていました。だけど家庭のなかではゴタゴタしていたんです。（50 代女性、浜通り）

同じように思ってほしかったけれど・・・

避難者交流施設に行った時、当時は話す人もいなくて、主人が喋れる相手でした。でも、そっちのことは何とかしろ、と彼は思っていたようです。1週間いない間に、下の子はめまぐるしく成長しますし、上の子は学校でこういうことがあったと、それを主人と共有したいという思いもありました。同じように思ってほしいと。でも、彼はそんなのはそちらで解決しろと。愚痴にしか聞こえていなかったとも思います。そっちにいないし、わからないよと。主人にそれを言われた時に、言っても無駄なんだな、やめよ、と思いました。残業して帰って来たんだ、と言われると会話が途切れます。事後報告になる。で結局どうしたわけ？ と言われるなら、パパが楽しい思い出があればいい、と思ってしまう。子どもが成長したら、もう会話ないかもしれませんよ。（30 代女性、中通り）

新潟通いで疲れる夫

夫は3月の彼岸明けに戻りましたが、それから毎週、金曜夜に新潟に来て、日曜に帰っていきます。夫が帰るときには、1週間分の調理した物、ろ過した水も持たせます。

先週あたりも「いい加減帰って来い」という話が出ました。往復6時間以上なので、ガソリン代や高速代もかなりかかる。高速無料化も子どもが18歳になった時点で終わりでした。（50代女性、中通り）

ストレスがたまる夫

避難して2，3年は、「離婚、離婚」と。独りで暮らしていると寂しいのがストレスとなる。一週間分の料理を持たせても、温めたりしないと、そのままでは食べられない。洗濯はしなくてはならない。やはり面倒ですよね。独身にもどったみたいで。基本、家族は同居ですよね。

夫の会社でもはじめはみんな逃げたけれど、今はもう戻ってきている。「なぜうちだけ」となります。週末に通うのも大変です。金曜日に残業を入れられたりすることもあります。

だから、「戻ってこい」とか、日常茶飯事。仲が良くても喧嘩になりますよ。ストレス溜まるじゃないですか。（50 代女性、中通り）

19. 本避難と学校生活での苦悩といじめ

子どもが慣れるのに苦労した

子どもたちが避難生活に慣れるまで大変でした。上の子はあと半年で卒業なのに避難させられ、不憫でかわいそうでした。それ以上に下の子が慣れるのが大変でした。最初はずっとイライラしていました。クールダウンに時間がかかっていました。学校に行くと教室を飛び出すし、暴力的になる。家ではなんともないのに。学校で問題行動を起こして、学校から電話がかかってくるようになりました。そのときには慣れれば大丈夫だと思っていた。そのときは「自分のしつけが悪い？避難したのが悪い？」と自分のことを責めていた。電話に出るのも恐怖になってしまっていました。（40 代女性、中通り）

福島に帰りたかった息子

一番辛かったのは息子だったと思います。担任の先生に「死んでしまいたい」みたいなことを口にしたこともあったみたいです。とにかく福島に帰りたかったんだと思う。自分の居場所がみつからない。だって自分がいたいのは、福島のお友達といっぱいで遊んでたあの教室だから。すごくつらかったんだと思う。
学校で集団行動ができないので、図書館や相談室にいたみたいです。使ってなければ体育館もいいよって言って、いる場所を作ってもらっていたみたいです。

そんな次男が、小学校6年生の時に「もう大丈夫、ぼく頑張るよ」と言ってきた。それ以降はみんなと同じ教室で勉強して、給食を食べれるようになった。そのときの先生が次男に向き合ってくれたからだと思う。また、自分も次男のありのままを受け止めることができるようになった。それまでの経験を 6 年生の文集で書いたようなのですが、先生が「これ、残るから、それはいいから」と言って消してくれたみたいです。次男が、支えてくれた先生と、私たち両親に感謝していることを文集で書いてくれました。それはそれは、感動しました。
また、長男の部活の試合に次男を連れていって、長男が試合に出ているところを見たのも影響していたかもしれない。

だけど小学校卒業のときに、中通りから転校のときの手紙と写真が出てきた。そんなに帰りたかったんだとおもって、切なかった。「なんで帰れないの」とずっと思っていたんだと思う。（40 代女性、中通り）

子どものストレスと先生の不理解

子どもは、せっかく入学が決まっていた高校に行くことができず、ストレスを抱えていました。その高校に入って、中学校からやっていた部活をしたかったみたいで。ずっと「吹奏楽の先輩が待っている」「大会の練習が始まっている」と言っていました。沿岸部で亡くなっていた親戚や子どもの同級生のお葬式で時々戻っていました。そういうときに、全国に避難している友だちと再会したり、それぞれ、違う制服を着ていたりしてね。それで子どもも、ずっと「帰りたい」と言っていた。

結局、子どもは公立高校に入学したのですが、すでに新入生合宿は終わっていて、自分以外のみんなが仲良くなっていた。溶け込むのが大変だったみたい。ストレスが原因でアレルギーが酷くなって、学校に行けなくなってしまいました。進級も危なくなって、2 年生からは私立高校に転入しました。

だけどその高校でもあまり学校に行けなかったんです。3 年生になって、「明日、この授業に出ないと卒業できない」と言われるような状況に追い込まれて、ようやく卒業したような感じです。

加えて、その学校では先生の認識不足にも悩まされました。「被災地に住所を残していることは違法です」なんて子どもに言うんです。問い合わせすると、私にも同じことを言いました。そんなことはないのに。まるで犯罪者のような扱いを受けたりもしました。よく 3 年間、学校に通ったと思います。

子どもが高校を卒業する時に「自分のスタートだ」と言った時に、少し救われた気がしました。被災地への関心から、現在は希望が叶って大学で勉強しています。（50 代女性、浜通り）

勉強が分からない

授業が始まると、長女は勉強が分からなくなりました。福島と新潟では、教科書（教え方）の順番が逆だったのです。ついていくのが一杯一杯で、何をやっているかがわからない状態でした。テストもできる問題はなく、一学期の復習だから簡単だよね、といわれても、分からないのです。クラスでは、「転校してきたからしょうがないね」と言ってくれる子もいれば、意地悪を言って来る子もいます。学校でもらった教科書と、そうでないところと、照らし合わせて、先生に渡して、やっていないところを1ヶ月、通常の宿題にプラスして、勉強を続けました。一学期の分だけだから、頑張ってやってと、鬼のように叩き込みました。こんなに県で違うとは驚きました。避難者交流施設[2]で知り合ったお母さんたちも同じように言っていました。会津で留まればよかったと泣いている人もいました。（30 代女性、中通り）

登下校問題

困ったのは登下校でした。登校班はありません。学校からは、2−3人になって帰るようにと通知が来ました。「一緒に帰ってくる友達がいなくて、でも一人じゃ帰っちゃ駄目って言うし、どうやって帰ってきたらいいの？」と。一度、長女が遅く帰ってきて、どうしたのと怒ったら、一緒に帰ろうと声をかけたのに、なんで、いやだ、といわれたというのです。誰もいなくて泣きながら帰って来るのが毎日でした。避難前は、集団登校で近所に子どもも居たので、あり得なかったことです。学校は動いてくれませんでした。一度、長女と一緒に帰ってくれる子いますか？と聞いてくれたけれど、あとは自分でお願いしなさい、と先生は言ったそうです。幸い優しい子がいて、途中まで帰ってくれたこともありました。

それで送り迎えをしました。長女が高学年になるまで続けました。次女は寝ているけれど、起こしておんぶして、お姉ちゃんを迎えにいこうねと出かける毎日でした。最初の年は、すごく雪が降った年で、毎日帰りたいと思って。本当に心折れかけました。今次女も同じ問題があります。次女も私から離れるのは考えられないみたいです。（30 代女性、中通り）

ここにいるしかない

言葉遣いが悪い学校でした。担任の先生もショックを受けるほどでした。娘には、悪いと思ったら使わないように、なるべく染まらないようにと言いました。柄が悪いので有名な学区だったのです。

でも、福島には帰れないし、ここにいるしかない、仕方ない、諦めるようにと長女に教えました。子どもたちを泣かせてはいるけど体を壊したら何もできないと思いました。ちょっと我慢はさせるけど健康だったら何でもできるかなっていうのもあって。でも本当にそれはかわいそう過ぎました。

精神的に一番きつかったのは、やはり長女だと思います。次女は幼稚園からのお友達が何人かいて、地域のことが少しは分かってきているし、幼稚園の友だちもいて、地理的にもわかる。でも長女は、地名も、お店の名前から、なにもわからない状態だった。会話に、次女は入れるが、長女は入れなかったのです。（30 代女性、中通り）

原発避難によるいじめ

原発避難に伴ういじめについて子どもたちに聞いてみると、次男はなかったというが、長男は「言えないことはたくさんあるよ」と言っていました。

「福島のくせに」とシャープペンシルを突き刺されたことがありました。そのことについて学校から連絡を受けました。「大丈夫だったの？　ちょっと見せなさい」って言って、見るとそんなにひどくはなかったけどちょっと芯が刺さってる跡がありました。それがナイフだったらと思うと親としたらすごく怒りがこみ上げてきたんだけど、でも子どもは、「もうその子と解決してるから、これ以上、大きくしなくていいからね」って言ってきたんです。学校から連絡あったけれども、「それ以上、出てこなくていいからね」って言われ、「もう仲直りしてるし、話は

[2]新潟市東区のふりっぷはうす。震災後、新潟県や市、新潟 NPO 協会等によって作られた。

終わってるから」って言ってきて。それ以上は親のほうからは言いませんでした。だからたくさんいろんなことは抱えてはいたろうな、って思います。

一生懸命、友だちと仲良くしようと思って、元気にやってると思って見ていました。だけど中学校の部活の見学のときに、友だちと一緒に部活を見学しようと思っていたんだけど、自分だけ気がついたらのけ者扱いされた、ということもあったようです。

でもちょうど、見学したバスケ部の人に「君が入ってくれないと5人にならないんだよ」って言われて。他の子たちはみんなミニバスからやっていたけど、うちの子どもはバスケのバの字も知らないなかで入部しました。でも「君がいないと」って言われて、みんなが長男を必要としてくれてるみたいな状況になったので、バスケ部に入ったんですね。でも何にも分かんないから、学校から帰ってきたらとにかく駐車場で、ボールを、ドリブルの練習とか、自主練をやるぐらい一生懸命やっていました。

その仲間がまたすごく良くって。だからすごくいい中学校生活をその後は送れたようです。その仲間といまだにつながっているみたいだから、それはそれで良かったなって思うけれども。でも、そういう仕打ちもあったんだなっていうのが、ちょっと切ないかなって。だから全部は言わないけど、いろいろあったよっていうことはそういうことみたいです。（40代女性、中通り）

いじめ・頼りにならない先生

何かあれば、福島とすぐ言われ、いじわるされたりするようになりました。長女は、何をしたわけではないのに、福島というだけで、いじめられました。いじめは、低学年のうちは言っていましたが、段々言わなくなってきました。年齢もあるのでしょう。学校行かない、でも、行きたくないと言う日もあり、連れて行く日もありました。一回行かなくなると、引きこもる、と思っていたので、とにかく学校に必死で行かせました。最初の2年時のときの担任の先生はいい先生でしたが、3年の先生は、無気力で、守ってくれないタイプでした。いじめられたと話を聞き、後から話を聞くと、相手が手を出したのは事実だけれど、長女も言い方が悪かったと。先生、違いますよね、いじめられる方に非があると言うのは、おかしくありませんかと思ったけれど、この先生には何を言っても期待できない、もう頼れないと思いました。一度、思いあまって、おかしいですよね、いじめる子は、いじめましたと言う人はいませんよね、と先生にいいました。長女もお母さんがここまで言うのはと、びっくりしていました。結局、先生は頼りになりません。（30代女性、中通り）

「福島へ帰っちゃえ」と言われた娘

ちょうど、その頃に長女もいつか帰れると思っていた希望が失われて、避難がズルズルと長くなって、余計苛立つようになりました。その頃になると、長女が避難していることがだんだん周りの子どもに分かってきた時期だったようです。「福島へ帰っちゃえ」と言われていたことを、後で知りました。だから長女の中でも我慢しきれなくて、福島に帰りたいという人が、私プラス長女になってしまいました。ちょうど2年生になる春だったと思います。でも私には、娘が福島に帰ることを逃げる手段にしているように思われて、ガツンと叱ってしまって自分でも落ち込みました。（30代女性、中通り）

本当に心から笑っていない

4年生の担任の先生に、長女は「本当に心から笑ってない」と言われたときがありました。「楽しそうに笑うんですけど、本当に心から大爆笑してる時がないんですけど、何かありますか、やっぱり震災の影ですかね」って言われたんです。私たち自身は、ただ好きで引っ越してきた一個人の転校生ではなくて、避難者として来てる。ということは、私たちが何かをやれば避難者全員がそういう人って見られるんだから、あんまりふざけたことはできないんだよって。母子避難、目立たないように目立たないようにしてね、お願いと長女には言ってきました。長女はそういうのを気にしてたのかもしれないと。「一個人じゃなくて避難者全体のイメージがあるっていうのがあの子の背中にはあるから、本当に心から笑うっていうのは今はできないんだと思います」というと、先生は「やっとなぞが解けました」って言われたんですね。それで、笑っていいんだよといいまし

た。私が恐れていたがために、長女に我慢させていたのだと思うと、申し訳ないと思いました。（30 代女性、中通り）

孤立・学区外中学への進学

長女も先生に期待は持たない、こんな子達と同じ中学に行くのはもう嫌だと言いました。それで中学校は、学区外に行きました。一人も同じ小学校の子がいなくて、リセットできて、よかったとおもいました。もっとも、中学になると、周りも、あくどい、ずる賢い子が多いようです。先生の前ではいい子、後ろでは、、。でも、長女は負けていなくなったようです。大丈夫だね、と言っていると、ママもパパもポジティブすぎるんだと言われます。「強く」「何事もポジティブに」って言ってると、パパも「ママはポジティブ過ぎるんだ」って言われて。「でも、うちに 1 人ポジティブがいたほうが平和じゃない？」とか言うと「たまにママが幼稚に見えてくる」とか言われてます。（30 代女性、中通り）

子どものいじめ

うちの例でいうと、息子がなんも言わないんで、どうもいじめられていた節はあるんですよ。学校からはそういうことを何度か聞いたりするんだけど、息子は自分の口で言わないんで、実態はよく分からないんですね。小学校 4 年とか。長くは続かなかったようですけど、単発的に何回もあったと思います。でも、本人は言わないんだなあ。（40 代男性、中通り）

妻が登下校に付き添った

長女は、4年生まで付添いなしでは学校に行けませんでした。妻は毎日、登校時と下校時に付添って、学校まで二往復していました。お姉ちゃんにあわせて次女も起こされ、おんぶされて学校に行ったんです。長女は大人がいないとダメだった。当時は話さなかったけれど、学校が嫌だったんですね。いじめもあったようです。転校生だったから、仲間に入れてもらえなかった。

小学校が嫌だったから、中学は公立にあがりませんでした。今は楽しそうに中学校に通っています。（40代男性、中通り）

子どものいじめ

長女は、中学2年のころからいじめを受けるようになりました。それまで仲の良かった子が、悪口を言いふらしたのがきっかけだと思います。転校生なのに長女の方が少しずつ目立ち、リレー選手やクラブの部長などに選ばれることに腹を立てたのかもしれません。何度も親子でいろいろと言いふらしたためにまわりも同調し、学校も対応してくれませんでした。部活もブラックで、チケットを買い取りさせられたり楽器を買わされたりしました。その楽器を買って1週間で先輩に壊されました。対応を御願いしつづけるも回答がなく、知らんぷりで、スクールカウンセラー、学校、行政、どこも対応してくれず、我慢や泣き寝入りを指導されるだけでした。連絡網から何度も外され、家の前まで冷やかしにきたり、1年近く続きました。精神的に参って私が倒れて入院し、逆避難しなくてはいけないぐらいになって、親や親戚が福島から応援しにきてくれ、家族がまたバラバラになったり、本当に辛くて、げっそりしました。私も動けないので、子どもには地獄のような生活だったと思います。いじめの主犯格の子は、学校の推薦を受けて高校に進学しました。学校はいじめを知っていたはずなのに。それでも、つらい中で我慢して、私に泣き言も言わず、我慢しているから大丈夫と言ってくれました。

中学の同級生たちとは違う高校に進学し、現在は大学をめざして勉強しています。（40代女性、中通り）

長女の体調不良

長女は、過呼吸も起きやすくなりました。頭痛、腹痛もよく起きます。病院では心因性ストレスと言われました。学校でのストレスがあるので、心因性という説明に、なるほどと思いました。心因性なら、絶対に休ませられない、途中で治るから、と学校に行かせました。長い人生、1−2日、休んだってとお医者さんは言いましたが、1日2日がずっと続く、休ませられないと。

先生には、席替えをすると具合が悪くなるといわれました。新しい環境に馴染むのに負担があるようです。精神的ストレスでに過呼吸になったりします。でもそれ以外は、健康に育ってくれています。（30代女性、中通り）

貧血・起立性低血圧で休むことも

貧血、起立性低血圧で、休むときもあります。低血圧や貧血等はお母さん譲り、遺伝的なものだといわれます。小さい時に鼻血が出たことは話していません、その時の症状でお医者さんにはかかるので。鉄剤を飲みつづけています。薬がなくなったら具合が悪くなるので、なくなる前に言ってもらうようにしています。

次女は、季節の変わり目に、肌にブツブツができます。風邪は引くけれど、悪化することはなく、健康に育ってくれています。（30 代女性、中通り）

長男の不登校と病気

長男が中 1 の時から学校に行けなくなりました。体調を崩したのが最初のきっかけだと思いますが、親には言わない理由もあるのかもしれません。中 1 の 9 月からです。最初は週に 1～2 日は普通に登校していました。その時、柔道で骨折をして、回復後、自転車で登校中、橋を自転車で渡っているときに脳貧血で倒れて意識を失い、川に落ちそうになったことがありました。それをきっかけに自転車に乗れなくなって、病院に通うようになってから学校に行っても具合が悪くなるようになってから、だんだん学校に行けなくなりました。その当時は登校しても保健室でした。また倒れると怖いから、って教室に入れなくて。中2の1学期は登校していましたが、夏休み明けからまた行けなくなったこともあって、適応指導教室に行くことになりました。そこへは普通に登校していたので、学校に行けない、精神的な何かがあるのかもと思う。中 3 は修学旅行をきっかけに中学校に行くつもりだったのですが、修学旅行の直前に肝臓の病気になってしまって、絶対安静になってしまいました。高熱が続いて、1ヶ月ぐらい自宅で安静状況でした。結局修学旅行も行けなくて、今は学校の適応教室か適応指導教室に行っています。行けないときは家にいて勉強しています。本人は肝臓の病気がなければ、学校に行けたはずという思いを本人は持っています。なので、中学の友だちとも普通に遊んでいます。学校のクラスの子は、あまりからだが強くないので学校に来ないという理解をしているようです。（40 代女性、中通り）

子どもの PTSD～がんばりすぎた息子

長男は学校でのカウンセリングでは、PTSD と言われました。避難して、新しい環境での生活を頑張りすぎた影響が出ている、カウンセラーからは話をしているとわかると言われました。親には言わないようなこともいろいろ話しているようです。避難当時、長男は夫の代わりになろうと頑張っていました。頑張りすぎていました。普通に子どもらしくしていれば、こんなことにならなかった、と思います。当時、無理に大人ぶっていました。何でも俺がやる、って感じで。何でもできる子だとこっちも思っていました。甘えさせてあげる時期にそれをしてあげることができなかったので、今甘えさせてくださいとカウンセラーから言われています。中 3 ですが、よく甘えてきます。自分でもマザコンだって言ってます。私や夫ももう大きいのにって思うこともありますが、甘えたい時には受け止めるようにしています。そうすると、今度は下の二人から「ベタベタしてて」と言われてます。もしかしたら、他にもそういう子がいるんじゃないかと思ってる。（40 代女性、中通り）

子どもの病気

子どもは、事故後 1 年以上たってから、新潟へ転校しました。福島では室内で過ごしていたので、足の力が弱いことがわかりました。はじめの1ヶ月は、友だちが出来なかったのか、まっすぐ家に帰ってきました。表情が暗かったです。1ヶ月が過ぎた頃から、家に友だちを連れてくるようになり、明るくなって、安心しました。子どもは子どもなりに、がんばってたんだなと思いました。

でも、新潟に避難した年の 11 月に、子どもが原因不明の過呼吸で倒れてしまいました。チアノーゼが出ていて、あと5分遅ければ死んでいたかもと言われてしまいました。2週間くらい入院していました。喉頭浮腫

（こうとうふしゅ）と言われました。子どもの状態がどうなるかわからないため仕事ができないし、そもそも避難してきてすぐは仕事モードにはなりませんでした。（50 代女性、中通り）

幼稚園では一年ほど寂しい思いも

長男の幼稚園では、最初、友達ができなかったみたいです。こちらでは3年保育なんですが、年少の頃にちょっと入れなくて、定員がいっぱいで、駄目だったんです。それで1年遅れの年中の4月から入ったので、みんな仲良くなっているところに自分が行ったっていうところで。年長組にあがってからは友だちもできたと言っていました。でも、もしかしたら幼稚園の頃は結構、我慢してたのかな。小学校に入ってから、割と明るくなって、友達のお母さんから「○○君って、こんなに明るい子だったんだね」ってよく言われたんですよ。なので、もしかしたら幼稚園の頃はいろいろ我慢してたのかな、とも思います。（30代女性、中通り）

避難者向けのスクール・カウンセラーがいたらよかった

上の子のことを考えると、避難者向けのスクール・カウンセラーがいたらよかったな、と思います。特に、避難者の置かれた状況が分かるカウンセラーがいて欲しいです。実はそういう要望を、あちこちらで言ったことも有るんです。県外の避難先で震災や原発事故のことへの理解がないところで、不用意な発言を受けたことを自分の子どもだけでなく、他も、よく聞いていました。実際、自分の子どもが通っている高校の先生から、子どものささいな行動をめぐって少し理不尽な扱いをうけたこともありました。先生の理解がなかったので、特に上の子は高校生活がきつかったと思います。下の子は、そういうことも含めて、家で殆ど話しません。昔はやんちゃだったのに、今はいい子になって。それも、上の子が大変な状況とか、色々見たからかもしれません。（50 代女性、浜通り）

避難いじめニュースを機に、避難を口にしなくなる

今までは、様々な支援を頂いていた後ろめたさから、自分から「福島県から避難している」と話をしましたが、避難いじめがニュースでとりあげられるようになり、福島からの避難してきたことについて、最近は自分からあまり口にしないようにしています。事故当時、未就学児だった息子たちは、全員小学生になり、避難先の学校で、お友だちと元気に走り回っています。彼らの様子をみていると、そのようなことはなかったようです。小学校入学前に避難してきた、そのタイミングが良かったのだと思います。事件のニュースは子どものいじめでしたが、子どもだけが抱えている問題ではなく、社会全体の問題だと思います。このことを考えると本当に暗い気持ちになります。（40 代女性、中通り）

中学でのいじめ「命がけで逃げてきたので、命がけで守ります」

息子は避難後、転校しました。転校してから部活で、中1の子に後ろから蹴られたり、冬休み明けに投げ飛ばされて骨折しました。そんな状況なのに、午後の授業を受けて、部活にも出たんです。車で迎えに行ったら、乗ると同時に倒れこんだ。

中学校に電話して、病院を教えてもらって、骨折しているかもと伝えたのに、担任の先生からは電話もない。翌日は、「折れていたんですか？」「いつものようにふざけていてたんだろう」。相手の子も認めない。学校側は受験前で動かない。「受験が終わるまで我慢してください」と言われました。昼休みに骨が折れて、そのあとに先生に呼ばれて話をしているのに、先生は気がつかなかったんです。

暴力的なことがたびたびあったのか、わからないけれど、冬休み明けに息子が「暗いな～」と思っていたら、そんなことになっちゃって。こんな状態では学校に行かせられないと、ずっと休ませました。

目撃者が出てきて、「投げられた」ことを証言してくれました。NPO法人に相談して、一緒に動いてもらって、学校と話し合いをしました。校長は頭下げますが、担任は筆記用具も持ってこない。やった子どもも親も頭を下げません。

この件は教育委員会も知るところになりました。私は「命がけで逃げてきたんで、子どもは命がけで守ります」と学校側に最初に言いましたが、真剣にとらえてなかったようでした。（50代女性、中通り）

20. 体調悪化（大人）

疲れが酷くなり、階段からも落ち、めまいもでてくる

中通り（特定避難勧奨地点近く）から中通りの別の市の二次避難にいってから、血圧が高くなりました。以前に網膜剥離になったことがあるので通院はしていました。それから、避難直前の6月くらいから体調が悪くなり、疲れもひどくて、腕も上げられない状態になっていきました。でも避難したいから「なんか体を動かす薬出してほしい」って言って精神科に行って薬を出してもらっていました。それがどんどん悪化していったのです。

今から思うと、引っ越しの時にけがをしたからかもしれません。細かい荷物を取りに行くため、8月は週に2，3回、新潟と福島を往復していたのですが、アパートが2階なので、荷物を持って階段を上り下りしているとき、階段から落ちました。8月には2，3回同じようなことになりました。尻もちをつきながら滑り降りる感じで、その時はそれほど痛くもなかったので放っておいたのですが、どんどんひどくなりました。最初は疲れだと思いますが、最初の時にけがをしていて、2回目からは、その影響でめまいがあったのかもしれません。

就職のために9月からパソコンスクールに通い始めていました。10月になるとそのパソコンの前で意識が飛んでしまうことがよくありました。（40代女性、中通り）

寝たきりになるも、何の病気か分からず冷たい扱いを受け、生活も困窮する

新潟にきても血圧の薬はやめられないから、1，2カ月はその薬だけ出してもらっていたと思いますが、内科で診てもらいたいと言っても「精神科に通っている人は診られない」と断られました。

10月頃だと思いますが、心療内科の薬をやめたいと思い、近所の心療内科のクリニックに行ったところ、薬をやめられる状態ではない、かなり悪いようだと言われました。そして、12月ごろ、どんどん悪くなっている、ここではよく分からないからと、他の病院を紹介されましたが、その後、うまく病院とつながることができず、たいへんな思いをしました。5年ほども寝たきりのような状態になってしまったのです。

ヘルパーを利用しようとしましたが、自力で手続きが出来ず、誰も頼る事が出来る人がおらず、子どもたちとただひたすら堪えるだけの日々でした。手続きがようやく出来たのは翌年でした。精神の方で、障害の認定を受けてヘルパーさんについてもらいました。

でも、病院で内科に行っても、どういう病気か分からず、断られたり、なぜか関係のない腎臓の方にまわされて、怒鳴られたり、ドクターハラスメントもうけました。大泣きすることも多かったし、2年間血圧さえ図ってもらえない時期がありました。薬だけどんどん増えて、薬の飲みすぎで肝機能障害も出るほどでした。やっとのことで病院に行くのに、そういう扱いで、本当に苦しかったです。

保険士にカウンセリングをしている病院に転院したいと連絡しました。それで探してもらったはずの病院で、カウンセリングをしていないと言われました。他にも伝達ミスが多い担当者でした。そうしているうちに、生活が大きく困窮していきました。2年ほど、一日23時間寝ているような状態でした。娘には後から「瞳孔が開いていた」と言われました。（40代女性、中通り）

難病であることがわかる

とにかく体が痛くて、顎関節症にもなってしまいました。そこで口腔外科に行ったら、その先生は親切で、丁寧に診てくれるのですが、歯が専門なので内科病院に紹介状を書くことはできないということでした。それでも頼んで、私が通っていた病院に電話してもらって、どういう病気なのかだけでも調べてもらったところ、結局のところ分からないらしいということでした。（40代女性、中通り）

それでも通っているうちに、ある時、ネットで調べてみたらと言われて、体はつらい中ですが、なんとか起きられる瞬間をつないで、ネット相談に問い合わせてみたところ、何人かが、聞いたことのない、ある難病の病名を挙げてくれました。教えてくれたうちの一人が本を2冊紹介してくれたので、それを読んで自分でも間違いないと思いました。しかし、新潟でその治療をしていると言われた病院に行っても、「そんな病気はない」な

どと否定され、相手にされない状況は変わりませんでした。県の医事課に問い合わせても「あきらめろ」「医療にも限界がある」というだけの答えで、やっとの思いで電話したのにと、悔しい思いをしました。

あきらめるわけにはいかないので、福島や東京の知り合いに相談したところ、東京に2カ所その病気の治療をしてくれるところがあると分かりました。一つは大学病院なので紹介状がないと受け入れてくれないけれど、もう一つの私立病院なら、お金はかかるけど受け入れてくれるということで、東京の叔母と弟が、新幹線に乗ってくればとにかく連れて行ってあげるからというので、予約して、ようやく診てもらうことができました。その結果、やはり、その難病という診断でした。治療を受けて、患部の画像データももらうことができました。（40代女性、中通り）

難病の治療も難航する

その難病の治療は一回では済まず、何回か受ける必要があるのですが、画像があれば新潟の病院でも治療を受けられると思ったのですが、それができず、区役所に相談に行ってもかみ合わず、病名が分かっても苦しい状態は続いていました。

その間、ほとんど寝たきりの状態で、子どもにつらく当たることもあり、本当に申し訳なく思っています。無理をして治療を受けて、ようやく去年くらいから少しずつ動けるようになりました。冬には行政ともめたりして、また体調が悪くなり、普通に呼吸ができる感じをもったのは今年の春です。夏には、子どもと普通の会話をしたり、出かけて「楽しい」と感じたり、できるようになりました。それでも体調が悪いときはだめで、2，3日前も冷や汗と吐き気が止まらず、座っていられないほどでした。一週間の中、一日の中でも変動が大きいです。去年くらいからリハビリの意味もあって、子育て施設のボランティアをしていますが、まだ、役には立てていない状況です。（40代女性、中通り）

主人の心臓発作、義父の肺癌、子どもの心臓病の疑い

避難してからしばらくして、主人が心臓発作で倒れて　夏ごろまで入退院を繰り返しました。それと同時期より、義父の癌治療が始まって。中通りに住んでいたのでなかなか会いにもいけず、義父は肺癌で亡くなりました。それに　加えて　長男も心臓の病気の疑いが出て、精密検査の結果、まだ病名が付くほどの症状ではないとのことで経過観察となり、取り合えずは安心しました。心臓の異常は遺伝なのか？それとも　福島原発事故の影響なのか？主人の心臓の症状が悪化したのも、義父の肺癌も、もしかしたら放射能のせいじゃないか？健康被害の不安も大きくなるばかりです。福島では安全に子育て出来る環境になく、住むところさえあればなんとか避難生活を維持出来るのにと、借上げ住宅の問題も日に日に大きな不安となってのしかかってきます。（40代女性、中通り）

21. 本避難：暮らし向き・経済状況

二重生活

新潟では、避難当初に物資提供のサポートやおしゃべりする場所を提供してくれましたが、日常のサポートはありませんでした。妻は今を生きるだけの毎日だったのではないでしょうか。

二重生活は、実家で同居していたから何とかなったようなものです。「お金が尽きたら尽きたでいいや」、と考えていました。高速代金は1年間くらい自腹で、その後に無料化されました。

母子避難して1週間くらいは、妻や子どもがいなくても、「自分の時間ができてラッキー」という感じでした。でも、この年になると父母と話をすることもないし、何もすることがないので、毎日、晩酌をするようになりました。逆に、妻はお酒が好きだったのですが、子どもたちを一人でみているので晩酌はできなくなりました。（40代男性、中通り）

新潟での生活

赤十字の６点セットは８月に受け取りました。そこからアパートでの避難生活が始まりました。狭い２階なのに子どもは走り回ろうとするし、たいへんでした。特に最初の冬は雪が多くて、これが新潟の冬かと、心が折れそうになりました。雪かきも、後ろと前に、抱っこ、おんぶしながらですから、本当に大変でした。それに比べると今は、子どもも自分でご飯が食べられますから、そういう意味では楽になったと思います。

夫も月に２回くらいのペースで来てくれました。他と比べてどうなのか分かりませんが、子どもの面倒見はよかったと思います。（30 代女性、中通り）

家計への負担

避難するにあたって、家計への負担が重くのしかかりました。私の収入はゼロになり、主人の収入のみ。一人暮らしをしている上の子の教育費、生活費、そして私たちの生活費。福島にいる主人により安い家賃のアパートに引っ越してもらいました。私たちが新潟に引っ越すということで、私たち、主人の２カ所分の、敷金礼金家賃、引越費用、それと、新潟には新たに家財を購入しなくてはならなくなりました。（50 代女性、中通り）

住宅の選択

最初の1年は妻の実家で暮らしました。それから、借上げ住宅の無料措置が終わるというので、息子の小学校区でアパートを探しました。でも、案外ないですね。６畳間が二つ、３枚の布団で４人寝るような生活です。６年たってみて想定外なのは、子どもが案外早く大きくなるということで、今は引っ越しも考えています。でも、住んでいるあたりはとくに、単身者向きのアパートは多いですけど、家族４人向きのアパートは本当に少なくて、全然見つからないですね。（40 代男性、中通り）

住宅支援の大きさ

やっぱり大きいのは住宅の無償提供ですね。住宅の無償提供は、住む場所さえあれば何とか生活できる、という感じです。とにかく基盤となる生活の場さえあれば、あとはなんとでもできたんですよ。その基盤がなくなってしまったら、この後どうしよう、っていうふうにはなるけれども。とにかく子どもたちが苦労しながら、やっと居場所見つけてやってきたこの６年を無駄にして、また福島のほう、帰ってもね。６年もたっていれば、元いた場所じゃないんですよね。

仮に元いた場所に帰ると、環境は全く変わってしまっているので、絶対また負担をかけると思うんです。だからその負担をかけさせたくないです。それ以前に、まだまだ安心して子育てできるような場所になってないって思ってるので、帰るわけにはいかない。やっぱり家賃補助ですね。もっと充実してってほしいっていうのはあります。（40 代女性、中通り）

アパートに住むのは初めて

今現在は、新潟市内のアパートに住んでいます。アパートの2階に住むなんて、生まれて初めてです。（50代女性、中通り）

支援を受けられない

施設には電話したことがありますが、24時間対応と書いてあるのに、夜なのでもう切りますねと言われました。話を聞くだけで、適当にあしらわれて、対応してはくれませんでした。

見守り相談員は、ポスティングはしてくれるのですが、助けてもらえませんでした。新潟避難者支援施設や行政にも助けを求めたのですが、来てもらえませんでしたし、野菜の分配等も、のけ者にされていれて、もらえませんでした。○○市（中通り）からの物資も、ティッシュ一枚回してもらえず、連絡すらもらえませんでした。

○○市も同じです。広報誌が届かず何度も電話しました。まだ動けて、一回目の交流会にがんばっていった時、物資が届いたら連絡を欲しいと話すと、「今更、今まで来ていなかったくせに」と言われました。ひどい対応で、ますます孤立していきました。

一番事情を細かく聞いてくれ、信頼を寄せたのは、ある相談員でした。でも支援につないでもらえず、孤立しました。

このような状況の中、子どもの学資保険も使い果たすことになってしまい、申し訳ないと思っています。

3，4年前、相談会に行き、そこから生活保護を受けることができるようになりました。難病だと分かっていたのですが、治療にはお金がかかる、贅沢な治療なので、保護受けたら治療を受けられなくなると思って我慢しました。（40代女性、中通り）

生活破綻：子どもを施設に預ける

体調悪化で、働けないので、生活も苦しいです。味噌をなめて飢えをしのぐようなこともありました。私がいよいよ動けなくなり平成24年の春休みには子どもを施設に預けることもしました。それは、私の病気がつらくて、呼吸すらつらい状態になってしまったからです。施設から学校に行けないので、春休みの間だけでした。生活が何度も破綻しました。子どもには申し訳ない気もちがあります。（40代女性、中通り）

ヘルパーによる嫌がらせ

ヘルパーの人にも嫌がらせを受けました。2年前くらいからです。家の中で、掃除機に水を入れたり、衣装ケースの下着に針を刺したり、家族写真の目の部分に穴をあけたりという陰湿なものです。でも、文句を言って業者を代えようにも、私が動くことができず、なかなかやめさせることができませんでした。寝たきりで身動きの取れない中で、家の中で続く嫌がらせがどれだけ惨めで辛く悲しいか。健康な人には分からない、死にたいほど辛いことでした。2年間続いて、今年の春体調が少し良くなってから、ようやく業者を代えたのですが、その際にも、ケースワーカーと管理者が自宅に来たものの、へらへらするばかりで謝罪もないままでした。時効の問題が有ると言われていますが、行政がきちんと指導をする体制になっていない事も大きな問題だと思います。今も納得していません。（40代女性、中通り）

22. 避難後の家族関係の変化（１）母子避難から世帯避難へ

毎週末の危険な往復、泣く子どもたち

最初は母子避難でした。2−3年で、除染も終わって帰れるだろうと甘い期待がありました。そのうち、次女も、大きくなって来ました。小さいうちは、週末やってくる主人に、バイバイと言っていたのが、なんでなんでパパ帰るのと、泣いて追いかけるようになりました。電話して、帰ってきてといい、泣きつづけるのです。長女のフラッシュバックでした。泣かれるのがもう本当に切ないんですね。追い掛けてくるのがあまりにもかわいそう過ぎる。その段階で主人は決まっていたのかもしれないです。

主人は、金曜日仕事が定時で終わって高速に乗ってノンストップで来るっていう生活でした。毎週末、です。土日遊んで、「昼寝してる間も遊んだほうがいい」って言って子どもと遊んでたので、疲れきってるんですね。ピリピリしてるのが娘にも私にも分かっていました。日曜日の夜、なんかパパ機嫌悪いよね、怒らせないようにしようね、「帰りパパも危ないからね」とか言って。思えばあそこまでピリピリして、雪が降ろうが雨が降ろうが、高速途中で止まっても、一般道で頑張って来てくれていたんです。（30 代女性、中通り）

悩んだ末の決断

ふと「俺こっちに来ようか」みたいなのを、ぼそっと言ったときがあったので、なんか考えてはいるかもしれないなって感じてはいたんですけど。まさかそこまで深くと思っていませんでした。何年かかっても戻ると考えているので、こっちに来てしまってあっちに戻るときは、もう50〜60なので転職ができないじゃないですか。それを考えれば、あっちでしばらく頑張ってもらったほうが、というのもあったんです。

でも、多分この先も変わらないし、廃炉も工程表なんかコロコロ変わってるし当てにならない。そんな所にいつまでもたっても帰れなくって、この生活を続けるのは結構大変です。もうリミットだ。自分も来ようかな、今なら探せる。年齢的にも変えるなら今しかない。ただ「出世は諦めてくれ」って言われました。別に出世は望んでない、って私は伝えました。人が増えることはうれしいことで、減るのが嫌ですけど「増えればいいからいいよね」って。あなたが言うんなら多分そう、そこまでもう口に出すって時点で、それはもうかなり悩んでの決定事項なんだろうから。それで、仕事は切れないように、頑張って探そうねっていうことで、できることは協力しますって。（30 代女性、中通り）

生活の安心を感じる

主人が合流して一緒に生活するようになってから、ほぼ単身赴任生活が続いていたので、しばらく「バイバーイ」、「あれ？　パパ、日曜日なのに帰らないの？」っていう、かわいそうなフレーズが飛んでいました。最近なくなってきましたけれど。「何だ、帰したいのか」とか、それも和めるなと。

何かあった時に、主人がいるかいないでは、怖さも違います。隣の人が酒乱で怖くて、鍵は閉めていてください、と管理人さんには言われていました。母子で住んでいるときは、何かあった時に、考えて行動するようにいわれていました。世の中物騒ですから、主人がいると安心感がある。自分は優柔不断だけれど、主人は、決断力があります。的確な判断ができる、信頼できる人、安心感をおぼえました。

母子避難中、毎週土日に来ていた、と言っても、2−3年離れていました。時が止まっていた間、子どもの成長がありました。たとえば、主人は一緒にいられるだけ、家族一緒にいようというのです。もともとがお父さん子だった長女もやっぱり成長してきていて、自分の世界もあります。反応についてこられないところも、ありました。（30 代女性、中通り）

父親・夫による福島との往復

４月からは、妻と子どもは新潟、私は福島で仕事です。平日は福島にいて、ただ、できるだけ新潟には戻っていました。週 2 回とか、余計な往復をものすごくしていました。…（往復が重なると）しんどいですよ。どこにどんなカーブがあって、次にどうなるって、みんな体が覚えている感じです。最近なんか疲れているので、

どうやって帰ってきたか記憶にないんですよ。だから、結構危ないと思うことも多いですね。今もです。6 年で 20 万キロぐらい走っています。車も 2 台目なんだけど、3 年足らずで、もう 7 万 5000 キロとかなんでね。何やってるんだろうっていう思いはあります。（40 代男性、中通り）

世帯同居をめざして

職場を移って親子一緒の生活をしたいとは思っています。そのための活動もしてはいます。ただ、収入などの条件にあう職場はなかなか見つかりません。（40 代男性、中通り）

毎週末新潟に通った

新潟県のどこにするか。専務に相談したら、雪が少なく、高速に乗ってまっすぐ着く新潟市がいいと言われました。そこで避難先は新潟市の集合住宅に決めました。現在も住んでいるところです。

それから2年半は母子避難でした。自分は金曜日の夜に新潟に来て、日曜日の夜に自宅に戻りました。ノンストップで2時間の道のりです。初年度の冬は雪が多くて通うのが大変でした。行きは「会える」と思うからいいけれど、戻りは「あの運転をするのか」と思うとうんざりでした。

母子避難している時期は、平日は残業しても金曜日は残業なし。土日出勤もありませんでした。金曜日に残業したのは2年半で1回だけで、土日出勤はゼロ。会社には理解がありました。

母も、子どもがインフルエンザにかかったとか、包丁で手を切ったとか、そういう時に「ちょっと助けて」と言えば、いつでも新潟に来てくれました。（40代男性、中通り）

そんなに長ければこっちの人だよ

二重生活で、自分が福島の自宅に戻るときには、長女が泣くんです。長いときは1時間くらい泣いていました。それがなくなったと思ったら、次女がかわりに涙ぐむようになりました。

年末年始の頃だったと思います。雑談の中で、妻に「おまえ、福島にいつ帰る？」「子どもが20歳になったら帰るか？」と聞くと、「え、そんなに長ければ、こっちの人だよ」と言われました。

はっと気がつきました。それで新潟での就職を考え始めました。最初はハローワークを通して転職先を探したのですが、「福島県から就職のあっせんをするなという圧力がある」と聞きました。がっかりしました。

たまたま避難者支援をしている方が同業のOBで、その方の紹介で同じ業種の会社に入ることができました。個人的な紹介がなければ、新潟での就職・転職は難しかったかもしれないですね。

2014年の4月に私が新潟に居を移し、母子避難から世帯避難になりました。（40代男性、中通り）

妻子が戻るという選択肢はなかった

父母は、孫が出て行っただけでもさびしいのに、息子まで出ていくのはさびしかったでしょうね。しかし、新潟の妻子が戻るという選択肢は全く出てきませんでした。

その頃、母子避難先に通う人の死亡事故があり、「俺もいつ死ぬかわからないが、俺が死んでも戻ってくるなよ」と妻には言っていました。「子どもが20歳になるまで戻さない」と決めていたのです。子どもを転校させたくないということもありました。「逃げてたヤツ」とか言われるようだとよく聞くから。

仕事も、最初に努めた会社の人が独立したときに一緒に移った会社でしたが、職種さえ同じだったら辞めてもいいと思いました。理解のある会社で、「いずれは社長に」という話もありましたが、「社長より家族かな」と。（40代男性、中通り）

毎週夫が通ってくれる

避難生活が始まってから、夫はほぼ毎週、福島から新潟に来ています。たまにはゆっくり休んでくれないか、とからだを心配しています。次女がやっているスポーツをとても応援していて、毎週、新潟に来ては練習につきあっています。「毎週、来なくていいから、たまには家で休んでいたら？」と言うのですが、「いやいや、

今から行くよ」と言ってやってきます。娘がやっているスポーツが元々自分が娘にさせたかったスポーツということもあるかもしれないんだけど。（40 代女性、中通り）

妹は世帯避難に

2 年前には、義弟が希望していた新潟への転勤が叶い、母子避難から世帯避難になりました。幼稚園や学校の行事も、義弟は一緒でした。私の夫は来なかったけれど、寂しいことはありませんでした。妹は仕事で帰りが遅いので、私が妹の子どもたちの面倒を見ています。母子避難であっても、妹の家族に頼られるのは良かったと思います。

冬休みや春休みには、自分の実家に戻り、夫の実家にも顔を出しました。夫に子どもたちとお風呂に入ってもらおうと思ったら、娘が泣き叫んで嫌がったのですね。「知らない男の人」という感覚でしょうか。お兄ちゃんは遊んでもらおうとするのですが、お父さんは遊び方がわかっていない。父親がいなくて寂しいという感覚は、娘も息子もあまりなかったかもしれません。（30 代女性、中通り）

一緒に暮らしてイライラがなくなった

新潟に来て家族一緒になってからは、せっぱつまった感がなくなったようで、長女には「怒られなくなった」「イライラがなくなった」と言われました。会社や車のなかでイライラは発散していたように思っていたのですが、残っていたんですね。次女には、日曜に「パパなぜ帰らないの」と言われて、「お前が帰らないで、って言ったからだろう」と、笑いました。（40代男性、中通り）

23. 避難後の家族関係の変化（２）関係の事実上の破綻・離婚

離婚調停へ

借上げ住宅がなくなり、今年の 4 月から家賃が発生しました。夫は一切払わないと言い、そのぶん私が働いて家賃を入れています。世帯分離だと所得が半分と見做されて、家賃が半分福島から出るのですが、2 年後にはまるまる補助がなくなります。今の自分の稼ぎでは生きていけません。夫は6月から一銭も入れてくれなくなりました。今年の冬を越せるかな。路頭に迷うということはこういうことなのかと考えてしまいます。自分の思いばかりで、計画性がなく、子どもたちを守るどころか、生きていけなくなるかも。どうしよう。

夫とは去年の夏から電話で話すことはなくなりました。メールでやり取りをするだけです。借上げがなくなる 4 月に帰ってこないなら離婚だと、去年 9 月に離婚届が届きました。離婚はまだ成立していません。やっと本腰を入れて進めている状態です。

何でこうなったかな。守りたいものを守りたかっただけなのに。壊したくはなかったのに。やっぱり、自主避難だからこうなったのかな。避難指示があって、家族丸ごと避難だったら、こうはならなかったなと思ったりもします。一番一緒にいたい時期に、夫と一緒にいられませんでした。（30 代女性、浜通り）

好きな人の子どもが欲しかった

不妊治療をして、体外受精で子どもを授かりました。好きで結婚した。好きな人の子どもが欲しいと努力して、望んで子どもを産んだ。それなのに、こういう関係になるなんて、想像していませんでした。

一人で勝手に借上げ住宅の契約したことで、男としてのメンツ、親に対するメンツも潰れたし、職場でも嫁は何をしているのかと思われているでしょうね。自分が思うように私が行動しなかったことに、屈辱感があったのではないかとも思います。生きる選択をしただけだったのに、夫を傷つけてしまった。子どものことばかり考えて、夫とのことまで気が回らなかった。（30 代女性、浜通り）

原発事故は人間関係を切る

去年の夏から、「早く荷物持っていけ」、「子どもは連れてくるな」、とメールで言われています。義父母は孫のことが好きだから、「会うと気持ちが動揺して具合が悪くなる」、「生活を乱すな」、「いない時間帯にやってくれ」。

あと一回行けば、荷物の搬出を終わるぐらいになりました。

絆ってなんだろう。震災が起これば絆が強くなるというのに。悪い人ではなかったのに。原発事故は人間関係も切るんですね。（30 代女性、浜通り）

夫の苦境と離婚への経緯

夫は子どもの面倒はよく見る方で、仲もよかったので、子どももパパが帰るときが一番寂しそうでした。パパが来たときに、帰るときがすごく悲しそうで、布団かぶって泣いてたりとか、そういうの、かわいそうでしたよね。一年くらいは辛そうでした。夫も、多いときは毎週、離婚までの 4 年間だいたい月に 2，3 回は来てくれました。

でも、その中で夫が借金をつくってしまって、私が知った時にはそれが膨大になってしまっていました。建設関係の自営業なので、震災後は仕事が増えてきました。そういう仕事ですからお金が入るときには、一度にまとめて入るんですね。一人暮らしで自由だし、気が大きくなって呑んでしまったのかもしれませんね。私が福島にいた時には、仕事も少なかったので書類づくりも簡単で、私がしていました。でも、こちらに来て、分からなくなっていたんです。新潟に来た時の酒量が増えているなということは気がつきました。でも、一緒にいる時間は短いから、お互いにいい顔するんですね。こちらも愚痴はあまり言わないし、向こうも借金があるなんてことは言わないし、帰ってきてくれとも言わないで、生活費もきちんと入っていたから。健康保険料が払われていませんという通知がこっちに来て、それから分かったんですけど、その時には借金がすごく膨らんでいました。ずっと仲良かったから、ビックリしました。

それでも、最初は助けてあげたいと思っていたんです。でも、話しているうちに、何とかしようという感じがない、どうしようもない人だなということが見えなくて、だんだんこちらの心も離れてしまったというか…、2 年前に離婚になりました。借金が分かった時点から、生活が大変になりました。（40 代女性、浜通り）

就職と将来に向けた資格訓練

夫の借金で生活が大変になったころから働き始めました。最初は、復興支援関係のお仕事を 9 カ月ほどです。それから、少し間が空いて福祉施設のパートです。途中から正社員になりましたが、資格がないといろいろ大変で、今は雇用保険の教育訓練給付制度を使って福祉関係の資格をとるための専門学校に通っています。（40 代女性、浜通り）

新たに資格の勉強を開始

今年の 4 月から看護師になるための学校に通っています。看護師さんは、友達にも知り合いが多くて、そういう情報もありましたし、以前に祖母の介護をしていたころに間近で見て、すごいなと、あこがれもありましたけども、子どもたちが高校を卒業して就職なり進学なりして、もう母親としての役目が終わったときに、自分はどこに暮らすんだろうって考えたときに、でも、自分の人生もあるし、どこにいても働けなきゃいけないなっていうのを考えて看護師を選びました。一人になって、新潟にいるか福島にいるか分からないときに、それなりのお給料ももらえる仕事は、10 年後から探しても、どこにもないなと。

ひとり親支援の自立支援制度を利用していますが、学費は自己負担ですから経済的にもたいへんです。勉強もたいへんですし、生活も 7 時半に家を出て 18 時に帰宅する毎日です。でも、ひとり親で避難していると、周りからも生活費の心配とか言われますし、何というか、専業主婦で来たことへの劣等感のようなものも感じてしまうんですね。だから、大変だけど、勉強という自分にやることがあるのがうれしいというか、というような感じもあるんですよね。大変なのが、自分の居場所っていうか。（30 代女性、中通り）

離婚について

経済的にも、私一人で子ども 3 人育てていくのは無理だと思ったのですが、最終的には協議離婚になりました。原因は主人の女性なんですけど、離婚の話が出る前に一度だけ、夫から、寂しいから帰ってきてほしいというようなことを言われたことがあります。その時に戻っていたらどうなったかなと後から思った時もありますが、戻れないですよね。

離婚の際には公正証書も交わして、今のところ養育費も振り込まれていますが、今後のことは心配です。（30 代女性、中通り）

24. 帰還という選択

「なんで帰れないの」「もう駄目だよ」

子どもの学期が変わる春休みや夏休みのたびに、私は自宅に戻ることができるのではと考えていて、「いつ戻れるの」と夫に聞いていました。ところが夫は戻るな、という態度で一貫していたので、夫婦の中でも軋轢が生じていたと思います。私としては、見通しが立たない状況でジリジリとお金を使っていく不安があって、戻ればそういう心配もなくなるので、目先はとにかく戻りたいとしか考えられませんでした。ところが原発事故がなかなか収束しないので、そのことでもイライラしていて、「早く石棺を作って全部閉じ込めて、終わりにすればいいのに、何をモタモタしているんだか」と言っていました。

2012 年の春になって 1 年が経つのですが、その時も夫と大議論になりました。「なんで帰れないの」と自分で言うのですが、夫にここに居ろと言われる理由は分かっているのです。頭の中では危ないと思っていました。それでも、なんで私が一人で居なきゃいけないのかと思って、すごく苛立つのです。「せっかくここに居るんだから、生活、すごい楽しくすればいいじゃない」と言う人もいましたけど、できませんでした。

そして 2 年が経った 2013 年の春になって、夫に「もう駄目だよ」って言いました。もう無理だったし、限界だったのです。自分が安定した状態でいられませんでしたし、長女も限界状態だったので、どちらかというと、夫は私よりも長女の願いを聞いたというのが正確だと思います。それで 2013 年の 7 月末に、学期が終わってから自宅に戻ることにしました。（30 代女性、中通り）

20 代続いた家を残すための帰還

自宅に戻った理由は、やはり夫の父との約束を果たしたかったという気持ちがあります。この家を残すという約束です。それが務めだと思っていますし、受けた恩をちゃんと返したかったという、それだけの一心で戻ってきました。避難し続けたほうが良かったのかも知れないと思うこともありますが、それでもこの家に戻るということは、先代さんから残してきたものを、守り抜くという気持ちです。夫が残るのも、先代から受け継いできたものを、自分の代で終わらせてしまうことができないのだと思いますし、終わらせること自体がすごく勇気の要ることだと思うのです。

夫は「この親戚のしがらみは切ることができない」と言います。「子どものために、家の誇りを捨てることすらできない」って言うのです。でもそれは、捨てる、捨てないではなくて、生きていく上での糧であると思っています。ただ、それが子どもにとって将来、重い枷にならないかっていったときに、私たちみたいに継いでいくということを美徳として生きる人間ならいいけれど、そうではなくて、ここに居たら生きていけないという段階にきて、その決断を子どもたちにさせるのは、残酷なことだと思うとは夫と話しました。

よその人だったらば、「ここは諦めていいじゃない」と言えるでしょう。ただ、そこにずっと生まれて育った人間には、その土地から離れるということは、片足をもがれるような、すごくつらいものなのです。簡単に「土地を変えればいいじゃない」という評論家の話を聞くと、「それができないんだよ」と思います。土地って、どこでも良いというわけじゃないのです。よく、津波で被災した人たちを、高台移転させると簡単に言いますけれど、そんなに気持ちが簡単には変わらないと思います。今回私も避難したことで、住処が変わるということは自分が思っているよりずっとつらいことだということを感じました。だから簡単にそう言ってしまう人を見ると、「移らなくてはならない人たちの心のありかというものを、あなた方は察してあげられるのですか」と思って腹立たしくてしょうがないのです。（30 代女性、中通り）

放射線量の判断基準と

自宅の線量は気になっていましたが、本避難先と同じぐらいになっていれば帰ろうと思いました。また、2013 年の 6 月に自宅の除染作業が入ったので、それが終わってから戻ることにしました。この地域の線量も毎時 0.2 マイクロシーベルトを下回りました。（30 代女性、中通り）

帰還後の保育園入園

戻る安心感はありましたが、次女と三女が自宅の側の保育園には中途で入ることができないと事前に電話で聞いていましたので、苛立ちもありました。そこで子育て支援センターの先生に訴えたら、自宅まで市の子育て支援課の人たちがきて、こちらが爆発状態なのを見て対応してくれて、結局入ることができました。（30 代女性、中通り）

経済的な困難と分断される被災者

帰還はしたものの、原発事故前と比較すると農業関連の収入が大幅に減ったので、我が家の収入は震災前の半分になりました。事故後に農作業ができなかったことも影響して、我が家の農地の 3 分の 2 はもう使えない状態です。山菜がとれる里山もありますが、手入れをしていないと収穫は無理です。

そこで帰還してすぐ、9 月から私も働きに出ることにして、週 6 日パートで働くようになりました。避難の出費の多さに疲弊していたことと、農業の収入が減ってしまいましたので、働きに出ることにしたのです。その後 2 年前から仕事を変えて、現在は週 3, 4 回ではありますがやはりパートでの仕事を続けています。

このように、避難生活は我が家の経済状況を悪化させたのですが、自宅に戻ってみると「あの家はお金に余裕があったから避難できた」と言われて、理不尽な想いをしました。自宅がある地域は小さなコミュニティーなので、常に周りに合わせて過ごさなくてはならない文化があります。ただ、これだけの震災と原発事故があったのですから、こうした地域の文化が変わるチャンスだったのではと思います。残念ながら帰還してわかったことは、事故によるこの地域の経済的な疲弊や格差が加わったこともあって、予想していた悪い方向に進んでいるということです。日ごろからあった様々な問題が、原発事故によって全部外に出て来たように感じるのです。

まずは地域から「出て行った人々」への偏見があります。自分の意志でほかの人達とは別の行動をした人々を、批判する傾向があります。（30 代女性、中通り）

避難指示区域からの避難者に対する偏見

さらに避難指示区域から避難していた人々への偏見も生まれてしまいました。避難指示が出ていないこの地域では賠償がでないのに、避難指示区域の人々が「大金を受けとって、豪華な家を新築している」ことへの不満です。帰還する人が少ないと聞くと、「賠償を引き延ばすために、帰還しないのだ」と言って、賠償を受けとっていない地域では不公平感がさらに強まっています。

ニュースでも、復興といえば避難指示区域だった地域に新しい施設が出来たといった報道が多く、やはり被害がある私たちの地域ではなく、避難指示区域の人々にだけお金が使われている印象を受けてしまいます。その一方で、避難指示区域からの避難者であっても、まだ苦労している人がいるという話は聞く機会がありません。福島県内での賠償の格差をめぐる分断や偏見はとても深刻で、皆の心がギスギスしていて、簡単にはその溝は埋まらないと思います。こうした被災者の間の分断を、誰かが狙っているのではないかと思うこともあります。（30 代女性、中通り）

「お金があったから避難出来たのでしょう」

避難生活は本当につらかったのですが、自宅に戻っても問題は解決しないことが多いこともまた事実です。帰ったら帰ったで、福島の中からも、外からも差別がないわけではないので、福島で生きることは、私の中では戦わなくてはいけないことだと思っています。福島県内でも「お金があったから避難できたのでしょう」と言われてしまうことがあります。大多数の人が避難できていないわけですから、うらやましいと思われてもしょうがないし、そういう意味でねたまれる部分があるのも当然です。それを言われたとしても、自分が何を選択したかということさえはっきりしていれば良いのですが。人間の心ってそう強くはありません。だから、一人だけで戦える人ならいいけれど、そうでない場合には、パートナーである夫の理解は絶対だと思います。（30 代女性、中通り）

大変さに共感してくれる人の必要性

ここ帰ってきて良かったなって思うことは、旦那が「すまなかったね」って言ってくれることです。例えば、子どもたちが部屋を散らかしてしまって、私がブツブツ言いながら片付けていると、後ろから夫が「すまないね、子どもいっぱい居るからさ」と言ってくれるのです。そうすると、「いいよ」と返せる気になるんです。これが、「子どもが片付けないのは、おまえが悪いんだろ」なんて言われると、カチンときますよね。少しでも大変さに共感してくれる言葉が出れば、きっと、避難していたとしても問題が収まるのではないでしょうか。でも私の場合には避難中は一人で誰とも話せなくなってしまったので、そこが一番つらかったのだと思います。（30 代女性、中通り）

農家の原発事故被害の深刻さ

夫も「地震だけならばなんとかできるが、原発事故が余計だった」と言います。地震だけなら、田んぼもすぐに直せます。農地の利用再開ももっと早く進んで、ここまで経済的に農家が追いつめられることはなかったはずです。震災の年に作付けした米は、国が全て買い取り、翌年 2012 年から検査をしたものは流通できるようになりました。田んぼの再開にあたって、セシウムを吸収するというゼオライトをまいたりと対策をしましたが、そうした農地のお米は食味が悪く感じました。美味しくない米というのは、農家にとってはせつないものです。

その間にも農家の高齢化は深刻で、私たちの地域では 40 代が最年少です。福島県はコメの全袋検査をしていますが、玄米 30 キログラムを検査に持って行くのは高齢農家には難しく、業者に一袋 200 から 300 円かけて運んでもらっている農家もあります。事故さえなければかからなかった手間とお金が、かかってしまうのが現状です。

農地の利用再開も思うように進まず、収入が減少し、さらに不満がつのるという悪循環になっています。復興政策というのは、避難指示が出ている被害が最も深刻な地域だけでなく、その周りの地域の人々も生活ができるようにする必要があると思っています。（30 代女性、中通り）

子どもたちへの願い

子どもたちは自宅に戻ってから、「ここでも山菜採っちゃいけないんだよね」「イチゴを作れないの」とか、「土を買ってきて、お家の中で栽培できないの」と言っていました。それもとてもつらかったです。私は子どもたちには、こんな事故がなかったとしても、どこでも雑草のように生きてほしいというのが一番の願いです。自分が被害者になったから、助けてというだけの生き方だけはやめてほしいと思っています。（30 代女性、中通り）

生活破綻と一時帰還

2年半前、心労や様々な負担が重なりすぎて倒れてしまい、ついに私が破綻してしまい、一度福島に帰りました。実家の母を頼ったのですが、母も仕事があるため看病はできないと、2カ月ほど入院していました。

その間、長女は、高校に入ったばかりだったこともあり、新潟で寮生活をして残ることを選択しました。次女は、私と一緒に福島に来ましたので、2カ月間学校に行けませんでした。転校させることも考えましたが、私が動くことができず、死ぬか生きるかのことなので学校は二の次と、あきらめざるを得ませんでした。

入院している間に、福島の母と叔母が新潟を何度も往復して、子どもの学校の手続きなど、新潟で生活できるようにしてくれました。そのころ、母も10kgくらい痩せました。

その時のことや、ヘルパーの嫌がらせなど、当時のトラウマは、今でもフラッシュバックを起こすほどです。（40代女性、中通り）

25. 一時帰宅

寂しそうに、でも禁句みたいな感じで

福島に帰っても、福島の農産物は食べません。父が自宅の周りで作った野菜などもありますが、それはおじいちゃんとおばあちゃんの、ということで、父もそれについては何もいいません。

実家の両親も、帰ってこいとは言わないですね。好きなようにしていいっていうふうに言ってくれますね。将来は帰ってきて、とも言われたことはないですね。いないのは寂しそうに、でも禁句みたいな感じで、あえてお互い言わないだけかもしれないです。なんかそこを確認し合ってしまうと、多分、寂しいとか、帰ってこいとか、そういうのは禁句なのかもしれません。（30 代女性、中通り）

帰省して線量計ではかる

2013 年の年末に帰省した時、こちらで線量計を借りて測ってみたら、自宅の居間のテーブルのところで 0.46 マイクロシーベルトありました。庭の方がかえって低くて 0.28 です。近所のスーパーで 0.26、そのころ、いわきではだいたいそれくらいだったみたいです。なんで家の中が部分的にこれほど高いのかは不思議です。外まわりの除染はありましたが、それは 3，4 年たってからです。放射能を心配したのは、チェルノブイリ事故の時には 0.13 マイクロで避難の対象になったと聞いてからです。（40 代女性、浜通り）

お互いに不戦協定みたいで、仲はいい

実家の父は、私が避難していることについて理解はしていません。「何やってるんだ」なんて。「こっちは平和なんだ」と、年寄りはみんな大丈夫だというんですね、妹は理解しているけど、父は、私のことを変わった人扱いですね。でも、だんだん言わなくなりました。今は私のことを変人だと思ってあきらめているんじゃないですか。孫はかわいいし。お正月とお盆には、福島に帰っています。顔を合わせても、お互いに不戦協定みたいな感じで、そういう話は出ません。だから仲はいいですよ。妹は、避難のことを理解しています。

福島の友だちとも、付き合いは続いています。お互いに違う選択をしたけど、それは仕方ないよね、と話しています。今度の年末に帰省した時も会う予定です。（40 代女性、浜通り）

手続きは福島に行かないと出来ない

中通りに行く機会はほとんどありません。選挙だとか、そういう機会しかない。年に 2～3 回くらい帰れればいいほうかもしれない。だけど向こうでは 18 歳まで医療関係が無料なので、住民票をこちらに移すことができない。医療費の無料はやっぱり大きいですよね。長男はもう移してもいいかもしれないけど、何かあったときのことを考えると踏み切れない。

だけど、主人の障害についての手続きは向こうに行かないとできなかったりします。とても不便です。障害を持っているのにわざわざ来い、というのは変な感じです。（40 代女性、中通り）

お墓参りで戻る

お盆の時には亡くなった父親の墓にお参りに、みんなで戻ります。その時には息子も完全防備させます。マスクをして、むこうの水や食べ物は口にしません。本当はお風呂に入るのも嫌ですが、こればかりはしょうがありません。

向こうにいるのは、ぎりぎり3日ぐらい。2日目ぐらいから嫌になります。息をするのも浅くなる。

途中に、コンビニに寄ったりはしません。自然食を15歳からやっているから。いとこが東洋医学で体を治したことを契機に、母親も食べ物に気をつかっていました。（50代女性、中通り）

26. 避難してよかったこと

子どもたちのぜんそくが出なくなる

新潟に来てから、子どもたちのぜんそくが出なくなりました。福島で生活をしていたときは入院をよくしていたのですが、こちらに来てからはぜんそくが出なくなって、ほとんど病院に行かなくなりました。気候が子どもの体質に合うのかもとも思います。そんなこともあって、福島に戻りたくないという思いもあります。
（40代女性、中通り）

健康の心配がなく、のびのびできた

避難してよかったことは、放射能の問題から解放され、健康の心配がなく、のびのびできたことでしょうか。
（50 代女性、浜通り）

サッカーをさせることができる

避難したことはよかったと思っています。最初寂しくて、帰りたいなって思ったこともありました。子どもたちにとっても、今、思いっきり外で遊んだり、サッカーをさせることができていることは大きいです。福島で生活をしていたら、たぶんさせてなかったと思います。（40 代女性、中通り）

言いたいことを言い合えるような友だちができた

避難をしたことはよかったと思います。子どもたちを自由に遊ばせることができました。長女は学年途中からの転校で不安もありましたが、全然心配することはありませんでした。避難前に一度、転校先になる学校をのぞきに行ったことがあって、その時に、同じクラスになる子どもたちが「来るのを待ってるよ」と声をかけてくれました。私も不安でしたが、その子どもたちの様子をみて、不安がなくなりました。長女も同じような思いだったようです。実際、学校が始まってからも、お互いに言いたいことを言い合えるような友だち関係ができているようです。（40 代女性、中通り）

避難して気付いたことがある

あってはいけない事故なんだけど、縁ですね、いろんな人とつながれるようになりました。そして気付いたことは、人の目を気にしない、自分は自分、ということ。結局自分の生き方を、ちゃんと見れるようになったことです。一番は、命の大切さ。これを本当に真剣に考えるようになりました。このようなことがなければ、福島で、のほほんとしていたんじゃないかな、そしたら、命の大切さとか、本当には、分からなかったかも。避難して分かることもあり、それは勉強させられました。（50代女性、中通り）

避難者＝社会的弱者になってこそ、見えてきたこと

避難者という、いってみたら社会的弱者ですね。この立場になって、初めてわかったことが、沢山あります。先が見えずに悩んでいた当時は辛かったです。でも、避難者として、色々な方に会って、人の親切にたくさん触れることができました。今も先が見えないことには変わりはありません。でも、それが大きな励みになっています。

原発避難と聞くと、悲しい経験をたくさん耳にします。けど、私にとっては悲しいことばかりではなかった。辛い時に出会った人たちは、私を支えてくれた。人間の良い面も見れた。辛いことが沢山ある中で、それは、少し大袈裟かもしれませんけど、希望のようなものだった。本心からそう思ってます。（40 代女性、中通り）

子どもとしての本来の感覚を養う

子どもが、大きい石を拾った、綺麗なお花が咲いてたと取ってきます。次女も、長女が小さい時にやっていたことが当たり前のようにできています。震災前と変わらない生活ができています。子どもとしての本来の感覚を養う段階で、必要なことを体験させられている。それが全てです。

辛いこともたくさんあったけど、縁があって、仲良くさせてもらう方もいます。助かっている部分もあります。一概に、避難がダメで嫌だったなんて、言えません。（30 代女性、中通り）

避難して良かった

避難後、色々ありましたが、子どもが3.11の事を考えた時に「避難してくれてありがとう」と思ってもらえる行動をして良かったと思います。「なぜ、あの時避難しなかったの」と言われるのだけは、私は耐えられないと思うから。（50代女性、中通り）

良い人たちと出会えた

避難して良かったと思うのは、良い人たちと出会えたこと。これに尽きます。専門家にも出会えました。年の離れた友人もできました。避難先の環境に恵まれたのが、大きかったのもあるかもしれません。そういう、避難しなかったら出会えなかった人たちと、泣きながら、笑いながら、色んな話をするんです。たまにしか会えませんが。政治の話もするし、プライベートな話もします。こういう人間関係は、事故前にはそんなになかったですね。

原発事故で、本当に酷いことが起きた。今も起きてるんです。でも、その中から立ち上がった人たちがいる。私の友人もそうですが。事故がなかったら、普通の主婦をしていただろう人たち。そんな人たちが、人のために必死に動いている。そういうのをずっと見ていると、人間って捨てたもんじゃないなと本当に思う。避難は辛いこともあるけど、そういう人たちと知り合えたことは、自分の人生にとって本当に大きいことです。（40 代女性、中通り）

27. 現在の生活：子を守る親の思い

子どもがいなければ避難していなかった

子どもがいなければ、避難はしなかったと思います。子どもを何があっても守りたいというのが避難の大きな動機でした。子どもの存在は大きいです。（40 代女性、中通り）

帰れるものなら帰りたいが、帰れないのが現状

（帰還について） できるものなら、帰れるなら、帰りたいです。こどもは中高一貫に入っているから、いまさらになってしまいますけど、帰れるなら帰りたいですけど、帰れないのが現状です。

今の状況では期待できません。下の子も小さいので、影響が出ることは嫌です。自分で判断ができるまでは、こちらにいようと決めています。（30代女性、中通り）

親なら、安全をとるのは当たり前

体に悪いのはママが食べるからおいしい所を食べなさいっていうのと同じです。発がん性があるかもしれないよって言ったら食べさせない。野菜が二つあって、一つはもしかしたら病気になるかもしれない、どっちの野菜を取るって言われたら、自分がそっちを食べて、子どもには安全な方をあげる。当たり前です。親って、そんなものです。（30 代女性、中通り）

子どもの健康への不安

何より心配なのは子どもの健康への影響です。福島で一回だけ甲状腺検査を受けた時、長女が A2 判定でした。それ以来、よろず無料相談の時に何回か測ってもらっています。健康の問題について子どもと話すことはありません。

私自身は、子どもから病気をもらうこともなく、今のところ元気にしています。震災前に大病をしたことがありますが、幸い、予後がよくて、不安はあるけど大丈夫です。（30 代女性、中通り）

子どもの健康への心配

子どもの健康です。3回健康診断が行われましたが、息子は避難した後に、A2に移行してしまいました。つい最近になってA1になったので安心しています。息子はもともと頑丈だったので、見た目の変化はありませんでした。福島にいた期間は、娘が1年間、息子が2年間。息子には水とか草をさわらないよう言ってましたが、遊んでいた。そのせいか、首がよくこり、眠れない日も度々あったようです。目に見える症状、目に見えない症状が今後どうなるか心配しています。そしてもうひとつ、一人で福島に残っている義理の母の健康が心配です。（40代女性、浜通り）

子どもの友達がいるのは新潟

下の子ふたりは、福島には友だちもいないし、友だちがいるのは新潟だと言っているので、福島には帰りたくないと言っています。（40 代女性、中通り）

子どもの将来

子どもたちには、やりたいことをやらせたい、と思いもある一方、とくに女の子は、やはり男子より不利な面もあるので、何の資格もないと厳しいから、自分一人で生きていける力を身に付けてほしい、ちゃんと考えてね、という思いとの間に葛藤があります。（30 代女性、中通り）

子どもの将来

成績があまりよくないので、将来はやりたいことがあれば、専門学校に行って、と考えています。学費は心配ですが、そのころには私も働き始めているはずなので。とにかく今は、勉強ができていないので、塾に行かせることを考えています。（40 代女性、浜通り）

子どもには私しかいない

子どもは素直でいい子です。福島にいくと、親戚の家で放射能があぶない食材が出ることもありますが、私がいいよ、という合図をするまでは食べないというルールも守ってくれますし、私の病気や生活についても「ママは悪くないよ」と一度も私を責めるようなことはありません。現在も心の傷が残っていると思います。当時の話をすると苦しそうにし、話したくないと心を閉ざしてしまいます。子どもは傾聴を受ける機会もなく、相談できる相手もいないので、自分一人で受け止めるしかなかったのに、つらかったと思います。

子どもには私しかいないので、これから、私は笑われても、なりふり構わず、これまでの苦しさをいちいち説明して、外に言っていくしか生きるすべがないと思っています。（40 代女性、中通り）

子どもは自然が大好き

現在は子どもの咳も落ち着いて、薬も飲んでいません。「福島に帰りたい」、「行きたい」と言うことはあまりないですが、実家の姪っ子と「遊びたい」とは言います。サンショウウオとったり、ヤモリとったり、泥の中に手を突っ込んで遊ぶのが大好き。でも、子どもには、向こうでは「汚染されているから、しちゃいけない」と言い聞かせてきました。

新潟ではカナチョロ、トカゲ、亀、カエルなどを飼ったりしています。自然大好き。生きた餌を食べるので、どんぐりを 1000 個くらいノルマにしてみんなで拾って、どんぐり虫をエサに与えたり、大変ですが、今の時期しか付き合えないから、付き合おうと思っています。（30 代女性、浜通り）

付き合い被ばくはさせたくない

「帰って来い」とずっと言われていました。上の子が小学校に入るときは帰ってくると思っていたみたい。でも、先のことは決められなかった。借上げがあるうちは新潟にいたいというと、喧嘩になりました。福島の考えは、給食では地産地消。空間線量は低いけれど土壌汚染はあるし、「付き合い被ばく」という言葉も聞くんですね。部活の試合でわざわざ線量が高いところに行って試合をやったりするような。それでは、子どもを守りきれない。 試合には出さないとは言えない。そういう地元のお母さんの声も入ってくるんです。

ガラスバッジを持たせても、子どもはランドセルの中とか、家の中に置きっぱなし。姪っ子も、「こんなの誰もつけていないよ」と言っています。まともな数字ではないのに、バッジが回収されてその数字が一人歩きする。被ばくしているかもしれないのに、していないという数字が出てきます。見えないところで被ばくしていくことは、許せなかった。子どもたちが自分から手が離れていく時期に、わからないところで被ばくしていくのが怖かった。（30 代女性、浜通り）

「避難した」という肩書きをくっつけてあげたい

これまで事故に翻弄されてきました。子どもたちには「避難した」という肩書きをくっつけてあげたいんです。自分の中では、もといた市は戻る場所ではありません。正しいのかどうか、わからなくなる時もありますが、今は子ども達の生活もあります。上の子、下の子で学校卒業のタイミングも違います。帰るタイミングがなくなってしまったんです。（40 代女性、中通り）

次女が 20 歳になるまでは

二重生活だった頃と比べると安定していますが、まだ未来は定まらないですね。子どもが成人するころには定年間近。福島に帰るという選択肢もないわけではありません。60 歳になって戻る頃には、両親もいない

かもしれないし、友達もいないでしょうね。先が見えません。生まれ育ったところだから、なんとなく帰りたいというのはあります。次女が20歳になるまでは新潟にいると決めていますが、その先のことは考えていません。戻って、長男だから跡をとらなくてはいけないということではありません。長男だけど、自分たちの好きにしなさいと言われています。ただ、姉が家にいるか、出ていくのか、「どうしていいかわからなくなっているから、はっきりしたら」と、父母には言われました。（40 代女性、中通り）

保養所を確保しておきたい

再来年の春に下の子が高校を卒業します。それまではここにいるつもりです。だけど、それ以降も保養場所をどこかに確保しておきたいな、という気持ちがあります。（50 代女性、浜通り）

子どもを守るのは普通のこと

目に見えないものの怖さ、じわじわ毒を盛られている感覚。あそこで生活させるのはだめだと思いました。過保護だという人ももちろんいると思います。でも、喘息で綺麗な空気のところに移り住むのは過保護だと言わないでしょう。避けられるのがわかっていて避けられなかったら絶対に後悔します。
もしかしたら病気にならないかもしれない。それでも、結婚したい相手と結婚できないことがあるかもしれません。避難を続けたという肩書きだけでも残しておけば、物理的に守ったということになるかもしれません。
避難を続けないで、孫に病気が出た時には、それは私の責任だということになります。私しか守れる人がいない。子どもを守るのは普通のこと。それ以上に大事なことは私にはないのです。それを理解してもらえないのが悔しくて。抵抗すると生活が苦しくなり、路頭に迷うような、そういう国なのかな。（30 代女性、浜通り）

雑草のように育てたい、それと放射能に曝すこととは別の話

野生児のまま、雑草のように育てたい。泥だらけになって遊ばせたい。でも、それと放射能に晒すこととは別の話です。（30 代女性、浜通り）

私には子どもが一番、優先順位が違う

夫は、親を置いていくことはできないと言いました。親と子どもと同時がどっちが大事かという、究極な選択ですよね。「親は親で自立しているうちは自由で良いし、自立できなくなったら呼び寄せて一緒に住もう」と夫には言いました。「今だけでも一緒に避難してくれないか」とも言いましたが、叶わなかった。仕事とか親の方が大事なのかと思いました。私には子どもが一番。優先順位が違う。

長男が小1のとき、子どもの前で「一生帰って来なくていい」と3回続けて言いました。家族というものが崩れていく音が聞こえました。（30 代女性、中通り）

子どもがバックにいる、置き去りにされたままの状態が耐えられない

私の生活は何度も破綻しました。子どもは、「いいんだよ、しょうがないじゃない」って言ってくれるけど、私の何倍もつらい思いして、いろんなこともぎ取られているのに我慢しています。小さい頃からの習い事も、全てもぎとられました。病気や、経済的な理由で。いじめもありました。私は、言わなきゃいけない責任感もあるけれども、何だかんだ吐き出すこともありますが、子どもたちは、そういう支援ともつながってないから、傾聴とかそういうのもないし、自分で抱えたまま、ただ自分で受けとめています。病気の親にも甘えることもできず、自分で頑張って、ただただ頑張って。本当申し訳ないです。私自身のことは、もうしょうがないと思いますが、ただ、子どもがバックにいることを、置き去りにされたまま見捨てられている状態が耐えられない。（40 代女性、中通り）

子どもは福島の友人と連絡も取れない

子どもたちは震災のときのまま、さよならも言えずに別れ別れになっちゃっている友達がいます。携帯を持ち始めたのが 2 年前なので、別れてから時間がたち過ぎちゃって、もうちょっと早い段階でつながれれば、

自分から連絡も取れたかもしれないですけど。小学校から高校生っていうとだいぶ、心の壁っていうか距離感が難しいじゃないですか。会えば普通にしゃべれるんだろうけれども、最初のハードルがありますしね。今は、Twitter とかで一方的に見ているという感じです。（40 代女性、中通り）

子どもへの思い

私は母がいるから、福島に帰るかなと思っているけど、娘には、就職にしても結婚にしても福島には戻ってほしくないです。放射線はやっぱり心配で、病気になったりとか亡くなったりしている人も実際には少なくないわけで。福島に戻らない方が、私が安心するっていうことを知っているので、子どもたちは新潟で、福島には戻らないっていうのは自分たちでも分かっているので、そこら辺は、さみしいけど安心だなと思ってはいます。（40 代女性、中通り）

息子が自立したら

息子は専門学校に通っており、学校はあと 2 年で終わります。全国どこでも働ける仕事だから、息子の自立にあわせて私たちもどこかに移動するつもりです。福島から出たことがない私たちだったけれど。（50 代女性、中通り）

帝王切開で生まれた息子

息子は、予定日を過ぎて、帝王切開で生まれました。羊水が汚れていて、母子ともに危険な状態だったので、大切に育ててきたんです。（50 代女性、中通り）

子どもの成長、存在に支えられる

震災から 7 年。今住んでいる避難先で落ち着くまでの最初の半年間は、長かった気がしますが、その後から現在まで考えると、短かったようにも思います。子どもたちがどんどんと成長をしているからでしょう。彼らの存在に助けられています。（40 代女性、中通り）

トンネルの中

今は避難世帯のサポートをアルバイトでやっています。こちらに永住したいという前向きの人が多いですね。でも、育児休業が空けて帰る人もいたし、病んでしまったお母さんもいました。一緒に泣きました。

仕事を増やしたら、自分が壊れるかと思うので仕事をセーブしていますが、私はこれからどうしよう。子どもを守ろうと避難したのに、本末転倒で、「生きれないかも」というところまできています。自分のやっていることが、全部悪い方悪い方に動いているような感じです。子どもを守りたかっただけなのに。うまくいかなくなって、トンネルの中にいます。（30 代女性、中通り）

28. 現在の生活：家族への思い（配偶者、祖父母など）

奔走する主人への思い

主人は、避難してから、弁護団など、様々なつながりがあります。裁判があると有給も取ります。でも、次女の参観日は休めないときがあって、何で！と言われたこともあり、逆に有給取ったら、えっ、パパ来るの、と言う感じになるんですよ。そこまでいっぱいいっぱい受けなくても、全部受けなくてもいいんじゃないの、と言うと、じゃあ、代わりの人出してくれ、と言われてしまいます。やるのは構わないけど、ピリピリするなら受けなきゃいいのにって時々思ったりします。（30 代女性、中通り）

夫の不在による子への影響

新潟での生活が始まって大変なのは、夫がいないことかな。最近は週末も新潟に来ないことが多いです。うちは元々子どもからみて夫は怖いっていうイメージがありました。私も子どもを怒ることがありますが、最後にがつんと怒るのは夫の役目。でも、一緒に暮らしている時は、怖いばかりではない夫の姿も子どもたちは見ていました。今は、夫は子どもたちにとって一緒に住んでいた時よりも怖いということになってしまって、それがちょっと。家族のあり方を考えました。今も困った、どうしようと思うことが多いです。特に子どもたちが思春期になってきて、今、夫がいたら、子どもたちといろいろ話してくれていいだろうに、って思うことが多いです。（40 代女性、中通り）

夫婦間の考え方のずれ

避難生活をめぐる夫婦の意見の食い違いは、もともとずれていたものが事故をきっかけにあらわになったと考えるか、原発事故で転換を迫られて、意見が変わったから割れたんだっていうふうに思うかっていうところだと思うんですけど。僕は後者の面が大きくって、やっぱり変わったんだと思う。価値観が。（40 代男性、中通り）

私は軽い方～放射能に関する考え方の一致

私なりには、母子避難は本当に大変だと思っているのだけれども、それでも私は軽い方です。なぜかというと、放射能に関する考えが、夫婦、そして身内で一致しているからです。こういうケースは多くありません。多くの方々は、考えが違っているので、大変な軋轢を抱えながら、苦しみを抱えながら、大変な生活を送っています。ですから私は今でも、避難者の方にお会いすると、どこから来られたんですか、大丈夫ですか、と声をかけます。そうやって、これからもずっと避難者同士、支え合っていくことが大切だと思っています。（40 代女性、浜通り）

夫との距離がひろがる

夫には私からだんだん「来なくていいよ」というようになりました。無理して新潟まで来て、事故があっても困ると思って遠ざけてしまった私も悪いんだけど。一度、郡山で車が大破したことがあって怖い思いをしました。やっぱり震災から時間がたって、私たちも年齢を重ねてきたこともあって、仕事疲れが出てきているのもわかるようになってきた。それに新潟に来ても疲れて寝ていることも多くて、だったら、無理しないで、福島で寝ていたら？って思うようになりました。せっかく来てくれても、なんだか「寝に来たの？」って感じになってしまっています。

うちはずっと仲のいい夫婦だったし、最初は毎日電話のやりとりをしていたんだけど、最近はほとんど電話もしなくなってきた。これで夫婦なのかな、お互い何をしているかわからなくなってきていて、これでいいのかな？と思うこともあります。電話で話そうと思っても、疲れて寝ている時間に電話しても疲れて話しにもならないし。若い頃はそれでもできたけど、年をとってきて、今はお互い疲れてるからやめようっていうのが多くて。一緒に住んでいたらきっとこうはならなかっただろうなとか、これは本当に家族なんだろうか、子どもたちと私

の 4 人家族なのでは？と思ってしまいます。シングルマザーのテレビとかみてると、子どもが「うちみたいだね」って言うこともあります。（40 代女性、中通り）

転勤できない夫

夫も最初、転職も考えて、何回か辞表も出したけど、辞めさせてもらえませんでした。夫が勤める会社では母子避難している家族が多くて、その中でうちが一番避難先が近かったのが理由です。他の家族は母子で沖縄や海外に避難しているところもありました。そのため、同僚で北海道に避難している家族に会いに行っている時に会社で何か起きたら、新潟にいるうちの夫に連絡が入って「会社に戻ってきて」って言われて新潟から帰ったこともありました。仕事を辞めた人たちもいて、夫が辞表を出した時には、独身で他の地域に行くために退職した人もいて、仕事を引き継げる人もいなくて、辞めさせてもらえませんでした。最近は「おれは働いて、お金を送ればいいんだ」って言っています。（40 代女性、中通り）

夫との関係

現在、福島に行くのは多くて月 1 回程度でしょうか。主人は週 1 日の休みなので、日帰りでは疲れにくるようなものなので、新潟には殆ど来ていません。もともと、二人とも仕事で忙しく、時間があわないこともよくありました。ただ、自分が避難してから、主人がイライラするようになりました。仕事がハードなのに、疲れていても慣れない家事をしないといけないからだと思います。母子避難をしているお母さんも、残っている福島のご主人がイライラしていると、何人か言っていました。ああ、うちだけじゃないんだと。それが、慣れない家事のせいか、放射能のせいなのか、何が原因なのかという話をしたことはあります。（50 代女性、中通り）

もともと接点とかあまりなく、寂しいとか、一切なかった

子どもの教育が落ち着いたら、今度は主人との関係についてどうしたらいいのか、とも思っています。嫁としてどう振る舞っていけばいいのか、ということです。

あと、主人と子どもたちとの関係もまた考えなければいけません。震災前から主人は忙しかったので、子どもたちとの接点があまりありませんでした。犬の散歩に一緒にいくくらいでしょうか。逆に、避難していても、お父さんがいないから寂しいとかはありませんでした。本当に、一切なかった。（50 代女性、浜通り）

義母から褒められる

自分と子どもが新潟に避難することについて、主人はあまり気にしていないみたい。ただ、義母との関係でいうと、初めて自分の意思を伝えたのがこの避難のことでした。新潟の旅館にいるときに主人と義母がこっちに来たんですね。それまで、義母には、口応えをするような事もなく、いつも、ハイハイ、ときいていて、避難が初めて自分でいきたいと言ったことだったんです。だから、「戻ってこい」と言われるんじゃないかと思って少しびくびくしていたんですが、義母は「あのとき、よく危ないって分かったね」と褒めてくれた。少しビックリしました。本当は寂しいんだと思うけど、このことについて触れずにいてくれます。ただ、親戚は影でチクチクと言っているみたいです。（50 代女性、浜通り）

優しい母への思い

優しい母で、老後はさみしい思いさせたくないので、子育てが終わったら福島に帰るかなとは思っています。（40 代女性、中通り）

「アパートでは死にたくない」

母も戻りたいとは言いません。でも、母も高齢。「ここで死ぬのか、アパートでは死にたくない」と言います。とはいっても、息子が学校を終えるまではどこにも行けません。（50 代女性、中通り）

帰還と将来について

2 年前に離婚した時、住民票を新潟に移しました。子どもたちが自立するまでは、福島に帰るつもりはありません。でも、その後は妹と一緒に住もうと決めているので、それが新潟になるか福島になるかは、悩ましいですね。（40 代女性、浜通り）

高齢化する親の存在

子どもは女の子だから、将来、子どもを産むときのことは不安でもあります。長女は震災後、3日間、大量の鼻血を出しました。枕元にバスタオルをひいて寝ているのですが、そのバスタオルにたまるくらいの鼻血。泣いて、どうしたんだと思ったら鼻血を出していたんですね。体にどれだけ影響があったのか。娘たちがやがて子どもを生むときに、「もしものことがあったら」と考えてしまいます。子どもがいなかったら、避難していませんでした。

父母には避難当初、おおいに助けてもらいました。その父母も年齢も重ねて、会うたびに年老いてきたと感じられます。これから子どもの手が離れますが、どうやって親をサポートしたらいいか、考えますね。（40 代男性、中通り）

母の応援

今は、実家の母が手伝いに来てくれているので、助かっています。通学し始めた 4 月に末の子どもが熱を出して、でも学校は休めないという状況で、頼んできてもらい、それ以来、時々福島に戻りますけど、だいたい新潟にいてもらっています。実家の父も、多分、父のほうが、行ってこいって言ってると思うんですよね、母に。積極的に応援してくれます。子どもたちもおばあちゃん大好きで。（30 代女性、中通り）

妹家族も新潟に避難してきた

福島では、妹も同じ地区に住んでいました。旦那さんは中通りから来た人で、うちの子どもたちとも親しくしています。妹夫婦も原発事故の直後から避難を考えたのですが、ちょうど不妊治療をしていたので、それを続けたいし、二人とも仕事があるので避難できませんでした。

でも、妊娠してから避難を計画して、旦那さんの方も前々から職場の理解を得ていて仕事をやめて、子どもが歩き出すタイミングで、新潟に避難してきました。同じ学区の、歩いて数分とところです。旦那さんは資格があって、こちらでもできる仕事なのもよかったと思います。現在は、第二子を妊娠中で、やはり近くにいてくれると心強いです。（30 代女性、中通り）

「お父さん、ごめんなさい、でも食べられないよ」

今でも福島の野菜は食べられません。前に新潟の友だちにその話をしたら「そういうところいけないよ、農家さんがかわいそうだよ」と言われて、それは分かるんですけど、せつないですよね。

最初のうちは、父が福島の自宅で作った野菜を送ってくれるんですよね。悩むんです。じいっと見て、でもやっぱり食べられないよなと。食べたか？と電話をもらって、「お父さん、ごめんなさい、でも食べられないよ」と泣いたりして。季節が変わると採れるものが違うから「これは大丈夫だぞ」って、また送ってくるんです、私が気にしているの分かると「これは測ってもらった、大丈夫、出てないから」っていうんですけど、あのあたりの測定器は検出の下限が 20 ベクレルなんですね。高過ぎるんです。限界値が高すぎるのはホールボディカウンターも同じです。だから、新鮮でおいしい野菜なのに、泣く泣く捨てるんです。そういうやり取りが半年か一年くらいはありましたね。それから送ってこなくなりました。

でも、最近は福島の実家に帰ると、あちらのものを食べています。最初は、新潟から野菜を買って帰ったりしていたんですけど、家族との関係もあるし、なかなか徹底できなくて、ダメですね。なので、新潟では新潟のものをと考えています。放射能は見えないから、難しいですね。（40 代女性、浜通り）

29. 現在の生活：ふるさとへの思い

避難元とのつながり

避難元は、今は避難解除されていて、行ったり来たりしています。子どもからみてふるさとは、下の子は新潟だといい、上の子は、避難元だという。

震災前から地元の会議に参加していますし、こちらに避難してからも参加しています。県外避難で継続して参加しているのは私だけです。県外避難の立場として、市役所の方にいろいろとお話する機会だと考えて発言しています。それこそ保養の問題などについても、市でちゃんと予算化してください、と言っています。

ただ、提言は地元の会議の総意でないと主張できないので、そこにジレンマを感じています。

自宅があったところは災害危険区域に指定されているので、そこに住宅はつくれません。だけどそこで何かをしたいという思いはあります。集落コミュニティに対する思いがあるし、そことつながっていたいという思いがあります。ちょっとした居場所ができればいいなとは考えているのですが……。（50 代女性、浜通り）

不便な役所の手続き、住民票を移さない理由

避難前の役所には期待はありません。問い合わせをしても、あなたたちの前に、こちらに住んでいる人がいますからと言われます。住んでいる人が優先で、勝手に出ていったんでしょうという態度です。

もともと避難のときにも、うちの近所の公園の数値だけが出なかったんですよね。「なんで？」ってきいたら「パニックになるから公表はできない」って。だから、役所に期待はないんですよ。

風疹やはしかなどの予防接種は、いちいち書類を取り付けなければなりませんでした。避難元まで戻って、書類渡されて、1週間以内にやってくださいね、とか言われて。その 1 週間にインフルにかかったらどうすんだって思いながら。通常の予防接種みたいに、やりたいときにやりに行くっていうのはできない。

次女の幼稚園もそうです。「住民票が新潟にないから入れません」って言われて。私立に入れると、「私立に入れるなんてお金持ちね」「やっぱお金持ちは違うね。うちじゃあ絶対上げられない」って必ず言われるんです。いやいや、入れなかっただけだからって思いながらいるんですけど。「私立じゃなくて市立入れませんでした？」って、後から何年か過ぎてから言われたんですよね。「いや断られたんですけど」って言ったら、「いや、そのときには多分、文書出てたはずなんですけどおかしいですね」みたいに言われて、入った人もいて、えーって思ったんですよ。末端まで連絡が来ていなかったんでしょうかね。

とにかく、住民票とか、所得証明とか、なにが不便といわれたら、何にしても書類の取り付けがすべてが不便で面倒です。それでも住民票を移そうと考えたことはありません。支援や情報は、住民票提出がマストです。支援の対象にならなくなってしまうのが怖いんです。（30 代女性、中通り）

福島の自宅

長男も次男も、さらに当時 3 歳だった娘も、みんな、あの家が良かったって言うんです。あのうち大好きなんですよ、あのうちがやっぱり良かった。今にない安心した生活があったんです。さっきの娘の言葉には私もびっくりした。みんな、同じ気持ちなんだなと思って。多分、感じてたことが、そこにすごく今にない安心があった、幸せがあったって。今も十分、家族でいられることは幸せなんだけども、でもやっぱり、今にない、安定した安心した幸せがあったんだっていうことを、みんなが思ってるんだと実感しました。

とにかくあの家が良かったって、あの家に住みたいって言っていて。特に長男は 6 年生までいたから、余計その思いが強いのか、「とにかくもう一回、あのおうちに住みたい」って言っています。「高校卒業したら住んでいい？」とか、「就職は中通りにしようかな？」とか。これからいろいろ選択するまでにもうちょっと時間があるので、その中でも変わっていくかもしれないけど、最終的な判断は子どもたちに任せようかなと思っています。本当のことを全部知って、それでも帰りたいって言うんであれば、それはそれだし。（40 代女性、中通り）

福島に住み続けている知り合い

福島の人たちは大体、自分で勉強するので、かなり理解度が高いですよ。自分たちが置かれている状況もちゃんと理解した上で、どうしようもないって思っているので、かえってつらいですけど。

今でも調査をすると、3 分の 1 は「これからでも避難したい」って言いますよ。匿名の調査だと。でも、周りにはそれがあんまり伝わってないですよね。そういうのがすごく切ないというか、残念ですね。

避難したいという思いには、子どもの存在も大きいです。中学生未満の子どもを持つ親では過半数が「今からでも避難したい」という調査結果もありました。似た傾向ですね。（40 代男性、中通り）

互いに励まし合う

被災者支援イベントに参加をした時、出会った人たちにどこから来たんですか？大丈夫ですか？と声をかけるようにしました。お互いに励まし合うようにしていました。避難した神戸市は、阪神淡路大震災の被災地なので支援は充実していました。物資の支援だけではなく、心身ともに刻々と変わっていく避難者の悩みを、あたたかく黙って見守ってくれる、きめ細やかなものでした。娘が学校へ行けなくなった時も、支援者のおかげで立ち直ることができました。（40 代女性、浜通り）

夫婦の選択

夫婦としては、今のところ中通りに戻る選択肢はありません。今、中通りの自宅は貸しています。売るつもりはなく、いつでも戻れる契約にはなっています。本当は他人に住まれるのは嫌いなんだけど、そのまま置いておくと古くなって痛んでしまいます。ローン分だけでも、と考えてのことです。最初に貸したときには、今だったら売れるとアドバイスを受けました。

だけど、いま、家を手放したら、主人のこともあって、家を購入することができない。子どもたちが大好きな家だし、私たちも好きな家だから、そういうのを考えるとやっぱり手放すことを考えるとしんどいです。ただ、手放さなきゃいけないときが来るのかもしれないっていうのは、頭のどこかにあります。でもそうやって何とか回していけるんであれば、このまま、そこに私たちの自宅という名のものがある状態でいければとは思っています。（40 代女性、中通り）

本当は避難したい人がもっといた

避難をしている人とそうでない人との温度差は大きいと感じています。線量の話もしませんし、そもそも話も出ません。福島の人は気にしていないと思います。その中で、何事もなかったように、普通の暮らしをしていかなければならない、です。

避難しなかった人からの妬みもあると思います。本当は避難したかったのにできなかった、という妬みです。よく「いいよね、お金があるから避難できたんでしょ」と言われます。こういう妬みが温度につながると思います。実際は避難したかった人がもっといました。お金があれば避難したかったという声を聞いたこともありました。避難に対する夫の理解も大きいです。離婚覚悟で避難するようにと言われて、避難できなかった人たちもいました。（40 代女性、中通り）

福島全県避難にしてほしかった

あのとき、全県避難にしてほしかったとおもいます。住むところの環境は変わって、お父さんも仕事が変わるだろうけど、家族バラバラにならなくてすんだし、子どもたちのそばに親がいることができた。福島独自のいじめも少なくなっていた気がします。結局バラバラに住んでいて、バラバラに避難、めちゃくちゃになりました。（50 代女性、中通り）

根っこがない

よく故郷がなくなったと言いますが、根っこがなくなるのは辛いことです。根底が崩れちゃう。私たちはみんな、根っこがなくなった。でも、それがプラスになる時がいつか来るかもと思っています。（50 代女性、中通り）

避難者同士のつながり

新潟に来て 2 年目くらいに避難者同士の集まりがあることを知り、行きました。そこで知り合って、今も付き合いのある人は多いです。どうしても、震災から時間がたってくると、自分が避難を続けているのは異常なんじゃないかと思うときがあるので、同じ思いのお母さんと話をすると安心します。一人だと、自分で自分を責めてしまうこともあるんですね、でも、同じ思いの人と話せると、この選択は間違いではないと思えるから。放射能の影響は分からないですけど、子どもに関してはやらないで後悔するのは嫌、避難しなかったことを後悔することになるのは絶対に嫌だと思うので、将来になって、やり過ぎだったねってなっても、それでもやっぱり避難を選びますね。（30 代女性、中通り）

子どもたちは福島の家が好き

福島の自宅の近所は、子どもが少ない地域です。少し離れた市街に私のいとこの家族がいて、その子どもが今中学生・高校生なので、会えば一緒に遊べますけど、だいたいは兄妹だけで遊ぶしかありません。それでも、子どもたちは新潟のアパートより、福島の家がいいと言うんですね。普通の二階建てですけど、農機具を入れる小屋があるなど、子どもにとっては広いので、遊びやすいのでしょうね。こちらのアパートは、狭いし、二階ですから走り回ることもできず、思いっきり遊べないので。（30 代女性、中通り）

福島の知人との人間関係

ママ友の関係とか、そういうことも含めて、元には戻らないと思います。特にうちの妻は公務員の友達が多くて、福島にいるのは使命感を持って残った組なので、今でも年賀状とか来るんだけど、帰ってきたら仲良くしてあげるからね、という感じです。（40 代男性、中通り）

避難した人と避難しなかった人との温度差

（避難についての）職場の理解はあんまりなかったですね。だから今でも、あのとき逃げていた人と、残って頑張った人みたいな温度差ありますよ。いろいろなところで出てくる、会議とかの会話の端々で。これ、なくならないんじゃないかな。（40 代男性、中通り）

それぞれ抱えている問題は一括りに出来ない

今も帰れない地域で暮らしていた方の苦しみや、家族がバラバラになりながら自主避難している方の苦しみを考えると、とても複雑な気持ちになります。ましてや津波の被害を受けた方々の心の傷みなどは、私には想像することすら難しいのだと思います。「被災者」と言っても、それぞれ抱えている問題は様々で決して一括りにはできないのです。（40 代女性、中通り）

「避難する」「福島で暮らす」どちらの選択肢にもメリットとデメリットがある

私個人としては「避難する」「福島で暮らす」どちらの選択肢にもメリットとデメリットがあると思っています。私たち家族は「避難する」方がメリットが多かったので、避難をしたにすぎません。測定器を片手に生きる暮らしは、私は嫌だと思い避難しました。しかし、家族構成や置かれている立場・環境で選択は違ってくると思います。私は福島で暮らす方の意見も尊重したいと思っています。（40 代女性、中通り）

30. 現在の生活：受け入れ先への思い

就職先での差別・長女への思い

子どもの私立の授業料もあり、借上げ住宅打切りもあり、働き始めました。再就職は、10 年、仕事のブランクがありました。浦島太郎状態、でした。システムが進化し、なんでもネットでできるようになっています。今年から仕事を始めたのですが、福島から来ていると言うのはみんなわかっています。直接の上司は、わかる方なので、いいのです。でも一度、書類を社長に届けに言った時のことです。お客さんに、この人福島から来ているんですよ、うつるから危ないから近寄らないで、と言われました。お客さんも笑いました。

この空気だと思いました。長女は、この空気の中で、転校した時から生活していたんだ、これだと。6年たって、やっとわかりました。私なら大人だし、いちいち目くじらを立てていれば、同じ土俵になってしまう。わからない人は仕方ないと思えます。それでも辛いものは辛い。

でも、長女はまだ小2でした。到底、消化できなかったでしょう。4年間我慢させて、理解できなくて、かわいそうでした。長女は過呼吸になることもありました、貧血も低血圧も、不調が続きました。心因性ストレスといわれていました。小さな子にかわいそうなことをしました。（30 代女性、中通り）

周囲の目と孤立、あきらめ

金銭的には全く余裕がないのに、私立に入れるなんて、やっぱりお金持ちね、うちは無理ね、と言われます。避難はいいね、向こうに家はあるんでしょうとも言われます。いえいえ、違うんですよ、公立幼稚園は入れてくれなかったから、私立なんですよ。現状は、お金を持っていたら一戸建て借りていますよ、と内心で返しています。言われても仕方ない、このままやらざるを得ない、言い聞かせるしかない、そういう思いです。

長女がスポーツの部活をやり始めて、次女と一緒に長女を待つ毎日でした。その時に、お母さんたちと話せるようになりました。そこで「避難は大変でしたね」といわれたので、避難のことなど喋ったら、次の日には距離を感じるようになりました。（30 代女性、中通り）

「なんで福島に帰らないの？」

新潟の人に「なんで福島に帰らないの？」って言われたことがあります。長男が学校に行くことができていないのを知っている人から、夫が一緒の生活の方がいいって言われて、「なんで帰らないの？だんなさん、お母さんと子どもだけで新潟で生活させて、おかしいんじゃない？」と言われて泣いたこともありました。そんなことない、違うって言ってくれる人もいるけど。避難について言うのは、福島の人だけの問題じゃないと思います。その家にはその家の事情があるってことなんだけど、他の人から見たら、おかしいんじゃないって思うこともあるようです。（40 代女性、中通り）

親切なアパートの大家さん

借上住宅制度が始まる前だったのですが、今も住んでいるアパートの大家さんが「貸しているからどうですか？」と声をかけてくれました。最初から大家さんは家賃をとらずに住ませてくれました。福島では、避難についての情報を得ることができませんでした。

この大家さんがとても親切な方で本当に助かりました。「何かあったらすぐに声をかけてね」と言ってくれていたので、心強かったです。大家さん（不動産）は、日頃から「困っている人を助けたい」という思いがある人だったようで、社員にも「俺たちが何とかしてあげないとダメだろう。何でもいいからやってやれ」と言ってくれていたようで、何でも声をかけてね、と言ってくれていました。私は新潟にいいイメージしかありません。（40 代女性、中通り）

話せる新潟の人

新潟の人は話に乗ってくれます。新潟には、世界一大きな原発が有るから、人ごとじゃないよね。福島県民が、県外に避難している意味が、どういうことなのか、考えないといけない、と言ってました。原発は要らな

いとも。あの柏崎の CM でも色々対策をすると言っているけれど、本当に非常事態のときに、そこに人がいられるの？東電の人は原発をまもるんだろうか？本当に？ぴんとこない、と言います。思い返すと、実際、福島でも、東電の人がいち早く逃げたというのを、東電で働いていた友人自身から直接に聞きました。柏崎では、本当に、避難しないで対応するのか？と思います。

原発再稼働賛成という人もいる。どうせ置いていたら動かしたらという人もね。そんな人もいるんですね。逆にそういう人がいて、大丈夫かって、こっちを気にしてくれる人もいるんですよ。

ある人はね、子どもが学者で、国外に出ているときに爆発を知ったそうです。でも国内では、直ちに影響がないとか、安心安全とか言っているのをみて、何言ってるの？って、怒っていたそうです。（50 代女性、中通り）

新潟での周囲との関係

次女の幼稚園でのママ友には、避難について話したことがありますが、今はほとんどその話をすることはないです。地域の草むしりの時にも「まだ帰んないの？」とか言われて、最初のうちは線量のこととか説明していたんですが、だんだん人間が丸くなるというか、「帰りませんよ」と笑って返すだけです。話しても分かってもらうのは難しくて、「壁は厚いぞ」と、あきらめモードです。（40 代女性、浜通り）

私たちの負った傷は比較的軽い

私たち家族は被害が比較的軽かったこと、福島県で暮らしていた時期が短かったこともあり、避難先で開催される避難者の集まりに参加することには消極的でした。先祖代々の土地もお墓も福島になく、古くからの知り合いも親戚も福島にいないので、しがらみもあまりありません。虚しいといった気持ちや寂寥感が全くないと言えば嘘ですが、他の避難者の方が持つ苦しみや悲しみに比べたら、私たちの負った傷は軽いと思います。（40 代女性、中通り）

沢山の人に支えられ、ありがたい

我が家は決して経済的に恵まれているわけではないのですが、たくさんの人に支えられて生活ができています。ありがたいことだと思います。ここ数年は家庭内の問題よりも、先ほどのいじめのニュースをはじめ、政治や社会全体に暗い話題が多く、閉そく感が蔓延しているこの社会が問題だと感じています。安保法案が通り、政治がどんどん一般市民から離れて、取り返しのつかない方向へ進んでいるような不安をとても感じます。社会全体が足の引っ張り合いをしているようでとても息苦しく思います。周囲の人たちの多くは、私ほど危機感を持っていないようなので、自分の頭がおかしいのだろうか、と思い悩むことがありましたが。最近は、自分は変わり者だからと割り切っています。（40 代女性、中通り）

31. 現在の思い：健康検査・体調悪化

受けられない検査

大きな病院で、本当は内部被ばくの検査を受けたいと思いました。「自費でもいいので。ホールボディカウンターはあるんですよね？やってもらえないですか」って言ったら「いや自費でも駄目なんです。福島からの依頼書をいただいて、持ってきていただける方だけです」って。福島って言うだけで全部の検査を拒否されるんだと思って。甲状腺検査を受けたいと言った病院も、「どちらから？」「福島」って言ったら「福島はできませんね」って言われたんですよね。

もう多分、福島って言うだけで駄目なんだなと思って。じゃあこれ無理、検査できないんだと。だからそれこそ頼れないなって、医療機関も信用できないのかっていうふうになりましたね。（30 代女性、中通り）

健康調査は受けていない

福島県の健康調査は1回も受けていません。拒否しています。モルモットになりたくない。絶対に嫌だと思いました。

京都駅からアベノハルカスが見えるんです。距離にして 50kmです。私達が住んでいたのとそんなに変わらない。それだけの距離しかないんです。見える距離では、やはり近くて恐いです。

新潟に来て、避難所で仲良くなった人とのつながりはありますが、避難者同士でもあちこちで、多々いじめがあります。（50 代女性、中通り）

甲状腺の検査で引っかかる

甲状腺の検査で子どもたちがひっかかっています。信頼している先生の紹介で、毎年か半年に一度は子どもたちが検査を受けています。3 人とも経過観察を言われています。嚢胞が成長段階のものなのか原発の影響なのか、今はわかりません。医者からは成長段階のものかな、とは言われていますが。これから福島に帰って、嚢胞がくっついたり、大きくなったりしなければいいと思っています。万が一、そんなことが起こったら、子どもたちがかわいそうです。身長が伸びなくなるし、ホルモンバランスも崩れるし。（40 代女性、中通り）

帰省と子どもの体調

福島には年に 4 回、春休み、ゴールデンウイーク、夏休み、冬休みと帰省しています。放射能の心配はもちろんあるのですが、実家の父も、孫に会えない寂しさを我慢しているので、休みのときは家族で会えるとい良いなと考えています。

でも帰省するたびに、子どもたちが鼻血を出したり、咳が出たり、しました。私も含めて全員が必ず、目がかゆいとか、アレルギー症状を出していました。福島に帰ったその日の夜から症状が出るんですね。それほどひどくはないのですが、行くたびに必ずで、新潟に戻ると治るし、アレルギーとか、何か理由があると思います。この 1、2 年は落ち着きましたが、必ずだったので最後の方は新潟の耳鼻科で薬を処方してもらってから行くようになりました。一時期は、長男にぜんそくの発作も起きるようになって。新潟でも一回だけ発作がありましたけど、やはり、福島に行くと苦しくなるんです。それもあって、避難は続けようと思いました。

乳幼児健診なども、福島に帰った時に受けていました。新潟でも受けられますけど、手続きが大変なので、そうしています。保険証も、とりあえず 3 割払って、福島に帰ってから面倒な手続きをしていました。（30 代女性、中通り）

放射線と健康不安

一番心配なのは子どもの健康のことです。新潟の甲状腺の専門医院で検査してもらったら上の子は「線腫様甲状腺腫」と言われました。先生が直筆でノートに書いてくれて、継続的に検査するように言われたんですが、子どもがあまり行きたがらなくて、部活が忙しいのもあって 2，3 回で行かなくなりました。北海道に保養に行った時に、あちらの先生の検査を受けたこともあるのですが、その時も同じ結果でした。数値もよくな

くて。一緒に受けた私が正常値で、子どもたちは正常値を超えてはみ出てしまうんですね、逆ならいいのにと。辛いです。

今は元気ですが、たまに肺のこの辺が痛いとか言われると、ドキドキします。次女が幼稚園で骨折した時も、分かっていても放射能の影響を疑いました。（40 代女性、浜通り）

スイッチを入れる時間

いつも、朝3時から4時に起きて、家事をします。気分循環障害と言われています。こちらに来てから、ぼーっとしている日が続いています。朝は、パッと動けるまでの、スイッチを入れる、大事な時間です。

早起きになったのは、雪が降るのが怖いから。雪が降ると、普通に起きたら、子どもたちを送り出すのが間に合いません。駐車場から出るのに、雪かきでプラス1時間かかります。早めに起きればなんとかなります。（30 代女性、中通り）

わからないところに住民を戻すんだなと思いました

夫の実家がある市の空間線量は、市役所で 0.2 と発表されています。でも、数値は場所によって変わるし、風向きによっても変わります。これから、デブリを取り出すという作業の時に、どれだけの追加的な放出量があるか、誰も言ってくれません。飛散防止剤とかを撒きながらやるのでしょうが、先も見えない中で、避難者の住宅支援をなくしたことは、国としてどうかと思います。

何かあったら誰が責任を取るのだろう。事故後にヨウ素剤が消費期限切れで再配布された時に、「ヨウ素剤が使われることがあるんですか」と東電に聞いたら、「可能性はあります」と言われました。「再臨界はないかもしれないですが、誰にもわかりません」としか言ってくれません。わからないところに住民を戻すんだなと思いました。（30 代女性、中通り）

それぞれが自分にとって最良の選択をしたことを、誰も責められない

放射線の影響は、私にはわかりません。専門家の意見が分かれているからです。今は「何を信じるか」「誰を信じるか」でしか放射線を語れないのではないか、とも思ってしまいます。放射線の人体への影響がゼロだとは思っていませんが、避難を選択しても、環境が変わるというリスクがあると思います。放射線の影響をうけやすい人、そうではない人がいて、それぞれが自分にとって最良の選択をした。その個人が選択したことを非難することは、誰にもできないんじゃないかな。そう思ってます。（40代女性、中通り）

もういい訳はしたくない、被ばくしたことは取り返しがつかない

妥協して帰るのだけはよそう。もう言い訳はしたくない。3 月 12 日から 14 日は情報がなく、初期被ばくさせてしまいました。「情報がなかった」というのも言い訳ですよね。調べようと思えばいくらでも調べられたはずなのに、危機感がなかったんです。放射線を浴びさせたことに、「どうしようもない状況だった」と言い訳を作っていました。でも、被ばくしたことは取り返しがつかないんです。（30 代女性、中通り）

なかったことにできない

私は、事故から 2 年後にはなかった甲状腺の結節が、事故から 4 年後にみつかりました。事故当時、ヨウ素剤は飲んでいません。ヨウ素材は配布されましたが、内服の指示が出ませんでした。被ばくしたことをなかったことにはできません。福島の県民調査で、子どもたちは甲状腺の検査を受けています。早期で発見するためには受けておいた方が良いと、甲状腺の専門医の検査に加えて、検査を受けています。

放射能の濃度が濃い時に外に出ていたから、追加被ばくはさせたくないです。低線量被ばくも心配です。チェルノブイリのデータがどれほど参考になるのか。人間が核と向き合ってからの歴史が短いので、わかっていないことが多いですよね。放射線被ばくの影響を証明することは難しいし、福島から離れるしかないんだなと思っています。（30 代女性、中通り）

心臓病で倒れた夫：望みは捨てない

心臓病で倒れた夫は、去年の入院時に「このままでは命が 1 年持たないかもしれない」と宣告されました。一時は私も覚悟を決めました。が、多分、もっと長生きします。もう少し長生き出来ると私はみています。体調は思うように回復しないですが、望みだけは捨てないでいます。（40 代女性、中通り）

32. 現在の思い：支援・賠償・借上げ住宅の停止（区域外）

外部からの支援について

全体としてどういう支援があったのかが、よく分からないんですよ。十分にあったのかもしれないけど、うまく配分されてないという問題もあるだろうし。自分の感覚としては、個別に何かをもらったことはあるけど、公的サービスとしてもらったという記憶はないですね。赤十字の何点セットぐらいです。住宅支援も、無償提供は本来、賠償的な意味合いですべきものだと思いますよ。（40 代男性、中通り）

社会の無理解

最初に（身に）こたえたのは、あんたらの所は大丈夫でしょ？みたいな理解の無さがやっぱり、一番ダメージとしては大きかったですね。ちゃんと実際測りましたか？と訊きたいです。政府が言っている数字が本当で、政府が言う安全基準が基準だと思っていて、二重にも三重にも前提が違い過ぎる。（無理解を感じることは）いろんなところでありましたよ。たとえば、研究者の人が避難者って言ったときは、まず避難指示を受けた所。そういうイメージなんです。ほぼ十中八九、避難指示区域です。これは何だろうと思いましたよね。すぐ双葉郡の話になる。（40 代男性、中通り）

福島での救助を求める声

現地では、助けてくれって思ってる人がすごくたくさんいるわけですよ。もう今でも多分、声にならない声を上げてると思うんだけど、やっぱり見えていても見ないっていうか、それは罪だなって思うんですよね。

そういう人たちは、ちゃんと定職が見つかれば移住すると思います。みんな 40 代ぐらいで、家を買ってローンを抱えているじゃないですか。その借金も返さないと駄目なわけですよ。そうすると、今より給料がガクッと下がるような所だとやり繰りできないので、なかなか動けないんですよね。それは十中八九、金で解決できる問題だと思います。でも、どうしようもない現実を自分なりに納得できるような説明をしようとすると、ここは生まれ故郷だからとか、そういう言い方になるんだと思います。それもまた切ないですよ。（40 代男性、中通り）

子どもの教育費のために仕事を探す

長男の高校進学に合わせて、奨学金を今から申し込んでいます。長男の状況から、公立高校じゃなくて、私立高校の方が対応がしっかりしているから、と適応指導教室の先生に教えていただきました。

経済的なこともあって、いろいろ考えましたが、公立高校に進学して、学校に行けなくなってやめるより、私立高校で丁寧な対応をしてもらって卒業できた方がいいってなって。でもお金はないので、奨学金を申し込んでいます。それもあって、正職で働けるところを探そうと思っています。（40 代女性、中通り）

住民票

私と長男の住民票を新潟に移しています。そうすると、長男の医療費は市の基準で支払うので大きな負担は感じないのですが、下二人の住民票がまだ福島にあります。元々出身地では、子どもの医療費は無料でした。今は申請をすれば返還がされますが、いったん支払うのが 3 割負担となるため、下二人の医療費の負担が大きいです。特にスポーツをしていることもあって、けがをすることやぜんそくのための薬代とか。（40 代女性、中通り）

大きい住宅支援

住宅の支援も大きいですね。うちは夫が実家で生活をしているので、両親に言われた金額をいれるようにしていますが、それでも夫の住居にかかる費用はいらないので、避難生活を継続できるんだと思います。生活が大変なのは大変ですが。（40 代女性、中通り）

住宅支援が停止されたので、フルタイムで働こう

私たちは福島に戻って来なくていいと夫から言われているので、今はパートで働いているけど、来年からはフルタイムで働こうと思っています。上の子も高校生になるので、生活の基盤をしっかりしていかないと、住宅の支援もなくなったので。（40 代女性、中通り）

住宅支援・教育費・就学援助も大きい

公的な支援としては、やっぱり住宅が大きいです。あとは働けばなんとかやっていけるから。避難当初は学校関係の費用も無料でした。そういうのも助かっていました。今は就学援助を利用しています。これも助かっています。（40 代女性、中通り）

医療費の手続きの煩雑さ

元いた自治体は福島の子の医療費が 18 歳まですべて無料です。県外に住んでいる子はいったん窓口負担をした上で、自治体に申請すると医療費が戻ってくる仕組みになっています。この手続きが煩雑で対応してもらえると助かると思うことがあります。（40 代女性、中通り）

住宅支援がなくなり、夫に帰ってくるように言われる

私はずっと新潟にいたいんだけど、夫から「戻らざるを得ない」と言われました。一番の大きな理由は住宅支援がなくなったことです。生活も厳しいし、帰ってくるしかないだろうと言われました。ちょうど来年の春、長女が高校進学、二人目が中学進学になります。福島に帰るタイミングではあると思うのですが、みんな新潟にいたいと思っています。ただ、夫は生活のことを考えると、これ以上、二重生活をするのは難しいので、帰ってくるしかないとずっと言われています。でも、どうしても私も子どもも帰りたくないのが本音です。帰りたくないけど、帰らないと生活が成り立たない。（40 代女性、中通り）

福島に戻ることは苦渋の選択～家を建てていなかったら・・・

避難は子どもを守るために必死だったんだと思います。今も子どもの体調を心配はしているんだけど、これ以上生活ができないというのもあるので、福島に戻ることは苦渋の選択です。夫も本当は新潟にいてほしいと思っています。それが難しいのは家を建てたことがあるかと思います。家を建ててなかったら、夫も新潟に来ていました。今、夫はひとりで建ててすぐだった家に住んでいます。家のローンがなければ、避難生活を続けることができたと思います。かといって、家を売ることも難しい、売れないと思います。家が建っているところは、避難区域ではありませんが、すぐ隣が特定避難勧奨地域があって、避難しなければならない地域でした。そんな場所にある家を買う人はいないでしょう。地元の幼稚園もなくなりました。学校も合併の話が出ています。高齢者が多くて若い人がいない地域です。元々そういう地域でしたが、今回の事故で若い人たちがさらに出ていってしまいました。（40 代女性、中通り）

みんな同じ賠償は受けていない

私は自主避難、しかも借上げ住宅じゃない。少し話せるようになると、一番聞きたかったんでしょうね、お金もらっているの？家賃はただなの？とか、きかれました。私の場合は、時期が遅かったから、そういう対応はないんだよと言ったら、ああ、そうなの？福島県全体がもらっているのかと思ってたよ、それは平等じゃないよね、と言われました。福島県全世帯が、月 10 万という慰謝料をもらっていると、他県民にはみえる。相当勘違いされているんですね。そんなこと、しょっちゅうです。その人は親切で、野菜とかもってきてくれるようになって。やっぱり、話さないと分からないなと思いました。

ニュースで神奈川県のいじめのことを知りました。深夜の民報のドキュメンタリー番組では、本人が出て、まだ子どもなのに、ぼくは生きるって決めたって、、。本当に胸が苦しくなった。その子の家は慰謝料をもらっていないのに、子どもが 150 万円ゆすられたって。慰謝料のことなどは、きちんとわかりやすく、どの地域がもらっているとか、報道してくれていたら、他県民に誤解を招かなかったと思います。

ある人がいっていたんですけど、浜通りの人は、確かに原発近くだし、家も流された人もいて、とても大変だけど、強制避難しているから、逆に被ばくの心配は少なくなっているけど、中通りの人は、慰謝料をもらわないまま、被ばくをしつづけていて、かわいそうじゃない？　避難が認められるのは、基本、浜通りだけになって。それって、予算がないからということでしょう。でも健康被害だけをとれば、実は中通りが放置されて、一番ひどい目にあっているんじゃないかと。子どもの甲状腺がんだって、中通りの子が多いでしょう、と言っていました。それなのに慰謝料もないの？ときかれました。こういうこと、新潟の新聞には出ているんですね。福島の中の人たちは、こんなこと知っているのかな？と思いました。（50 代女性、中通り）

避難は避難

浜通りでも中通りでも、早くても遅くても、避難は避難。観光で来ているわけではない。なのに、期限を決められてしまう。もっと続けてほしかったと思います。これから、健康被害が増えてきたら、私のように心配して、避難したい人が増えてくるはず。そこで、避難の受入がないと分かっていて、避難を決断するのは、すごい覚悟です。自分と同じように大変な思いをする人がもうでてきてほしくないと思います。（50 代女性、中通り）

今欲しいのは住宅支援

やはり、借上げの停止はたいへんです。住宅支援は一番の根っこ、住む所は根っこなので、もうちょっと続けてもらわないと困ります。（30 代女性、中通り）

借上げ住宅での苦労

やはりファミリータイプは家賃が高いし、5 人が住もうと思うと、それなりの大きさが必要です。今は、長男に一部屋を与えています。それまでは子ども部屋として長男と次男の二人部屋でした。自分が在宅社員として仕事をしないといけないので、一部屋確保していました。それを長男の部屋に回しました。子ども部屋だったところを自分の仕事部屋にし、夜は次男がそこで寝るようにしました。だけど次男にも部屋を与えなくちゃいけない。しょうがないから自分の仕事はリビングですることにしましたが、仕事になりませんでした。主人のいびきとか、いろいろなものが聞こえてきちゃって。

最初、私たち夫婦はリビングに隣接した和室で寝ていました。それがあるとき、子どもが「今日、こっちで寝ていい？」ってなって。福島にいるときも和室でみんな寝てたんですよ。子ども部屋あっても、二段ベッドは置いてあるんだけど、みんな和室で寝てたんですよ。それでも手狭になったので、お兄ちゃんたちはもう、二段ベッドで寝なさいよってなってたんだけども。そんなにその生活が続かなくて、やっぱり和室でみんな寝るようになってたんですよ。

現在、市営住宅に申し込んでいます。そちらのほうが家賃が少し安いです。学区の変更なしで住む市営住宅はその一箇所しかありません。だけどそこは新築で倍率が高くて、優先枠がなく、普通に抽選に参加して外れました。ただ、もしその市営住宅に行くと少し狭くなってしまいます。

今年 3 月に借上げが切れてからは、福島県からの家賃 2 分の 1 を補助してもらえる制度を利用しています。ただそれもいつまでも続きません。これを全額払うようになったときに、また考えようと思います。（40 代女性、中通り）

高速バスの利用対象者になれない

何年か、福島に帰ることもできず、母にも寂しい思いをさせました。ただ、年に一度くらい母の方が新潟に来て、孫の顔を見ることはできています。でも、高速バスの利用対象者として、利用できるよう配慮して頂けていません。健常者じゃないと利用できないのです。（40 代女性、中通り）

33. 現在の思い：支援・賠償・借上げ住宅の停止と今後の生活（区域内）

早期の避難解除と固定資産税等免除の終了、ローンの支払いの継続

私たちの住んでいた福島県内の集落は、第一原発より 30 キロ圏内にあり、緊急時避難準備区域に指定されました。経済的な話になりますが、避難指示区域に指定されたために 2011 年 3 月以来、東北電力の電気代、固定資産税などが免除されました。みなし仮設住宅である借上げ制度により家賃は免除され、医療費や高速道路の通行料(一部区間のみ)も免除されました。東京電力の損害賠償もある時期までは補償対象となっていましたし、皆様からの有難い義援金も頂きました。

しかし、原発から 20～30 キロ圏内の私たち家族が住んでいた地区はかなり早い時期に避難指示が解除されました。周辺地域と比較すると、放射線量が低かったためです。

避難指示の解除に伴い、前述した電力使用料金免除は終了し、固定資産税も支払いをしています。加えて、5 か月しか住まなかった家のローンも支払っています。

人の住まなくなった家は傷みやすいと言いますが、数カ月に一回の割合で帰宅する度に、どこかしら壊れた箇所を発見します。凍結により水道管が破裂して、家の中が水浸しになったこともあります。給湯器も冬場の凍結によって壊れ、大雪によりカーポートは全壊しました。全て住んでいたら少なくともある程度は回避できたことだと思います。今となっては不動産価値のなくなったあの家をどうするか、夫も私も考えあぐねています。（40 代女性、中通り）

勝手に値段がつけられることへの違和感

勿論私たち家族も被害を受けましたが、立ち直れない程ではありません。そしてその被害に対して、他人が勝手に値段をつけ、そのお金が私たちに支払われます。その様にしてお金を手にしたことを日本中の人がみんな知っているのです。直接言われたことはありませんが、「大した被害もないくせに金を貰った」と思われている気がします。

実際に、私の自宅から近い地区は、同じ市内で放射線量は殆ど変わりがないにも拘わらず、原発から 30 キロ圏外のために避難指示区域に指定されなかったので、賠償金の支払いは対象外の区域となっています。どこかで線引きをしなくてはいけないのもわかりますが、釈然としません。（40 代女性、中通り）

素直に喜べないお金

賠償金で得るお金は、働いて得るお金とは意味合いが異なります。東京電力からの賠償金を、自分の中でどう考えて良いのか未だによくわかりません。働いて得るお金も、賠償金のお金もお金自体の価値は変わらない筈ですが、なぜか後ろめたい気分になります。生活を考えると受け取りを拒否することはできないので貰うことには変わりはありませんが、素直に喜べないお金です。（40 代女性、中通り）

金銭的苦労はあるが、賠償は請求していない

いいことはあったけど、一方で苦労も多かったし、二重生活なのでお金も大変です。主人とは、お金の使い道について二回ほど話し合いをしました。そのなかで、子どものために使おうという共通認識を持つようにした。震災前から、子どもたちの教育だけはできるように、という心構えはしていました。

実際、最初の仮払金を受け取っただけで、現在まで精神的賠償は請求していません。こちらから請求しなければいけないというのも、本当は妙なことなのですが。請求の書類を揃えたりするだけで大変という感じで。書類がものすごいたまってくるし、それ向き合うことによって、日常が滞ってしまうのは、何だか。家庭の中もごたごたしていたし、それどころじゃない、向き合うということができなかった。東京電力は、3 ヶ月に1回ぐらいやって来ましたが、請求しなかったら、もういいんですね、といって、ここ1年ぐらいは来ていない気がします。でも、もちろん、いつかは請求しようとは思っているのですけれど。（50 代女性、浜通り）

賠償は人間関係を複雑にする

だけど、賠償のことについて子どもに話をしたことはありません。それがなくても、以前と変わらない生活をしようと思って、実際そうしています。賠償金をちょうだいと、子どもが親に言って、それで変になってしまう話も聞いた事があったので、そういう話題ばかりの生活というのはちょっと、したくなかった。子どもも賠償金の話はしないし、これで良かったと今はおもっています。

請求しないでいると、いろいろとみえてきます。請求したいけど出来ない人もいるかもしれないとおもいます。あと、妙だと思うのは、主人は、私と同じ家にずっと100%住んでいたけれど、仕事の関係で、住民票は自宅でなくて、区域外においていたので、賠償の対象にはいっさいならないんです。賠償をもらう、もらわないということで、立ち位置が違って、複雑になっているとおもいます。（50 代女性、浜通り）

避難指示解除後の生活の選択

2017 年 3 月までは、借上げ制度により避難先の家賃の支払いを免除されていますが、その制度の終了後は家賃とローンを二重に支払うことになりました。勿論、避難指示が解除された避難元の町に戻って暮らすことは、制度上は可能です。実際に住んでいる方も多くいます。小学校も再開していますので、私たち家族が帰ることはできます。ただ、やっと暮らしぶりが落ち着いた今の環境を捨てて、避難元に戻ることは難しいと思います。夫の仕事と子どもたちの生活を思うと、放射線の影響が少ないと思われる今の暮らしを、どうにかして続けようと思っています。（40 代女性、中通り）

家賃補助が受けられなくなる

この 7 年で一番大きく変わったことは、家賃補助が受けられなくなったことです。それでも我が家は大家さんに恵まれていたため、少しだけ家賃を下げてもらい、更新料を免除してもらうことができました。本当にありがたかったです。その他に一部補助金を受け取れるように申請をしていますが、2 年で終了なので、今後のことを考え、そろそろきちんと答えを出さなくてはいけないと思っています。

つまり、福島にある家をどうするか、という問題についての答えです。日々の生活が忙しいことを理由に、決断を先延ばししている感じです。正直なところ、福島に帰る理由がだんだんと無くなっているのですが、たとえ売却しても中古車程度の値段にしかならない我が家をどうするか、7 年経つ今も決断できていません。とても好きな家だったし、福島に親戚がいない私たちが家を引き払ってしまったら、福島と全く縁がなくなってしまうであろうことがとても悲しいです。（40 代女性、中通り）

34. 現在の思い：裁判、 ADR

東京電力柏崎刈羽再稼働差し止めの裁判に参加する

裁判なんて、もともと、もう全く、私の人生には縁のないことで、事故があるまで、自分が裁判とかにかかわるなんて、まさか夢にも思いもしませんでした。

きっかけは、事故があった翌年の 2012 年秋です。もう日本からは原発はなくなるだろうと。再稼働は絶対にないと思っていました。だいじょうぶだと。ところが、あっさり再稼働するって…信じられないと思いました。子どもたちを一回危険に晒してしまったから、もうこれ以上晒したくない。

原発事故が起きるまで、原発のことは無関心、無知でした。でも、人間が扱えないほど恐ろしいものとわかり、絶対無理だ。あんな危険なものは、二度と動かしてはいけない、それを知ったからには子ども達のためにも何かやらなければ、と。そういう思いから、別の方も裁判に入ると言い、私も、東京電力柏崎刈羽再稼働差し止めの裁判に参加しました。（40 代女性、中通り）

福島原発事故告訴団～罪を償ってほしい

原発事故により、引き裂かれ、沢山のものが奪われました。築き上げてきた絆、大切な家族の健康、親友、通い慣れた学校、住み慣れた街、安心して暮らしていた場所、美しかったふるさと。もう、これ以上子どもたちから何を奪うのかと。住めない家に住宅ローンを毎月払う苦痛は絶えかねます。避難者としての不安定な生活に、疲れ果ててきています。子どもたちも、慣れない生活や人間関係にたえています。最近では、お腹が痛い、頭が痛いと、体調不良まで訴えるようになって。金銭的にも経済的にもギリギリのところで生きています。

このような事故を起こし、多大なる負担を私達家族や福島の人に負わせたこと、事故原因や責任をきちんと捜査して罪を償って欲しく、陳述書が書けない娘を除いて家族で原告になりました。（40 代女性、中通り）

裁判への途中からの参加

裁判には、第3陣から参加しました。最初は、賠償金を求めていると思われたくない、自分たちの気持ちが伝わらないで。お金でぐずぐずいっていると思われたくないという意地もあって、参加しないでいました、でも弁護士の先生たちの説明などもきいて、参加することにしました。（30 代女性、中通り）

新潟集団訴訟に途中から参加する

そんな裁判やっても無理だよ、っていう方も、たくさんいました。ADR と違って、裁判は、勝っても負けてもお金がかかるのです。だから私も、はじめは参加を見合わせていました。でも他の避難者の方々が戦っている姿をみて、集団訴訟だからやはり数がいた方が良いだろうしと。何より、子ども達が事故によりどれだけの危険に晒され、避難生活でどれほどの苦労があったのか。ふるさとを奪われて絶望しかない上に、常に健康被害の心配や不安に悩まされている。子どもたちのためにも訴えたいと思い、家族全員で途中から参加しました。（40 代女性、中通り）

ＡＤＲと裁判

ADRの申請をして、一応、和解が成立しています。でも、郡山では一月いくらという形で出た賠償が、いわきではなくて、決して多くありません。

裁判には参加しています。友だちと一緒に参加しましたが、その理由は悔しいのが一番かな。そう。悔しい。原発の事故さえなかったら、いわきで普通の生活送れたんだけれども、放射能ばらまいちゃったから、こうやって避難してるのに、勝手に避難したのはあなたたちが悪いからなんて言われて。「悔しいよね、責任をちゃんと取ってほしいよね」と話して参加しました。（40 代女性、浜通り）

ＡＤＲについて

ADR がはじまった当初、子どもが 2 人以上いる家庭は、対象になりませんでした。しばらくしてから、避難生活を続けている子どもに対して、月二万円を請求出来るようになりました。2015 年にやっとADR を行い、やっと少しの賠償金を手にしました。（40 代女性、中通り）

辛いことしか頭に浮かばず、妻は書類作成できなかった

引越しや家電・家具などの準備にかなりの出費があったので、まずは実費を賠償してもらおうとADR の初期に参加しました。多くの書類を必要としました。書類作成は、当時を思い出し、辛い事しか頭に浮かばず、妻は書類作成が出来ませんでした。二重生活をしながら、新潟に来た時に、担当弁護士と打ち合わせするんです。大変でした。でも、避難生活を継続する為には賠償は必要。やるしか、なかった。

今も、ADR やっていない人もいます。原発事故から六年が過ぎても。当時がフラッシュバックしてしまうから書類作成が出来ない、そういう言う人は少なくないんです。（40 代男性、中通り）

追加費用の発生は支払われない

妻の実家は近いうえに、親戚に配れるくらいの米を作っていました。トマト、きゅうり、ホウレンソウ、じゃが芋など、野菜もたくさん。これすべて、無農薬です。でも避難後は、もう貰わなくなり、産地も選ぶようになり、食費は大きく跳ね上がりました。でも、無賃で貰っていたものに賠償はできないと。（40 代男性、中通り）

賠償額は限定的で加害者主導、納得がいきません

妻子が引越しする時に会社の社長と取引先の二人に手伝いをお願いしました。レンタカー費用・高速料金・燃料費。いろいろかかりますよね。謝礼として、一人二万円をお渡しました。引越代の項目で、そのことを挙げたら、ADR センターは、謝礼の領収書を要求してきて。目上の人に手伝いをお願いし、快く引き受けてくれたのに、領収書など普通は求めないと思う。妻子三人の引越しにしては格安で、常識的な金額であったとおもうのですが。柔軟な対応をしてくれてもよいのに、と正直思いました。

面会交通費は区域内避難の 8 割しか認められません。新潟と中通りはノンストップで片道二時間の 160km。車は冬の凍結防止剤で痛み、タイヤは減り、オイル交換は頻繁になりました。でも原価償却も認められません。運転している時間についての配慮ももちろんありません。どれだけ多くの時間を無駄にした事か。磐越道の半分は対面通行なんです。いつ死亡事故が起きてもおかしくないのです。現に避難先の妻子に会いに行く為の父親が事故で亡くなったニュースも見ました。明日は我が身かと思う不安もありました。こういう心理的負担は、賠償には全く関係ないんですね。

それなのに、27 年 4 月から全くADR が進んでいないんです。加害者が一方的に打ち切るのは、どうかと思う。いろいろと、全く納得がいきません。（40 代男性、中通り）

ADR に納得ができず裁判に参加する

ADR では、賠償額に納得出来ませんでした。国・東電の責任も問えないということに、おかしさを感じました。新潟で集団訴訟を始めると聞いた時には「参加しなければ」と強く思いました。避難継続にお金は必要です。でも、それだけではない。責任を認め、二度と同じ過ちを犯さない為に、言葉だけではなく反省してもらいたい。そういう思いから、参加を決めました。（40 代男性、中通り）

東電、国には反省の色が見えない

「柏崎刈羽原発差止め訴訟」の原告にもなりました。新潟に避難してきて多くの県民に寄り添ってもらい、助けられてきました。その人たちに、同じ想いをしてほしくない。「福島原発事故」を起こし、私たちが避難しなければならなくなった原因を作った国・東電の姿勢が、原告になるわけです。反省の弁を言うのか、しっかり見たかった、そういう思いもあります。

第一回目の裁判では、3 名の方だったと思います、意見陳述をしました。裁判の最後に被告代理人は一言で言えば「意見陳述は不要」と言ってきました。原告の話を聞く気持ちが全くない被告には大きな怒りを覚えました。

本人尋問が始まると、怒りは更に大きくなってきました。「避難元は普通に暮らしている人は多いのではないか」、「空間線量は激減したではないか」、「放射能・甲状腺について話をしているが専門家か」など、反省の色は全く見えないのです。（40 代男性、中通り）

新潟弁護団に参加してよかった

裁判は出来るだけ傍聴に行くようにしています。新潟の傍聴席が埋まる勢いに驚いています。連携している山形・埼玉・群馬の先生方も応援に来てくれます。でも、原告の他にも地元新潟の方々も、多く参加してくれているんです。とても心強い思いです。六年が過ぎても関心をもって足を運んでくれる。このことが本当に有り難くて。

本人尋問で新潟原告団の先生が涙を流していました。新潟に避難してきて良かった。新潟弁護団で良かった。訴訟に参加して良かった。強く感じた瞬間でした。（40 代男性、中通り）

35. 現在の思い：自分自身への思い・今後への思い・社会への思い

語りに参加した心境

ちょっとした座談会、少人数だったら出ることもあります。気心が知れている方、変なふうにメディアに書かれないのがわかっていて、上手に伝えられないのをわかってくれて来てくれる方、相手ならば話せます。嫌な思いをするなら喋らないでいよう、避難者の中でも信頼出来る人としか話さないと考えています。話を聞いて頂いてしかも共感して頂ける事は、私にとって感謝でしかありません。（30 代女性、中通り）

好きな花も触れない

事故後は、お花も放射能に汚染されていると思う。近くのお花屋さんで、箱に福島県〇〇〇市とあるのを見て、そこから切り花がくると思うと触れなくなりました。ネットで、ラーメン屋さんが煮干しを使うから一番危ない、次に危ないのが花屋さんだというのを見て、それからお花は触りたくなくなりました。（50 代女性、中通り）

原発の理不尽さを知る

幸い、アパートの近くに図書館があり、私のこうした言葉にならない思いに、応えてくれる書物に接する機会にも恵まれました。避難して被ばくストレスから解放されたことも幸いして、インターネットでの情報の真偽も確かめたいとの思いもあり、今までになくたくさんの本を読みました。そうすると、関連の本を読めば読むほど、原子力の世界には、本質的に人間性への裏切りが横たわっていることを痛感しました。日本で原発事故が起きた今、このような本質的な人間性への裏切りをそのままにしてよいのかと、悩みが一層深刻になりました。

福島第一原発は、私の生まれる前に地元での建設が決まっていたことであり、当初、私には責任がないと考えていました。そして自分の祖父母世代は、どうして原発立地を反対してくれなかったのかと、恨みました。しかし、原発立地をめぐって展開した反対運動について紹介された本を読み、行政や国を相手に原発に反対することがどれほど過酷であったかを思い知らされ、こんなことは、私にはできないと思いました。（40 代女性、中通り）

社会への思い

人々のレベルで、社会がおかしくなっている面をとくに原発事故後に感じます。放射能を不安視する人へのバッシングにしても、普通の人たちが叩く側に回るのはなぜなのかを考える必要があるんじゃないかと思います。そこには、政府の出している方針に従って、強いものに乗っておけばいいという風潮がある。なので、草の根という言葉はあまり使いたくないけど、そういうレベルで理解を広げていかないといけない、と思います。ただ、その点で新潟の人は、やっぱりそれでも理解がすごいありますよ。その理由が何なのかはよく分からないけど。（40 代男性、中通り）

原発事故について

今回の事故の最大の問題点は何かっていうと、ルールに基づいて事故対応をやってないことだと思っています。事故が起きたらどうするか、細かいレベルで決まっていたのに、行政が全然それを守ってないわけですよ。しかも、そのデータをみんな隠ぺいして、情報を出さないという、そこがやっぱり終わりの始まりだったような気がしています。そういうことに、みんなが口を閉ざしていますよね。

問題意識を持っている人は。みんな知っているわけですよ。放射能は体に良くないことなんかね。多分、自分だったら避難するだろうと思う人もいるはずなのに、ここではやっぱり、忖度して何も言わないとかね。ああいうのはひどいなっていうか。多分、声を上げるということが声を上げない人にとっては、言外な非難のように聞こえるわけですよね。だから、声を上げる人に、とげが多くなるのかもしれませんね。（40 代男性、中通り）

中央の論理に地方が追従する構造への疑問

中央の論理に地方が追従することを強いられ、集団主義、国家主義が全ての面において優遇されています。過去の大戦や公害でも、憂き目を見るのは決まって中央から離れた地方であり、地方の住民です。

原子力は、人類や地球の破局まで、連想させる大変に深刻で恐ろしいものです。しかも発電装置としてすでに日本全国に 54 基もの原発が建設されています。ウランの半減期は 45 億年で、プルトニウムは 2 万年です。気の遠くなるような、自分の頭では考えきれない途方もない量の放射性廃棄物を生み出し続ける原発というものと、私達はどう対峙すれば良いのか。地球環境の有限性にどう向きあえば良いのか、真実を知れば知るほど、本当に苦しみました。原子力政策は、国の専権事項で、地方自治体に最終的な決定権はありません。ましてや、私達のような一国民が、どんなことをしても、到底太刀打ちできないのです。

私は、震災前まで、「お上」を批判をすると言うことは、いけないことだと思い、何があっても怒ってはいけない、怒りは封印しなければならないと考えていました。でも、原子力の真実を知るほどに、核を世界権力の中心に据えてきた国際政治の根幹も見え、原発にまつわる歴史や、裏舞台を初めて知ることになり、このままでは、もう明るい未来など描けないという思いを強くするようになったのです。（40 代女性、中通り）

自由に議論のできる社会の必要性

自宅に戻ってから私が立ち向かわなければいけない部分というのは、特に学校教育において、自分は原発に対して不信感を持っているし、この生活に対して不満を持っていることを出せないっていう部分です。もしそういう意見を出してしまうと、「そんなに言うのだったら、ここに居るなよ」と言われてしまうでしょう。そういう意見を出す保護者というのはこの辺では少ないので、扱いにくいって思われてしまう部分もあるのかもしれません。

でも私は、事実は事実として言っているので、発言しています。我が家も長女と次女が福島に戻ってから体調を崩していますし、この地域にも鼻血を出したり、大腸ポリープで入院をしている子どもがいます。ここにいるお母さんたちは、放射線の影響が心配だという話は「話せないよね」と言っています。誰に話していいか分からないし、話しても違うことを言われたら怖いし、だから話せないのです。（30 代女性、中通り）

原発に関する教育の問題点

学校の先生の中では、原発問題というのはさして重要なものではないということのようです。また、長女が小学校の宿題で原発のことを調べていて、学校の先生方にインタビューをしたら、原発は世の中にとって良いもので必要だという結論のレポートが出来上がったこともありました。私はそのレポートについては怒ってしまいましたが、子どももその結論には納得できないでいました。でも多くの人は仕事も忙しくて、そんなことを考えている暇はないというのが、本当のところだと思うのです。でもこれを子どもの世代の宿題にして、後にどんどん利子を付けて膨れ上がった状態にして残したくもないので、せめて、子どもが知識を集めるための教育は大事だと思っています。人に対する投資はお金が掛かりますけど、それをとにかくやってほしいです。福島県知事は「廃炉を背負うのは次の世代の君たちだ」と子どもたちに言っているのですから、教育や文化的な事情にもっとお金を使ってほしいと思います。（30 代女性、中通り）

自由な討論ができるための教育を

たとえば、小中学生であっても、大学のような討論会などがあって良いと思います。こういう時代に被害に遭って、請求する権利を持っている人間として、子ども同士での討論はあるべきだと思っています。彼女たちが大人になった時に、そういう自由な討論ができないで大人になっていくのは、怖いことだと思います。そして行政に対しても、こういう支援が欲しいというのを言えない大人になると自分が困るので、そういう力につながってほしいなと思います。（30 代女性、中通り）

消えることのない悲しみ、怒り、葛藤

震災から6年半以上経過しました。震災後の数年間は、自分の状況や、避難者の状況を人前でお話しすると、どうしても涙が出てしまいました。しかしお話を受け止めてもらえたことで、心がずいぶんと浄化されました。

一方、今年3月には、住宅支援も打ち切りとなり、自主避難者は避難者と呼べなくなりました。それぞれの避難者が自助努力で解決していかなければ、何も始まらないのが現状です。事故を清算することは難しいですが、完全に気持ちを切り替えていかなければ、被害者意識がまとわりついて、これからの生活がつまらないものになってしまうように感じています。でも、避難生活で親の体調が悪化してしまったことや、故郷を汚染された悲しみと怒りに襲われる時があり、葛藤も消えません。

私自身は当時、原発立地周辺に住んでいたわけでなく、本当の被害者ではないのですが、震災6年以上経過して、やっと家族の喪失感を理解できるようになりました。（40代女性、中通り）

賠償金をめぐる家族・親族の分断

金銭を前にすると、人は変わり、「家族ってこんなにもろかったのか」などと話す人もいます。避難区域の線引きで賠償金に格差が生じ、家族親族近所で心理的ずれが発生し、分断の要素が生まれています。だけど、金銭よりも相互の信頼や思いやりでしか再生できないと思っています。家族の人生や先祖の歴史を総決算しなければならない事態に直面して苦しむことも、少し前向きにとらえられるようになりました。震災後から5年頃まで、実は心身が燃え尽きてしまうのではないかと言うほどの激しい怒りの炎がうずまいていました。女性が怒りの感情を持ってはいけないと言う社会風潮に直面し、そのこともストレスでした。しかし、色々なことに挑戦し自分の思いや考えを吐き出すことによって、最近になってやっと体から怒りが抜け出せたように感じています。怒りが抜けてから、家族の苦しみに向き合えるようになりました。母への接し方も自分の考えはあくまで自分のフィルターを通したものであり、同じ兄弟でも、全く違う考えや感想を持っており、初めは驚きましたが、自分を振り返るきっかけになりました。自分の戒めですが、怒りや恨みからは創造的なものが築けないと思うようにしています。（40代女性、中通り）

社会への恩返し

私たち家族が今、避難先で笑って暮らせるのも、日本中の、いや世界中の人々から送られた温かい支援のお陰です。本当にありがたく感じています。しかし、施しを受けている立場でずっと生き続けるのは苦しいと感じる時があります。人間は「誰かの役にたっている」「社会の役にたっている」と感じたいのだと思います。人の善意にぶら下がって生きていると、心が卑屈になっていくのを感じます。社会から疎外された様に感じるのです。とにかく社会に恩返しするためにも何か役立つことをしなくてはと思い、とても小さなことですが、幼稚園や地域のお手伝いなどをなるべく積極的に行いました。自己満足に過ぎないかもしれませんが、少しでも社会に恩返ししたいと思ったのです。

被災経験のある私がお金を稼ぐだけではない、経験を活かした社会貢献の形があるのではないかと考え、避難者による当事者支援の活動を手伝っています。この考え方が正しいのかは今もずっと悩んでいます。（40代女性、中通り）

原発事故の教訓が活かされていない

社会というものは劇的に変化するわけではないのでしょうけれど、原発事故の教訓が何にも生かされることなく、結局は事故後も何も変わっていないのだとがっかりします。再稼働や原発の海外輸出などのニュースを見ると、福島のみんなが経験したこととは、一体なんだったのかと思います。こういったことに、自分ができることはとても小さなことしかないですし、自分の頭で考えることをいつまで続けられるか不安ですが、問題意識を持って、私なりのやり方でこの社会を生きていこうと思っています。（40代女性、中通り）

「政治に関わるな」ではなく

普段言われているように「政治に関わるな」ではなくて、全ての生活は政治に関わっていて、国の法律に則って行われているので、いろんな補助を受けるにしても、与えられた金額を上手に利用するために、使う人が意見を言うべきだと思います。もうそういう時期に、絶対きていると思うのです。黙って泣き寝入りする時代ではありません。

今は残念ながら、福島県民同士でのたたき合いやつぶし合いもあるので、そういうことはとにかくやめてほしい。まずは大人から直せって言われても難しいので、今の子どもからもう一回教育し直すべきだと思っています。（30 代女性、中通り）

自然にあったものがなくなった

地元にいれば、父母や親戚に子育てをサポートしてもらえます。新潟に来て、必要だと思ったのは人の手。ちょっとサポートしてくれる手が欲しいと思いました。片方の子どもが熱出して病院に連れて行くとき、もう一人を起こして連れて行かねばならないようなとき、夜に1時間とか、「人の手があれば」と。そんな時には、「自然にあったものがなくなってしまったんだなぁ」と感じました。

新潟では初期の物資支給やみんなが集まるところをつくってもらったことは有難かったです。自分は、避難者交流施設だけでなく、SNSを使って、地元の人とつながったり、地元情報を得ることができました。妻は内気なので、私が仲良くなった人間関係を妻に移行させるような感じです。

この春に住宅支援が打ち切られたので、5月の連休明けから妻も働き始めました。住民票は福島においたままです。携帯会社を変えるとかでも住民票がいるので面倒ですが、まだ新潟には移せません。（40 代男性、中通り）

同じ苦しみを味わってほしくない～小学校の語り部・保養プロジェクト

私は、震災語り部として、小学校等でお話しをしています。震災のあった時からしていますが、当時はとてもつらかったです。でも、いまはだいぶん慣れました。震災があった年は、練習する度に、あの日の気持ちに戻ってしまい、うつのような症状になったりしました。もうやめようかと何度も思いました。でも、誰か同じ境遇になった時に、同じ苦しみを味わってほしくない、知恵を働かせて困難を乗りこえられる人が一人でも多くいてほしいという気持ちでやっています。

避難をしている人や、原発を見直そうと活動する方々のお手伝いもしています。村上市で立ち上がった「映像から暮らしを考える会」は、先日、遠藤ミチローさんのドキュメンタリー映画とライブを企画されました。遠藤さんは、二本松市生まれで、ホットスポットを舞台に映画を作成されました。

このほかに、フリースクールでやっている保養プロジェクトもあります。被ばくを軽減する活動をしています。（40 代女性、浜通り）

避難者の声が軽んじられている

放射能の問題は、世代から世代へ受け継がれる問題です。私は、私自身が原発を受け入れた自分の先祖を恨んだように、自分の孫、未来世代から恨まれたくないし、子ども、孫の世代を裏切りたくないのです。

事故前からの核のゴミの問題も解決していなかったのに、さらに事故で大量の核のゴミが発生し、その扱いも全く解決していないのに、また再稼働をするという、今の政治がしていることは、未来世代に対する冒涜であり、犯罪だと思っています。この問題は、どんなに巧みに政治やメディアに誘導されても、無関心社会が繰り広げられようとも、「知らなかった」で終わる話ではありません。この時代に生きた日本人として、そのとき何をしたのか、必ず未来に責任が問われていくと思います。そういう自覚に立った時、今後、この原発事故の被害者となった自分が、どう生きて行けば良いのか。何か自分が為すべきことをしなければいけないと、気持ちが収まらなくなりました。

綺麗ごとかもしれませんが、「命を重視する社会」になって欲しいのです。社会も根底から変えていかないとダメだと思います。とにかく、子を持つ一人の母親として、原発事故後も避難者の声が軽んじられ、それぞ

れの切実な考えや思いが、「復興」に反映されず、被災者が追い込まれている現実を目の当たりにしてきました。その怒りが私のエネルギーだったと思います。恥ずかしいですけど、その思いが強烈でした。

3 年以上も放置され続けた元の住まい、コミュニティ、町は、簡単に戻ることができません。この痛手は、重すぎて語る言葉さえ見つからず、なかなか表に出てきません。原発事故は「国策で私たちを犠牲にした国家の犯罪ではないのか」という、決して言葉にできない考えが、心の奥底にありました。しかし、そこを直視した復興支援策はどこにもありません。そこをクリアにすれば、避難者の心の復興に寄与できるのではないか、と考えました。（40 代女性、中通り）

不確かな将来

これから、どうするのか、断言できないですね。子どもが大きくなったら、どうする？という話はお母さんたちで、よくします。大きくなって新潟にいてくれるなら有り難いけど。こちらにきて、友だち、つながりも出来ていますし。

でも、帰りたいかと聞かれたら、帰りたい。震災前の福島だったら、帰りたい。でも、大変なことが起きて、現在も現在進行形なんです。（50 代女性、中通り）

事故が予告されていたことの衝撃

私が若かった 1990 年代以降も、原発推進の機運があり、その中で一貫して原発に警鐘をならし、原子力安全委員を辞任した学者がおり、その学者が指摘していたことが今回の事故で全く合致したことも、大きな衝撃を受けました 。

こうしたことは、私自身が知ろうとしなかっただけで、これまで政治を他人任せにしてきたことを恥ずかしく思い、自分にも責任があると思うようになりました。大多数の意見に合わせていけば良いという空気に誰もが浸り、少数意見はかき消されていきます。そこにマスコミを含めた権力が介入することで、為政者にとって都合の良い社会体制ができ上がっていくのです。しかし、一度原発事故が起きれば、原子炉は制御不能になります。今回の事故では、そのための十分な対策もなされず、「専門家」に技術もなかったことが露呈しましたが、そうした情報が住民に開示されないどころか、いざ事故が起きたときの責任は被災者になすりつけられたのです。いまだに、そのことについての検証も反省もありません。（40 代女性、中通り）

当然の権利

僕は、子どもがいなくても、結婚してなくてもそうしたと思う。年を取っていてもそうしたと思う。だから、単身者で、おじいさんで避難していて、後ろめたいみたいなこと言っている人もすごく多いんだけど、僕はそう思う必要全くなくって、それは当然の権利だというか、当然のことだと思うんですよ。（40代男性、中通り）

困っていること

新潟に来て最初はさびしかったですし、雪と寒さはたいへんでした。浜通りでは雪の後に雨が降ると雪が溶けるんですけど、こちらでは凍るんですね。お湯をかけても凍って、お湯をかけちゃいけない、削るしかないことも分からなくて。

あとは、団地の 5 階でエレベーターがないのがつらいです。でもやはり大変なのは生活費で、自分の体調が悪いとき等不安で仕方がありません。（40 代女性、浜通り）

今も気を張り続けている

避難してきてからずっと、気を張り続けています。今のところは何とかしていますけど、一人なので、何かあったらいけない、という感じです。話し好きなので、話しているときは楽しいですけど、話していても根本のところでは緊張しています。

また、愚痴を言う相手もいません。父や妹にも、子育ての愚痴を言うと、私が悪いからと言われるだけだし、夫にも、一緒に住んでいるときは言えていたのに、離れて住むようになるとお互いにいい顔だけを見せるよう

になって、愚痴は言わなくなりました。一緒にいられる時間が短いから、こんな話はやめようと。（40 代女性、浜通り）

社会的弱者は参加できない

制度があっても、利用できなければないのと同じです。子どもの人生が大きくゆがめられ、人災による心の傷を深め続けています。私だけ運が悪かった、そういう事ではないと思います。

一人でも、本気で頑張れば何とかなると思っていました。その後、自分の体がきかなくなってしまいました。私のような、何重にもの社会的弱者は、最初から復興に参加させてもらえません。元気な人のお祭り騒ぎばかりを復興と言われても。日常を取り戻す事が一番の復興ではないでしょうか。（40 代女性、中通り）

被災地の子どもたちの想いを調査してほしい

被災地の子どもたち、とくに我が家のように避難指示区域の側にありながら、避難指示が出ていない地域の子どもたちが、原発事故や避難によってどんな想いをしたのかについて、調査が必要だと感じています。子どもたちが感じたことは、大人の在り様をそのまま言える証言者であり当事者なのです。原発事故の後始末を、次世代に残してしまったことを、大人は忘れてはいけないと思います。子ども時代のことだから分からないだろう、ではなく、あの時、大人に言いたかったことを親として聞きたいのです。時が過ぎて、もどってこないものもたくさんあるでしょう。それでも、もし傷ついていたらと思うと、せめて、話ぐらいは聞いてあげたいのです。

この記録を次の教訓に活かしてもらえるのではと思うのです。このまま何もなかったということだけは、あってはならないのです。忘れ去られてしまうというのは、あまりに悲しすぎます。事故は終わっていないのです。皆さんにも知ってほしいのです。（30 代女性、中通り）

こんな人的災害は、福島で最後にしてほしい

誰のせいで、どこが責任とってくれるのか。その理不尽さにイライラします。どこまで、我慢し続ければ良いのか。いつまで続くのか、先が見えない。誰も未来はわからないけれど、少しずつでも進んでいきたいと思ってます。こんな人的災害は、福島で最後にして欲しいと願ってやみません。（50 代女性、中通り）

変えなければ

柏崎刈羽原発の再稼働差し止め訴訟に名前を連ねています。自分たちに起きたことを繰り返させないよう、変えなければならないと思いました。一番しんどい時期に作った陳述書にはそんな思いが詰まっています。

子どもたちを守るには、何かを犠牲にしなくてはならなかった。周りに迷惑をかけ、自己満足で終わっていくのかもしれないですね。でも、これだけ犠牲を払って守ろうとしたことだけは、いつか分かってくれるのではないかと思っているんです。

現実逃避しているという人もいますが、私は放射能という存在には、ちゃんと向き合っています。あるものをないものとして生活している人、矛盾もなく生活している人もいます。あると分かってバランスとっている人、あると分かって避けるという選択をする人もいます。

実家で暮らしている弟のところは、放射能を気にせず、全部受け入れていて幸せそう。バランスとって、うまく生き抜く方法だと思います。私とは全然違って、生き生きとしています。

本当は避難してもらいたいんだけれど、ずるいな。怖さを知っていながら言えない。親の顔色を伺って、その場しのぎで。スパッと言いたいんだけど、人間関係を崩したくないって思ってしまうんです。日本人のずるさ、曖昧さ、中途半端な優しさ、いつか誰かを傷つけるのが嫌という気持ち。「姪っ子がもし病気になったらどうしよう」と思いつつ、曖昧の中に生きていくしかない中途半端な立場でいます。何かあったら、誰かのせいにするんだろう。私が一番ダメな大人じゃないかとも感じます。答えのないままです。（30 代女性、中通り）

資料 1-2.　証言集　（子ども編）

中学生の証言

1.　避難前の生活 289
大家族の生活 289
すぐ近くに広い公園があった 289
お城みたいな家 289
保育園に通う 289
2.　地震・事故時のこと 289
寒くて怖かった地震 289
家にいて被災する 289
保育園の遠足中に被災する 289
3.　原発事故と初期避難 290
原発事故への理解 290
止まらない鼻血 290
鼻血が出る 290
どれだけ怖いかは分からない 290
友だちと会えないのが嫌だな 290
4.　一時帰還／本避難前の生活 290
卒園式で戻る 290
小学校の入学 290
始業式で戻る 290
大人たちの様子がいつもと違う 291
身を守るために：死ぬよりはいいよね 291
クラスの3分の1がいなくなる：口には出さないけれど分かっていて 291
引越することはびっくりしなかった 291
転校することについて：ネガティブに捉えたらきりがない 291
5.　本避難後の生活 292
ホテルから学校に通う 292
新しいお城 292
今の家は部屋がない 292
避難直後に小学校入学、暖かく迎えられる 292
習い事と地域の力 292
県が違うとこんなに違う 292
小学校はよくしてくれた 292
お母さんと離れて暮らす 292
よくお腹をこわす 293
いじめが日常茶飯事に 293
周りに言えない 293
福島だからこそのいじめ 293
体調不良と不理解 293
6.　帰還 293

帰還すると聞いて:複雑な気持ち.....293
ようやく、福島の友だちに会えると思ったのに・・・.....294
避難元に残れば良かった.....294
帰還１年後の入院.....294
体調悪化といじめ.....294
7.　親戚・家族との関係.....295
親戚とみんなで遊ぶ.....295
親戚の子とよく遊ぶ.....295
離婚した両親への思い.....295
おじいちゃんが作った野菜は大人だけ.....295
母子で助け合わなくちゃ.....295
8.　避難・帰還に対する思い.....295
避難してよかった.....295
友だちのいる福島に帰りたい思いが続いた.....295
避難したのは体調のためとわかっていた.....296
避難は納得できる.....296
帰還していなかったら・・・.....296
9.　現在の生活.....296
中学に入って.....296
読書が私を支えてくれている.....296
10.　相談できる相手.....296
学校の先生が一番言いやすい.....296
友だちに相談する.....297
家族には何でもっていうわけじゃない.....297
嫌なことはどんどん忘れて前向きにいこう.....297
11.　今思うこと・将来の夢.....297
ふくしまっていうだけでいじめられる.....297
復興政策について思うこと.....297
原発事故についてきちんと習っていない.....297
国は全然知らない　もっと避難した人たちの心を考えて.....297
体が強い人と弱い人がいる.....297
精神科の医者になりたい.....298
今好きなこと.....298
ジャーナリストになりたい.....298
グラフィックデザイナーになりたい.....298

1. 避難前の生活

大家族の生活

おじいちゃんとかおばあちゃんとかと一緒に住んでて、すぐ近くに住んでた親戚と、よくそこで遊びました。

すぐ近くに広い公園があった

歩いてすぐのところに公園があって、そこで遊んでました。二つに分かれてて、片方に遊具があって片方にバスケットコートがある所で、途中で植木みたいなのでちょっとだけ柵みたいな感じになってて、あと奥側にちょっと狭い通路があって、広かったなぁ。

お城みたいな家

震災前に住んでいた家は、白い家。階段の下に秘密部屋があって、私にとってお城みたいでした。

保育園に通う

保育園では、最初、慣れないと泣いてしまうこともあって。でも、みんなお母さんお父さん仕事をしているっていうのも分かっているんです。周りの子が「お母さんね、仕事だから泣いちゃ駄目だよ、大丈夫だよ」とかって言って、励ましあっていました。それで、保育園で楽しむみたいな。いつも一緒の友だちがいて、ずっと遊んでいました。仲がすごくいいところだったので、よかったです。
近くに住んでいる親戚はいません。保育園のお友だちとママたちと出かけることが多かった。親友が親戚みたいな感じで、お泊まりしたり、友だちのお母さんに仕上げ歯磨きをしてもらうとか、家族ぐるみで仲がよかったです。お父さんとは、日曜日、一緒に図書館に行ってパン屋さんでランチして、その後に決まった公園に行って遊びました。あと楽しみだったのが、土日の習い事でした。

2. 地震・事故時のこと

寒くて怖かった地震

揺れた時、掘りごたつに入りました。以前からなんかあったときには、掘りごたつの中に入れって言われていたので。最初は震度 3 くらいかな、と思ったんですけど、やけに大きくない？と思って、掘りごたつの中で泣いていたら、お母さんたちが来て、「危ないから外出るよ」って言われて。取りあえず、地震が収まるまで外にいて、本震収まったかなって思って中に入ったんですけど、余震が結構きていて、ガラスのふたの飾りものが散乱しているし、揺れるとまた落ちてきて割れるんじゃないかなって怖くなって、車の中に移動して、テレビから情報を集めていました。寝ている間もずっとテレビをつけて、速報とかも全部分かるようにしていました。寝ている間の大きな余震が来ることもあったので、窓を全部開けて、すぐに外に出られるようにしていました。寒かったので毛布とか布団とかも何重にも掛けて。たまに雪も降っていたので寒かったです。

家にいて被災する

地震があったのは、卒園式直前であった6歳の時で、母と妹たちと一緒に自宅にいました。地震のことは覚えているのですが、何が何だかよく分からず、母が「家の外に出て」と叫んで外に出たことをおぼえています。

保育園の遠足中に被災する

震災が起きた日は保育園の遠足でした。揺れが途中で大きくなった時に、一回みんなで止まって、しゃがんで先生たちが手を広げて守ってくれて。私がいきなり泣き出して、隣の子が大丈夫だよって慰めてくれたことを覚えています。そのときは分からなかったけど、近くの建物の屋根が落ちたらしく、帰るときも怖くて仕方ありませんでした。親友が「避難訓練じゃなくて本当の避難だよ」って。保育園に戻って、外でしゃがんで

お母さんたちが迎えに来るのを待ってました。家に帰っても電気がつかなくて寒くて、すごくおなかが痛くなりました。

3. 原発事故と初期避難

原発事故への理解

ニュースで原発がなんだかんだ言っているってことは分かってたけど、どのぐらいすごい大変なことなのかっていうところまでは、そんなに理解していませんでした。ただ、危ないんだなっていうことは、お母さんたちが話したりしていたので、わかっていました。

止まらない鼻血

震災当日から 2 日目ぐらいまで、鼻血が出ては止まって。ずっと止まらないときもあったので、そのうち失血死でもするんじゃないかみたいな感じになりました。ずっと止まんなくて、ティッシュで押さえてもすぐに駄目になっちゃう。バスタオル一面、真っ赤っていうときも普通にあったので、お父さんとかお母さんとかも、みんな心配してました。お医者さんにも行ける状況じゃなくて。一番近くの病院でもそこに行く道路が地割れか何かで通れない。もう一つの病院も道が渋滞ばっかりで、これじゃ行けないっていうような状態で、結局病院には行けませんでした。鼻血が落ち着いたのは、震災後 3 日目ぐらいだったと思います。

鼻血が出る

新潟に移動する道中で鼻血が出ました。新潟ではおじいちゃん、おばあちゃんの家で過ごしていたので、おばあちゃんが縫い物とかして人形とか作ってくれて、そのときは好きなことし放題みたいでした。なので、嫌な経験はそんなに頭の中には残ってない。鼻血が出るから、「チョコレートはあまり食べないほうがいいんじゃない」って言われて、えーって思ったのは覚えています。だって、チョコ大好きだもん。

どれだけ怖いかは分からない

原発とか避難とか言葉は聞いていたけど、あまりよくわかっていなかったです。なんとなく周りの人が言っているのは聞いていたけど、どれだけ怖いのかはよくわかっていませんでした。

友だちと会えないのが嫌だな

南関東への初期避難も記憶していますが、事故が怖いという感覚はあまりなくて、友だちと会えないのが嫌だと思っていました。その後も車で移動しましたので、どこに行くのかなと思っていました。

4. 一時帰還／本避難前の生活

卒園式で戻る

その後、保育園の卒園式のために、住んでいた家にいったん戻りました。卒園式のことは写真が残っていて覚えています。仲のよかった親友と泣いている写真があります。

小学校の入学

小学校に入学できて嬉しかったです。あんまりよく覚えていないけど、友だちとわいわいするより、本を読んでいたことしか記憶がない。始まってからしばらくしてから引っ越ししました。クラスのみんなが、少しずついなくなっていきました。

始業式で戻る

始業式の日の段階で 5 人ぐらい減っていました。みんな避難だと思うんですけど、それは寂しいな、いない

んだなっていうぐらいに捉えてました。それが４月、５月、６月って進んでいくうちに、どんどんクラスのメンバーが減っていきました。

大人たちの様子がいつもと違う

大人たちの様子がいつもと違うなあと思っていました。原発事故についてははっきり覚えていません。私がその時考えていたことは、卒園式がなくなって残念だとか、小学校に行くことができるのかな、といったことでした。

身を守るために：死ぬよりはいいよね

外出の時には、帽子とマスクと長袖、長ズボンでと言われていました。暑くて大変だったけど、「身を守るためだよ」って言われて。死ぬよりはまあいいかみたいな感じで。今まで台風とか地震があってもそんなこと言われたことなかったので、ちゃんとやらないと死んじゃうんじゃないかと思ってました。今考えたら、少しオーバーにとらえてたのかなとも思うんですけど、死んじゃうかもしれないっていうふうにほとんどの子が思って、それよりは先生とか大人の言うことを聞いて、ちゃんとしてたほうが死ぬよりはいいよね。暑いのは我慢できるよね、みたいなふうに。小学校ではいつも 5 月に運動会があったんですけど、私たちが震災のあった年は中止になっちゃって。そんなこともあったので、避難することも納得していました。

クラスの3分の1がいなくなる：口には出さないけれど分かっていて

私は避難するまで、他の友だちより時間があった方かな。早い子は学年が変わる段階でいなくなっていました。クラスの 3 分の 1 ぐらいはいなくなっていました。

最終的に、クラスの3分の1ぐらいはもう避難していない状態でした。学校の友だちにも家庭の事情で引っ越すことになったことを伝えました。言いにくい感じではなくて、みんながそうだよね、みたいに納得してくれる。「寂しいよね」とは言ってくれるけど、でも頑張ってねっていうふうに。引っ越し先でのことも応援してくれたので、そこは優しい子たちに会えてよかったなって思いました。

幼稚園の時の友だちは、今はもうどこにいるかわからないです。震災の時、東京や仙台、九州に引っ越した子もいるし。一応、家の関係でって言っているけど、避難だよねみたいな感じでした。一気に少なくなった。みんな口には出さないけど分かっていて、触れないほうがいいよねって。

引越することはびっくりしなかった

新潟に暮らしているのは、地震が起きて、放射性物質からのがれるため。引っ越しすることはびっくりしなかった。仕方ないなって。クラスのみんなが、少しずついなくなっていったから。でも、誰も、避難すること、言ってなかった。私も、みんなに言ってなかった気がする。

転校することについて：ネガティブに捉えたらきりがない

6 月ぐらいに新潟に下見に来たので、転校するんだなって思いました。お父さん、お母さんから「福島は危ないから、隣の新潟に行こう」と言われました。3 月から 4 月の間に新潟に避難していたこともあって「そこに行こうと思うんだけど、どう思う？いい？」って言われたので、「離れるのは寂しいけど、新しい友だちできるし、どんな所か楽しみだからいいよ」って答えました。転校することについて、仲良かった子もいたので離れたくないって思ったけど、新しい友だちができるならいいかな、みたいな感じで、極力ポジティブに捉えるようにしていました。ネガティブに捉えたらきりがないって思ってました。

福島から離れるのは寂しかったんですけど、「たまには、冬休みとか長い休みのときには戻ってくるよ」って言われたから、じゃあいいよみたいな感じです。親戚とかも避難するって言っても「なんで避難するの」みたいな感じで引き止めたりしなくて、「そっか、じゃあ頑張ってね。たまに遊びに行くからね」とか、「帰って来るのたまにあったら連絡ちょうだいね」って感じで受け入れてくれたので、そこはよかったかなと思います。

5. 本避難後の生活

ホテルから学校に通う

湯沢のホテルにいました。広い温泉とか、お部屋の中に遊んでいたことを覚えています。小学校のグランドで一輪車の練習をしていたのを覚えている。たのしかった。学校に行く時は、ホテルの前にみんな集まって、集団登校で出かけて行きました。

新しいお城

卒園式の後、新潟で暮らすことになりました。おじいちゃんたちの家とも近いし、新しい家もきれいだし、ここが二つ目のお城なんだ、みたいな感じでした。新しい家には和室があって、そこを秘密基地みたいにして遊んでいました。いとこからもらったおもちゃでよく遊んでいました。

今の家は部屋がない

今のおうちは部屋がないんです。リビングと、みんなで寝る部屋と、洗濯のお部屋と、そのぐらい。福島では自分の部屋が有りました。

避難直後に小学校入学、暖かく迎えられる

避難してすぐ、4 月になって、小学校入学式当日に友だちができました。入学式に私が隣の女の子におうちどこって聞いて、その子、ちゃんと答えてくれたのに、次の日またおうちどこって聞いて答えてくれて、その次の日におうちどこって聞いて、その子がまた答えてくれて。近かったんです。やっと分かって、笑って、友だちになりました。

引っ越ししてきたことを話しても、みんな本当にあたたかかったです。新しい人ようこそみたいなウエルカムで、すごい温かくて。運動会とかあるときも、みんなで頑張ろうみたいな。新潟地震があったりとか、公害とか災害とかあるから、助け合わなきゃいけないから、地域のキズナが強いんだなって思いました。小学校入学ってスタート時点が同じだったから、よかったのかもしれません。

習い事と地域の力

学校の近くで、前からやっていた習い事もはじめました。習い事も楽しい時間でした。習い事が始まる前とか終わったあとも、友だちと一緒に過ごせたりしたことも、新潟での生活が楽しかったことのひとつです。習いごとの主催者は、地域でもよく知られている人で、あたたかいところでした。

県が違うとこんなに違う

本避難先となった隣県では、貸していただいた家がとても新しくて、すごいなあと思った記憶があります。環境が大きく変わったなかで、避難先の小学校に入学することになりました。入学式に出席したら、同級生がアイドルのようなキラキラした服を着ていたのがとても衝撃的で、「県が違うとこんなに違うのだ」と思ったことを覚えています。私の地元では、そういう服装の友だちは見掛けませんでした。

小学校はよくしてくれた

9月になって、小学校に入り、みんなの前で挨拶をして、初日はそのぐらいでした。すぐに声をかけてくれて、お友だちができました。昼休みに鬼ごっこしたり、自由帳に絵を描いたり、しゃべったりしていました。たのしかったです。先生たちもよくしてくれる。避難とかのお話は、あんまりしていませんでした。5年生、6年生の時に、避難のお話はしたことはあるけど、みんな、ああ、そうなのっていう感じで、普通でした。

お母さんと離れて暮らす

お母さんが仕事で新潟を離れているときは、おじいちゃん、おばあちゃんと暮らしていました。おじいちゃ

んが気難しいことや、おばあちゃんが心配性で困ったこともありました。おじいちゃんもおばあちゃんも高齢なので、私が言ってもわかってくれないってこともあって。夜、二人が寝た後、泣いていたこともありました。お母さんに電話して泣いたこともありました。もちろん、ずっとお母さんと一緒に暮らしたかったけど、お母さん仕事だし、私の体調のために新潟に避難したことはわかっていたので、しょうがないって思ってました。

よくお腹をこわす

もともとの体力か、放射能か分からないんですけど、よくおなか壊したり、トイレにこもったりっていうのは、ちょっとありました。

いじめが日常茶飯事に

引っ越しした後、最初はみんな結構話をしてくれました。でもしばらくすると、学校のことがよくわからないので、いじめが始まりました。小学校卒業するまで、いじめは日常茶飯事でした。別の地域から転校してきた子がターゲットでした。クラスの子から、先生に言われたことをやるように、無言で圧力をかけてこられました。言うとおりにやらないと大声で言われることもあり、恐怖心から言われたとおりするしかない状況でした。私と、もう一人避難してきた子は、クラスの立ち位置の中でも結構、下にあるっていう状況で。3年生や4年生ぐらいの時は、暴力もありました。高学年になるとさすがに暴力はなくなりましたが、「先生には言うなよ」と言われていたので、怖くていうことができませんでした。

周りに言えない

いじめられていることを、まわりにも親には言えませんでした。言ったらもっとひどくなるっていうのが分かっていました。それが、ある友だちとのけんかしたときに、つい話したところ、「それ、わたしたちの責任でもあるよね」って親と先生に話してくれました。そこから、学校の先生たちがいろいろ配慮してくれるようになりました。でも言葉でのいじめはなくなりませんでした。

福島だからこそのいじめ

いじめてきたのは、違うところから来た人と同じところにいたくないっていう人もいましたが、福島から来たから、というのもありました。「福島だから、原発だから、放射能だから」って知っている子は知っていたので、そういう言葉をかけられたこともありました。避けられたこともあって、「福島から来たから危ないぞ」って言われたこともあったので、やっぱり福島から避難してきたってことはいじめの理由としては大きいんだなって思ったこともありました。

体調不良と不理解

おたふくになって、病院行ったんです。でも全然、治らなくておかしいなって。「ちょっと血圧測らせて」って言って測ったら「起立性低血圧です」と診断されました。今も具合悪くて、授業受けてるのすら、つらい時があります。ちょっと熱上がるだけで、もうしんどいから、具合悪くなるたびに鉄剤と昇圧剤とって処方してもらって。貧血だし、低血圧も持ってるし、過呼吸も持ってるので、そんなに激しい運動ができないんです。けど、サボってんじゃねえのみたいなことも言われたりするので。そこはこっちのつらさを理解してから言ってよっていうことも。

6. 帰還

帰還すると聞いて：複雑な気持ち

お母さんから、元の地域に戻ると相談されたこと、覚えてます。複雑でした。すごくうれしい反面、一部をなくすみたいな感じに思って。新潟のクラスの子もみんな優しくて、本当に馴染んでて、クラスで家族っていうか兄弟みたいなものだったので。でも昔、習い事で一緒だった友だちとまた会えると思って楽しみにしてい

ました。
転校生が元々多い学校でした。転校して 2 日目に同じクラスの男の子から「転校生のくせに」って、私を困らせるようなことをしてきて困りました。小学校からはじめてお母さんに「学校に行きたくない」と言いました。幸い、同じクラスの女の子がみんなの前で私は悪くないことをはっきりと言ってくれたので助かりました。仲のいい友だちがいて、すごくうれしかったです。
元の地域に戻ってすぐは少し体調を崩しました。元々の体力のせいか、クラスの男の子のせいか、放射能のせいかはわかりませんが…。でも、だれとも仲良くしなくちゃいけないって思っていたところがあって、その男の子と関わったことで、そうじゃなくていいんだ、仲のいい友だちといればいいんだってわかって、それからはクラスで過ごすことも楽しくなりました。

ようやく、福島の友だちに会えると思ったのに・・・
ようやく3年生の1学期が終った後に、帰ることになりました。その時には、避難先の友だちと別れることも悲しく感じましたが、「よかった、福島の友だちに会える」という思いが強かったです。
ところが3年生の途中から、自宅の側の小学校に戻ったのですが、幼稚園の頃のように友だちとはうまくいきませんでした。戻った学校のクラスも12人程度と少人数で、かつての友だちは皆バスケットボール部に入って仲良くなっていました。私はバスケットボール部には入らなかったので、それで友だちと距離ができたことと、他の友だちの悪口を平気で言うような雰囲気に馴染むことができませんでした。その時になって、母から「帰らない方が良い」と言われた理由がわかったのです。戻ってから1カ月ぐらいで、かつての友だちとは関わらないようになりました。母に、友だちから「お前は逃げていたくせに」と言われたと話したそうですが、私ははっきり覚えていません。

避難元に残れば良かった
そのほかにも、避難先に残ればよかったと思うことがありました。学校の教育の仕方に、かなりの差を感じたからです。先生たちも、避難先の方が分かりやすい授業をしてくれていましたし、こちらの方が宿題ばかり多いのに、学力は低いという矛盾した状況があります。またスポーツで県大会に出場する友だちが先生からも応援を受けて大事にされて、私のように文化的な活動は同じように評価してもらえません。小学校6年生の時の校長先生だけが理解してくださって、「あなたにはよいところがあるから、そこを否定しないように」と言ってくださいました。

帰還 1 年後の入院
（帰還してから 1 年後）、春休みに、最初、いきなり体調崩しました。いつもの、友だちのお父さんのお医者さんに行ったら、いつもどおりにインフルエンザか胃腸炎かなみたいな感じで。でも治らなくって、分からない病気だって。大学病院に行き、即入院しました。最初は、1 週間ぐらいで退院できるって言われたんだけど、1 週間ぐらいしたら、もっと悪くなりました。時々意識がなくなったりとか、よく分からないんだけど。それで私もう死んじゃうのかなとか思って。ずっとベットに寝たきりでした。途中でちょっと良くなったときに、外の桜が見たいなとか思い始めて、だけどお散歩したいって言ったら、看護婦さんに感染症だから駄目ですって言われて、くそお、みたいな。また友だちにも会いたいし、外で元気に遊び回りたいなと思って、そこからだんだん良くなって、それから回復していきました。

体調悪化といじめ
入院する前は結構、水泳もできて走るのもそこそこできて、順位も半分よりちょっと前ぐらいだったんだけど、入院してからの直後にもう、前は 9 秒台だったのが 10 秒台に落ちちゃって、水泳とかも本当にできなくなっちゃって、前まで楽しくできてたスポーツもできなくなったから、悔しいっていうか悲しいっていうか。
中学校に入っても、陰口とか変なうわさとかすごい流す人がいて、その人のせいで私も精神的に落ち込んじゃって。それで休みがちになったら学校で仮病って言われて。その仮病っていううわさが、他のクラスにも

流れて、学校中が敵みたいに感じちゃった時が有りました。学校とか行ったときも、存在とか要らないみたいな。

7. 親戚・家族との関係

親戚とみんなで遊ぶ

親戚は今もみんな福島で暮らしています。避難したのは完全に私たちだけで、それ以外はみんな福島にとどまった。仕事とかで離れられないっていう人とかもいるので。今も福島に帰って、親戚の子どもたちが集まったら、みんなで遊びます。懐かしいなぁって思いながら。

親戚の子とよく遊ぶ

年に 4 回ほど、長期休みの時におじいちゃん、おばあちゃんの家に帰ります。帰ったら、親戚の子とよく遊びます。でもあんまり外で遊ばないようにしています。

離婚した両親への思い

（離婚したお父さんのことについて）お父さんのことは、なんて言えばいいのか、わからない。最後に遊園地に行ったけど・・・。
お母さんは優しい。学校に通ってがんばっています。

おじいちゃんが作った野菜は大人だけ

食事は、福島県産ではないものを食べ、水もミネラルウォーターとか、福島以外のものを飲みます。おじいちゃんは、畑で野菜作るけど、食べて、と言われることはないです。大人だけが食べるの。食べられないやつだよ、と大人もいうし、私たちも食べない。それが普通になっています。

母子で助け合わなくちゃ

家族はお父さんがいない分、お母さんと 2 人でやらなきゃいけないこととかいっぱいあるし、絶対に助け合わなくちゃいけないし、お金も節約しなきゃだし。だから、そこら辺は、結構、多分、仲いいほうの家族だと思います。

8. 避難・帰還に対する思い

避難してよかった

避難してよかった。避難先には、たくさん遊べるところもあるし。

友だちのいる福島に帰りたい思いが続いた

私の学年は13人と少人数でしたが、人口が少ない地域で広い範囲から集まっている小学校だったので、同級生同士も知り合いは少ないようでした。少人数のクラスなので、私が福島県から来たことはそのうちみんなに伝わりました。クラスの友だちとうまくいかないことがあると、「友だちのいる福島に帰りたい」と思って、よく母親に相談しました。ただ先生には相談しようと思いませんでした。私ははっきり覚えていないのですが、友だちから「福島に帰ればいいのに」と言われた、と私が母に伝えていたようです。
母からは、直ぐには帰れない、2，3年生になってからと言われたことと、「福島に帰るよりこちらの方が良いと思うよ」と言われました。でも、私は納得できない思いでいました。1年生の終り頃に、ようやくなれてきましたが、福島に帰りたいという気持ちはずっと続いていました。

避難したのは体調のためとわかっていた

お母さんが私を避難させたのは、私の体調のためだってわかっていました。それ以外理由はないなって。だから、いじめとかあったけど、それはそれだって思っていました。私とか妹の健康を考えて、新潟に来てくれてるので、そこはありがたいと思っています。親戚が今も福島に住んでいて、直ちに影響はないとか国とかも言ってるんですけど、将来、大丈夫かなって思っています。

避難は納得できる

お母さんが避難することを選んだことは納得できます。すごく納得できたし、楽しかった。

帰還していなかったら・・・

戻ってから、いろいろとあって。避難先にずっといたら、今みたいに体調とか、いじめとか、そういうのはなかったなっていうのは時々思うことがあります。

でも、大変なことも、いっぱいあったけど、いろんな人にも出会ったし、今は自分のお部屋も有るし、自分は恵まれているなって、思います。もっと辛い思いをしている人は、世の中にたくさんいるから。

9. 現在の生活

中学に入って

今住んでいる区域とは違う中学校に進学しました。将来の夢を叶えたいこともありましたが、一番の理由は、こんな人たちと同じ中学校に行きたくない、でした。福島に帰るという選択もあったと思いますが、自分のからだが危ない状況になっちゃうし、逃げたと思われることもいやでした。

中学校に入学してからはまったく変わりました。小学校と同じようにクラスで「福島から来たんでしょ」って言われますが、小学校の時は「福島から来たくせに」みたいな感じでしたが、中学校入ったら「福島ってどんな所？　楽しいの？」とか「小学校、つらくなかった？」とかみんな気にかけてくれました。小学校のときとは違うことがすぐに分かりました。

今の学校を選んで、本当によかったです。友だちもいろいろと理解してくれていて、福島だからっていう理由で避けたりもしないので。どこに住んでるのって言って、こたえたら、じゃあ今度、福島行く用事あったら行ってみるねみたいな感じで分かってくれようとしてるので、うれしいなと思います。

読書が私を支えてくれている

帰還後、小学校は好きになれず、避難を経験した人は他にはいなかったので、友だちにも先生にも相談することができませんでした。そんな私を支えてくれたのが、読書です。本が好きで、ファンタジーをよく読んでいます。人よりも本を信頼していて、本が友だちのように思えて、本と話しをしているように感じます。

中学校に入っても、友だちや先生との関係は同じような状況が続いています。今日も友だちの目が気になったので、自宅の最寄り駅から離れた場所でこうしてお話しすることにしました。

10. 相談できる相手

学校の先生が一番言いやすい

相談できる相手は学校の先生かな。家族とかだと近過ぎるときあって。心配してくれてるのはわかるけど、そんなに踏み込まないでっていうようなことがあります。でも、友だちに言うのも何かなっていうときもあるし、全く知らない人には話したくないから、じゃあ、全く他人でもないけど、だからといって踏み込むっていうこともしない先生が一番言いやすいかなって思うので、先生に。

友だちに相談する
絵を描くことが好きです。中学になったら忙しくなってきたので、今はあまり描かないかな。今好きなことは、友だちとしゃべったり、部活していたり。テニス部に入っています。困った時は、友だちに相談をします。

家族には何でもっていうわけじゃない
家族には何でもっていうわけじゃないです。最近もう反抗期になっちゃったから。お母さん、全然分かってくれない、ムカッていうのもいっぱいあって。でも、私が言っちゃった後に言わなければよかった、話したいことが今いっぱいあるみたいな、そういうのも結構あります。

嫌なことはどんどん忘れて前向きにいこう
もう前のつらかった時のことは家族から言われたくないです。踏み込んでほしくないっていうのもあるけど、言われるとまた思い出しちゃうので。これからも嫌なこととかもあるけど、楽しいこともあるから、覚えてることに限りがあるなら、嫌なことどんどん忘れて楽しいことだけ覚えてようって感じにしようかなと思う。

11. 今思うこと・将来の夢

ふくしまっていうだけでいじめられる
これまで、避難とか、ふくしまっていうだけでいじめられたこともあったので、そこは理解してほしいと思っています。

復興政策について思うこと
復興政策については、本当に必要な政策なのかを真剣に考えてほしいです。待機児童問題の解消や、高校、大学教育の無償化など、多くの人が関わる重要な問題にもっとお金や人を使った方が、被災者も含めて救われる人がいると思います。

原発事故についてきちんと習っていない
原発事故についても、きちんと授業で習う機会はありません。被災者の目線での授業ではなく、放射線について、外部講師の出前授業があるだけです。アンケートが行われることもありますが、周りの視線が気になって、「変わり者と思われたらどうしよう」「皆と違うと思われたくない」「グループからはじかれないように」という思いが強く、正直に回答できないのではと思います。
原発を立てると処理できない廃棄物がでること、事故が起きたらどういうことが起きるのか、将来何が起きるのか、学ぶべきだと思いますが、先生たちや大人はきちんとこの問題を考えているようには見えません。また原発の次は太陽光パネルだといって、たくさん並べられていますが、それらを使った後にどうやって廃棄するのか、再利用もできないと聞いています。原発事故から、私たちはしっかり学ぶ必要があると思います。

国は全然知らない　もっと避難した人たちの心を考えて
原発で避難した人って、健康状態で大変な人は少ないかもしれないけど、精神的に追い込まれてる人とかとっても多いんですよ。それを国は全然知らないし、この前、安倍さん支援切ったし、もう最悪だなって。あなたがもし避難してたら、どんなに苦労したかとか全然分かんないでしょ、もっと避難した人たちの心を考えてよって思います。

体が強い人と弱い人がいる
私みたいに病気ではないけど体が弱い人と、本当に強くていくら放射線浴びても大丈夫な人に分かれてて、放射能への体の反応って人によるから。特に政治家たちは絶対、体力とかすごい強いからわからない

んだと思います。そういうのは身近にもあって、うちのクラスでも大体、人をいじめる、いやがらせとかすごいする人って、体が強いんですよ。精神的には実は弱いと思うんですけど、体は強くいと、体が弱いつらさとか全然、分からないみたい。

精神科の医者になりたい

将来の夢は精神科の医者になりたいと思っています。私自身が福島出身ということと、大きなくくりで言うといじめにあってたので、そこを生かして精神科の医者になって、同じ、つらい思いの人を助けたいって思っています。私たちの年代だと、放射能の影響で白血病とか甲状腺がんになる人もいると思うんですけど、それは医学の進歩で治せると思うんですけど、心って機械や医学の進歩じゃ治せないなって思うので、やっぱり精神科かなって。

今好きなこと

将来は、お医者さんと思っていたけれど、最近はあんまり思っていない。勉強はそんなに好きじゃないんです。数学とか小学校とやっていることが違って、難しくなったから。将来の夢は、今考え中です。

ジャーナリストになりたい

将来はジャーナリストになりたい。今回、この原発もあるし、貧困とか貧富の差が激しいことも社会でいっぱい知って、みんな権利を持ってるはずなのに権利がないっていうか見下されてて、同じ人間なのにっていうことが本当に多くて。私も一時期、自分をそういう人みたいに感じちゃって。そういう人たちが社会にいることを伝えていきたい、解決につなげていきたいです。

グラフィックデザイナーになりたい

将来はグラフィックデザイナーになって、東京などの大きな都市に住んで仕事をしてみたいです。最新の情報を知ることができると思うからです。避難のために県の外に出て暮らしたことがある経験が、将来は県外に出て暮らしたいという考えとつながっているかもしれません。

小学生の証言

1. 避難前のこと 299
2. 最初に避難をしたときのこと 299
3. 避難した理由 299
4. 本避難後の日常生活 300
5. 本避難後の園・学校生活 300
6. 福島への一時帰宅・福島への思い 301
7. 家族への思い 302
8. 今後への思い・大人に伝えたいこと 302

1. 避難前のこと

福島の地震の時は 3 歳だったから、あんまり記憶がないよ。覚えていることって聞かれたら、福島でみんなで暮らしていた家、かなぁ。あそこはとっても楽しかったし、家が広かった。だから、いっぱい遊んでた。（低学年）

（事故のときは）1 歳半だったの。よくおぼえていません。ぼくと同じ名前の人が同じ町にいる、という話をあとから聞いたよ。（低学年）

近所に、同い年ぐらいの小さい子は住んでいなかったよ。近所のお家に、よく遊びに行ったのはおぼえている。（低学年）

新潟に暮らしているのは、地震になったから。福島のことは覚えてない。（低学年）

公園があって、木も、山も、あったよ。（高学年）

2. 最初に避難をしたときのこと

よくおぼえていない。

旅館で、「アイスの実」とか、お菓子をもらった。（高学年）

おばあちゃんの家にいたときに、お母さんたちが今の避難先の家を探してたよ。（高学年）

保育園に行ったことは覚えている。鬼ごっこをいっぱいして遊んで楽しかった。（低学年）

3. 避難した理由

福島から引っ越しをするとき、どこに引っ越すのかな？って思ってた。話はしてくれたけど、あんまりよくわからなかった。（低学年）

福島が危ないから。地震が来たときに津波が起きたら怖いからって教えてもらった。（低学年）

（新潟で暮らしている理由については）、前に聞いたことはあるけど、忘れた。（それを聞いた時、どう思ったか？）うーん、忘れちゃった。（低学年）

新潟に暮らしているのは、地震とかが起きて、とにかく新潟に避難してきたの。その時のことは覚えてないよ。（低学年）

4. 本避難後の日常生活

家や庭が広いと思った。引っ越してきたときに、とくに困ったことはなかったです。（高学年）

最初暮らしていたところは、どこだかは覚えてないなぁ。自分の部屋はなかったけど、子ども部屋はあったから、普通か少し広い家だと思ってた。（低学年）

5. 本避難後の園・学校生活

保育園に行ったこと、覚えている。おにごっこ、いっぱいして、遊んで、楽しかった。（低学年）

（新しい幼稚園や友だちに）とけこむのは、1 日じゃ、無理だった。何週間かかけて、なれていく感じ。（高学年）

幼稚園の時、途中から入って、最初は友だちが出来なかったんだ。ダンスもとても下手で。ぼくだけ、間違って、フラダンスみたいになっちゃった。次の年（年長になってから）ようやく友だちができて、体育館の中であそんで。トランプと双六とか。駒もやって、筋肉つけるやつもあったの。運動会のときは靴が脱げて、先生に手伝ってもらったことがあるよ。練習のときは、1位か2位だったよ。その時の友だちは、一人はさいたまに行って、一人は別の小学校に行ったけど、あとはみんないるよ。国旗のカルタやるんだよ。誰が一番って聞いたら僕なの。あとは縄跳びかな。勉強でわからない事があると困っている。社会とか。でもとくにやるの、考えるの。（低学年）

小学校は好き。（低学年）

小学校は楽しい。友達もいるし、僕や家族が福島から来ていることは友達にも話しています。福島から来ていることを知って、そのことを理由に仲間外れにするような友達はいません。原発について、友達と話しをすることはありません。（高学年）

今の生活は楽しいよ。幼稚園、滑り台とか、幼稚園の森の中に行って、そうしたら小さいおうちがあるの。そこでよく遊ぶ。ともだち、仲いい子もいるよ。小学校で一緒の子もいる。学校は、今お兄ちゃんと歩きで行っているの。グランドが家から見えるぐらい近いの。家を出て学校の教室に入って時計を見ると、5分たたないぐらいなの。100m ぐらいかな。（低学年）

今行ってる小学校は楽しい。一番楽しいのは、昼休みとか 20 分休みに友達と遊ぶことかなぁ。（低学年）

友だちと遊ぶことが好き。隠れん坊とかするの。苦手なことは、縄跳び。二重跳びは一回できたけど、あやとびができないんだ。学校は楽しいよ。（低学年）

小学校は楽しいです。何人かの友だちは、僕が福島からきたことを知ってる。（高学年）

学校の授業では、原発事故については習っていないよ。でも、友だちは、福島の原発で事故があったことについては、知っていると思う。学校では避難訓練がある。でも、地震のために訓練はするけれど、原発事故のための避難訓練はしない。（高学年）

新潟で住むこと？安全なのは新潟だし地震もないし、学校とかも楽しいから、ずっと新潟でいいんだけど、福島もいいから迷う。どっちもいいから。（低学年）

6. 福島への一時帰宅・福島への思い

福島に行ったら、自分の家の前を通るけど、こんなに広かったっけ？って思う。（低学年）

福島の家がよかったな。家でかいし。庭も広い。ドッチボールできるぐらい。一回下水にはまったんだよ。（低学年）

福島県の家に、連休の時に帰ることもあります。特に何も考えてない。（低学年）

ゴールデンウイーク、春休み、夏やすみ、冬休みに、福島に、車で帰るの。ぼくは（後部座席の）真ん中に座っていて、きついなあと思ったら、（姉と妹が）みんな気持ちいい、気持ちいいって、僕によりかかるの。（低学年）

自分の部屋が欲しい。福島の家は大きいの。2階だてなの。おもちゃがたくさん、ベビーカー、大きなキッチン、クルマ（カタカタなど）も。新潟のおうちは、おもちゃも少ないの。ここでは、部屋なくて、皆一緒に寝るの。福島では自分のお部屋はあるの。物置（トラクター等が閉まってあるところ）の 2 階にも、ちょっとしたお部屋があるの。（低学年）

夏休みとかにおじいちゃんちに行くと、おばちゃんにエレクトーンを教えてもらったり、おばあちゃんとボンボンを機械で作ったり、料理を教えてもらったりして、楽しい。おじいちゃんは何もしてくれない。家の中ではじいちゃんはテレビをみてばっかり。（低学年）

福島に帰ると、友だちとあわないけど、親戚とは遊んだりします。実家の周りに、小さい子は殆どいない状態。友だちという友だちはもともといなかった。向こうに帰って，近所に友だちがいるかと言えば、いないので，はとこと一緒に遊ぶぐらいかな。はとこたちは避難していないよ。（低学年）

福島の家に帰ると「外で遊べたらなあ」と思います。でも原発事故が起きてしまったので、外で遊べないのは仕方ないと思っています。放射能の影響がなくなったら、福島の家に住んでもよいかも。（低学年）

おじいちゃん、おばあちゃんは優しくて大好き。年に何回かしか会わないけど、もうちょっと会いに行きたいなぁって思う。だって、楽しいし、いとこもいるから遊んだりもできる。（低学年）

福島は、こっち（避難先）と違って楽しいことがある。福島にあるスーパーで買い物がしたいな。（低学年）

福島にあった公園が広くて、そこで遊ぶのが楽しかった。（低学年）

自分がどこの人？って聞かれたら、「福島」って答えるよ。だって 1 歳ぐらいの時は福島にいたから。新潟に来て小学生になってから「福島にいたんだよ」って教えてもらった。福島のことは覚えてないけど、写真を撮

ったのを見せてもらってるからわかるよ。（低学年）

7.　家族への思い

お父さん、お母さんは大好き。お母さん、いつも夜遅くまで仕事頑張ってるなぁって思ってる。大きくなったらお母さんの仕事を手伝いたい。お母さん、忙しそうだから。（低学年）

お父さんやお母さんに言いたいことは今はないなぁ。でもよくわからない。すごく言いたいことっていうのはないかな。（低学年）

お母さんは、今（職業訓練の）学校でがんばっています。おばあちゃんは、たまに1週間ぐらい福島に行って、またこっちに一緒にいるの。熱を出してきたときに、おばあちゃんが来てくれた。今もしばらくいてくれるの。学校行ってる時、お掃除とかもしてくれているの。おばあちゃん、優しいよ。おじいちゃんは、遊んでくれない。ちょっと意地悪。おじいちゃんには、やさしくしてもらいたい。調子に乗ってすぐに意地悪するの。口は悪くないけど、ちょっかいだしてくるの。ひげで攻撃したり、しっぺしたりしてくるの。あと、おじいちゃん、私の毛を抜くの。痛いっていうのにやめないの。おばあちゃんが怒ってくれる。そうすると、わかりましたって、すぐやめるよ。（低学年）

困ったことが有れば、おばあちゃんにお話するの。でも、たまに、友だちにも。地震にならなければ、ずっとおばあちゃんといられたのに。（低学年）

おじいちゃんに、この前いたずらされた。ヒゲで顔をじゃりじゃりするの。今お仕事はもうやめて、畑仕事とかしているよ。ぼく、腕相撲で、おじいちゃんに勝った。（低学年）

（離婚したお父さんのことについて）（名前で呼ぶ）はおぼえてない。顔は分かるけど。誕生日にプレゼントをアマゾンで送ってくれるの。宇宙にいるんだよ（笑）。（低学年）

お父さん（近くに住む、妹の旦那さんのこと）はよく遊んでくれるよ。（低学年）

8.　今後への思い・大人に伝えたいこと

（世の中のことについて）売っているものが高いなあ、ということです。（高学年）

将来は、北海道か大阪に住んでみたい。（低学年）

まだよくわかりません。将来は、スーパーが近くて、広い庭で、2 階建ての家に住んでみたい。東京は、地震が来たらエレベーターが止まったりすると思うので、暮らすのは無理だなあ。（高学年）

東京は車が混むし、人が多いし、ビルは高いし、お店はたくさんあるけれど、外で野球ができるところが少ないし、住んでみたいとは思いません。（高学年）

原発は、また事故で放射能がばらまかれたら困るので、発電は風力で行えばよいのにと思う。（高学年）

大人たちに伝えたいことは、国民の意見をきかないで、戦争をしかけたり、武器を売ったりしないでほしい、ということです。（高学年）

資料２．　ヒアリング質問項目

大人編　（宇都宮大学作成「原発被災者への聞き取り調査」に関する説明書より抜粋）

このたびは、聞き取り調査にご協力くださいまして、誠にありがとうございます。お話しいただきました内容は、以下の目的で編集し、その一部を公表する可能性がありますので、ご確認いただき、同意をいただける場合には、同意書に署名をお願いいたします。

＜目的と質問項目について＞

1　子育て世帯の避難生活について、記録を残し、新潟県やその他の政策形成へ寄与する事を目指して、聞き取りを行います。

2　主な質問項目は、①避難前の生活、②事故～避難を決めた経緯、③避難生活の状況（事故前からの変化）、④将来についての考え、⑤公的支援、いま必要な支援について、を予定しています。いずれも、子どもがいる世帯ならでは、という観点から、お聞かせ頂ければと思います。

＜聞き取り・編集方法ついて＞

3　調査内容を公表するに際して、対象者に不利益が生じないように、匿名化します。またお話の中で言及された個人が特定されないように、または公表する際に読者が理解しやすいように、趣旨を変えない程度にお話しいただいた内容を編集することがあります。固有名詞（人名、地名、会社名）などに関しては、個人情報保護の観点から原則として仮名または匿名とします。

4　聞き取りに際しては、レコーダーで音声を録音させていただきます。その後、聞き取り内容を原稿化したものをお送りしますので、内容の確認をお願いいたします。訂正や補足がある場合には対応いたしますので、遠慮なくお申し出ください。

5　お話しいただいた内容で、公表を望まれない内容については公表や口外はいたしませんので、聞き取りの際か、原稿を確認する際に必ずお申し出ください。また希望がある場合には、録音データ及び公表された部分以外の書き起しデータは削除が可能ですので、以下の連絡先にご連絡ください。

6　教えていただいた連絡先は、この聞き取り調査に関わること以外には利用いたしません。

＜公表について＞

7　新潟県委託事業「福島第一原発事故による避難生活に関するテーマ別調査業務」報告書において、お話し頂いた内容の一部を引用して紹介致します。また、実施責任者による研究論文や報告書、研究報告、及び実施責任者が受けるメディアによる取材等において、お話しいただいた内容の一部を引用して紹介することも予定しています。

ご不明な点は、以下の連絡先にお問い合わせください。（以下省略）

子ども編

□ 聞き取り項目（小学生）

・あなた自身について教えてください。
　学年
　家族

・好きなこと、得意なこと
・きらいなこと、苦手なこと
・にいがたで暮らしている理由

・今、感じていることについて
　１）学校のこと
　２）友だちのこと
　３）お父さん、お母さんのこと
　４）おじいちゃんやおばあちゃんのこと
　５）しょうらいの夢
　６）福島のこと

・困った時や悩んだ時、話ができる人はいますか。
・お父さんやお母さんに言いたいこと、知って欲しいこと
・まわりの大人に言いたいこと

□ 聞き取り項目（中学生）

・　あなた自身について教えてください。
・　好きなこと、得意なこと
・　きらいなこと、苦手なこと
・　震災前の生活（覚えていることを、簡単にで大丈夫）

・震災の後、あなたが覚えていること（順番どおりでなくても大丈夫）
　特に印象に残っていること

そのときに感じた/考えたこと（悲しかったこと、嬉しかったこと）、健康状態
地震・事故の時
事故から避難するまで
避難中の生活
（該当者のみ）帰還後の生活

・今、感じていることについて
1）学校や友だちのこと
2）家族のこと
3)震災前/避難中に住んでいた地域のこと
4）社会のこと（原発・避難者支援・今回の調査など）
5）将来の夢

・困った時や悩んだ時、話ができる人はいますか。
・家族に言いたいこと、知って欲しいこと
・まわりの大人に言いたいこと、知って欲しいこと

資料２．ヒアリング質問項目

資料３　陳述書量的データ用　質問項目リスト

1. 原告団の県名をおしえてください。

・山形　　・群馬　　・埼玉　　・新潟

2. 原告の分類をおしえてください。

- 区域外避難の母子避難世帯で現在も避難中のもの
- 区域外避難の母子避難世帯で帰還したもの
- 区域外避難で家族全体での避難をしたもの（当初母子避難で夫が家族統合のため新潟に追加避難したものを含む。）
- 緊急時避難準備区域からの避難で現在も避難を継続しているもの
- 緊急時避難準備区域からの避難で帰還したもの
- 強制避難区域から避難したもの

3. 陳述書ナンバー（世帯番号）を教えてください。

4. 事故前の福島県内の住所（市町村名まで）を教えてください。

5. 事故前の福島県内の住所（市町村名まで）の地域区分を教えてください。

・帰還困難区域
・旧避難指示区域（2017 年 3 月 31 日解除）
・旧避難指示区域（2016 年 6-9 月解除）
・旧避難指示区域（2016 年 6-10 月解除）
・旧避難指示区域（2014 年 4-10 月解除）
・旧緊急時避難準備区域（2011 年内解除）
・旧特定避難勧奨地点（伊達市、南相馬市、川内村の一部地点）
・旧特定避難勧奨地点がある市町村（地点以外）
・上記以外の被災者支援法の対象地域
・上記以外の福島県内

6.　陳述書作成者を教えてください。

・成人男性(夫)　　・成人女性(妻)
・成人男性(祖父)　　・成人女性(祖母)
・その他（具体的に）

7. 事故前の同居家族（陳述者作成者本人を含む）の構成を教えてください（※ 該当者がいる行のみチェックしてください）。

	0-2 歳	3 歳異常の未就学児	小学生	中学生	高校生	高卒以上 20 代―30 代	40―50 代	60―70 代以上	80 代以上
成人男性(夫)	○	○	○	○	○	○	○	○	○
成人女性(妻)	○	○	○	○	○	○	○	○	○
祖父	○	○	○	○	○	○	○	○	○
祖母	○	○	○	○	○	○	○	○	○
曾祖父	○	○	○	○	○	○	○	○	○
曾祖母	○	○	○	○	○	○	○	○	○
第 1 子	○	○	○	○	○	○	○	○	○
第 2 子	○	○	○	○	○	○	○	○	○
第 3 子	○	○	○	○	○	○	○	○	○
第 4 子	○	○	○	○	○	○	○	○	○

その他（具体的に）

8. 陳述書作成時の同居家族（陳述者作成者本人を含む）の構成を教えてください（該当者がいる行のみチェックしてください）。

	同居	別居後同居	別居（仕事等のため)	別居（進学等のため)	別居（別方面への避難のため)	離別	死別
成人男性(夫)	○	○	○	○	○	○	○
成人女性(妻)	○	○	○	○	○	○	○
祖父	○	○	○	○	○	○	○
祖母	○	○	○	○	○	○	○
曾祖父	○	○	○	○	○	○	○
曾祖母	○	○	○	○	○	○	○
第 1 子	○	○	○	○	○	○	○
第 2 子	○	○	○	○	○	○	○
第 3 子	○	○	○	○	○	○	○
第 4 子	○	○	○	○	○	○	○

その他（具体的に）

9. 事故当時の成人女性（妻の）妊娠の有無を教えてください。

10.事故前の家族の仕事を教えてください（該当者がいる行のみチェックしてください）。

	フルタイム	パートタイム	自営業	なし	記述無し
成人男性(夫)	○	○	○	○	○
成人女性(妻)	○	○	○	○	○
祖父	○	○	○	○	○
祖母	○	○	○	○	○

その他（具体的に）

11.事故前の住所の形態を教えてください。

・持ち家（実家）　　・持ち家（核家族）
・賃貸戸建て　　・賃貸マンション・アパート
・その他（具体的に）

12.住宅ローンの有無を教えてください。

・有り（持ち家あり）　　・なし（持ち家あり）
・記述無し　　・該当しない（賃貸住宅等）

13.事故を最初に知った経緯を教えてください（複数回答可）

・報道で知った（新聞、TV、ラジオなど）　　・防災情報で知った
・SNS で知った　　・近所の人、親戚、知人に聞いた
・実際に事故の様子がみえた　　・家族や知人で原発勤務者がいた
・その他（具体的に）

14.避難指示があった場合、避難をしたタイミングを教えてください。

・避難指示によって避難した
・避難指示の前に避難し、避難後に避難指示を知った
・不明
・該当しない（避難指示はなかった）

15.事故を最初に知ってとった行動を教えてください（複数回答可）。

・すぐに全員で避難した
・すぐに母子だけで避難した
・家の中で、換気扇を止める、窓を開けないなど、自衛策をとった
・TV やネットなどを通じて調べた
・家族や知人等と相談した
・とくに何もしなかった

・その他（具体的に）

16.最初に避難した時期を教えてください。

（以下より選択）

・2011 年 3 月 11-15 日
・2011 年 3 月 16-31 日
・2011 年 4 月
・2011 年 5 月
・2011 年 6 月
・2011 年 7 月
・2011 年 8 月
・2011 年 9 月
・2011 年 10 月
・2011 年 11 月
・2011 年 12 月
・2012 年 1 月
・2012 年 2 月
・2012 年 3 月
・2012 年 4 月-2013 年 3 月
・2013 年 4 月-2014 年 3 月
・2014 年 4 月-2015 年 3 月
・2015 年 4 月-2016 年 3 月
・2016 年 4 月-2017 年 3 月

17.一次避難（借り上げ住宅等の定住先に避難する前の仮避難。ただし、一度も帰還せず実家などに長期避難した場合も含む）しようと思ったきっかけや理由を教えてください（複数回答可）。

・避難指示が最初からあった
・避難指示が広がった地点で対象となった
・指示はないが、ネットなどで色々と調べた
・知人や家族から避難を勧められた
・子どもや胎児への健康影響への懸念・不安を感じた
・子どもの健康状況に異変を感じた
・行政が公表する、生活圏内での数値が高いと感じた
・重装備で業務に従事している人々（放射線量計測など）を見て、住民とのギャップを感じた
・自身で入手した機器ではかり、生活圏内での数値が高いと感じた放射線が高いと認識した
・政府の発表に不信をもった
・成人の将来の健康影響に不安を感じた
・家族の健康状況（成人）に異変を感じた
・元々持病がある（体が弱い）ので、放射線被ばくを避けたいと考えた
・その他（具体的に）

18.一次避難（仮避難、Q17 の定義と同様）の場所を教えてください（２カ所以上に仮避難した場合 は、複数回答可）。

・公設避難所（体育館など）
・親戚・知人の家
・公営住宅・雇用促進住宅
・旅館・ホテル
・実家
・民間の貸家

・赤ちゃん避難プロジェクト（湯沢）　・その他（具体的に）

19.一次避難生活の開始において、どのような困難があったか、おこたえください（複数回答可）。

・夫婦間での意見の不一致　・親族や周辺の知人との意見の不一致
・子どもの心情　・避難先探しの苦労
・退職・休職・転職　・子どもの転校先
・子どもの医療保障・予防接種等　・衣食に関する困難
・移動の困難（ガソリン不足）　・移動の困難（公共交通の停止）
・移転に伴う肉体的・精神的負担　・避難元の家の片付け
・特に困難はなかった
・その他（具体的に）

20.一次避難の場において、どのような苦労がありましたか？（複数回答可）

・多数回の避難　３回以上　・多数回の避難　５回以上
・多数回の避難　７回以上　・衣食に関する困難
・プライバシーに関する困難　・避難者同士の諍い
・子どものこと（声、泣き声、遊び場など）
・子どもの学校・保育園への通学　・通園にまつわる困難
・ペットのこと（犬の世話など）　・経済的な負担
・避難元からの情報がないこと　・見知らぬ土地での不安感
・家族から離れた疎外感・孤独感
・病気（風邪やインフルエンザ、ノロウイルス等の流行など）
・身のまわりの安全　・特に困難はない
・その他（具体的に）

21.一時帰還（一定期間の滞在後、再避難することを指す。片付けのためだけに帰る場合は除く）の有無と帰還時期を教えてください（複数回の一時帰還がある場合は、当てはまる帰還時期を全てチェック してください）。

・該当なし　・2011 年 8 月
・2011 年 3 月 11-15 日　・2011 年 9 月
・2011 年 3 月 16-31 日　・2011 年 10 月
・2011 年 4 月　・2011 年 11 月
・2011 年 5 月　・2011 年 12 月
・2011 年 6 月　・2012 年 1 月
・2011 年 7 月　・2012 年 2 月

・2012 年 3 月
・2012 年 4 月-2013 年 3 月
・2013 年 4 月-2014 年 3 月
・2014 年 4 月-2015 年 3 月
・2015 年 4 月-2016 年 3 月
・2016 年 4 月-2017 年 3 月

22.一時帰還をした場合、その理由を教えてください（複数回答可）。

・避難所、知人宅等に居辛くなった
・病気になった
・金銭的に負担が重くなった
・精神的肉体的に負担が大きく、避難を続けることが困難と感じた
・仕事がはじまった
・子どもの学校が始まった
・差別的な扱いを受ける等不快な思いをした
・家族と離れている状態を続けたくない（続けられない）と感じた
・家族や親族から帰還するよう言われた
・安全だと判断した
・夫婦仲が悪くなった
・親子関係が悪くなった
・病気になった
・特に記載なし
・一時帰還をしていない（該当しない）

具体的に（病気の場合、病気の種類も記述してください）

23.事故後の福島在住中の日常生活（本避難前、一次帰還中を含む）で、事故・放射能情報に触れて感じた不安を教えてください（複数回答可）。

・地元産の食材や水道水を使う不安
・学校（保育園、幼稚園）の食材への不安
・子どもを被ばくさせてしまったことへの後悔
・外遊びや部活動等が再開されたことによる、子どもの被ばくリスクの高まり
・外遊びを制限しなければならないことによる子どものストレス、葛藤
・窓をあけられない（洗濯物や布団を干せない等も含む）ことによる不快、ストレス
・通学路などが制限され、マスク着用、長袖にしなくてはならないことへの不安
・ガラスバッチをもつこと、結果がなかなか知らされないことへの不安
・甲状腺がん検査を受けること
・外遊びを制限しなければならないことによる子どもの成長への影響不安、葛藤
・除染をめぐる不信感
・東電や政府の発表への不信感
・放射能の危険性に関する報道,風評,専門家の意見など
・不安を口に出せないことの葛藤（風評被害との非難への怖れなど）
・福島出身であることにより受けるかもしれない差別への不安

・線量が高い方向に避難させられたと知ったことによるショック
・避難区域の線引きへの疑問・不満
・避難できていないことへの強い葛藤
・事故直後に強制避難をし、一度も帰還していないため、該当しない
・特に記載なし
・その他（具体的に）

24.本避難（借上げ住宅などに定住する本避難のこと）をしようと考えた理由やきっかけをおしえてください（複数回答可）

・該当しない（避難指示が最初からあった）
・避難指示が広がった地点で対象となった
・避難指示はないが、色々と自分で調べた
・SPEEDI 結果の公表などでショックを受けた
・行政が公表する、生活圏内での数値が高いと感じた
・自身で入手した機器ではかり、生活圏内での数値が高いと感じた放射線が高いと認識した
・政府の発表や情報公開に不信をもった
・行政の施策に不信をもった
・将来の健康影響に不安を感じた
・家族（成人）の健康状況に異変を感じた
・子どもの健康状況に異変を感じた
・長袖、マスクをすること、校庭での遊びが制限される等、子どもの成長に悪影響が有ると判断した。
・線量が高どまりしているのに、課外活動（体育や部活等）が再開されることに不安を感じた。
・不安を口に出せない雰囲気、風評被害と批判をうけることに、不安を感じた
・心配なら避難をすればいいと批判を受けた
・元々病気がちなので、放射線被ばくを避けたいと考えた
・特に記載なし
その他（具体的に）

25.本避難の前に、自身で自宅や周辺の線量を計りましたか？その場合、どこを計りましたか（複数回答可）？

・自宅　　・自宅の庭、雨樋の下等
・自宅周辺　　・通学路・公園など
・学校など　　・測っていない（との記載がある、推測される）
・特に記載なし
その他（具体的に）

26.線量をはかり、安全についてどのように感じましたか（複数回答可：測っていない、記載がない場合は、記載がないを選択してください）？

・安全と思った
・自治体の発表している線量よりも大幅に高く不安になった
・場所によっては、線量が高く、不安になった
・予想より高くて驚いた
・きわめてリスクが高いと感じた
・子どもには安全でないと感じた
・政府や自治体による発表は信用できないと思った
・測っていない（との記載がある、もしくは推測される）
・特に記載がない
・その他（具体的に）

27.本避難前に、体調不良などがあったと答えた方に、どのような不調が見られましたか？（複数回答可）

・鼻血　　・下痢
・風邪、熱　　・紫斑
・肌あれ　　・特に記述がない
・その他。また、誰に不調が見られたか記述してください。

28.本避難の決断に際し、抱えた葛藤をおしえてください（複数回答可）

・住み慣れた家を離れる不安
・ふるさとを離れる後ろめたさ
・夫婦間の意見の相違
・夫婦間が険悪
・親世帯、子世帯感の意見の相違、疎外
・親子間が険悪
・友人や知人、近所との意見の相違、疎外
・夫など家族が離ればなれになることの苦痛
・職場で理解が得られないこと
・子どもを転校・転園させることへの不安
・子どもの精神的影響（離ればなれになることへの）
・家族を残して避難することの後ろめたさ
・避難しない人が居る中で避難することの後ろめたさ
・金銭的負担増への不安
・離職・転職を要することへの苦痛

・戻りづらくなることへの不安
・ストレス過多による、うつ状態（※うつ病ではない）
・葛藤は全くなかった
その他（具体的に）

29.本避難前に、被ばくや放射能のリスクについては、どのようにして情報を入手し、またどのように 受け止めましたか？

	利用した	情報に接したが役に立たないか信用できないと感じた	利用しなかった	記憶なし
政府や自治体による説明会	○	○	○	○
学校、自治会等における説明会	○	○	○	○
政府等によらない、民間の説明会（専門家）	○	○	○	○
行政による広報等	○	○	○	○
学校での説明会など	○	○	○	○
新聞・TV など	○	○	○	○
インターネット・SNS など	○	○	○	○
専門書	○	○	○	○
知人との意見情報交換	○	○	○	○

また政府による情報提供や説明が信用できないと答えた人は、そのように考えた理由について記載があれば、記述してください。

30.新潟への本避難（定住を伴う）時期を教えてください。

（以下より選択）

・2011 年 3 月 11-15 日
・2011 年 3 月 16-31 日
・2011 年 4 月
・2011 年 5 月
・2011 年 6 月
・2011 年 7 月
・2011 年 8 月
・2011 年 9 月
・2011 年 10 月
・2011 年 11 月
・2011 年 12 月
・2012 年 1 月
・2012 年 2 月
・2012 年 3 月
・2012 年 4 月-2013 年 3 月
・2013 年 4 月-2014 年 3 月
・2014 年 4 月-2015 年 3 月
・2015 年 4 月-2016 年 3 月
・2016 年 4 月-2017 年 3 月

31.新潟への本避難場所をおしえてください（当てはまるもの全てを選んでください）

・親戚・知人の家　　・実家
・民間借上げ仮設住宅　　・民間借上げ仮設住宅の移転（借換えなど）
・公営住宅・雇用促進住宅　　・民間の貸家
・新規に家を購入
その他（具体的に）

32.新潟を避難先にした理由を教えてください（複数回答可）

・実家や親戚がいる
・友人・知人がいる
・友人や親戚等が避難している
・福島県の行政による案内があった
・報道等で避難受け入れがあることを知った
・民間借上住宅制度がある（特に自主避難に開かれている）
・地理的要因（車で移動できる、高速で一本など）
・放射線量が低い
その他（具体的に）

33.避難に関する家族や親戚の反応を教えてください。

・家族中、皆で合意した
・家族の中でも合意が難しかった
・家族では合意したが、近隣の親族や両親等の反対があった
・家族では合意したが、友人、職場など、地域からの反対があった・話せなかった
その他（具体的に）

34.本避難による避難生活を開始して、抱えた困難を教えてください。

・住居の質の低下（福島県での住居に比べて）　　・狭い
・不衛生　　・場所的不便
・近隣トラブル　　・家具・身の回りのものの入手
・ペット　　・（自分の）子どもが近隣で迷惑をかけること
・気候、雪かき等　　・引越に伴う苦労、困難
・金銭的支出の増大　　・生活に余裕がない
・母一人で子どもを抱える不安　　・先行きの不安
・抱えた困難はない　　・特に記載なし
その他（具体的に）

35.本避難開始時の世帯分離（のちに解消したものも含む）のタイプで、当てはまるものすべてを選んでください（複数回答可）。

・分離はない
・夫婦分離（妻だけが避難するなど：妻が夫と離れ子を連れて避難する、母子避難も該当）
・世代間の分離（親世代と子世代の分離：父親と子の分離など、母子避難も該当）
・世代間の分離（祖父母世代と親・子世代の分離）
・兄弟分離（複数の子のうち、年少の子だけが避難するなど）
・その他（具体的に）

36.陳述書作成時点での、世帯分離の解消の有無を教えてください。

・解消していない　　・帰還による解消
・追加避難による解消　　・転勤など偶発的事情による解消
・該当しない（分離はない）
・その他（具体的に）

37.陳述書作成時点までの、世帯分離の期間（複数回の場合は通算期間）を選んでください。

38.事故後の退職の有無と、退職に伴う影響を教えてください（該当者がいる行のみ回答、複数回答可）。

	退職していない	元々職についていない	収入の減少	仕事のやりがいの喪失	キャリアの喪失	人間関係の喪失	失業期間の発生
成人男性（夫）	○	○	○	○	○	○	○
成人女性（妻）	○	○	○	○	○	○	○
祖父	○	○	○	○	○	○	○
祖母	○	○	○	○	○	○	○

その他（具体的に）

39.（お子さんがいる世帯のみ）避難による転校の有無を教えてください（該当するところに、性別 と、転校時の学年を記述してください（例：男、小学２年））。

第１子
第２子
第３子
第４子

40.（お子さんがいる世帯のみ）転校に伴う影響について教えてください（複数回答可：お子さんがいない 場合は、該当なしを選んでください）。

・転校を激しく嫌がった　　・転校先で友だちに馴染めなかった
・友人を喪失した　　・学業へ影響が出た（勉強ができなくなるなど）
・不登校になった　　・精神的に不安定になった
・該当なし
・その他（具体的に）

41.夫婦関係の悪化はありましたか？

・離婚　　・事実上の婚姻破綻
・関係の悪化の継続　　・口論の多発や関係の希薄化
・悪化していない　　・該当しない
・その他（具体的に）

42.親子関係・親族関係が悪化したケースはありましたか（当てはまる項目がある場合のみ、チェック をしてください）？

	一時的な関係悪化	関係の悪化の継続	事実上の断絶
実の親子（夫、妻と子どもなど）	○	○	○
実の親子（父母と夫、など）	○	○	○
義理の親子（義父母と妻（嫁）など）	○	○	○
その他の親族	○	○	○

その他（具体的に）

43.友人や同僚との人間関係が悪化したケースは有りましたか（当てはまる項目がある場合のみ、 チェックをしてください）？

	一時的に関係が悪化した	顕著な関係の悪化の継続	事実断絶した
旧知の友人	○	○	○
ママ友達	○	○	○
上司	○	○	○
同僚	○	○	○

子どもの友人	○	○	○

44.避難先における人間関係について、教えて下さい（複数回答可）。

・避難者であるという理由で誹謗中傷等を受けた
・子どもが声をたてないように、など気を使った
・親切な人々に助けてもらうことがあった
・孤独感を強めた、孤立した
・特に記載なし

その他。具体的な状況を記述してください。

45.避難をした成人男性の、仕事や学校に対する愛着,それらの喪失や変化による苦痛についてあてはまるものを選んでください（複数回答可）。

・妻や子どもと離れ離れになることを強いられた
・妻や子ども、家族との仲がわるくなった（一時的なものも含む）
・退職、転職を強いられたこと
・給与の減額
・やりがいがある仕事の喪失（変化）に伴う苦痛
・（子どもの）転校に伴う苦痛
・移動に伴う苦痛・危険
・職場や地域コミュニティでの差別、いじめや孤立
・庭仕事など、生きがいがあることができなくなる苦痛
・ストレスによる心身の不調
・該当なし

その他（具体的に）

46.母子避難の場合、父親は、福島と新潟をどのぐらいの頻度で、往復しましたか？

・１週間に１回　　・１ヶ月に２−３回　　・１月に１回
・２ヶ月に１回　　・半年に１回　　・該当しない

往復に関して抱えた困難を、具体的に記述してください。

47.母子避難中、離れて暮らす父親が抱えた困難・苦悩について、あてはまるものを選んでください（複数回答可）。

・妻や子ども、家族との仲がわるくなった（一時的なものも含む）
・経済的な負担増
・肉体的な負担増、疲れ
・雪道の恐怖や事故の危険
・妻、子どもと離れる苦痛

・福島に在住する実家や親戚などからの批判、孤立
・職場や地域コミュニティでの差別、いじめや孤立
・該当しない
その他（具体的に）

48.避難をした成人女性の、仕事や学校に対する愛着、それらの喪失や生活変化による苦痛についてあて はまるものを選んでください（複数回答可）。

・夫や子どもと離れ離れになることを強いられた
・夫や家族との仲がわるくなった（一時的なものも含む）
・退職、転職を強いられたこと
・給与の減額
・やりがいがある仕事の喪失（変化）に伴う苦痛
・（子どもの）転校に伴う苦痛
・移動に伴う苦痛・危険
・職場や地域コミュニティでの差別、いじめや孤立
・庭仕事など、生きがいがあることができなくなる苦痛
・ストレスによる心身の不調
・記載なし、該当しない
その他（具体的に）

49.避難生活による健康状態の悪化について、誰にどのような影響があったか教えてください（当てはまる箇所すべてにチェックを入れてください）。

	放射能の影響が考えられる症状の発症	精神症状の発症	持病の悪化	その他の健康状態の悪化
成人男性(夫)	○	○	○	○
成人女性(妻)	○	○	○	○
祖父	○	○	○	○
祖母	○	○	○	○
曾祖父	○	○	○	○
曾祖母	○	○	○	○
第１子	○	○	○	○
第２子	○	○	○	○
第３子	○	○	○	○
第４子	○	○	○	○

上記でチェックを入れた場合、該当者それぞれにつき、「症状の内容」、「入通院の有無」、「診断名」（判明して入れば）を 具体的に記述してください。症状の内容は、入通院がない場合でも、子どもが夜泣き出す、成人で血圧が上がる、絶望感で眠れ ない、涙や動悸が止まらないなど、できる

だけ具体的に記述してください。また、通院や検査をして何か症状が出た場合（例えば病気とは言いにくいが「のう胞が見つかった」など）も記述してください。

50.避難したことによる、子どもの成長に対する悪影響を教えてください（複数回答可）。

・家族団欒の減少
・親戚や祖父母との交流の減少
・子ども同士の交わりの減少
・習い事、部活動などの喪失
・父子関係の希薄化
・福島時代の友人の喪失
・福島の地域とのつながりの喪失
・福島の豊かな自然へのふれあいの喪失
・該当しない（子どもがいない世帯）
・その他（具体的に）

51.子どもたちについて、具体的に生じた事象についてお答えください。

・避難後、子どもの体調や様子に変化があった
・避難後、周囲に馴染めないなど、人間関係に問題が生じた
・不登校、引きこもり
・学習能力の低下
・特に悪影響はない
その他（具体的に）

52.本避難後、将来の健康不安のために取った行動を教えてください。

・甲状腺検査など
・外で遊ばない
・特に行動を取っていない
・食べ物・飲料水に気を使う
・マスク、長袖
・特に記載なし
その他（具体的に）

53.避難生活に伴う経済的困難・損失・出費増加等についてお教えください。

・二重生活による生活費増
・手続き等のために福島に戻る交通費負担
・失業
・（母子避難の場合）夫が新潟へ通う交通費負担
・収入自体の減少
・離別等による生活費困難
・特に記載なし
その他（具体的に）

54.新潟から福島へ帰還しましたか？また帰還した場合、帰還時期を教えてください

（陳述時作成時基準で）。

55.帰還をした場合、その理由を教えてください（複数回答可）。

・線量が下がった・健康不安がなくなった
・家族が離れて暮らすことにこれ以上耐えられない
・肉体的負担（雪道での往復など）
・民間仮設借上げ住宅支援の打切り
・親族の都合
・学校などの節目
・経済的負担
・補償金の打切り
・仕事の都合
・該当しない（帰還していない）

その他（具体的に）

56.帰還していない場合、帰還しない理由を教えてください（複数回答可）。

・放射線量・健康不安
・帰還することへの不安（いじめの不安等）
・仕事の都合
・避難元の他の住民が帰還していない
・ライフライン、医療施設など各種施設の再開（インフラの復旧）が少ない
・家族分離（子世帯と離れる不安など）
・家庭状況が変わった（介護者が増えたなど）
・該当しない（帰還した）
・避難先での生活の慣れ、安定
・子どもの学校
・引越をする困難
・家族内で結論が出ない
・避難先で住宅を既に確保した

その他（具体的に）

57.線量が帰還しない理由の一つである場合、どの線量になれば帰還できると考えますか？

・２０ミリシーベルト（年間）
・１ミリシーベルト（年間）
・具体的な線量についての記述はないが、まだ高いと感じている
・該当しない（避難指示が解除されていないなど）
・すでに帰還している
・５ミリシーベルト（年間）
・事故前のレベル

その他（具体的に）

58.帰還をめぐっての夫婦間・家族間での意見の食い違いや軋轢の内容を教えてください（複数回答可）。

・放射能の危険についての意見の食い違い
・子どもの学校
・経済的負担
・親族等からの反対
・仕事の問題
・引越をする困難
・世間体
・軋轢や意見の食い違いはない

具体的に記述してください。

59.避難全般をめぐり、どのような支出や経済的負担の増加があったか、教えてください（複数回答可）。

・二重生活下での住宅ローン
・家賃（民間借上げ住宅等を借りていなかった場合）
・家賃（2017 年 3 月末の民間借上げ住宅終了後）
・二重生活に伴う食費や光熱費の増加
・家具等の購入
・制服・学用品の費用など
・引っ越しに伴う費用
・福島での家財や財産を安価で処分しなくてはならなかったなど
・面会のための交通費
・転職等による給与減
・失職
・住民票不転出に伴う費用増加（予防接種、病院、書類・手続きその他のための費用や交通費他）
その他（具体的に）

60.帰還後の不安・懸念について、当てはまるものを選択してください（帰還した人、避難継続中の人双方による回答；複数選択可）。

・放射能レベル
・子どもへの健康影響
・周囲との意見の相違
・不安を話せないこと
・新潟で安定してきた生活を手放す不安
・その他（具体的に）

61.避難生活を続けることの葛藤・苦しみについて、当てはまるものを選択してください（避難継続中の人、帰還した人双方による回答；複数選択可）。

・家族分離に伴う孤立感
・家族分離に伴う不和増大
・母子避難の場合、新潟へ通うことによる不安、影響など
・暮らし向き（生活の質の低下）についての苦悩
・日常生活の費用増大、経済的負担、貯金の取り崩し等
・先行きが見通せない不安（民間借上げ仮設住宅が１年更新であることなど）
・民間借上げ仮設住宅で、引越が出来ないこと
・民間借上げ仮設住宅がうちきりになったこと
・ふるさとを失ったことへの悲しみ、葛藤
・生き甲斐を失ったことに対する苦悩（農業、庭の手入れ等）

・福島に残っている住居への愛着、思い入れ、悲しみ
・（避難先の新潟での）いじめ、人間関係
・（避難元の福島での）人間関係
・子育てにおける苦労
・経済的負担
・自身の選択への自己嫌悪・否定や後悔、葛藤、自信の喪失
・帰還を巡る家族間での意見対立
・避難指示が解除されたことへの不安
・避難指示が解除されないことへの苦しみ
・避難指示解除に伴い、賠償が打切りになること
・その他（具体的に）

62.事故後のふるさとの変化について、当てはまるものを選んでください（複数回答可）。

・人間関係の希薄化　　・職場の関係の悪化
・病院、学校の閉鎖　　・商店街の閉鎖
・行政サービスの低下　　・とくにない
その他（具体的に）

63.直接請求による東京電力からの賠償についておしえてください

・請求したことがある　　・請求したことがない
・その他（具体的に）

64.ADR で和解仲介申し立てを行ったことがあるかどうか、おこたえください。

・ある　　・ない
・その他（具体的に）

65.中間指針や ADR による賠償額が、十分だと考えていますか？

・十分である・どちらともいえない・余り十分ではない・全く不十分である・該当しない

66.公的な除染はありましたか（複数回答可）

・自宅　・通学路、公園など　・学校　・その他　・周辺ではない　・記述無し、該当しない

67.除染の結果に、どの程度満足しましたか？

・極めて満足　・結構満足　・ある程度満足　・多少満足　・全く満足していない
・記載なし、該当しない

・その他（具体的に）

68.政府の避難や賠償に関する政策について、不満がありますか（複数回答可）？

・避難の線引き　・避難解除
・避難区域と賠償をセットにしたこと　・避難基準を２０ミリシーベルトとしたこと
・避難者の日常生活（学校、医療その他）に関する事務の委託の有無
・原発事故に関する情報公開　・線量データの公開
・特に記載はない
・その他（具体的に）

69.陳述書を読んで、原告の思いに近いと思われるものを選んでください（回答者判断）：東電への思い

・強い不満がある　・どちらかといえば不満がある
・どちらかといえば、よくやってくれた　・とてもよく対応してくれた
・判断できる記述がない

70.国への思い

・強い不満がある　・どちらかといえば不満がある
・どちらかといえば、よくやってくれた　・とてもよく対応してくれた
・判断できる記述がない

71.福島県への思い

・強い不満がある　・どちらかといえば不満がある
・どちらかといえば、よくやってくれた　・とてもよく対応してくれた
・判断できる記述がない

72.福島県内の自治体（市町村）への思い

・強い不満がある　・どちらかといえば不満がある
・どちらかといえば、よくやってくれた　・とてもよく対応してくれた
・判断できる記述がない

73.受け入れ地方自治体（新潟県・市町村）への思い

・強い不満がある　・どちらかといえば不満がある
・どちらかといえば、よくやってくれた　・とてもよく対応してくれた
・判断できる記述がない

74.受け入れ先での市民・支援者等への思い（複数回答可）

・強い不満がある　・どちらかといえば不満がある

・どちらかといえば、よくやってくれた　　・とてもよく対応してくれた
・判断できる記述がない
・その他（具体的に）

75.避難元の市民などへの思い（複数回答可）

・強い疎外感が有る　　・どちらかといえば疎外感がある
・どちらかといえば、よく理解し合えている　　・とても良く理解しあえている
・判断できる記述がない
・その他（具体的に）

76.その他、まだ触れられていないことで、避難者の被害で特徴的なものがあれば記載してください。

謝辞

本調査にご協力頂いた、全ての避難者の方々、支援者の方々、関係する方々に
この場を借りてお礼申し上げます。

委託事業名　2017 年度福島第一原発事故による避難生活に関するテーマ別調査業務
所轄　新潟県
研究課題名　子育て世帯の避難生活に関する量的・質的調査
研究期間　2017 年 9 月 22 日～2018 年 2 月 28 日
研究代表者名　宇都宮大学国際学部准教授　髙橋　若菜
研究分担者名　宇都宮大学国際学部准教授　清水奈名子
宇都宮大学国際学部准教授　阪本公美子
新潟県立大学人間生活学部准教授　小池　由佳
立教大学社会学部教授　関　礼子
いわき明星大学人文学部准教授　高木　竜輔
明治学院大学社会学部教授　藤川　賢

平成 30（2018）年 2 月　発行

発行所　国立大学法人宇都宮大学
住　所　〒321-8505　栃木県宇都宮市峰町 350