

都内避難者の皆様への

# 定期便



都内に避難されている皆様へ、東京都からのお知らせをお送りします。

## 今月のお知らせ

今月は、都営住宅募集のお知らせや、全国避難者情報システム等の届出のご案内のほか、都内避難者の皆様への各窓口一覧を同封しています。しほたん通信では、東京電力原発事故の追加賠償の情報についてご案内しています。

～都内避難者支援課からのお願い～ 定期便に関するお問い合わせは、以下の窓口までご連絡ください。

### ■「定期便の送付先変更や送付停止」について

→都内避難者電話相談窓口

**0120-978-885** (フリーダイヤル)

受付時間 平日9時30分～17時

### ■「定期便の内容」について

→東京都 総務局 復興支援対策部 都内避難者支援課

**03-5388-2384** (直通)

受付時間 平日9時～17時

## ふるさと写真 ～復興応援ランチ編～

今年も東京都庁内の食堂では、3月8日から同月14日まで、岩手県、宮城県及び福島県の食材を使った料理やご当地メニューからなる「復興応援ランチ」を提供いたしました。その中から今回は福島県のメニューをご紹介します。



### 福島県産放牧豚ロースカツ

里山を自由に駆け回り、ストレスとは無縁の環境で育った放牧豚。太陽の光をたっぷり浴び、土のミネラルや鉄分などを摂取して成長した肉質は、細やかで、程よい歯ごたえと弾力があり、豚特有の臭みが無く、コク・香りがあり脂がさっぱりしています。

### 喜多方ラーメン

日本三大ラーメンの一つに数えられる喜多方ラーメン。令和3年度には文化庁の「近代の100年フード部門」(明治・大正に生まれた食文化)に認定されました。あっさりとした味わいのスープですが、独特の縮れがある、もちもちとした食感の太麺とよく絡み、後を引くおいしさです。



# 県が発行している情報紙のご案内



## 岩手県「いわて復興だより」

お問い合わせ

● 岩手県復興推進課  
019-629-6945

● 電子版URL  
<https://www.pref.iwate.jp/shinsaifukkou/fukkounougoki/dayori/1002315/index.html>



## 宮城県「みやぎ県政だより」

お問い合わせ

● 宮城県総務部広報課  
022-211-2283

● 電子版URL  
<https://www.pref.miyagi.jp/soshiki/kohou/kenseidayori.html>



## 福島県「ふくしまの今が分かる新聞」

お問い合わせ

● 福島県避難者支援課  
024-523-4250

● 電子版URL  
<https://www.pref.fukushima.lg.jp/site/portal/ps-wakarusinbun.html>



## 東京都からの定期便や各種支援情報につきまして

定期便や各種支援情報につきましては、HPでもご覧になれます。

都内に避難されている皆様へ

検索

<http://www.soumu.metro.tokyo.jp/17hisaichi/hp/tonaihinansha.html>



被災地支援に関するイベント情報等について、ツイートしています。  
復興支援対策部のアカウント [https://twitter.com/tocho\\_fukko](https://twitter.com/tocho_fukko)

 @tocho\_fukko

# 避難生活の悩み、 一人で抱えていませんか？

わたしたちに、お気軽にご相談ください。  
あなたの悩みに親身に寄り添い、解決に向けお手伝いをいたします。

ご相談は、こちらの番号(フリーダイヤル)まで

 **0120-978-885**

対 象 東日本大震災により都内に避難された、すべての方

受付時間 平日 9時30分～17時



上記相談は、東京都の委託を受けて、東京都社会福祉協議会が実施しています。

福島県から都内に避難された方には夜間相談窓口(福島県委託)もあります

医療ネットワーク支援センター ☎ **03-6911-0584**

受付時間：平日17時～20時30分

メール：[soudan@medical-bank.org](mailto:soudan@medical-bank.org)

## 避難元県の電話相談窓口

福島県に関するお問い合わせ

ふくしまの今とつながる相談室 toiro ☎ **024-573-2731**

毎週 月・水・金曜日 9時～17時 ※祝日・年末年始を除く

宮城県に関するお問い合わせ

宮城県 復興・危機管理部 復興支援・伝承課 ☎ **022-211-2424**

月～金曜日 8時30分～17時15分 ※祝日・年末年始を除く

岩手県に関するお問い合わせ

いわて被災者支援センター サブセンター ☎ **019-601-7640**

月～金曜日 9時～17時 ※祝日・年末年始を除く

# 東日本大震災により避難されている皆さまへのお願い

## ー全国避難者情報システム等の届出についてー

### ▶引越しをされたら手続きが必要です

- ・同じ区市町村内へ転居される場合でも、「全国避難者情報システム」の手続きが必要です。
- ・住民票の手続きをされた場合でも、それとは別に「全国避難者情報システム」の手続きをお願いします。

手続き方法は、  
下記の2か所に届け出が必要です。  
手続きの詳細は、各区市町村の窓口  
にお問い合わせください。

- (1) 転居前にお住まいだった区市町村の窓口
- (2) 新たにお住まいになる区市町村の窓口

例えば、福島県浪江町から避難し、新宿区の  
応急仮設住宅に入居していたが、退去  
し、世田谷区へ転居した場合。

→新宿区と世田谷区へ届け出が必要となり  
ます。  
まずは、各窓口へお問い合わせください。

### ▶全国避難者情報システムに登録をしておく

- 避難元の県・市町村から登録された所在地あてに、様々なお知らせを送ることができます。
- 現在お住まいの区市町村での、避難者の方々に向けた支援に役立てられます。

### ▶避難を終えた場合（定住・帰郷など）

全国避難者情報システムの登録解除の手続きが必要です。

避難先の区市町村窓口及び避難元の市町村窓口へ届け出てく  
ださい。詳細は、避難先区市町村窓口へお問い合わせください。

### ▶原発避難者特例法に基づく届出も 手続きが必要です（※対象地域の方のみ）

※いわき市、田村市、南相馬市、川俣町、広野町、楢葉町、  
富岡町、大熊町、双葉町、浪江町、川内村、葛尾村、飯館村

住所が変わった場合は、その都度、避難元の市町村窓口へ  
届け出てください。

詳細は、避難元市町村窓口へお問い合わせください。



全国避難者情報システムは、避難されている方への支援を目的としています。  
お住まいの住所や現状等に変更がありましたら、必ず届け出下さいますよう、  
皆さまのご協力をよろしくお願いいたします。

### 東京都総務局復興支援対策部都内避難者支援課

電 話 03(5388)2384

受付時間 平日9時から17時まで

都内避難者支援課HP <https://www.soumu.metro.tokyo.lg.jp/17hisaichi/hp/tonaihinansha.html>



## 都営住宅における毎月募集のご案内

毎月中旬頃、東日本大震災被災者の方を含めた一般世帯（家族向・単身者向）及び若年夫婦・子育て世帯等向けの都営住宅入居者募集を行っています。つきましては、6月に実施する募集についてお知らせします。

### 1 募集戸数 400戸

※400戸のうち、一部は「若年夫婦・子育て世帯（ひとり親世帯含む。）向け」及び「結婚予定者向け」に募集

- 2 申込受付期間 令和5年6月19日（月曜日）～ 6月30日（金曜日）  
（申込書のダウンロードは6月26日まで）  
郵送受付は、問合せ先に18時00分必着

### 3 主な申込資格

((1)～(3)のいずれか及び(4)(5)に該当すること)

- (1) 東日本大震災により、滅失した住宅に居住していた方
- (2) 福島県東京電力原子力事故による居住制限者
- (3) 福島県東京電力原子力事故による支援対象避難者（全員避難、一部避難）
- (4) 所得が定められた基準内であること
- (5) その他都営住宅の入居資格にあてはまること

### 4 申込方法

申込書及びパンフレットは東京都住宅供給公社のHPに掲載しますので、申込書をダウンロードし、郵送でお送りください。また、オンラインでの申込みも可能です。

なお、下記の場所で申込書等を受け取ることも出来ます。

- ・都庁第二本庁舎13階中央募集相談窓口
- ・東京都住宅供給公社（都営住宅募集センター・各窓口センター）
- ・東雲住宅公社現地事務所2415号室

#### 【問合せ先】

東京都住宅供給公社 都営住宅募集センター

電話 03-3498-8894【午前9時から午後6時（土・日・祝日を除く）】

URL <https://www.to-kousya.or.jp/toeibosyu/>

～都営住宅の要件に当てはまらない方は～

★公社住宅では、先着順による空き家募集を引き続き行っています。  
お申込みを随時受け付けていますので、下記までお問い合わせください。

東京都住宅供給公社 公社住宅募集センター 移転相談専用窓口

専用ダイヤル 03-6812-1350

※インターネット（JKKねっと）でもお申込みできます。

# 都営住宅等募集の案内

2023年6月1日

## 1 都営住宅（家族向・単身者向 年4回定期募集）

募集時期	募集の内容	募集案内・申込書の配布	備考
8月1日(火) ～16日(水) 申込書配布は 8月9日(水) まで	家族向（ポイント方式） 単身者向・シルバーピア（抽せん方式） 居室内で病死等があった住宅も掲載する予定です。詳しくは、募集案内でお確かめください。	募集期間（土・日を除く）に限り、東京都住宅供給公社都営住宅募集センター、各窓口センター、都庁、区役所、市役所、町村役場で配布します。また、同期間中公社HPからダウンロードすることもできます。	募集の概要については、広報東京都（募集月の前月末頃に新聞折込で配布）、テレホンサービス、公社HP（募集月の前月下旬に掲載）でお知らせします。
11月上旬	家族向・単身者向等（抽せん方式）		
2月上旬	家族向（ポイント方式） 単身者向・シルバーピア（抽せん方式）		
5月上旬	家族向・単身者向等（抽せん方式）		

※抽せん方式の募集では、居室内で病死等があった住宅も掲載する予定です。詳しくは、各募集時期に配布する募集案内でお確かめください。

## 2 都営住宅（家族向・単身者向 毎月募集）

募集時期	募集の内容	募集案内・申込書の配布	備考
毎月中旬	一般世帯（家族向・単身者向）、若年夫婦・子育て世帯、結婚予定者（定期使用住宅）	配布は行っておりません。募集日程の間でのみダウンロードをすることができます。	募集の概要については、公社HP（募集日程は毎月5日頃公表）でお知らせします。

## 3 都営住宅（家族向 随時募集）

募集時期	募集内容・対象住戸	申込方法	備考		
随時	2人以上のご家族が対象です。定期募集及び毎月募集で申込みのなかった多摩地域にある都営住宅の一部になります。	都営住宅入居者募集サイトからお申込みください。 <table border="1"><tr><td>都営住宅入居者募集サイト</td><td>検索</td></tr></table> なお、電話でも受け付けます。 随時募集専用ダイヤル ☎ 03-5467-9266	都営住宅入居者募集サイト	検索	募集の概要については、公社HPでご確認ください。
都営住宅入居者募集サイト	検索				

## 4 都民住宅募集

住宅の種類	募集時期	募集方式	問い合わせ先
東京都施行型	随時（詳しくは公社HPでご確認下さい） ※令和4年から東京都施行型都民住宅入居者募集はすべて先着順募集で行います。	先着順	東京都住宅供給公社 都営住宅募集センター 〒150-8322 渋谷区神宮前5-53-67 コスモス青山3F ☎ 03-3498-8894
公社施行型 公社借上型	随時（詳しくは公社HPでご確認下さい）	先着順	東京都住宅供給公社 公社住宅募集センター 〒150-8543 渋谷区渋谷1-15-15 テラス渋谷美竹2F ☎ 03-3409-2244

◎東京都住宅供給公社HP <https://www.to-kousya.or.jp/>

◎テレホンサービス 03-6418-5571 プッシュ音の出ない電話機からはご利用になれません。

## 5 公社住宅募集

◆先着順による空き家募集を行っています。お申込みを随時受け付けていますので、下記までお問い合わせください。

<問い合わせ先>

東京都住宅供給公社 公社住宅募集センター 移転相談専用窓口

専用ダイヤル 03-6812-1350

※インターネット（JKKねっと）でもお申込みできます。



## しほたん通信

令和5年6月号

東京司法書士会では都内で避難生活を送られている被災者や避難者の方へ支援活動を行っております。みなさまへ寄り添い、少しでもお力になれますよう、情報提供や法律相談等の支援を続けてまいります。今回は、東京電力原発事故の追加賠償の情報をお届けします。

### 4月から原発事故の追加賠償の手続きが始まっています。

一律で東電から手続き書類が送られてきませんのでご注意ください。

今回の追加賠償は、避難等対象区域・自主的避難等対象区域等が対象となり、東電の見込みでも対象者が約148万人という大規模な追加賠償ですが、東電から書類が送られてくるのではなく、ご自身で動かなければいけませんので注意が必要です。

住所や世帯構成変更の手続きが必要です。

事故から12年が経ち、住所や世帯構成が変わっている方も多いかと思えます。

住所変更はWeb上でもできますが、世帯構成変更（世帯分割）の手続きは、東電の追加賠償ご相談専用ダイヤル 0120-926-470（平日9時～19時、土日祝9時～17時）までご連絡が必要になっています。

請求方法が変わっています。

今回からWeb上での請求手続きができるようになっています。

今まで通り紙面請求もできますが、ご自身で上記のご相談専用ダイヤルにお電話の上、請求書を取り寄せる必要があります。（訴訟やADR手続きで支払いを受けたことがある方は、紙面でのご請求となるようです。）

（※今回の情報は令和5/3/30までの東電HP等の情報を元にしてしています。）

### 面談による相談（予約制）

●東京司法書士会総合相談センター（四谷・月曜～金曜 午後2時～3時40分）

ご予約電話番号：03-3353-9205

予約受付時間：平日午前9時～12時、午後1時～5時

場所：東京都新宿区四谷本塩町4-37（JR・東京メトロ 四ツ谷駅 徒歩約4分）

●三多摩総合相談センター（立川・土曜 午後1時～4時）

ご予約電話番号：042-548-3933

予約受付時間：平日午前10時～午後4時

場所：東京都立川市曙町2-34-13 オリンピック第3ビル202-A

（JR立川駅北口 徒歩6分、多摩都市モノレール立川北駅 徒歩5分）

新型コロナウイルス感染拡大防止のため相談会の実施時間、方法等を変更する場合があります。

詳しくは東京司法書士会ホームページをご覧ください。



### 電話による相談

電話番号：03-3353-2700

相談時間：平日午前10時～午後3時45分 ※通話料はご相談者様の自己負担となります。

# 原子力損害賠償に関する 説明・個別相談会のご案内

開催日

7/1 土

東京都 新宿区

会場

新宿NSビル

※詳細は裏面参照

参加  
無料

## 説明会

対象：避難等対象区域から避難されている皆様

10:00～12:00

◇ 第五次追補に伴う追加賠償、賠償請求全般  
について解説し、質疑応答もいたします。

※ 事前予約をお願いいたします。

相談  
無料

## 個別相談

対象：原子力損害においてお困りの皆様

13:00～16:00

□ 原則として、相談時間は1回1時間（時間予約制）

※ 事前予約をお願いいたします。

ぜひ 専門家にご相談ください。

両親とは別に住居を建てたいのですが、費用は賠償されますか？



何の項目の損害賠償を受け取ったのか、よくわからないのですが？



弁護士さんに相談したら、いい解決策が見つかるかも…



知人がADRで賠償の増額を受けたと聞いたのですが…



事前予約は  
こちらから



0120-330-540

受付時間 9:30～17:00 土日も受付(祝休日を除く)



# 【会場】新宿NSビル 3階会議室 南ブロック3-G

住所：東京都新宿区西新宿2丁目4番1号

- 【周辺案内図】
- 新宿駅「南口・西口」より徒歩7分
  - 有料駐車場はございますが、公共交通機関をご利用ください。



- ・ 請求漏れがないか相談したいという方
- ・ まだ住居確保にかかる費用の賠償請求がお済みでない方
- ・ 住居確保にかかる費用の賠償可能残額がある方
- ・ ADRの申立てについて相談したいという方 など



専門家へ  
ご相談  
ください！

ご来場が難しい場合は、**電話相談** をぜひご利用ください！



(通話料無料)

# 0120-013-814

オンラインでの  
ご相談も可能

【対応時間】 10:00~13:00、14:00~17:00 月曜~土曜（祝休日を除く）

- ・ 行政書士による電話での情報提供
- ・ 弁護士による電話相談は、祝日を除く毎週火・木曜10:00~13:00となります。（事前予約制）

## 中間指針第五次追補等を踏まえた追加賠償について

中間指針第五次追補等を踏まえた追加賠償に関する最新の情報は、東京電力のWebサイト（右下のQRコード）で確認、又は、東京電力のご相談専用ダイヤルにお問い合わせください。

東京電力  
ご相談専用ダイヤル



# 0120-926-470

9:00~19:00（月~金（除く祝休日）） 9:00~17:00（土・日・祝休日）



東京に避難されている  
福島県民の皆様へ

ご自分のことで  
こんなことはありませんか

気持ちが  
ふさぎこむ

イライラしやすい

先の生活が  
不安



ご家族や知り合いに  
こんなことはありませんか

家に  
ひきこもっている

煙草や酒の  
量が増えた



職場や学校での  
悩みがあるようだ

公認心理師・臨床心理士による

こころの電話相談です  
お気軽にお電話下さい。

ほっとライン しゃくなげ東京

☎ 03-3813-9017

開設日時 第1・第3木曜日 10:00～15:00

※祝日や年末年始はお休みとさせていただきます。

相談料は  
無料です

福島県委託  
福島県外避難者の心のケア事業

団体 一般社団法人 東京公認心理師協会

URL <http://fk-tsccp.org/index.html>

twitter <https://twitter.com/FkTscpp>



東京公認心理師協会は、  
公認心理師有資格者と  
臨床心理士有資格者によって  
構成する職能団体です。

# 福島県社会福祉協議会からのお知らせ

～被災地における福祉・介護人材確保事業のご案内～

## 福島県に戻って

## 介護職員として働かれる方のための

## 奨学金貸付制度があります

### 研修受講料及び就職準備金等の奨学金貸付制度

福島県外にお住まいの方で、福島県浜通りの介護保険施設等に介護職員として就職する方に対して、介護職員初任者研修等の受講料や就職準備金を無利子で貸与します。

一定の条件を満たせば返還が免除されます。

#### 貸付内容

●研修受講料 15万円(実費分)

#### ●就職準備金

- ・常勤職員(正規及び非正規職員)・・・15万円以内
- ・非常勤職員(週20時間以上)・・・30万円以内
- ・非常勤職員(週20時間未満)・・・15万円以内

#### 返還免除

就職した介護保険施設で一定の業務期間(1～2年)を満たした場合は奨学金の返還が免除になります。



## いわき市の施設を見学するバスツアーを開催します

いわき市内の介護施設を見学できるバスツアーを開催予定です。施設見学の後は、複数の施設・事業所の話が聞ける「福祉の職場 合同就職説明会」に参加し、いわき市内の施設について理解を深めましょう。

●開催日 **令和5年8月19日(土)**

●発着場所 **東京駅発着いわき市行**

●参加費 **無料**

まずは、お電話でお問い合わせください。参加希望の方には、詳細が決まり次第連絡させていただきます。



被災地における福祉・介護人材確保事業のお問い合わせはこちら

社会福祉法人 **福島県社会福祉協議会**  
〒960-8141 福島県福島市渡利字七社宮111

電話  
**024-526-0045**



宮城県から県外に避難されている皆様へ

# 宮城県からの お知らせです

東日本大震災で宮城県から離れ、現在も県外にお住まいの方を対象に、広報紙を郵送します。

御希望の方はいずれかの方法で御連絡ください

QRコードを読み込み  
回答フォームで申請



メール・FAX又は電話

①氏名 ②避難元住所  
③現(避難先)住所  
を記載してください



担当：復興支援・伝承課 大泉

電話：022-211-2424

FAX：022-263-9636

メール：denshoh@pref.miyagi.lg.jp

# 東日本大震災津波で被災された皆さま

いわて被災者支援センターでは、お困りごとを電話や面談、個別訪問などでお聞きし、ご希望に応じて、専門家や関係機関（市町村や社会福祉協議会など）と連携しながら、生活再建に向けたお手伝いをします。

ひとりで悩まず、一緒に解決方法をみつけていきませんか。



仕事がうまくいかず、家賃や住宅ローンの支払いが大変。



収入が減り、家計を見直したい。



家庭問題等どこから解決していけばいいかわからない。



ひとり暮らしで、こんなこと、どこに相談してよいかわからない。

電話 ・ 来所 ・ 訪問

## まずはお気軽にご相談ください！

このような支援が受けられます

- 弁護士無料相談（予約制）
- 相談支援員によるサポート
- ファイナンシャル・プランナー無料個別相談（予約制）

## いわて 被災者支援センター

〒026-0024 釜石市大町 2-4-7

TEL 0193-30-1034  
080-9634-6650  
FAX 0193-30-1034

〒020-0063 盛岡市材木町 3-5

（サブセンター） ※内陸や県外にお住まいの方はこちらへ  
TEL 019-601-7640  
FAX 019-601-7641



Web : <http://sumaiansin.net> Mail : [info@sumaiansin.net](mailto:info@sumaiansin.net)

受付：月曜日～金曜日 9:00～17:00（土日祝日、12/29～1/3を除く）

※当センターは、岩手県からの委託により認定特定非営利活動法人インクルいわてが運営しています。