

グランドゼロ

GROUND
ZERO JCF

99 春

2014年3月26日発行

- 第99次訪問団
激動のウクライナでチェルノブイリを学ぶ
- 福島支援
復興は見えない



赤い花をもぎ取る

それらは赤い台の上に立っている

それらは鞆におさまったサーベルのような音がし、
足跡のように見えなくなる

おお赤い花々！

私は地面から引き抜く

それらは日中の虚ろな時間の電車のように

後ろの広場はせまく

そこにはぎしぎし鋸のような2匹のミツバチが
なかよく、ひっきりなしにブンブンいつている

暗い隅に押し込められて

細い手の2人の女の子

新しくつぎを当てた袋を持っている

みるからに古い流行で

身振りは品よく

心は清潔だ

おお赤い花々！

その花卉はなぜか広襟のよう

それらは、赤い牛のように群れを成して水飲み場に向かう

それぞれの頭の角は冠のように合わさっている

グランドゼロ 99 春

GROUND
ZERO JCF

目次

第 99 次訪問団 激動のウクライナで チェルノブイリを学ぶ	ウクライナ訪問記	<鎌田 實>	6
	JCF 第 99 次訪問団 23 年間の医療交流支援を続けて	<神谷さだ子>	12
	被曝と向き合うこと ベラルーシの食品放射能基準値	<国井真波>	16 20
	リカ医師、研究と学会発表のため再来日	<神谷さだ子>	22
福島支援 復興は見えない	震災から 4 年目を迎えて	<横内香苗>	24
	ツイッター、フェイスブックを始めます！ JCF 子ども甲状腺健診と一般小児健診報告	<神谷さだ子>	27 28
	『醗酵食で免疫力 UP!』講師を続けて思ったこと	<染谷恵理子>	30
	2 年間のデータ整理に取り組んでいます！	<三木瑛菜>	34
	初めて長野県測定所連絡会に参加して 放射線測定器を貸し出します！ 食品等放射能測定結果	<土本航也> <中澤啓子>	36 38 40
連載 & お知らせ	ドイツミンツの脱原発便り		44
	連載随筆「やわらぎ」	<宮尾 彰>	46
	母から伝わる食卓		48
	モスクワ便り		49
	振替用紙のメッセージから ありがとうございました！		50 52
	З дравству́йте! (事務局広場)		56
カルチャーレビュー		60	
インフォメーション		62	

第 99 次訪問団

激動のウクライナでチェルノブイリを学ぶ



第 99 次訪問団 前列左から神谷事務局長、ステパノーバ医師、鎌田理事長、国井理事、通訳竹内高明さん

チェルノブイリ原発事故から 72 時間で緊急避難した人たちは、キエフ郊外に支えあって暮らしている。艱難の中にいる彼らは「ゼムリャキ(同郷人たち)」というグループを作り、励ましあっている。故郷を離れなければならなかった人たちの望郷と喪失感が「ゼムリャキ」に込められている。

ウクライナ訪問記

鎌田實（理事長）



キエフ独立広場でテントをはる市民

ウクライナ共和国キエフ・自由広場

昨年末、チェルノブイリに行ってきた。

成田からイスタンブールに向かい、イスタンブールから飛行機を乗り換えてキエフに入った。キエフでは独立広場やキエフ市庁舎がバリケードで自由広場になっていた。解放区だ。

ウクライナ共和国がEUと連携を深めようとした時、今まで冷たかったロシアが急にお金でウクライナの権力者を釣った。ロシアの言うなりにならない市民達が再び『キエフの春』を起こしはじめたのだ。一時期ウクライナは民主化が行われかかったが、十分に民主主義が浸透しなかった。

「今度こそ本当に民主主義の国にしたい！」と解放区のみなかでテントをはってバリケードを守っている人達が、口々に言っていた。しばらくどうなるのか目が離せない。

ドームは百年しか保たない

ウクライナでどうしても見たかったものがあつた。チェルノブイリ原子力発電所のドームである。



チェルノブイリ原発 3号炉操作室で鎌田理事長

チェルノブイリ原発の石棺は事故から27年が経ち、ひび割れがひどくなった。2年前にもぼくはここに行った。その時、原発から50メートルほどの所で、最大毎時18マイクロシーベルトの放射能が漏れていることがわかった。とんでもない量である。日本やEUなどがお金を出し合って、石棺の上にドームを作って放射能を遮蔽するというプロジェクトを立ち上げていた。その進捗状況をこの目で見たかったのである。

今回は爆発した4号炉から壁1枚隔てた、3号炉の操作室まで入ることができた。ここは毎時29マイクロシーベルト。目には見えないけれど、壁を伝わって放射能が漏れてくる感じがする。

2015年、ドームの覆いが完成すれば石棺を壊すという。しかし高レベル放射性廃棄物になるので、これをどこに捨てるかが再び問題になってくる。

もう一つは、メルトダウンしてしまった燃料を取り出せるかどうかの問題。原発内を案内してくれた技術者に、僕はその質問をした。

「私見ですが、取り出す事はできませんでしょう。ずっとこのまま放射能が外に出ないように守っていくしかないのでは……」

そう答えが返ってきた。

福島第一原発に思いをはせる。福島も使用済み核燃料の処理ができたとしても、溶けてしまった核燃料を取り出すことができるのか――。万にひとつ、取り出せたとしてもそれを受け入れてくれる県があるかどうか。

続けて僕は「ドームは何年保つのか」と聞いた。すると「百年保つ設計になっている」という。

溶けてしまった核燃料は10万年近く管理が必要だ。百年毎にドームを作っていかなければならないとしたら、気の遠くなる話だ。千回も交換が必要ということだ。人間はなんてバカなことをしたんだろう。

「絆」と「生きがい」が大切

チェルノブイリは、30キロゾーンには人が住んでいない。このエリアで生活していた人たちは、今どうなっているのか。

ウクライナ共和国の首都、キエフの郊外にダスニャンスキー地区と呼ばれる新興住宅街がある。ちょうどチェルノブイリの事故が起きた年に作られた。事故から半年後、30キロゾーンの被災者約4万5千人を受け入れたという。

この団地の中にあるチェルノブイリ被災者の市民団体、

ゼムリヤキを訪問してきた。開口一番、福島の方々への同情が述べられた。

「私たちはチェルノブイリで事故が起きた時、原発から3キロメートルほどのプリピャチという町に住んでいました。美しい町でした。その町に二度と戻れないと思ったとき、悲しくて死にたかった。それでも乗り越えることができたのは、半年後に住む家を与えられたことでした。これで生活の基盤ができ、ずいぶん安心しました。福島の方々は、3年近く経っても、新しい家が与えられず、仮設住宅に住んでいると聞きました。さぞおつらいでしょうね」

巨大なアパート団地群が広がっていた。その団地に同じ故郷を失った者同士が手をつなぎ合い、27年間、支え合って生きてきた。ひとまず住む場所の確保が大事――、この



ゼムリヤキの方々からお話を聞く鎌田理事長（左端）



チェルノブイリ原発4号炉を覆うために建設中のドーム

言葉にはことのほか重みがあった。

チェルノブイリの住まい対応は実に分かりやすい。被災地を4地区に分け、まず30キロゾーンを立ち入り禁止にした。年間被曝量が5ミリシーベルト以上の地域は強制移住地区とし、1〜5ミリシーベルトの地域は、自発的移住補償ゾーンとした。この地区は、住んでもいいし、移住してもいい、自己選択のゾーンだ。そして0.5〜1ミリシーベルトの地域は、放射線高度監視ゾーンとし、健康診断や放射能の見える化を促進させた。とても理に合っているように思えた。

東日本大震災の被災地では、アルコール依存症が急増しているという。精神的にも追い詰められ、自殺念慮が強くなった人も増えている。まだ復興が形になっていないからだ。

阪神淡路大震災の時も3〜4年目に二重底と言われた「心の傷」が拡大した時期があった。再注意だ。

そんな中、宮城県の岩沼では336戸の復興住宅の引き渡しが始まった。集団移転という形で約千人が暮らせる住宅ができあがったのだ。まだ家は建っていないが、ここで

は未来がはっきり見え始めた。

他方、見えない放射能の問題を抱えている地域では復興が著しく遅れている。特に福島県は深刻。

年間積算線量が50ミリシーベルトを超える地域は帰還困難区域として、一人当たり、総額1450万円（すでに精神的苦痛として750万円の慰謝料を受け取っている被災者がいて、その費用を含めての金額）が支払われる。4人家族なら5800万円の計算だ、これが故郷を喪失する慰謝料としては決して充分ではないが、それでも新しい人生をスタートさせることはできる金額だ。

問題は年間積算量20〜50ミリシーベルトの居住地と20ミリシーベルト以下の地域だ。ここに住む人たちには月10万円の慰謝料が支払われているが、避難指示が解除されれば1年で打ち切りになる。この地域の人々にも移住する選択肢を認めるべきだと思う。故郷にいたい人、移住したい人、どちらも尊重すべきだ。

チエルノブイリでは、年間5ミリシーベルト以上を移住地域としているが、日本ではなんとなく20ミリシーベルトは大丈夫だと考えられ、十分な補償が提示されていない。低線量被曝地域から脱出して違う場所に住みたいという人には、そうできるような補償をする自発的移住ゾーンを作ってあげるべきだ。

できるだけ体内被曝をしないように最善のサポートをしながら、万が一を考えて、故郷から離れて暮らすことも、故郷に留まることも、いずれにせよ苦渋の選択であることは間違いない。政府は、その気持ちを理解してあげる必要がある。

主に東京の人たちのために電力を作り、その電力を作る原発が事故を起こしたのだ。きちんとした早急の補償をすべきである。

福島の人たちは原発を置くことを容認し、それなりにたくさんの見返りをもらってきたじゃないか、という意見もある。でもそれは違う。国策としてエネルギーを作ってきた結果、事故を起こした、その被害を受けてしまった人たちに最善の補償をしてあげることが必要なのだ。

あれから、もう3年――。

今年こそ被災者たちの復興を支援していく人道的、かつ温かな政策が示されることを、願ってやまない。

アルビル郊外のシリア難民キャンプ

チエルノブイリに行ったりキエフ郊外のダスニャンスキ地域に行ったりした後、再びイスタンブールに戻り、イスタンブールからイラクのアルビルに飛んだ。



アルビル郊外シリア難民キャンプのお母さんと子どもたちと鎌田理事長

JCFも構成団体の一つになっているJIMNETが、このアルビルに拠点を設けてイラク戦争で傷ついた子どもの支援活動を始めて9年間になる。

そのアルビルの郊外にシリア難民がやって来ている。たくさんの子どもを連れて、お腹の大きいお母さんが紛争中のシリアから脱出、約240万人がシリアを後にしたと言われている。

そのアルビル郊外の難民キャンプには、7500人が暮らす新しいキャンプができていた。難民キャンプの子どもとお母さんを助ける活動をJIMNETが開始している。砂漠で出産するので、その出産が安全におこなわれるように、お母さんの身を守りながら産まれてくる新生児をどうするか、シリア難民キャンプの代表と話し合いをした。

もし正常分娩でない場合は、JIMNETがイラクの病院に運び、その医療費を出すことになった。日本政府の外務省が約1700万円の支援を決めてくれた。

これで難民キャンプの診療所の充実もでき、子どもや妊婦さんを助けることもできる見通しができた。この支援についてはまた別の時に詳しくご報告します。

いつもあたたかなご支援をいただき、心から感謝をしています。

JCF 第 99 次訪問団

23 年間の医療

交流支援を続けて



ゼムリヤキのメンバーと語る鎌田理事長

神谷さだ子（事務局長）

12月15日～24日、JCF日本チエルノブイリ連帯基金は、第99次訪問団をウクライナ共和国、イラクに派遣した。出発前からウクライナの首都キエフで反政府活動が活発になっている。政府軍との衝突の映像が流れていたの
で、心配だった。かつて、1992年、ゴルバチョフ政権が倒れ、政権中枢でクーデターが起こった時、モスクワに来るのは危険ですと止められながらも、出発し、市民の中で日本語でアジテイトした理事さんがいた。当時のモスクワ通訳のダーシャさんから「あなた達は神風です」と言われ、あきれたのか、お褒めの言葉、たつたのか、いまだに謎のJCFです。

鎌田理事長は、いつものように悠然として、ひるむ気配はない。「いざ！」と気合を入れて出発したが、今では、あの時期にウクライナを訪問し、今まで、捉えていなかったウクライナについて知ることができたのは、大きな収穫、たつたと思っている。鎌田理事長、国井真波理事、ジャーナリストの石島和彦さん、お疲れ様でした。通訳・コーディネイター竹内高明さん、お世話になりました。

革命広場から続くメインストリートは、ベニヤ板を雪で固め、車を遮断している。

ヤヌコビッチ大統領が欧州連合加盟を順延する、と宣言した。自身と親族に富を集め、市民との貧富の格差が拡大していたことから、市民の抗議行動に火がついた。

1991年にウクライナは旧ソ連邦からいち早く独立し、EUとNATO加盟の姿勢を見せていた。しかし、経済政策の失敗はかつてのオレンジ革命を雲散霧消（うんさんむじょう）させてしまった。

独立時から比べても、市民の平均賃金は20%以上減少し、2000～3000ドルだという。

大河ドニエプルを見下ろす丘に、ルーシ大公国のウラジーミル一世の銅像が立っている。東ローマ帝国コンスタンチノープルからキリスト教を受容し、それまで森羅万象の中に神が宿るという多神教から、ロシア正教を象っていたのもウクライナの首都キエフからだった。

「ウクライナ」という国名は「端」つまり「ロシアの端」という意味だが、国民はウクライナ語を大切にし、民族の自立を古くから望んでいた。革命広

場で、ウクライナ国歌を大合唱している人々の中に行くと、このムーブメントは単なる暴動ではないと感じられた。国の各地から来た人たちが、テントを張って、炊き出しをし、中央舞台では、クリミヤ・タタールの方たちのパーカッションの演奏が楽しく繰り返し広げられるお祭り空間だった。

ルーシ発祥の地から、人々が自由を勝ち取っていく道のりは厳しい。黒海

からヨーロッパに、陸路で東欧とも繋がっている位置と、石油資源をロシアに依存する狭間にあって、外交は難しい。そんな事を思っていた矢先だった。クリミヤ半島のセバストポリに黒海艦隊を持つロシアが介入してきた。国民投票が行われたが、国民の自由への希求と政治・軍事的思惑が交錯して、国民生活が耐えがしろにならないことを願う。かの国の人たちは長年、圧政と苦渋に耐えてきたのだから。

神隠しされた街

福島県南相馬市在住の詩人、若松丈太郎さんは、1994年、チエルノブイリを訪問し、帰国後、「神隠しされた街」を書かれた。原発の労働者家族約45000人が事故直後72時間内に緊急避難した。彼らはどうしているんだろう。私達は、汚染のひどかったべ

ラルーシの子ども達の支援に関わってきたが、ウクライナの実態について、直接調査し、支援しては来なかった。今回、初めて、緊急避難した方たちから、話を聞いた。

キエフ郊外の高層アパートにかの人たちは暮らしていた。団体の名前は「ゼムリヤキ」。「同郷の人々」というロシア語である。

集っては、ヨガや民間療法、健康的な食事について学んだりしている。健康増進のためのマツサージ器も設置されている。語学のサークルでは、英語・ドイツ語の他、日本語のプログラムがある。ロンドンから年に2回、1カ月ほどボランティアが滞在して、日本語・日本文化を教えている。また、重い障害を持っている人やがん患者、貧困者のための「SOSプログラム」、チエルノブイリ原発事故との因果関係が認定されている子どもたちに向けて行うサポート活動「チエルノブイリの犠牲

の子どもたち」というプログラムも組まれている。

ゼムリヤキの中には、障害者認定を受けている人たちも多く、メンバーの健康状態も悪化しており、団体の名前も、「チェルノブイリ障害者市民団体」としている。

当日お会いした人たちにも、狭心症・心臓血管系の病気・循環器障害を訴える事故収束作業者がいた。その方々は、医療支援をメインに行っている。彼らは年金が少なく、給料も少ないため、ゼムリヤキが、薬品やビタミン剤の提供を行っている。被曝者に対するウクライナの医療環境はとても悪い。入院するとき、医師から用意する物資リストを渡される。それには、シーツ、注射器、脱脂綿、食事などが記載されていて、全部自己負担。約3000〜4000グリブナかかる。しかも年に2回くらい入院の必要な人が多いので、家計の負担は大きい。その他に普

段の内服薬がかかるという。

ゼムリヤキが行っているどのプログラムにも「前向きにやっけて行こう」と、生きがいや人とのつながりを大切にしている事が伺えた。他の人にはわからないことも、同じ体験をした仲間にならわかってもらえると言う。

子どもたちへのサポート

子どもたちへの健康サポートについては、ゼムリヤキの中にある病院に小児外来にチェルノブイリ科があり、プリアチで働いていた小児科医が今でもここで勤務して密接な関係を築いている。国主導で子どもの保養のために年1回はサナトリウムにキャンプを行っている。また外国が子ども達の保養を受け入れてくれ、キューバでは手術の受け入れをしてくれた。

日本へのメッセージ

事故から27年経って、チェルノブイリ事故は人類の教訓として受け止められていたと思っていたが、残念ながら実はそうではありませんでした。福島でも事故が起こってしまいました。我々も心を痛めており、募金を集めたり、経験交流で日本の知り合いにメール送ったり、みなさんの力添えになるようなことをしたいが、なかなかそれができていません。

しかし、こうやって日本から来ていただきお話ができるのを嬉しく思います。

避難したらストレスのない生活を送ることが大切です。鬱にならない、悲観しない。怖がらず、前向きに自分の態度を変えること。そのためにゼムリヤキで何をしてきたかと言うと、市民が語り合える場を作り、みんなで励まし合ってきました。1人で孤立して

アパートに閉じこもるのが一番よくない。移住しても、元の地域の結びつきを大切にす。自殺した人もいます。集合住宅の中でも投身自殺があります。ゼムリヤキのおかげで自殺が防げたこともありす。

事故が原因で離婚した人は多いです。例えば片方が遠くへの移住を望んでも片方が反対だったりというように夫婦での意見の相違も大きな原因でした。事故前からあった問題があり、顕在化した場合もあります。

プリピヤチは、バラの花に溢れ、小さな街なのでどこにでも歩いて行け、まわりは森に囲まれていて、川にも面しています。とても美しい街でした。事故後2年位は、写真や書類を持ち出すために申請してから行っていました。その後は申し込んでおくと4月26日と5月9日にバスが出て、プリピヤチと墓地に行くことができます。

事故後逃げる時、「もう帰ってこれない」と思っていたから、身分証明書を持って出た人もいました。将来どうなるか解らず鬱屈した状態でした。その時期に自殺した人もいます。子ども達はどうするのか？ 家はどうするのか？ 落ち着くまでストレスが大きかったのです。実家に身を寄せていた母におかしくなるんじゃないか、と心配されました。

3日間と言われ、深く考えないで軽い気持ちで出た人も多いです。戻れないと言われても信じていない人が多かった。キエフの住民登録は2年と言われていたから戻れると思っていました。

故郷を去る気持ちは福島の人たちにも通じる。ゼムリヤキの方たちが、支えあう心の底にまさに故郷があった。同じような恐怖と喪失感を持つもの同

士だから、心を割って話し合えるとおっしゃっていた。

事故から28年経た現在も、問題は山積している。チェルノブイリと福島に共通する問題、認識から、私達のこれから見つめていきたいと強く思った渡航だった。



このモニュメントの後ろにチェルノブイリ原発4号炉で亡くなった原発労働者の「遺体」がある

被曝と向き合うこと



チェルノブイリ原発3号炉で国井理事

国井真波（JCF理事・看護師）

12年間ベラルーシでの活動に関わる中で、同じようにチェルノブイリ原発事故の被害が大きかったウクライナの場合は、知っているようで知らないという状況にありました。

情報はいくらでも入ってきますが、それが真実なのかどうか？ 歪曲されているのかどうか？

私はウクライナでは子どもの慢性疾患が7割とも8割とも言われていることや、重篤な先天性疾患を持つ子どもがいまだに生まれ続けていると言われていることには疑問を持っています。何度も渡航しているベラルーシで

はそのような話は聞いたことがなかったのです。

だから「いつか真実を見てみたい」という思いは以前からありました。ですからウクライナ渡航の事前に事務局から送られてきた2冊の冊子、『チェルノブイリの長い影』と『チェルノブイリから25年』を執筆した医師から直接話を聞くことは、今回の渡航の大きな目的でした。特に、助産師になるための勉強をしている私にとって、『チェルノブイリ原発事故と先天性疾患』の関連についてはとても関心があり、周産期に関する話を聞いてみたいと思っています。

残念ながら、『チェルノブイリの長い影』を執筆した医師とお会いすることとは叶いませんでした。しかし、『チェルノブイリから25年』を執筆した小児科医であるステパノーバ医師と、放射線医学センターでお会いし、直接お話をうかがわなければ知ることができな

興味深い話をいくつもお聞きすることができたのです。

先天性疾患について

『チエルノブイリから25年』には「父親がリクヴィダートル（チエルノブイリ原発事故処理者）だと、その子どもが先天性欠陥症になる可能性が高い」と



小児科医ステパノーバ医師

いう記述があり、ここで言う『先天性欠陥症』とは具体的に何を指すのか確認しました。

まず「このデータは、国の被災者登録を元にしており、父親が仕事を辞めて数か月後から1年以内に生まれた子どもにも多い」、ということ。そして『先天性欠陥症』ではなく『先天性発育障害』です」といい直しがありません。具体的には、あらゆる器官に見られ、しかし、小頭症のような深刻なケースは現在まではないとのこと。低出生体重児もその中に入るようです。低出生体重児の場合、「一義的に放射能が原因とも言えない」とおっしゃっていました。「欠陥症」と『発育障害』では定義が異なります。しかし英語の「defect」はどちらにも訳せるようで、英語の知識や医療の知識がないと読み取るのは難しく、一般の日本人が和訳の情報をそのまま受け取ってしまうと、真実が見えなくなってしまうと思

いました。

貧血について

子どもの貧血はいくつか種類がありますが、その中でも『鉄欠乏性貧血』は、乳幼児における成長、発達の障害、知的能力の低下にも関係するといわれています。子どもにとって貧血とは、重要な問題です。そのため、『被曝している子どもは貧血が多い』という記述を読んで、詳しく聞いてみようと思いました。

「貧血は低線量被曝が原因ですか？」という質問に、ステパノーバ医師は「それだけではありません。食生活や経済的な問題もあります。特にポーシェ地方では微量元素が不足しやすいです」とおっしゃっていました。アメリカとの共同研究で、『学童の被曝と貧血』というのがあり、その結果、「放射能による土壌汚染が高いほど子ども

の貧血が起りやすく、体内のセシウム量が多い子どもほど貧血になりやすい」とのこと。ここで言う貧血は軽症なものばかりで、しかし一般的な治療では治りにくいので長期的に見ていかなければならないということでした。

慢性疾患について

よく、「外部被曝・内部被曝した子どもは慢性疾患が多い」と言われていますが、この『慢性疾患』には虫歯や近視も含まれているので、全てを被曝と結び付けていいものか疑問があります。ステパノーバ医師は、「低線量被曝は免疫を低下させ、免疫が低下すると子どもはどんな病気にもなりやすくなります。現段階で悲惨な状況を引き起こしているわけではありません。しかし、子どものQOLは低下するのので小児科医として見過ごすことができないのです。汚染地に住む子どもたち

を相対的に見ていかなければなりません」とおっしゃっていました。

ステパノーバ医師は繰り返して私たちに言っていました。「子どもたちの病気が放射能とどのくらい関係があるのか科学的には言うことができません。確かに汚染地の子どもたちには健康上の問題が見られますが、引き続き調査が必要であって、今は断定できません。どの研究者も結論は出せないでしょう。将来にわたった観察が必要になります。福島も同じだと思います」すべての疾患に関して、ステパノーバ医師は、「重篤なケースはないし、現時点で被曝と関係があるとはいえない」と慎重な回答でした。

私は医師のこの発言を聞いて安心しました。なぜ安心したかというと、インターネットや一部の反原発の方々の間で言われているような、「被曝したらシビアな先天性疾患をもった子どもが生まれる」というようなことが、現

場では見られず、小児科医も否定していることを知ったからです。しかし、今後、何が起るかかわからないため、引き続き調査・観察は必要であるということは、その通りだと思います。安心してはいけなけれど、恐れすぎてもよくないと思うのです。

今日日本で起きていることを正しく把



ステパノーバ医師に質問する鎌田理事長

握して、これから起こるであろうことを適切に予測し、そのための対応を取っていくことが大切なのだと思います。あふれる情報に振り回されることなく、しかし危機感もきちんと持って、自分と家族の健康を守るために何ができるか、考えることが大切なんだと思います。

これで私のウクライナ渡航は終わる予定でしたが、急遽イラクに行くことになりました。

目的は2つあり、「JIM-NETが支援しているナナカリ病院の視察」と「JIM-NETが支援しているシリア難民キャンプの視察」です。

イラクのアルビルにあるナナカリ病院では感染症対策が急務で、医師や看護師を日本に招聘して感染症対策の研究を受けてもらったり、JIM-NE

Tの看護師がナナカリ病院で感染症対策を実施していました。

数年ぶりに訪れたナナカリ病院は、手洗いうがいの励行とマスク着用がなされており、以前はなかったカーテンが取り付けられていました。また、多くの点滴確保の仕方も適切でした。そんな中、鎌田先生から「もう1回、感染症のセミナーをここでやったら？」

国井、やればいいんじゃない？」と言われ、トントンと話が進み……現在(2月9日)この原稿をイラクのアルビルで書いています。何と明日は、ナナカリ病院で「感染症対策セミナー」を開催することになっています。数年前よりナナカリ病院スタッフの意識が変化したように見えたのですが、さで、どうでしょう？ 結果は明日わかると思います。

戦火を逃れてイラクにやってきたシリア人のためのダラシャ克蘭難民

キャンプにも行ってきました。JIM-NETはダラシャ克蘭難民キャンプで妊産婦支援を行っています。ここで暮らしているシリア難民は約7300人。うち妊婦さんは約200人いますが、一番近い町まで車で約1時間かかるのに車がないということもあり、妊婦さんが妊婦健診を受けられずにいます。そのためJIM-NETは、妊婦さんが健診を定期的に受けられるようにバスを供与し、地元団体に運営を任せて共同で支援を行っています。また、妊娠を望まない女性が多いため、キャンプ内のクリニックでは避妊薬や避妊具を配布していますが、専門家がいないため、JIM-NETに「専門家による、家族計画セミナーを開催してほしい」と依頼があり、私とその役目を担うことになりました。その報告はまたの機会にお伝えします。

ベラルーシの食品放射能基準値

2013 年度ベラルーシ保健局

単位：Bq/ kg

ミネラルウォーター	370
飲料水	370
クワス	370
リキュール	370
ビール	370
植物油脂・オイル	40
マーガリン	100
マヨネーズ	370
動物油脂	100
鶏油脂	100
豚のサラ（塩漬け豚油身）	100
ジャガイモ	80
にんじん	100
根菜類	100
ねぎ	100
他の食用葉物	100
香草	100
野生のすかんぼ	100
カボチャ	100
キャベツ	100
玉ねぎ	100
キュウリ	100
ピーマン	100
トマト	100
他の野菜	100
トイクロフ（カボチャ科）	100
にんにく	100
かりん	40
他の果物	40
柿	40
りんご	40
柑橘類	40
スイカ	40
アプリコット	40
さくらんぼ	40
スグリ	70
くろうめもどき	70

他の栽培イチゴ類	70
スマロージナ（すぐり属）	40
他の野生のイチゴ類	185
栽培干しりんご	370
野生干しりんご	370
栽培イチゴのコンポート	74
栽培イチゴの缶詰	74
缶詰野菜	74
野菜ジュース	74
果物いちごジュース	74
白樺ジュース	370
クルミ	370
カボチャの種	370
ひまわりの種	370
けし	370
キノコ	370
干しキノコ	2700
菓子	370
○幼児用食品	37
乳酸飲料	
牛乳	
凝乳	
肉の缶詰	
イチゴの実の缶詰	
魚の缶詰	
凝乳菓子	
砂糖	60
塩	370
茶	3700
コーヒー	3700
蜂蜜	3700
薬味類（とうがらし・胡椒）	3700
食物カゼイン	370
ぬか	370

ベラルーシの食品放射能基準値

生乳	100
調整乳	370
クリーム	100
ヨーグルト	100
ケフィール	100
馬乳	100
他の乳酸飲料	100
スメターナ（サワークリーム）	100
各種チーズ	50
フレッシュバター	100
牛乳製品	370
コンデンスミルク	200
濃厚乳	200
他の生乳製品	100
牛肉	500
豚肉	180
羊肉	500
山羊肉	370
鶏肉	180
鴨肉	180
ガチョウ肉	180
七面鳥肉	180
豚肉製品	370
牛肉製品	370
羊肉製品	370
山羊肉製品	370
鶏肉製品	370
野生いのしし肉	500
鹿肉	500
野生のうさぎ肉	500
野鳥肉	370
他の野生動物の肉	370
牛・子牛のゆでソーセージ	500
豚のゆでソーセージ	180
鳥のゆでソーセージ	180
混合肉のゆでソーセージ	500

牛・子牛の燻製	500
牛・豚の燻製	180
牛・鳥の燻製	180
牛・子牛のソーセージ燻製肉	500
豚のソーセージ燻製肉	180
鳥ソーセージ燻製肉	180
牛肉の缶詰	500
豚肉の缶詰	180
山羊肉の缶詰	500
鶏肉の缶詰	180
他の肉製品	370
卵	370
ライ麦パン	40
小麦パン	40
白パン	40
輪形乾パン	40
他のパン製品	40
えんどう	100
他の豆類	100
いんげん	60
穀物	60
ライ麦粉	60
小麦粉	60
他の粉	60
マカロニ	370
淡水魚	370
淡水魚製品	370
海水魚	370
他の海水魚製品	370
淡水魚の缶詰	370
海水魚の缶詰	370
他の海産物	370



リカ医師、研究と学会 発表のため再来日

神谷さだ子（事務局長）

真夜中、隣室の明かりがついたまま、物音もありません。来日2日目のリカ先生の部屋です。起きていつて見ると、リカ先生は、パソコンを開き、膨大なデータの画面をじっと見つめています。気安く声をかけられない、緊張のオーラが出ています。

今回は、4月に名古屋で開かれる日本小児科学会でイラクの小児白血病治療について発表します。その一カ月前に来日したのは、松本の信州大学医学部小児科の実験室で、新たに骨髄異形成症候群の遺伝子解析に取り掛かるためです。

来日早々、夜遅くまで集中していたのは、3本目の論文を滞在期間中に仕上げたいからだと言っていました。彼女の来日期間中の集中力と前向きな姿勢、回りの人たちに対する気配りには、いつも敬服しています。これからも、リカ先生の調査研究が、イラクの子ども達のために活かされて行くことを確

信しています。

また、大きなスーツケースにいっぱいイラクの食料を詰めてきました。きつと、今回同行しなかったお母さんのフダさんの配慮でしょう。アルビルで弟のウイサムさんから聞いた事がありました。「リカのお料理は、お茶を入れることとゆで卵です」

ルームシェアしている私は、彼女の料理の腕を聞いていたので、リカ先生が作るイラク料理の未知のスパイス使いにおののきながらも、フダさんのいない共同生活を二人で乗り切ろうと励ましあっています。

福島支援

復興は見えない



遠藤医師（左端）と一緒に負けない体操で身体をほぐす仮設の方々（写真提供 藤原勇彦）

「まけないぞ！ まけないぞ！」と首にも頭にも巻けない半端な長さのタオルを使って、健康体操をする南相馬市鹿島区の仮設住宅の方たち。未来は見え、不安が募る。JCFは、この地に在る方たちとささやかに繋がっていく。

震災から4年目を迎えて

横内香苗（JCF事務局）



飯舘村では除染作業で集めた土壌がブルーシートで覆われ散在している

JCFが福島原発震災の年の5月から始めた1年間のガラスバッジプロジェクトは6月で3サイクル目を終えようとしています。JCFでは皆様からのご寄付により購入したガラスバッジ（積算線量計）50個を福島の住民に装着していただいています。

2011年は主に南相馬に住む妊婦、お子さんを中心とした方に、2年目のプロジェクトは継続して装着した6名を含め、同じく南相馬在住でホルボデー検査を受けた大人の方や郡山市在住の大人や子どもにも広がりました。

南相馬市で行うガラスバッジによる被曝線量調査が広まったため、子どもの装着希望者が減りました。その後郡山市での希望者が増え、3年目は福島県内の中学生以下13名のお子さんを含む延べ56名の方が利用してくださいました。南相馬市や郡山市を訪問した際結果をお届けし、時には会ってお話を

伺うことで生活や現地の様子を知ることができました。

1年目は見えない放射能を数値化し確認できた事で生活パターンを変えたり、実際に値の高かった方の家を地元除染チームが細かく調査し除染して下さった例もありました。3年たった今も変わらず放射能と向き合う日々が続いています。

目に見えて変わったことはやはり街の様子の変化です。外に出る人が増えました。新しいお店、再開した店舗、企業もあります。警戒区域解除になった地域もあります。空間線量が少なくなつたので自転車で外出する方を多く見かけました。地元に戻ってくる人も増え、一見事故が無かつたかのように日常を送っているように見えますが、実際にアンケートを取ってみると数値に現れる放射能を全く気にせずにはいられないようです。

街中にできた室内の遊び場で子ども

を遊ばせたり、県外に保養に出かけた
り、放射能を意識しながら生活の工夫
をしています。野菜を自ら栽培し、測
定したものを食べている方もいまし
た。大人のホールボディ検査は一度
受けると2度、3度受ける人は少ない
そうです。大人がバッジを付ける事で
放射能に対する意識が向けられるた
め、小中学生に対するガラスバッジ装
着を無理に進める必要は無いと思いま
すが、付ける事で放射能に対する意識
が向けられるのではないかと思いまし
た。

「過去の出来事になって風化してし
まうことが怖いです。3年すぎでも全
然変わっていないと思います。自分自
身が何もできていないことが悲しい、
多くの人に現地のことを伝えて欲しい
です」と装着した方がアンケートに書
いてくださいました。

現地を訪問すると、毎回変化が見ら

れます。福島から車で南相馬に向かう
際通過する飯館村は大掛かりな除染作
業をしています。2月末に通過した県
道はだいぶ線量が減っていました。し
かしそれも見える範囲でのことです。
南相馬小高地区のガレキ撤去の現場
へ直接お弁当を運んでいるのは地元
福祉作業所「ほっと悠」さんです。撤



クリスマスにサンタの衣装でお弁当を配達する「ほっと悠」スタッフ

去作業しているのはボランティアも含
む地元の方々です。お弁当の配達ルー
トを廻る車をボランティアの方が運転
し、助手席に座る作業所のメンバーは
お昼時間に間に合うように配達ルー
トを確認し確実にお弁当を届けます。地
元の方に喜ばれて、お弁当の注文も増
えているという事です。

仮設住宅の方の診療を続ける絆診療
所も、仮設住宅に閉じこもりがちな住
民を支えています。仮設住宅敷地内に
ある集会所での健康状態改善のため
おはなし会と栄養指導を年間26カ所
で行ってきました。

JCFは財団法人JKAの助成金を
利用し、この会を応援しました。調理
場のない狭い仮設の台所での、簡単に
栄養価のある食事作りの指導は大変喜
ばれました。月に一度訪問して下さる
作業療法士の岡本さんの健康指導はと
ても楽しく、皆さんのお顔が輝いてゆ
く様子を拝見し私も嬉しくなりまし



エコーで甲状腺健診をする絆診療所遠藤医師

た。絆診療所は来年度もこの事業は続けて行くという事です。心や体のケア、いのちを育む食事の指導も大切です。

絆診療所のスタッフは同じ仮設で診療所を開いているので、仮設住宅に暮らす不自由さを身近に感じています。この診療所の活動を、JCFは今後も

応援していきます。行政は一日も早く仮設住宅の環境を整えて欲しいと思います。

2011年の震災直後から妊婦さんや子どもたちに関わってきましたが、その後の出産数はどうなっているのだろうか？ ガラスバッジを必要としている妊婦さんはいないだろうか？ と思い、地元の産科の看護師さんに聞いてみました。

事故の影響で一時は県内の「里帰り出産」が大幅に減ったそうです。しかし2013年の7月と8月の出産数は事故前の2010年の同じ月の件数を上回りました。実際南相馬市でもここ最近出産が多くなっているそうです。

しかし出産できる病院は減りました。保育園、幼稚園の受け入れ態勢は間に合っていないません。分娩を実家のある福島でという事なので実際に子どもの数が増えているかどうかは定かではありません。今現在でガラスバッジ装



相馬養護学校訪問、右から横内、養護学校を支援する会の高橋美加子さん、養護学校校長先生、神谷

着を希望する妊婦さんはいません。年度末になり、人々の動きもあると思います。今後の変化も追って報告します。



ツイッター、フェイスブックを始めます！



JCFのホームページのスタッフブログには事務局の動きや活動に関わる日々のできごとをアップしています。
このブログの更新をTwitterで広くお知らせして、多くの方にJCFの活動をお知らせできたらと思います。

また福島やベラルーシ訪問での新しいニュースをグランドゼロを待たずにお知らせするツールとしてFacebookも活用していきたいと思います。

Twitter：@JCF_matsumoto

Facebook：日本チェルノブイリ連帯基金

JCFを応援して下さる皆さまからのお声もお待ちしております。
どうぞよろしくお願いいたします。



JCF こども甲状腺検査と 一般小児科検診報告

◆目的

2011年3月11日以降の、福島第一原発事故によって大気中に拡散した放射性物質によりどんな健康被害が起こるか、特に発育期で細胞分裂がさかんな子ども達への影響が心配される。そのため、子ども達の異常を早期発見し、治療につなげるため、こども達の健康被害を心配する保護者の心配を緩和するため、福島県から離れた長野県でも検診を行おう、と取り組んでいる。

◆方法

・甲状腺：諏訪中央病院内分泌科の三村芳和医師による超音波診断装置による画像診断。

◆結果

月2回（金曜日）一回2人枠で外来検診を受けることができる。
 ・小児科検診：信州大学付属病院小児科外来にて中山佳子医師による診察、血液検査、尿検査
 毎週、月曜日に一回4人枠で外来検診を受けることができる。
 受信希望者は、JCFの事務局へ申し込む（受診日程調整とアンケート記入）。

(1) 検査を受けた子どもの数

年齢	甲状腺検査	小児健診
幼児(0～5才)	7	76
小学生(6～12才)	31	64
中学生(13～15才)	4	14
高校生(16～18才)	0	2
合計	42	156

(3) 甲状腺検査結果

問題なし	小のう胞散在	2mm以下の結節と5mm以下のう胞	生理的リンパ節
12	11	12	9

上記症状は重複してカウントされている場合もあります

(2) 事故時の住所

県名	甲状腺	小児健診
福島	21	116
東京	5	2
千葉	4	10
茨城	3	10
栃木	3	11
群馬	2	4
埼玉	2	0
神奈川	2	3

◆のう胞・リンパ節とは

「のう胞」とは甲状腺にできた体液の貯まった袋状のものです。健康な方でも見つかることが多い良性のものです。中には、のう胞の内部に結節（しこり）を伴うものがあります。このような場合、通常のをう胞と診断されることが多いのですが、今回の調査では、結節を見つけることが目的であるため、これをあえてのう胞とせず、結節と判定しています。

体の表面に近い部分で、リンパ節がたくさん集まっている場所は、上から、後頭部の髪の毛生え際、耳の前後、首筋、あごにかけてのライン、わきの下、足の付け根などです。誰でも体の中に全部で数百個のリンパ節を持っているのですが、普通は小さくて皮膚の上から触ってもわかりません。ところが、風邪を引いたり、けがをしたりして、

細菌やウイルスがリンパ液の中に入り込んでくると、まず、リンパ節の中でせき止められます。やがてそれらの正体を見極めたり、退治しようとして白血球やリンパ球が集まってきて、戦いを挑みます。多くの場合は、白血球方が勝利を収めますが、その戦いの結果として、リンパ節が腫れてきます。

多くの場合は、小競り合いですみ、発熱など他の症状は特になく、リンパ節を押さえても痛くありません。大きさもせいぜい小指の頭ほどで、知らないうちに、またしぼんでいきます。風邪引きやけが多くて、しかも免疫の働きが活発な子どもときに、小さなリンパ節が腫れて、皮膚の上からグリグリ触るのは生理的なことで、まったく心配いりません。

ロー。治療を必要とする疾病への進行は無し。

◆今後の検診計画

JCFが受付窓口となって行っている甲状腺エコー検査と小児一般検診は、開始時に比べ、申込者が少なくなっている。しかし、2月7日に発表された福島県健康管理調査の報告にみるように、さらに甲状腺の悪性腫瘍または悪性腫瘍と疑われる子ども達の人数が増えている。このことから、早期発見早期治療につなげる定期的な甲状腺エコー検査と一般小児検診は引き続き必要があると思われる。

◆一般検診結果

15名が信州大学医学部附属病院でフォ

『発酵食で免疫力UP!』 講師を続けて思ったこと

染谷 恵理子



発酵食を使った料理教室で説明する染谷さん（右端）

『発酵食で免疫力UP!』と題した料理教室を始めて、1年が経った。もとはといえば、ブランドゼロ94号

のコラムに「免疫力を上げるために発酵食を極めたい。できれば地元の人とのコラボで楽しくお料理教室でもできれば……」等と書いたのがきっかけだ。

神谷さんの「ぜひやりましょう!」の一言で、プロジェクトが立ち上がったものの、外部から先生を呼ぶコネもなければお金もない。

やむを得ず言いだしつべの私が、当面の間は……との期間限定(!)で講師を引き受けることになったのだ。

だが、特に調理師免許を持つわけでも栄養士の資格を持つわけでもない、にわか講師であるが故に、毎度毎度講座の前は関連書籍を読み漁り、試作を重ねるものの前日までレシピどおりに仕上がるなかったり(!)とまあ失敗は掃いて捨てるほど。

だが、何とかJCFの講座ラレ講

座も含め5回、出張講座(松原公民館で2回)を終えることができた。

幸いにも途切れることなく講座は回を重ねることができ、受講してくださった方も延べ人数で百人を超えた。

改めて、このようなへつこ講座にもかわらず来て下さった皆様、陰ながら支えて下さったスタッフの皆様にご心からのお礼を申し上げます。

さて、拙いながらも免疫力を上げること考え続け、食材や調理法を模索する中で、気づいたことがいくつかある。

ひとつは被曝対策(免疫力強化)はアンチエイジングなのではないかということ。

もちろん化粧品会社のいうそれではなく、体の臓器ひとつひとつが健康で、多少の不調や不具合があっても自らの

力で修復し、毒素を排出していける「めぐりのいいカラダ」になることの意である。

そしてその根幹となる臓器はどうか「腸」なのではないかということもわかってきた。

若い頃、様々なダイエットに励み、若くありつづけることに執念を燃やしてきたものの、ひとつとして続かなかった私だが、そのときの聞きかじった知識やトライし続けた体験が、時を越えて、まさかこんな形で集約されるとは思ってもみなかった。経験って大事である。

そもそも病気はもとの体質も含め、原因が結実して現れ出した結果にすぎない。

被曝で出てくる病気や不調が、甲状腺の異常や白血球、脳溢血などにとどまらず各人各様なのは、その人の弱っているところに病状が現れるからであり、単に体調不良も含めればすでにあ

ちらこちらで兆しが出てきているのはご存知の通りである。

もちろんきちんと診察を受け、治療を受けるのは大切なことだ。

しかし実際のところ何か病変が起きたら薬でも何でも飲ませる、悪い部分を取る……というのは緊急の対処療法でしかなく、被曝症状がその人の弱っている部分に次から次へと現れ出る以上、おおもとのカラダをないがしろにしていたら意味がない。

自分の体は自分で守る。そのためには何ができるのか。

ケミカルなものではなく、手に入れやすいもので、毎日の習慣としても続けやすいものは何か。

たどり着いた先にあつたのが、長寿県といわれるここ長野県でごく自然に食べられている漬物であり、味噌であり、しょうゆであり、いわゆる麴を元に発酵させて作られる従来からの和食だった。

ただ、免疫力を上げるうえで誤解し「欲しくないのは、「〇〇を摂ったら健康になる」という単純なものではないということ。カラダ作り・免疫力

UPは地味な毎日の積み重ねが大切であり、各種臓器の中で免疫をつかさどる臓器が腸である以上、まずは出すことがスタートとなる。

まずは毒素も含め「カラダから不要なものを出す」こと。そのためには各臓器を疲れさせず、適度な休息をとり、臓器が活動しやすい体温（36℃後半）を維持



すること。食べ過ぎないこと。よく咀嚼して体内の酵素（＝代謝をつかさどるものでもあるため、食事の消化でオーバーヒートしてしまうとカラダの修復に回らなくなってしまう）を無駄使いたくないこと。添加物を避け、加工品に頼らない食事を作ること。

料理講座を始めたときは、ただ漠然と「便秘にも効くし発酵食っていいのかも……」くらいにしか思ってたが、食べ物の消化吸収を助け、体内に酵素を補完し、必須アミノ酸やビタミン、場合によってはミネラルまで無理なく摂取できる発酵食のメリットは計り知れない。

温故知新というけれど、冷蔵庫がなかった時代に保存のために作られていた昔の食べ物……というだけではなく、なぜその食材が発酵食として食されているのかも含め、今後とも追求していきたいと思っている。



教室の後はテーブルを囲んで昼食会

そして、私がこの講座でぜひともやりたかったことのもう一つは、考え方や立場を超えてつながりあう場作りと地元の方との交流だ。

私がかつて住んでいた地元で、仲の良かったコミュニティが原発や放射

能対策についての考えの相違からバラバラに分断される様を見てきた。

当初はひとつになって皆で励ましあいながら頑張ってきたのが、状況が長期化するにつれ、被曝対策の程度、考え方の相違、置かれた立場からどんどんと人の輪が細かく分断されていき、対立が生じてくる。

子どもを守りたい気持ちは一緒なのに、どうして対立と分断が生じてしまっただろう？ いっときだけでも思想信条を忘れてほっこりできる場をつくれぬか？ と考えて出てきた答えが「みんなでご飯を作って一緒に食べること」だったのだ。

本当はもともと地元の方にも参加してもらい、伝統食を教えたいたり、年代の差も越えてつながりあうことができれば……とも思っていたが、ちよつと力不足でそこまでの大きな輪をつくることは適わなかった。

これは次年度の課題として引き続き



大雪で倒壊したビニールハウスの野菜即売会を事務局駐車場で開催

努力していききたいと思う。
そのような中でもちよつと嬉しかったのは、先日の大雪でビニールハウスが倒壊してしまった若い農家さんの緊急援助として、無農薬野菜市を開催することができたことだ。

残雪の残るJCFの駐車場に採れた

て野菜を並べ、どきどきしながら準備をしていたら、早速、車でやってきてくださる方あり、お子さん連れで来てくださる方あり、お友達の方まで注文をとって買ってくださる方もあり、あれよあれよと野菜は売れていき、お昼にはほとんど何も残らないほどの大盛況だった。

人のつながりの強さ、温かさをいっぱい感じ、帰り道では不思議なほど疲れもなく、高揚感でいっぱいだった。

対原発、対被曝を突き詰めていくと、たとえ一匹狼となろうと周りから変な目でみられようと、人とのつながりなどという甘つちよろい輪から抜けて意思を貫き通さないと子どもは守れないという趣旨のことをよく目にする。
置かれている立場や現状を鑑みると毎日が戦いで四面楚歌という方の中にはいらつしやるのだろう。

ただ、やっぱり人は人との関係の中

で生かされるのではないかと、私はどうしても思いたくなくなってしまふ。

どこまでできるかわからないけど、私はいただいた温かさを返せる人になりたいと切に思っている。



測定シフトでタマネギと格闘する三木さん

2年間のデータ整理に 取り組んでいます！

三木 瑛奈 (信州大学理学部4年)

Teamめとはは結成から2年が経ち、依頼測定、給食測定、自主測定など、測定してきた検体数は約900にのぼります。個々の検体の測定結果は、依頼者へ説明したり、Twitterやホームページで結果を公開したりしてきました。

今年度が終わるこの時期にあたり、一度これまでの測定結果全体を見渡してみようということで、過去のデータの整理作業を開始しました。

まずは過去に測定してきた検体を分類します。具体的には依頼書を見ながら、エクセルを使って測定データを次の5つの項目に分類し、ラベル付けします。

- ◆ 公開・非公開
- ◆ 依頼検体・給食・自主測定検体
- ◆ 産地
- ◆ 加工食品・非加工食品・飲料水・

牛乳・乳児用食品・土壌・灰・落ち葉
◆ 野生食材・魚介類・肉類・乳製品・きのこ・海藻・米類・穀物・果実・野菜・調味料

ラベル付けができれば、誰でも検索をすることができるようになります。たとえば、味噌からセシウムが検出されているか知りたいときに「味噌」という言葉で検索すると分類された測定データを見ることができます。

また、分類が完了すれば、産地別・種類別にまとめることができ、どの地域のものが検出されているかという汚染マップもつくることができます。時間推移もみることで、これまでの活動の意味づけや今後の取り組み方について検討したいと考えました。

データ整理をしている中で、複数人で作業をするため、この検体がどれに分類されるかの認識が違うために同じ

種類のものも違う分類がなされたりし、これに対する考えを共有する必要がありま

測定開始直後に測定したものは、情報が少なく、分類時に悩むことが多いです。これまでこのようなラベル付けをするには考えずに来たので、今回過去にさかのぼって、測定してきた検体を分類する作業が必要となりましたが、これからは測定する時点で分類できるようにします。

めとば発足当時の依頼書も今とは違い、情報量が少なくなっています。やはり何か新しいことをやり始めるということは大変で、さまざまな改善がなされて今に至るのだなど、過去のデータや依頼書を見ていて感じます。目先の作業にとらわれず、やりたいことはつきりさせ、このデータは必要かどうかを考えながら作業する必要があります。

現在、このラベル付けがやつと終わ

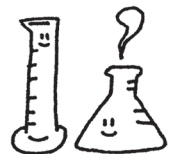
ろうとしています。これからこれらのデータを産地などあるカテゴリに注目し、まとめたものを考察していきます。この一連の作業はエクセル機能を駆使しており、

「エクセルを使えば、データ処理でやりたいと思うことはたいていできます」

と言える、頼もしいメンバーがいて、私たちにとつてもエクセル機能の勉強になっています。



データ処理に取り組む Teamめとば石川君



初めて長野県測定所 連絡会に参加して

土本 航也 (Teamめとば)



長野県測定所連絡会 右から Teamめとば浜崎さん、土本さん

2014年の3月1日にJCF事務所にて開催された長野県測定所連絡会に、Teamめとばの一員として参加する機会をいただいた。

私はTeamめとばに入ってからまだ日が浅いので、関連する知識や長野県内の各測定所の状況について勉強し、アンテナを張り巡らせるための絶好の機会となった。特に今回の連絡会

における勉強会講師・横浜の黒猫さんのお話からは、私がTeamめとばの一員としての今後も活動を続けていくうえで必要な認識のいくつかを得ることができた。参加されていた県内の測定所の方々にとつては確認事項、だったかもしれないが、経験の浅い私はまさに目から鱗が落ちる思いであった。

横浜の黒猫さんの講義はまずリスク判定の話から始まり、ここでは国や自治体が「危険である」という判断を下すような基準についてのイメージを掴むことができた。定められている放射

能の基準値は把握していたが、実際にそれらの数値がどう扱われるかについては自分が十分に理解していなかったことを再確認した。

測定にあたって私が考え直すべきなのは、自分が判定の基準を理解した上で、提示されているデータに対してどう向き合っていくかということなのだろう。

今回の講義では、データを見る際には個人の基準を持って臨むべきであるというような内容も話されていたと思う。例えば、食品から数ベクレルの放射能が検出されたという結果があるとして、具体的な個人の基準という物差しがないままデータを眺めた場合に結果表から読み取れることは、究極的には放射能を検出したかしないかという2値のみになってしまうのではないだろうか。

確かに検出されたというのは問題になりうるし、その結果に対して危機感

を抱くことは高い意識の表れともいえるだろう。だがしかし、本当に気を付けるべきはそれだけであろうか。

講義で上げられた例に、水道水、米、小麦などの摂取量と放射能濃度の関係を表示したグラフがあった。私はこのデータを見て、仮に同じような検出値（Bq/kg）を持つものがあっても摂取量によって体内に取り込まれるセシウムの量が異なることが予想でき、実際に体内被曝の影響について思案する際にはその正味のセシウム摂取量を元に議論しなくてはあまり意味がないということがよくわかるグラフだと思った。これは、測定結果を見て検出か非検出かだけを気にしていたのでは全く気付くことのできない点であり、検出値そのもの、あるいは検出／非検出の2値に意味を与えすぎないために何らかの（食品の種類によるものが妥当であろうか）重みづけを行ってから定量する必要があることを説明するものだ。このよう

に実際的な影響に対する評価は、恥ずかしながら今まで私あまり重視していなかったものであり、他にも関連知識をいろいろ吸収できたことがとても有意義であった。

Tea m e とはばの活動のうち主軸の一つとなるのはやはり依頼検体の測定であるから、これまでの私は正確な測定を行う手法の習得に意識的に取り組んできた。大学で学んだことの助けもあり測定自体のことについては段々良

く解ってきたので、これからはデータの読み方についてより深く追求していくことが、私個人を含めTea m e とば全体としても必要性を増してきたと思う。私が検体の測定結果を依頼者に対して説明する機会にはまだ巡り合っていないが、この先でそのような機会に恵まれたとき、「測定した結果、放射能が検出されました。下限値は幾らです」と伝えるだけでは芸がないので、プラスアルファとして定量的な考察を

付け加えたものを、自信を持って伝えられるように準備をしていきたい。

またTea m e とはばは発足後2年とこの測定結果を整理し、主に統計としてのデータから読み取れることを公表する準備を進めている最中である。これに際して、私を感じたことや学んだことを仲間内で共有し、より質の高いデータを提供できればうれしいと思う。



長野県測定所連絡会で情報交換

放射線測定器を

貸し出します！

先日ガラクタ座の木島千草さんから、放射線測定器の種類と利用法についての問い合わせがありました。

木島さんは昨年どんぐりプロジェクトで福島市教職員組合とつながり、今回組合を訪問したそうです。

組合では放射能汚染前と同じように子ども達が自然の物に安心して触れ親しみ遊び、自然から学ぶ機会を与えるためのプロジェクトを続けています。その遊びに使う木の実からの被曝を防ぐため、木の実の放射能測定を行った後にそれぞれの学校に送っています。

しかし食品も測れる測定器を使用しているため、一回の測定準備（ある程度の量を細かく砕く）に時間がかかろうえに一つの箱に入っている物もその中

で場所を変えて測定すると放射能が検出されるなど不安材料もある。組合の中でもプロジェクトにかかわる方が少なく、多くのものを測定することは現状の測定器ではとても大変そうで、木島さんはこの現状をみて居ても立っても居られない気持ちになったそうです。

木島さん自身も昨年木の実を福島に持っていきました。持っていくときややはり汚染のない物をとの思いからJCFで測定をしていきました。木島さんが時間がないということと木の実の数が多いため、短時間で汚染状況を知るために γ 放射線に対しきわめて高い感度を示すシンチレーションサーベイメータを表面にかざし、数値が高い部分があれば、その部分のみを他の測定器で測定するという簡易スクリーニングを行いました。幸いこの時は放射能は検出されず問題なく持っていくことができました。木島さんの話を聞き、

今後どのような場合にどのような機器を使用すれば効率的に測定できるかを考え、JCFにある測定器を有効に活用してもらえように貸し出しもしていきたいと思います。

JCFが持っている測定器を左記のように一覧にしてみました。

- ①は現在福島に貸し出しをしています。が、事務局にも数台の在庫があるので、線量が高そうな場所に出かけるときや、避難されて来た方が帰省するときなどに利用して頂きたいと思います。
- ④は貸し出しはできませんが、郵送での測定も受け付けていますので、是非ご利用ください。

詳細は事務局にお問い合わせ下さい。

（電話 0263-46-4218）

中澤啓子（JCF事務局）

JCF所持 放射線測定器一覽

製品名	検出器	利用用途	検出可能な放射線	備考
① ウルトララディ アックプラス (ガイガーカウンター)	GM管	空間線量：○ 累積線量：○ 表面汚染：× 食品：× 核種分析：×	α線：× β線：× γ線：○ 中性子線：×	NaIより感度が少し低い 軽量で携帯に便利
② マイレートPDR -111 ポケットサーベイ メータ	CsI(Tl) シンチ レータ	空間線量：○ 累積線量：× 表面汚染：× 食品：× 核種分析：×	α線：× β線：× γ線：○ 中性子線：×	NaIより感度が少し高い 軽量で携帯に便利
③ TCS-172 B シンチレーション式 サーベイメータ	NaI(Tl) 検出 器	空間線量：◎ 累積線量：◎ 表面汚染：× 食品：○ 核種分析：×	α線：× β線：× γ線：○ 中性子線：×	放射線(γ線)に対する感度 が極めて高い 簡易スクリーニング可
④ CAN-OSP-NAI 食品放射能測定 NaI(Tl)シンチレー ション検出器	NaI(Tl)シンチ レータ検出器	空間線量：× 累積線量：× 表面汚染：× 食品：○ 核種分析：○	α線：× β線：× γ線：○ 中性子線：×	スペクトルデータ表示 I131、Cs137、Cs134、K40の 核種検出 食品中の放射能セシウムス クリーニング法対応可 給食測定基準に合致

①



②



③



①②③は空間放射線量を調べるのに適している。

④は食品、水、土壤中にどのような核種がどの程度あるかを調べるのに適している。

865	01月22日	かつおぶし	国産		326	72000	ND<3.56	ND<4.07
866	01月28日	煮干し粉	国産		640	57600	ND<2.18	ND<2.46
867	01月21日	ブロセスチーズ	オセアニア、欧州他		1001	18000	ND<2.48	ND<2.76
868	01月23日	海水塩	メキシコ・オーストラリア・日本		1025	18000	ND<2.39	ND<2.67
869	01月24日	春雨（澱粉麺）	国産		526	18000	ND<4.41	ND<4.96
870	01月27日	赤ワイン	チリ、アルゼンチン		975	18000	ND<2.53	ND<2.82
871	01月28日	細切りたくあん	国産		1001	18000	ND<2.46	ND<2.73
872	01月29日	豚肉	長野県		1072	57600	ND<1.31	ND<1.48
873	01月30日	豆腐	長野県伊那市		973	18000	ND<2.57	ND<2.88
874	01月30日	牛乳	長野県茅野市		1034	57600	ND<1.35	ND<1.52
875	02月06日	牛乳	長野県松本市		1031	57600	ND<1.36	ND<1.52
876	02月05日	卵	長野県伊那市		767	64800	ND<1.64	ND<1.85

NDとは検出限界値未満のことで、ND<の右の数字が検出限界値です。検出限界とは有為な放射能を検出することのできる下限値で、有為な放射能とは、統計的に見て、バックグラウンド値と明らかに異なる放射能が検出されたと判断できるといふことです（単位：Bq/kg）。放射能濃度には誤差（±の右の数字）があります。

食品衛生法上の基準値（厚生労働省 医薬食品局食品安全部 平成24年4月1日施行）

放射性セシウム	飲料水	10 Bq/kg
	牛乳	50 Bq/kg
	一般食品	100 Bq/kg
	乳児用食品	50 Bq/kg

JCF-Team めとば食品等放射能測定結果 (測定結果公表可のデータののみ)

2013年12月～2014年3月

No.	測定日	試料名	産地	重量 (g)	測定時間 (秒)	セシウム 137 (Bq/kg)	セシウム 134 (Bq/kg)
843	12月12日	畑の土	神奈川県伊勢原市	866	19800	18.8±3.62	7.43±1.77
844	12月11日	昆布	国産	420	18000	ND<7.33	ND<7.33
845	12月16日	たまごそばろ	佐賀県	1000	9000	ND<3.52	ND<3.93
846	12月17日	かぼちゃペースト	北海道	1001	18000	ND<2.57	ND<2.88
847	12月19日	ゆず果汁	高知県安芸郡	1108	18000	ND<2.39	ND<2.64
848	12月24日	しょうが	高知県	769	18000	ND<3.20	ND<3.63
849	12月25日	干しイモ	茨城県	312	55800	ND<4.26	ND<4.83
850	12月26日	干しイモ	茨城県	312	66000	ND<3.99	ND<4.52
851	01月08日	糸寒天	不明	252	54000	ND<5.09	ND<5.77
852	01月07日	にんじん	千葉県	657	18000	ND<3.62	ND<4.10
853	01月08日	大根	神奈川県	808	18000	ND<2.99	ND<3.35
854	01月09日	きのこ缶詰	福島県耶麻郡	435	19800	ND<4.93	ND<5.55
855	01月09日	鹿肉	長野県松本市	734	57600	ND<1.85	ND<2.08
856	01月15日	鹿(レバー)	長野県松本市	763	57600	ND<1.78	ND<2.00
857	01月10日	大豆	群馬県	814	21600	1.75±0.996	ND<3.59
858	01月14日	こんにやく寒天	不明	202	54000	ND<6.22	ND<7.10
859	01月15日	ゆで大豆	群馬県	1144	21600	ND<2.15	ND<2.42
860	01月16日	こんにやく	青森県	991	16200	ND<2.76	ND<3.13
862	01月21日	米	新潟県	1000	57600	ND<1.38	ND<1.53
863	01月23日	米	長野県	1000	57600	ND<1.37	ND<1.53
864	01月17日	酒	国産	972	18000	ND<2.60	ND<2.89

899	02月28日	麴	日本、アメリカ	576	21600	ND<3.65	ND<4.11
900	02月28日	大豆	長野県	782	43200	ND<2.24	ND<2.57
901	03月04日	ほうれん草	福島県	471	18000	12.3±2.87	4.93±3.25

No.	測定日	試料名	産地	重量 (g)	測定時間 (秒)	セシウム 137	セシウム 134
						(Bq/kg)	(Bq/kg)
877	02月14日	みかん	静岡県	963	21600	ND<2.36	ND<2.64
878	02月20日	こんにゃく	長野県伊那市	1018	16200	ND<2.48	ND<2.77
879	01月31日	みそ	長野県伊那市	1078	18000	ND<2.40	ND<2.69
880	02月03日	炭酸飲料	国産	1050	10800	ND<3.05	ND<3.40
881	02月03日	清涼飲料(紅茶)	国産	1068	10800	ND<3.03	ND<3.36
882	01月29日	さつまいも	千葉県	1006	18000	ND<2.56	ND<2.89
883	02月05日	灰	長野県伊那市	542	10800	64.1±12.3	15.2±4.7
885	02月04日	ニンジンペースト	北海道	977	18000	ND<2.53	ND<2.86
886	02月06日	かまぼこ	アメリカ、日本	1035	18000	ND<2.34	ND<2.63
887	02月07日	チンゲンサイ	愛知県	1022	18000	ND<2.47	ND<2.78
888	02月10日	まぐろフレーク	太平洋中西部	983	18000	ND<2.53	ND<2.81
889	02月12日	なると	アメリカ・タイ	822	18000	ND<2.85	ND<3.19
890	02月13日	しょうゆ	アメリカ、日本	1187	18000	ND<2.16	ND<2.42
891	02月25日	米	千葉県鴨川市	968	19800	ND<2.37	ND<2.65
892	02月18日	チキンガラスープ	日本、ニュージーランド	974	18000	ND<2.53	ND<2.85
893	02月20日	乾燥きくらげ	国産	366	54000	ND<3.65	ND<4.18
894	02月21日	味付きえのきなめだけ	長野県	951	10800	ND<3.36	ND<3.76
895	02月24日	バター	北海道	893	3600	ND<5.79	ND<6.49
896	02月26日	オリーブオイル	イタリヤ	882	19800	ND<2.52	ND<2.83
897	03月03日	砂糖	日本、タイ、オーストラリア、他	1000	18000	ND<2.42	ND<2.71
898	02月27日	ほっけ	アメリカ	495	18000	ND<4.56	ND<5.14



ドイツ・マインツの脱原発便り



『読本 フクシマ』リゼット・ゲーブハルト、シュテフィ・リヒター（編）の表紙



『「フクシマ」の後の日本』リゼット・ゲーブハルト、シュテフィ・リヒター（編）の表紙

ハインドルフ・セバスチャン著
『フクシマからの声』

—前編—

矢永二難 訳

「フクシマ」とメディア

2011年3月11日に起きた東日本大震災。地震、津波、福島第一原子力発電所事故という3重の大災害は、東北地方を中心として日本人の生活に大きな影響を与えた。

被害を克明に捉えた写真、日本人が被った生活上の打撃はニュースとなって世界を駆け巡り、様々なメディアがこの出来事を取り上げた。「津波と原発事故がニュースのメインであった」と言ってもよいであろう。

ただし日本の大手マスメディアはこの様な未曾有の大惨事を引き起こした政治経済的な諸条件を根源的に追求する事を放棄してしまっていた。しかし、ツイッター、ブログ、その他のオンライン・コンテンツに代表される「新しいメディア」においては、批判的な意見が多く見受けられた。人々はこのメディアを通じて、現存する原子力ロビーに対して「自らの怒り」を表明したのだ。ただし前述したように、怒りの声が従来のメディアにおいて取り上げられる事は少なかった。

ドイツで報道された「フクシマ」と日本人

日本人が「新しいメディア」で発した批判的な意見がドイツにおいて報道される事はほとんどなかった。ドイツで流されたニュースはドイツ通信社やロイターに代表される大手通信社が発信したものである。

さらに、ドイツのメディアは日本人に対する紋切り型とも言える表現を何度も用いた。所謂、「日本人は辛抱強く、逆境に耐え得る能力を持つてはいるものの、その一方で怒りや不満といった感情を抗議という形で表す能力を持ちあわせてはいない」。

「フクシマ」を巡って

このような状況に一石を投じる為に、フランクフルト大学のリゼット・ゲープハルト教授、ライプチヒ大学のシュテフィ・リヒター教授、チューリッヒ大学のラジ・C・シュタイネク教授が中心となり2011年4月、『「フクシマ」テキスト翻訳イニシアティブプロジェクト』が発足した。

翻訳には日本学の学生も参加し注解もつけ、またオンラインプラットフォームも作成した。テキストには経済、政治、学術、ジャーナリズム、芸術、ポップカルチャー等の

分野で活躍している論者の発言が選ばれた、例えば東浩紀、香山リカが翻訳されている。このように広範な分野からテキストが選ばれているので、読者は様々な角度から「フクシマ」を読み解くことができる。さらに文学的、芸術的なアプローチで原子力発電所の爆発を扱った黒澤明の映画「夢」についての分析もオンラインで読める。



3月3日マインツで開催されたカーニバルは、デュッセルドルフ、ケルンと並ぶドイツ3大カーニバルの一つ



NO.55

やわらぎ

〜福島県・出会いの旅①〜

宮尾 彰

昨年来友人から福島県訪問の誘いを受けながら、私自身
の内に踏ん切りのつかない気分があり、大震災と原発事故
から三年の節目を迎える直前になってしまいました。

十五年前、チェルノブイリ原発事故による汚染地を訪問
した際には、遙か彼方のベラルーシという国を、日常から
相当な距離を置いて眺めていたのに過ぎませんでした。

今や、「汚染地」は私の住む町の地続きにあるのです。
以後、この連載を福島県訪問記とさせていただきます。

はじめて訪れたいわき市は、一面真っ白な雪に覆われて
いましたが、地元の方によればこれはかなりまれな出来事
だということでした。

二月十日朝、私たちを駅の改札に出迎えてくれたのは、
群馬の被災者支援組織「注館林魂」の中山壑さんでした。

立派な体格と軽快なフットワークには心底敬服します。

ITサポート業の傍ら、定期的に被災地全域を訪ねて、
住民の生活面、精神面の手当てを続けておられます。

駅前駐車場に愛車を停めて待つてくれたのは、地元
で「注錦つなみ基金」を運営する菅野理紗さんでした。

必要とされる生活物資を県の内外から調達し、定期的に
配給する互助活動を継続的に展開しておられます。

促されて車のシートに身を委ねた瞬間から、水入らずの
親族のような分け隔てのない融通無碍ゆうずうむげな時間が降りて来ま
した。この、内側と外側とを、何かが行ったり来たりする
不思議な感覚は、今も私の身体の中を流れています。

駅裏を含めて市内数か所に設営された富岡町の仮設住宅を廻り、やがて車は小名浜港へ。ポツンとそこだけ明るい土産物販売施設が、この街の現在を象徴していました。

寄せては返す荒波が、激しく堤防を打ち続けています。

車が止まったのは、お二人が日頃支援活動でお付き合いの深い金成さん宅でした。元網本のご一家は、三月十一日の大地震以来、地域住民の要となり、筆舌に尽し難い日々を乗り越えてこられました。初対面にもかかわらず、炬燵こたつを囲んでの対話は数時間に及びました。

お暇を請い、車は海岸沿いを双葉郡へと北上します。

いわき市を抜けて広野町を過ぎ、楢葉町へ。政府の手で無残に引き裂かれ、無人のままに放置された「眠る街」※。

大雪に覆われた大地には、足跡ひとつ見当たりません。

夜は、菅野さんお薦めのペンション・ミモザに宿泊。

二日目には、いわき駅近くの事務所に平山勉さん（本誌九十七号参照）をお訪ねし、半日を語りました。

双葉郡からの避難者が抱えるさまざまな生活上の必要に応える「相双ボランティア」の活動。各地に散り散りとな

っている富岡町民をひとつに繋ぐための情報発信サイト「富岡インサイド」^{注4}。そして、「未来会議*注5* いわき」。

さり気ない姿の裡に、揺るがぬ意志を秘めた人物です。

二日間の小さな旅を通じて忘れることができないのは、特別な地位も名声も持たず市井しせいに生きる人間の姿でした。

『私も、彼らのように成熟した心で毎日を通じたい』

「成熟した」の一語を反芻しつつ、私は鈴木大拙の言うやわらぎ（メロネス *mellowness*）を想起しました。

即ち、和敬清寂の「和」を「やわらぎ」と読むのです。

これこそ、かど、とげとげしさ、こわばりの対極にある日本古来の「生の感覚」に他なりません。（鈴木大拙著『東洋的な見方』所載「やわらぎ」を参照）

原発事故という明らかなる人災が、未だに私たちの生活を「硬直」させ、人間関係に「死」をもたらしています。

痛ましい姿を以て我が国の孕む歪みを象徴する街で、やわらぎのつばみがしずかにほころびはじめています。

注1〜注5 詳細は各団体のホームページをご覧下さい。
※タテタカコ最新アルバム『ヒト』収録（いわきにて録音）



母から伝わる食卓

ふき味噌

ここの所、私の体は春を待ちきれないのか、春菜ばかりに目がいく様になりました。特に今はふき味噌が食べたくて食べたくて…。まだ雪の降る信州でふきのとうが顔を出すのを今から心待ちにしています。

春に芽吹く野草は冬の間蓄積された体内の老廃物を排泄すると言われていて、春になると私はふき味噌を作り、娘と共にありがたく頂きます。

ふきのとうはふきの蕾で、春先に真っ先に土から顔を出すため「春を告げる山菜」と呼ばれ、特有の苦みと香りを持つので、冬眠から目覚めた熊が一番初めに口にします。栄養素を調べてみると、主成分は水分で、食物繊維や、カリウムやカルシウムなどのミネラル類を多く含有するとの事。カロテン、ビタミンB1、B2も多く含まれ、食物繊維が胃腸の働きを高めて便通を整え、悪玉コレステロールを除去してくれるそうです。また、独特の苦み成分はポリフェノール類で食欲増進、食中毒の予防、消炎作用があり、花粉症にも効果があると言われています。

今回ご紹介するふき味噌はとても簡単でお子さまでも食べやすいので、ぜひ作ってみてください。

<材料>

ふきのとう 100 g程度・味噌 70 g・酒 大さじ1・みりん 大さじ1・砂糖 大さじ3・ごま油 少々

<作り方>

1. ふきのとうは、周りの黒ずんだ葉や根元を取り除き 半分になり、たっぷりの水に2時間くらい浸けてアクを抜きます（途中水が黒ずんだら、新しい水に変えます）。
2. 水気を切ったふきのとうを、みじん切りにします。
3. 小鍋にごま油をひき、味噌、酒、みりん、砂糖を入れて、弱火でなめらかになるまでよく練ります。
4. 練った味噌に、刻んだふきのとうを加え3～4分弱火でよく練り合わせたら出来上がりです。

冷蔵庫に入れておけば、約1カ月程度は保存が可能です。

家族みなさんと美味しく毒素を排出しながら、あたたかな春を迎えてみてはいかがでしょうか。

モスクワ便り



今年のモスクワは、春が早く、暖かです。冬が終わって、町では公園が整理され、人々が安心して歩けるように、たくさん歩行者天国が作られました。モスクワで有名な歩行者天国はアルパートです。今年から、モスクワの各地区に「アルパート」が出現しました。例年の3月はまだ雪があり、とても寒いです。4月でさえまだ暖かくありません。数年前、5月にベラルーシに突然雪が降り、JCF訪問団を驚かせたことを忘れられません。日本人にはショックだったことでしょう。しかし、私は、わが国の気候では、どんなことでも起こりうると思っています。

ところが、今年の3月は4月下旬のようです。雪はずっと無く、空は澄んで、太陽は明るく、気温はプラス15度もあります。そして、この異常はモスクワ市民を驚かしています。人々は夏の異常気象と都市周辺の森林火災を心配しています。最近、グリーンピースロシアはジャーナリストとモスクワやモスクワ郊外の市民に次のような質問をしています。

「2014年は2010年の『噴煙の夏』の再来になるのでしょうか？」

2010年4月16日に最初の巨大森林火災がモスクワ州で起こりました。悲劇的森林火災は5月の祭日の最後の日に中央ロシアで起こりました。外国特派員はマスクをして通りを歩く人々の様子を伝えました。すべてが煙に覆われて近くのビルさえ見えなくなりました。そして、この時もJCFの訪問団がベラルーシに来ていました。オーストリアやドイツではなく、モスクワ経由で帰国した方々はこの時期の大変さを実感したことです。

今年の、雪の少ない冬と早い春の危機は、乾燥した夏以上です。ヨーロッパロシアの中央地域は2014年、記録的な乾燥と暑さに見舞われるリスクがあります。これ以外にも、世界中の国々で夏がいっそう暑くなれば、グローバルな温暖化に向かうでしょう。

ところで、ロシアの極東、ウラジオストックがある沿海州では、2月に何回か大火災が起きました。1000ヘクタール以上で、数十キロまで煙が広がって大きなロングドレスの裾のようでした。私達は火災が引き起こす物質的損害と住民に差し迫る危険についてだけ思いがちです。リスやハリネズミ、大きな野生動物などの森に住む者たちが火の中で死んでいる事は時として忘れがちです。

残念なことに今は何によっても助けることができません。しかし、いつか人間が自分のことを心配するだけでなく、時が来ることを願ってやみません。

イリーナ・ニコラエワ（モスクワ事務局）

振替用紙のメッセージから



- ◎変わらぬ活動に感謝いたします。少しでもお役に立てますように。
- ◎不気味な世の中になりそうで……、その中で大切なことがかき消されてしまわないよう、個々人の市民が賢くならなければ、と強く思います。
- ◎いつもありがとうございます。活動に感謝します。
- ◎応援しています。がんばって下さい。
- ◎今年も一年お疲れさまでした。新しい年が少しでも世界平和に近づけるようがんばりましょう！
- ◎日本チエルノブイリ連帯基金の活動に少しでもお役にたてばと思います。
- ◎穏やかな年末が過ごせますように。
- ◎クリスマス歳末献金を送ります。皆様の活動のお役に立てれば幸いです。
- ◎可愛いクリスマスカードありがとうございます。ございました。
- ◎前号ブランドゼロ宮尾さんの連載の『ふくみあい』、この言葉通りに生活できるとを願い、来年も心新たに臨みたいです。
- ◎試薬購入費の一部ですが…応援します。
- ◎JCFからブランドゼロが送られてくるたびに、私は自分の精神の立ち位置を再確認します。私自身の内なるブランドゼロを見つめることができませぬ。私の大切な存在です。有り難う！お元気でいいお正月をどうぞ！
- ◎貧者の一灯です。
- ◎小泉元首相でさえ現役時代はだまされていたというのですから本当にびっくりしました！やはり脱原発しかないと思います。
- ◎機関誌の文字が小さくて読むのが大変です。
- ◎母とともにわずかですが寄付させて頂きます。新しい年が希望のみえる年になりますように……。
- ◎毎年クリスマスにご馳走を食べる替わりに1食抜いて寄付をしています。今日も福島の子どもたちのことを想っ

て…。

◎ 試葉にカンパ

◎ 子ども達と地球の未来が守られますように。

◎ いつも応援しています。

◎ 今後も福島の方々の応援をよろしく

お願いします。

◎ これからもずっと応援していきま

す。
◎ 少額ですが継続できるようにがんばります。

◎ こどもたちの可愛いカード毎年あり

がとうございます。とても嬉しいで

す。少額ですが…：よろしく願いま

す。
◎ いつもお世話になっております。寒いのでご自愛下さい。

◎ 福島原発被災者支援として活用いた

だければ幸いです。
◎ リカ先生の近況を知ることができ良

かったです。秋号ではチームめとばの

◎ 『星の王子様』のキツネ君の言葉を
思い出します。
◎ たたただ忘れませんということをお
伝え致したく、応援します。
◎ 40年間看護師として働き、できな
かったことがこういう形で、少しでもお
役に立てれば嬉しいです。機会があれ
ば是非パレスチナへ同行させていた
ければ…：と思います。
◎ お金を活かして下さる活動に感謝し
ています。
◎ 原発事故に苦しむ皆様を助けてあげ
て下さい。
◎ たくさんはできませんが気持ちを
送らせてもらいます。また機会が
ありましたら皆に声をかけてみます。

Здравствуйте!



3月6日 味噌作りに取り組んだ伝統食料理教室

JCF料理教室

伝統食を作ってみよう

坪根智美（JCF事務局）

この1年間、免疫力向上を目指して行なってきたお料理教室『伝統食を作ってみよう』。今年度最終回の3月6日には、一番私たちの身近にある味噌を取り上げました。

講師の染谷さんの説明を聞いた後、班に分かれて西京味噌の「元」を作りました。「元」というのは、簡単に言うと蒸した大豆を潰したものと麴、塩を合わせたものなのですが、ここで西京味噌ならではの「手間」があります。それは口当たりをなめらかにする為に、とにかく全ての材料を細かく細かくすり潰すこと。ここを丁寧にと出来上がったお味噌の質も変わってきますので、この料理教室でもみなさん時間をかけていました。蒸した大豆も、麴と塩を合わせたものも、細かくすり潰し終えたら全体が馴染む位にひとつにまとめ、最後に空気が入らないように注意しながら容器につめ、ラップします。

このつめ終えた「元」は各自持ち帰り、3カ月間自宅で熟成させたら西京味噌の出来上がりです。それぞれすり潰した時間ややり方もみなさん違うので、今からどんなお味噌ができてくるのか、私もとても楽しみです。

作業の後、お味噌で味付けしたお惣菜を囲んでみんなで昼食会をしました。今年度最後の会ということで、昼食を囲みながら来て頂いた方々からこの企画へのご意見・ご要望を簡単に話して頂きました。そして講師の染谷さんの今

こんにちは！



染谷さん（中央）の丁寧な説明に耳を傾ける参加者

の思いと共に、企画がどの様に始められたか、またこの料理教室が原発事故をきっかけに松本周辺に避難している方々と地元の方々との交流の場になり、免役力向上を趣旨とした料理を作りながら少しでも思いの共有ができたらし…という意図を改めて話させて頂きました。

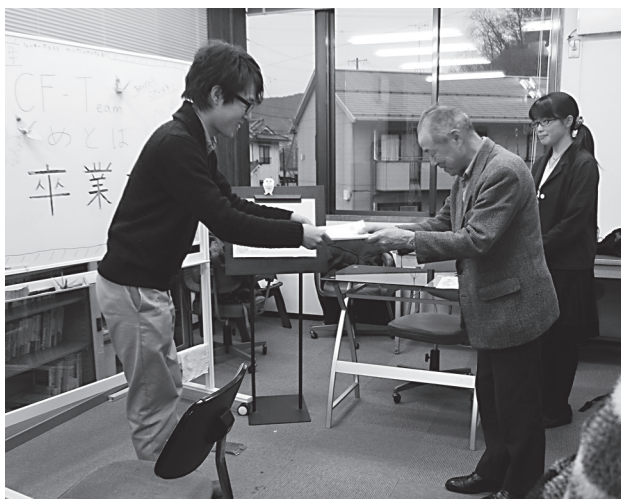
甘酒、漬物、塩麴・しょうゆ麹、お味噌…と、一年間の料理教室を通して私を感じたことは、みんなで笑えること、みんなで美味しいものを食べられること、作れることの尊さでした。

一年間この料理教室の担当をさせて頂き、来て頂いたみなさんにはとても感謝しております。ありがとうございます。

福島で起こった原発事故は、私たちをとっても混乱させましたし、それはまだまだ渦中できつと私たちが生きている限りは、子どもが、孫が…とずっとそれと対峙しなくてはいけないのだと思います。

しかし事故が起こったことを一度きちんと深いところで受け止めたら、目の前にいる我が子をきちんと抱きしめ少しでも笑顔にさせてあげること、お隣のおばあちゃんのことを少し気にかけてあげること…。日常が未来に繋がっているのだから、今はそんな日常を大切にすることこそ大事なのではないかなあと思っています。

Здравствуйте!



三輪室長から感謝状授与

初代Teamめとば6名卒業!

3月は新しい出発と別れの季節。

Teamめとば創立当初から名を連ね、測定を担当してくれたためとばの院生6名も、信州大学理学部大学院修士課程を修了、社会へと旅、だっていきます。

3月19日、感謝の意味を込め事務局で「Teamめとば卒業式」を行いました。三輪室長から事務局手作りの感謝状を手渡された卒業生は、照れながらも嬉しそうに受け取ってくれました。

彼らはJCFの会員さんや一般の方からの依頼検体の測定ばかりではなく、Teamで話し合いを重ね、自主的に「気になる食材の自主測定プロジェクト」「学校給食プロジェクト」「出前授業プロジェクト」を立ち上げました。給食プロジェクトでは松本市と粘り強い交渉を重ね測定を軌道に乗せ、出前授業では飯田高校、エクセラン高校などから招かれて、Teamめとばの活動や放射線についての基礎知識を伝えました。伝えることや高校生からの質問に答えることからは、逆に学ぶことが多く、貴重な経験だったと言えます。

手探り状態ではじめた測定でも専門知識を発揮、測定方

こんにちは！



宴もたけなわ、後輩からも一言ずつ贈る言葉

法や依頼者への説明のノウハウを充実させ、全国の市民測定所との連携も図ってくれました。

測定作業だけでなく、JCFのチエルノブイリメモリアルイベントや総会でのめとばの活動発表、加藤登紀子さんのコンサートや蟻ヶ崎高校の演劇発表での裏方、保養キャンプの料理作りにも積極的に参加、事務局スタッフをしっかりとフォローしてくれました。

メンバーの一人は「福島原発事故が起こった時、何かしなくては……何かしたい、とは思ったけれど、Teamに聞けなかったら実際には何もできなかった、しなかったと思う。そういう意味でもありがたい場を頂いた」と述懐していました。

式の後半にはTeamに残る後輩から「後は任せてください！」という力強い『決意表明』があり、事務局も安心して卒業生を送り出すことができました。

6人の卒業生の皆さん、それぞれの職場や学校で大きく羽ばたいてください。

新しい生活が心躍る「発見の日々」でありますように！！

101年目の孤独 高橋源一郎



101年目の孤独
希望の場所を求めて
著者：高橋源一郎
発行：岩波書店
定価：1800円＋税

Book

ダウン症の子どもたちのアトリエ、身体障害者だけの劇団、クラスも試験も宿題もない学校、死にゆく子どもたちのためのホスピス……。様々な場所を訪ね歩き考える。「弱さ」とは何か、生きるという営みの中に何が起きているのか。文学と現実の関係を深く考え続けてきた著者初のルポルタージュ。

「放射能汚染地図」の今

木村真三



「放射能汚染地図」の今
著者：木村真三
発行：講談社
定価：1500円＋税

Book

放射線衛生学者の著者は、福島第一原発事故発生直後から放射能汚染地域に入り、放射能調査を開始した。その後も現地に腰を据え、住民とともに放射能汚染地図の作成や内部被曝調査を続けている。その三年におよぶ闘いの記録。

原発ユートピア日本 早川タダノリ



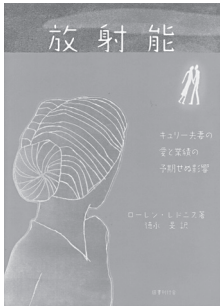
原発ユートピア日本
著者：早川タダノリ
発行：合同出版
定価：1800円＋税

Book

日本の原発黎明期から2011年3月の福島第一原発事故まで、私たちの身の回りにあふれていた「原発ブロパガンダ」。電力会社や電気事業連合会、政府・官公庁などによる原発広告・広報の数々を紹介。図版200点以上掲載、オールカラー。

放射能

ローレン・レドニス



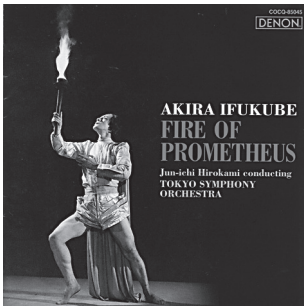
放射能
キュリー夫妻の愛と業績の予
期せぬ影響
著者：ローレン・レドニス
訳者：徳永 旻
発行：国書刊行会
定価：5600 円＋税

Book

「放射性物質」を発見したキュリー夫妻とその子どもたちの物語。キュリー夫妻の愛と業績の予期せぬ影響、レントゲン、放射線治療、核兵器、原発など、放射能の光と影をアートと文で描いた、アメリカの気鋭女性アーティストによる作品。

プロメテの火

伊福部昭



伊福部昭：舞踊音楽
《プロメテの火》ほか
演奏：広上淳一 指揮
東京交響楽団
発売：日本コロムビア
定価：2800 円＋税

CD

《プロメテの火》は、作曲家・伊福部昭と、舞踊家・江口隆哉との共同制作によって1950年に初演され、全国で百回近く上演された作品。長く行方不明だったスコアが発見され、昨年演奏会形式により蘇演されたライヴ盤。伊福部昭生誕百年記念。

映画『ゴジラ』

本多猪四郎 監督



映画『ゴジラ』
監督：本多猪四郎
特殊技術：円谷英二
音楽：伊福部昭
製作：東宝
1954年／97分／モノクロ
<http://godzilla.jp>

Movie

今年がビキニ事件から60年、そしてゴジラ生誕60年。南太平洋での度重なる水爆実験により、太古から海底に潜んでいた怪獣「ゴジラ」が日本に上陸。放射熱線を吐きながら、すべてのものを破壊し焼き尽くす。近代兵器も歯が立たない。ゴジラを抹殺する方法はあるのか……。

Information

日本チェルノブイリ連帯基金（JCF）活動紹介

日本チェルノブイリ連帯基金（JCF）は1991年1月に設立されました。1986年4月26日に起きたチェルノブイリ原子力発電所の爆発事故の放射能被災地へ、主に医療を中心として支援活動を展開しています。

支援開始当初のベラルーシは、深刻な経済状況で、白血病など病気の子ども達は、十分に治療を受けることができませんでした。衛生管理もできなかったために、多くの子ども達は感染症などで亡くなっていました。JCFは、現地の医師らと話し合いながらプロジェクトを組み、信州大学などの医療従事者と共に着実な支援活動を続けてきました。

そして2004年、活動の支援先はイラクへも広がられました。イラクでは湾岸戦争以後に白血病が急増しています。長期にわたった経済制裁後、新たに起きた戦争で極端に物資が不足、子ども達の治療もままならず、多くのいのちが失われています。



2011年3月11日の東日本大震災、そして福島第一原発の事故により、東北地方のみならず広大な範囲で放射線災禍を受けました。JCFは事故直後から緊急医療支援、外部被曝線量測定、子ども達の診察プロジェクトを行ってきました。今後も子どもの検診や環境線量測定、食品汚染測定など、子ども達を被曝から守るための活動を続けます。

◆◆ JCFへのご寄付は寄附金控除の対象になります ◆◆
JCFは国税庁から「認定NPO法人」として認定されております。

◆ JCF寄付・会費振込口座

正会員年会費（1口）	10,000円
賛助会員年会費（1口）	3,000円
郵便振替口座番号	00560-5-43020
加入者名	日本チェルノブイリ連帯基金

◆ JCF／イラク支援振込口座

血液成分分析機購入、医師招聘研修、薬品購入

郵便振替口座番号	00520-0-81078
加入者名	JCF／イラク支援



第 99 号

発行日 2014年3月26日

発行人 鎌田 實

発行所

日本チェルノブイリ連帯基金

イラスト題字 貝原 浩

イラスト 樫野ひかり

スタッフ 神谷さだ子

布山みな子

横内香苗

中澤啓子

坪根智美

協力 寺島仁美

J I M-N E T

風樹 光

印刷 電算印刷

■編集後記

先日松本での「311さらば原発」デモに、お子さんを連れて参加した母子避難のお母さんが「カナダの友人から、カナダで同じ事故が起こったら、国中で抗議行動が起きるのに、日本は何故こんなに静かなの、と聞かれました」と昨年より人数の減ったデモを無念がっていた。今回のウクライナ訪問で訪問団が偶然見聞きした市民の抗議行動の様子を聞いても、日本人との違いを感じる。ローマ在住の作家塩野七生氏の提唱する「東北の若い世代の選挙権を2倍にして未来に希望を」をどう思うかをTeamめとばの学生に聞いた。選挙で社会が変わるとは思えないからそれは「希望」にならないと言われた。日本では直接行動も選挙も「変える力」を持ってないのだろうか……。 (布山)

販売物紹介

Book

・「チェルノブイリからの伝言」

J C F 編 (オフィスエム) 1200 円

CD

・「小室等／ベラルーシの少女」

(8cm シングル盤) 1000 円

◆がんばらないレーベルCD

・「ふくしま・うた語り」

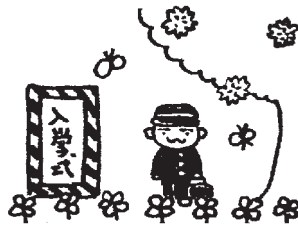
1500 円

・「ヴラダン・コチ／ふるさと」

2500 円

・「坂田明／ひまわり」

2500 円



●特定非営利活動法人

日本チェルノブイリ連帯基金 (J C F)

〒 390-0303

長野県松本市浅間温泉 2-12-12

TEL 0263-46-4218 FAX 0263-46-6229

E-mail asama@jcf.ne.jp

Website http://jcf.ne.jp





ローリンちゃん 13歳(白血病)

シリア難民のローリンちゃん。
白血病です。

北イラクにできた難民キャンプから病院に通っています。

おかあさんは、シリアでのことや、

難民生活の苦しさをまくしたてます。

その隣ではにかみながら、描いてくれました。