

都内避難者の皆様への

定期便

2017

9月号

NO.140

都内に避難されている皆様へ、
東京都からのお知らせ等の情報を送ります。

ふるさとに戻ったママさん座談会 【後編】 (P1~3)

8月号に引き続き、県外への避難から福島県内に戻ってきたママさんに、避難生活と戻ってきてからの生活について語っていただいた座談会の様子をお伝えします。

ふるさとからのお知らせ (P4)

ふるさとの今をお知らせします。今月は宮城県からです。

現地の応援団より (P5)

東北で働く応援団をご紹介します。今月は、岩手県に派遣されている職員からです。

司法書士による面談・電話相談のご案内 (P6)

東京司法書士会が実施する法律相談のご案内です。

東京しごとセンター (P7~8)

東京都が実施する就労相談などのご案内です。

「都内避難者相談拠点」のご案内 (P9~10)

東京都が実施する都内に避難されている方向けの総合相談窓口のご案内です。

次号の発送は、10月2日を予定しています。

ふるさとに戻ったママさん座談会

in 福島県郡山市【後編】

8月号に引き続き、県外への避難から福島県内に戻ってきたママさんに避難生活と戻ってきてからの生活について語っていただきました座談会の様子をお伝えします。

日時 平成29年6月8日
会場 郡山市中央公民館



(参加者…県外避難先) ※順不同

Aさん…兵庫県 Bさん…宮城県 Cさん…兵庫県
Dさん…東京都 Eさん…北海道 Fさん…山形県
ファシリテーター…富田さん (ビーンズふくしま)

●主なトピック

- 避難を決めたきっかけ、場所選びについて
- 避難先での様子について
- 帰還したきっかけ、帰還すると決めた時のことについて
- 時間の経過による変化、戻ってきてからの思いなどについて
- 今も避難をしている方へのメッセージ

【時間の経過とともに変わったこと、戻ってきてからの思いなどについて】

富田さん：みなさんが、迷いながら、不安を抱えながら戻ってきた様子を聞かせていただきましたが、福島に戻ってきてから生活を取り戻してきたきっかけや、こういうことがよかった、こういうことがまだまだ落ち着いていないなど、自分の気持ちの変化などがあれば話してください。

Cさん：福島に帰ってきて、「ママカフェ」という集まりがあることをEさんから聞いて参加しましたが、自分と似ている状況の人と話せる場所があることに感動しました。「ママカフェ」で出会った4人で、「はみんぐbird」というサークルを結成、遠慮せずに話をできる人と出会い、同じ状況の人と話ができることがこんなにも救われるんだと思いました。不安は消えないけど、お母さんが元気であることは家族にも影響を与えるし、いかに楽しく生活するかが大事だと思うようになりました。その原点となる場所に出会えることができました。



Dさん：私はペップキッズで「ママカフェ」のチラシを見て、ここが私の居場所だと思って参加し、同じ気持ちのお母さんに出会って、救われた思いがしました。初めて「ママカフェ」に参加した時、富田さんに「福島の好きなところを話してみましよう」と言われて、その久々の視点に驚いたことを覚えています。皆で話をすると、福島の好きなところがたくさん出てきましたよね。

富田さん：私もよく覚えています。あの時、アイスブレイクとして選んだ話題は、カケだったんです。でも、みんな話を始めると、ホワイトボードいっぱい好きなことがたくさん出て、逆にびっくりしました。

Eさん：自分も『人』が大事だと思います。帰ってきて、誰に話をすればいいという孤独を感じ、除染や行政や学校などへの疑問があると、みんなが敵に思えた時もありましたが、「ママカフェ」がクッションになってくれました。価値観や選択がみんなバラバラの状況の中で、建前でなく本音で話ができる環境や思いを共有できたことが強い。それが自分を支えていると思います。

富田さん：自分は何を大事にしたいか、震災からよく考えてきた気がします。家族とも色々なことについて話をすることができました。

Bさん：私は福島に戻った時、自分のように避難して戻った人が周りにいませんでした。福島に戻ったことが子供のためになっていないのではないかと不安がありました。家族で過ごせるようになったことはよかったです。「ままカフェ」に参加してから、ずっと自分は一人で頑張ってきたこと、つらかったことや我慢してきたことを押し殺していたことに初めて気が付いたことで、今をようやく楽しめるようになり、戻ってきてよかったと思っています。今でも、そのつらかった時に気持ちも戻ることがありますが。



Eさん：避難していたことがなかったことにならないよう、気持ちも戻ってもいいと思う。不安に思うことは大事なことだと思う。不安なことを話せる場が大事ですね。

【今も避難をしている方へのメッセージ】

富田さん：みなさんは地元に戻ってきてからしばらく時間がたっていますが、今も避難を続けている方は地元とのつながりが薄くなっている方もいらっしゃると思います。特に東京は地域でのつながりが薄く、埋もれてしまっている感じの人も多く感じています。定期便を見ている方は、福島へすぐには戻りたいと思っていない方でも、福島への思いもあるのではないかなと思います。避難生活の頃を思い出して、福島へ戻りたいと思っている方に何か伝えたいことがあれば話をしてもらえませんか。

Cさん：簡単には言えないところがあります。私は避難生活が2年でも大変だった。子供の成長も早いので、2年という時間はすごく大きな時間でした。6年という時間は想像もつかないです。福島に戻ったお母さんにどんなことを聞きたいかも想像がつかないです。ピンポイントで質問してもらえれば、伝えたいことはたくさんありますが、漠然とどうですかと聞かれると何とも言えないですね。



Fさん：6年間生活をしているということは、生活のベースは東京、福島はたまに帰省する場所のような感覚になっているのかもしれないですね。私は、迷いながら避難をしていた2年半だったので、福島が常に自分の中にありました。今も避難をされている方には、自分の大事にしているものを、大事にしてほしいということくらいしか言えないかな。

Cさん：想像ですが、東京は便利だし、帰らないといけな理由がないのかな。もし、理由ができたときは、かなり悩むでしょうね。帰るかどうかは、家族でちゃんと話を決めて決めるしかないんだろうなと思います。

富田さん：交流会などへの誘いがあっても行かないという人もいます。避難生活が長引き、時間が経つにつれ、参加しづらくなっているのかもしれない。避難者数も減って帰還してきている人もいます。なのに、「ままカフェ」に参加する方が少なくなってきた。福島に戻ってきたときに「ままカフェ」のような色々な環境があることを伝えて、敷居をさげておき、帰った時に参加しやすくしておきたいと思っています。

Eさん：「はみんぐbird」のブログで、楽しいことだけでなく、偏らないよう情報発信をするよう心掛けています。避難していた時の話もできる場を求めて参加してくれる人もいるかもしれないので、東京都の定期便の取材を受けたことを紹介しようと思います。逆に避難者と言われるのが嫌だ、自立したい、ほっといてほしいという人もいて、定期便も見たくないという人もいます。そういう人にも、こちらはオープンにしておいて、困った時などに、自然に参加してもらえるといいなと思っています。

富田さん：以前、Eさんが、私たちの状態を『ちんあなご』に例えていたのがすごく分かりやすいと思いました。

Eさん：『不安が出たり入ったり、つかず離れずの距離を保ちながら、柔らかくゆらゆら揺られていられるから、心がぼきっと折れることもない』という感じが、私たちの感じに合うなと思ったんです。

富田さん：一緒に揺れていられる場所があるんだよというのが、ピッタリと合うんですね。

【最後に】

富田さん：それでは最後に本日のことを振り返って思ったことなどを一言お願いします。

Bさん：「みんなのひとしずく」の冊子（※福島県から避難された方には定期便6月号に同封しました）を読んでも、色んな考えがあるんだなと思いました。自分は戻ってきてよかったと思えた事がよかった。考え方はそれぞれなので、自分を信じるしかない。家族が離れて生活している方は、夫婦バラバラにならないよう、同じ方向を向いてほしいなと思います。

Cさん：今日は避難した時のことを久々に話して、あの時大変な思いで避難したことなど思い出しました。私も帰ってきてよかったと思うことの方が多いです。いろんな選択肢があって、自分が納得して、旦那さんとしっかり話をするしかない。色々でいいと思います。

Eさん：大事な話をする場所がいつでもここにあって、現在改めてそういうことを自覚したので貴重な機会でした。

Dさん：避難中に見ていた定期便を実際に作っている方に会うことがあるとは思えない感覚ですが、そういう時を経て自分がここにいるんだなと改めて感じました。時間が過ぎているから、自分が戻ってきた時と状況が変わってきていて、楽しんでいられるかもしれないし、つらいかもしれないし想像のつかない思いを抱えているかもしれませんが、今も多くの方が避難していると聞くと、中にはつらい思いをしている人もいますんだと察せられます。自分は定期便のイベントなどに手を付けられなかったけど、うまく伝え続けてください。

Fさん：みんなの色んな話をきけたのがよかったなと思います。自分の話はできますが、今避難している人たちに向けて想像して話すということは、今までしていなかったんだと思いました。今避難している人もいるし、この先帰ってこようと思って悩んでいる人もいるということは忘れてはいけないし、色んな思いを抱えて生活している人がいるんだろうなと今日改めて思うことができました。みんなの家のスタッフとしても考えなくてははいけないし、人としても忘れてはいけないなと思いました。

「特定非営利活動法人ビーンズふくしま」について

1999年に不登校の子どもたちの居場所としてのフリースクールからスタートしました。引きこもり、貧困、震災による避難などの状況にいる子ども 若者が孤立せず自分らしく生きられる社会を創るため、フリースクールやこころの相談室、学習・就労支援、仲間づくり、親の会などの活動を続けています。震災後は、仮設住宅で暮らす子ども達の支援や、原発事故の影響で避難生活を続けている親子の支援などにも取り組んでいます。

「みんなの家@ふくしま」「復興交流拠点みんなの家 セカンド」について

2015年3月から福島の親子・若者・地域の大人が集える多世代のコミュニティハウス「みんなの家@ふくしま」をスタートさせ、2017年1月からは、避難してきた・避難先から戻って来た人々と福島の住民との繋がりや交流を目的とした「復興交流拠点みんなの家 セカンド」をオープンしました。また、同年4月から福島市の委託を受けて「子育て支援センターみんなの家@ふくしま」となり、たくさんの親子が訪れています。

○連絡先 「みんなの家@ふくしま」 福島県福島市笹谷字清水14-12 ☎ 024-572-4690
「復興交流拠点みんなの家セカンド」 福島市笹屋字道場24-9 ☎ 024-573-7072

○URL <http://f-minnanoie.jimdo.com>

●記事全体についてのお問い合わせ先

東京都総務局都内避難者支援課 ☎ 03-5388-2384

ふるさとからのお知らせ

今月は宮城県の復興状況についてお伝えします。

■土地区画整理事業

工事着工 : 33地区 (H29/5未現在)

住宅等建築工事可能(使用収益開始)地区 : 24地区 (H29/5未現在)

計画地区数 : 34地区 (H29/5未現在)

都市計画決定・事業認可は全地区でなされている。

着手約97% (住宅等建築工事
可能地区約71%)

進捗率 50% 100%

■保育所(へき地保育所含む)

再開した施設数 : 131施設 (H29/5/1現在)

被災施設数 : 135施設 (参考) 震災前施設総数 : 374施設

約97%

今後の復旧見込み
H29以降 4施設

復旧率 50% 100%

■高齢者福祉施設(入所施設)

再開した施設数 : 197施設 (H29/5/1現在)

被災施設数 : 198施設 (参考) 震災前施設総数 : 463施設

約99%

今後の復旧見込み
H28以降 1施設

復旧率 50% 100%

■障害者福祉施設

再開した施設数 : 137施設 (H29/5/1現在)

被災施設数 : 138施設 (参考) 震災前施設総数 : 670施設

約99%

今後の復旧見込み
H28以降 1施設

復旧率 50% 100%



今春オープンした歌津地区商店街『南三陸ハマレ歌津』



かさ上げ工事が進む南三陸町



整備進む商港岸壁の防波堤(気仙沼市)



名取市高柳地区に完成した災害公営住宅

●お問合せ先

宮城県震災復興・企画部震災復興推進課 ☎ 022-211-2408

現地の応援団より

東北で働く応援団をご紹介します。

今月は岩手県に派遣されている職員からです。

【自己紹介】

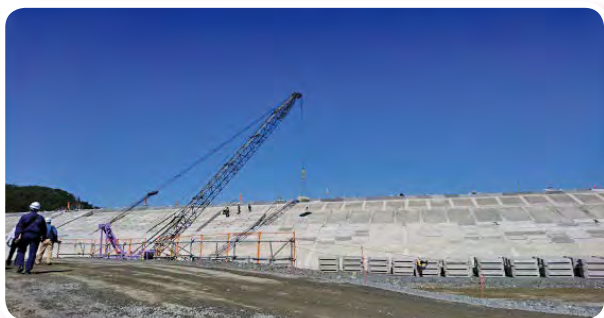
私は、4月から岩手県商工労働観光部 雇用対策・労働室で、事業復興型雇用助成金の支給に係る業務を行っています。具体的には、被災した沿岸12市町村に所在する中小事業者が失業者の雇用や住宅支援等を行った場合に、助成金を支給するというものです。

【復興の状況】

県庁のある盛岡市内では復興を意識することは、業務を除けばほとんどありません。しかし沿岸部へ行くと、至る所で工事が行われており、着実に復興が進んでいることを感じます。

ニュース等でも復興の状況は逐次報じられていますが、私自身が目にしたものでは、JR大船渡駅前にオープンした商業エリアの「キャッセン大船渡」、釜石市鵜住居町に建設中の鵜住居川水門、同市片岸町で復旧工事中の片岸海岸防潮堤などがあります。また、鵜住居町にはラグビーワールドカップ2019に向けた「釜石鵜住居復興スタジアム」が平成30年9月の完成を目指し建設中です。また、大槌町も、土地区画整理事業などによる宅地造成が進み全体の約70%の整備が完了し、住宅などが建ち始め、県立大槌病院や小中一貫校である大槌学園などの公共施設も完成しました。

また、台風10号の豪雨による浸水被害のため、7か月にわたって封鎖されていた岩泉町の龍泉洞も再開されて観光客で大いに賑わっていました。岩手の復興が着実に前進していることを感じ、私も微力ながら貢献できれば幸いです。



釜石市片岸海岸防潮堤



キャッセン大船渡
東京ではお目にかかれない海の幸が楽しめる。



龍泉洞
ドラゴンブルーといわれる。



盛岡の夏といえば「さんさ踊り」
私も太鼓隊として参加しました

岩手県商工労働観光部 袴田 佑矢



しほたん通信

平成29年9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。9月号では、相続が発生した場合に利用できる新しい制度について、わかりやすくご紹介いたします。

「法定相続情報証明制度」とは相続人を証明する新しい制度です

銀行や郵便局などへ相続の手続きをする場合、これまで複数の戸籍謄本を提出しなければなりませんでしたが、この度、1枚の書面で済ませることが可能な制度が始まりました。亡くなった方の出生から死亡までの戸籍謄本と相続人の現在の戸籍謄本などをそろえて、相続一覧図（家系図のようなもの）とともに法務局に提出をします。その一覧図が正しい相続関係と判断される場合、「法定相続情報一覧図」として登録され、証明書が交付されます。この証明書は、戸籍謄本の代わりとして、銀行や郵便局の相続手続きに使えます。証明書は無料で交付され、再交付も可能です。

この交付手続きは相続人のほか司法書士も代理して行うことができます。多様な財産の手続きとともに、ご相談いただけます。

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5時～8時
火曜・土曜 午後1時～4時）

*火曜日午後の相談は9月19日から開始いたします。

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：東京都新宿区本塩町9-3（JR・東京メトロ 四ツ谷駅 徒歩約4分）

（9月19日より、東京都新宿区四谷本塩町4-37となります。）

- 三多摩総合相談センター（立川・水曜 午後5時～8時 木・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



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。



東京都内で就業希望の皆様へ 私たちがその就職、お手伝いします！

全て無料で
ご利用
できます

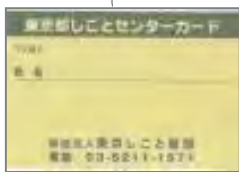
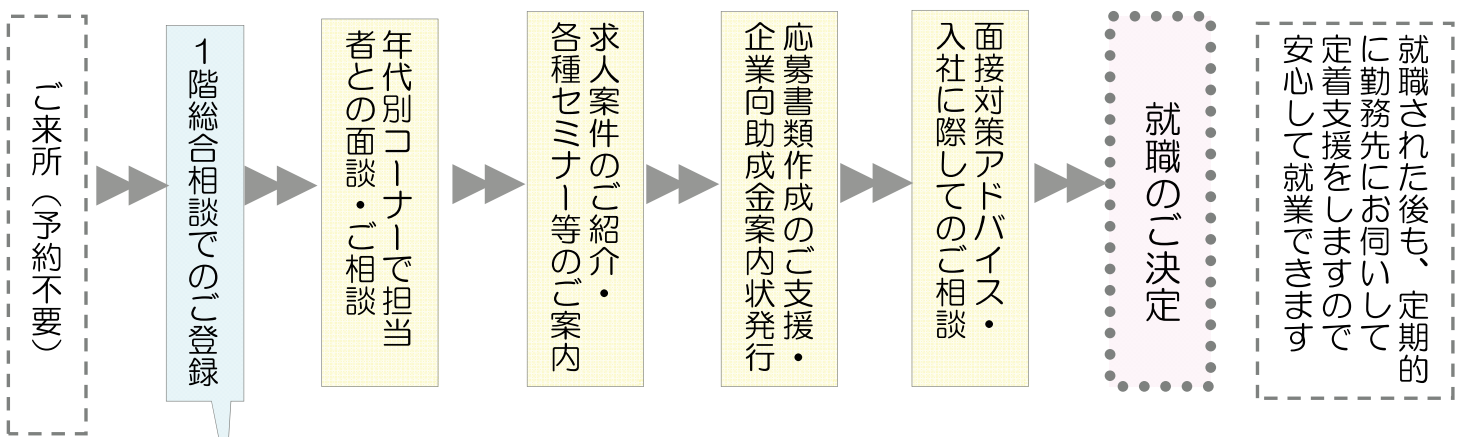
東京しごとセンターってどんなところ？



A 東京都が設置した、**〈しごとに関するワンストップサービスセンター〉**です。

キャリアカウンセリングや職業紹介、求職活動支援セミナーなど、様々な就職支援サービスを実施しています。緊急就職支援事業とは、東日本大震災で被災された方向けのサービスで、**採用企業への助成金制度や職場定着支援制度などでご就業をサポートします！**

初回ご登録/相談から就職決定までの流れ



予約不要です。
お気軽にお越しください！



＊ ＊東京都緊急就職支援事業採用助成金制度について＊ ＊

東京都及び（公財）東京しごと財団では、東日本大震災により被災された方で都内での就業を希望される方を対象に「東京都緊急就職支援事業」を実施しています。事業対象の方（事前に事業にご登録する必要があります）を正社員又は6ヶ月以上の有期雇用として採用するとともに、就職後支援（職場定着支援）を6ヶ月受入れ、継続雇用している企業等に助成金を交付します。（支給要件あり）

就職が決定された皆様からのメッセージ

様々な年代の方たちが就職され、新たな出発をされています。



福島県にて震災にあいました。就活での費用、ハローワーク等への交通費、履歴書を送る郵便代等もかさみ、生活の為に生きる為にしているのに、時間とお金が無くなっていきました。だんだん、就活そのものも先が見えなくなり、出来なくなっていきました。自力では無理なこともあります。頼ることも必要とされる時があります。東京しごとセンターのジョブコーディネーターは定期的に面談をして、じっくりと人となり分析してくれます。就職希望会社への橋渡しにもなってくれました。 50代 男性

【お問合せ先】

東京都が設置した雇用と就業を支援する施設です。

東京しごとセンター 緊急就職支援事業担当

〒102-0072 東京都千代田区飯田橋3-10-3
TEL:03-5211-3312 月～金曜日 9:00～17:00

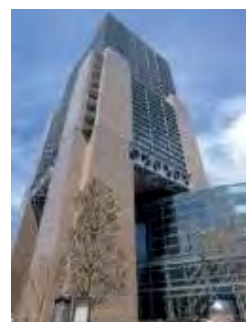
利用料無料

予約不要

閉館2時間前までのご来所をお勧めします



飯田橋駅から
JR中央・総武線「東口」より徒歩7分
都営大江戸線・東京メトロ有楽町線・南北線
「A2出口」より徒歩7分
東京メトロ東西線「A5出口」より徒歩3分
水道橋駅から
JR中央・総武線「西口」より徒歩5分
九段下駅から
東京メトロ東西線「7番出口」より徒歩8分
東京メトロ半蔵門線・都営地下鉄新宿線
「3番出口」より徒歩10分



東京しごとセンター

相談無料
秘密厳守

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。

何を相談できるの？

- 親の介護や子育てにともなう心配
- 今後の東京での生活の悩み
- 使える優遇制度を知りたい
- ふるさとの相談窓口を知りたい
- 同郷の避難者と話したい など

どんな人と話せるの？

- 社会福祉士の資格を持った、相談経験豊富な相談員が丁寧にお話をうかがいます。
- どなたでも安心してご相談ください。

《都内避難者相談拠点》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 9:30～17:00

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

《NPO医療ネットワーク支援センター》

受付時間：平日17:00～20:30

メー ル：soudan@medical-bank.org

☎ **03-6911-0584**

都内避難者相談拠点への交通アクセス

相談にお越しの際は、あらかじめご連絡ください。

【JR飯田橋駅から】

飯田橋駅西口を出たら右に曲がり、
最初の十字路を右に曲がり、右側前方のビルです。
低層用エレベーターで5階までお越し下さい。

【地下鉄飯田橋駅から

(有楽町線・東西線・南北線・大江戸線)】

「B2b」出口よりセントラルプラザの
1階に直結しています。

●所在地のご案内●



〒162-8953 東京都新宿区神楽河岸1-1
飯田橋セントラルプラザ5階

避難元県の電話相談窓口

避難元県の復興状況や県で実施している支援に関する情報について、故郷に即したより詳しい話を聞きたい場合は、以下の電話相談窓口へご連絡ください。

岩手県に関するお問い合わせ

いわて内陸避難者支援センター

☎ **019-601-7640**

月曜日～土曜日（祝日・年末年始を除く）9時～17時

宮城県に関するお問い合わせ

宮城県東京事務所

☎ **03-5212-9045（代表）**

月曜日～金曜日（祝日・年末年始を除く）9時15分～17時30分

福島県に関するお問い合わせ

被災者のくらし再建相談ダイヤル

☎ **0120-303-059**

月曜日～金曜日（祝日・年末年始を除く）9時～17時

分類	問い合わせ内容	担当部署	連絡先	受付時間
総合	都内での避難生活全般に関する相談窓口	都内避難者相談拠点	0120-978-885	平日9時30分～17時
住宅	都営住宅の募集に関すること	J K K 東京＜東京都住宅供給公社＞都営住宅募集センター	03-3498-8894	平日9時～12時、13時～18時 (土日祝日を除く)
就学	公立小・中学校に関すること	教育庁地域教育支援部義務教育課	03-5320-6752	平日9時～17時
	転入学に関するお問い合わせ (都立高等学校)	教育庁都立学校教育部高等学校教育課	03-5320-7854	平日9時～17時
	転入学に関するお問い合わせ (都立特別支援学校)	東京都特別支援教育推進室	03-5228-3433	平日9時～17時
	転入学に関するお問い合わせ (都立産業技術高等専門学校)	高専品川キャンパス管理課教務学生係	03-3471-6331	平日9時～17時
	私立学校の被災者支援助成金について のお問い合わせ (幼稚園、小学校、中学校、高等学校等)	生活文化局私学部私学振興課	03-5320-7708	平日9時～17時
子育て・家庭	子供自身や子育て家庭からの あらゆる相談	滞在先の地域の子供家庭支援センター	滞在先の区市町村の暮らしの便利帳を参照(注1)	
	ひとり親家庭のさまざまな相談	東京都ひとり親家庭支援センター	03-5261-8687	9時～16時30分 (年末年始を除く)
	保育施設に関するお問い合わせ	区市町村の保育担当	滞在先の区市町村の暮らしの便利帳を参照(注1)	
子ども	教育相談センター電話相談	東京都教育相談センター	03-3360-8008	平日 9時～21時 (閉庁日、年末年始を除く) 土日祝9時～17時
	いじめに関するご相談	東京都いじめ相談ホットライン	0120-53-8288	24時間365日
女性	緊急の保護や自立のために 支援が必要な女性の相談	東京都女性相談センター	03-5261-3110	平日9時～20時 (年末年始を除く)
		東京都女性相談センター多摩支所	042-522-4232	平日9時～16時 (年末年始を除く)
	暴力の防止と被害者支援および 女性の抱える悩みや 問題についての相談窓口	東京ウィメンズプラザ	03-5467-2455	9時～21時 (年末年始を除く)
		女性のための電話相談・ふくしま	0120-207-440	月～金10時～17時 (祝日を除く)
若者	若者を対象とした相談窓口	東京都若者総合相談センター「若ナビα」	03-3267-0808	月～土11時～20時 (年末年始を除く)
	ひきこもりで悩んでいる若者や 家族等の相談窓口	東京都ひきこもりサポートネット	03-5978-2043	月～金10時～17時 (年末年始・祝日を除く)
	ネットや携帯電話に関する 各種トラブルについて相談できる窓口	東京都子どもネット・ケータイヘルプデスク「こたエール」	0570-783-184 03-5844-6847	平日9時～18時 土曜9時～17時 (年末年始・祝日を除く)
高齢者	介護保険サービス等、高齢者や その家族等の総合的な相談・支援	滞在先の地域の地域包括支援センター	滞在先の区市町村の暮らしの便利帳を参照(注1)	
障害者	障害福祉サービス等、障害者や その家族等の総合的な相談・支援	区市町村の障害者福祉担当	滞在先の区市町村の暮らしの便利帳を参照(注1)	
税	被災者に対する都税の 取扱いに関するお問い合わせ	主税局総務部総務課相談広報係	03-5388-2924	平日8時30分～17時
生活資金	生活福祉資金貸付	東京都社会福祉協議会	03-3268-7173	

分類	問い合わせ内容	担当部署	連絡先	受付時間
雇用	就職相談	東京しごとセンター	03-5211-3312	月～金曜日9時～17時 (年末年始・祝日を除く)
	福島での就職や移住・定住・二地域居住を考えている方の相談	福が満開、福しま暮らし情報センター	03-6551-2989	火～日10時～18時 (月、祝日及びお盆、年末年始を除く。日曜はセミナー開催日のみオープン)
	福島に戻って就職を希望されている方の相談	ハローワーク品川 福島就職支援コーナー	03-5419-8609 (部門コード43#)	平日8時30分～17時15分 (土日祝、年末年始は休み)
	雇用保険の失業給付等のお問い合わせ	住所を管轄するハローワーク		
医療・健康	滞在先の近くにある医療機関・休日に診療してくれる医療機関に関するお問い合わせ	医療機関案内サービスひまわり	03-5272-0303	
	放射線に関するお問い合わせ窓口	原子力規制庁	0120-988-359	平日8時半～18時15分 土日祝日8時半～12時
	放射能による健康不安等に関するお問い合わせ	滞在先の地域の保健所	滞在先の区市町村の暮らしの便利帳を参照(注1)	
	福島県「県民健康調査」に関するお問い合わせ	福島県立医科大学 放射線医学県民健康管理センター	024-549-5130	9時～17時 (土日祝日を除く)
	臨床心理士による "こころの電話相談"	ほっとラインしゃくなげ東京	03-3813-9017	木曜日10～15時 (年末年始・祝日を除く)
	被災者相談ダイヤル“ふくここライン”	ふくしま心のケアセンター	024-925-8322	平日9時～12時、 13時～17時
その他	一時立ち入りの受付等のお問い合わせ	一時立ち入り受付コールセンター	0120-220-788	平日8時～20時 土日祝日8時～17時
	行政書士による賠償請求に関する情報提供、弁護士相談(電話・対面)の予約	原子力損害賠償・廃炉等支援機構	0120-013-814	月～土10～17時 (年末年始を除く)
	原子力損害賠償等に関する相談	福島県原子力損害賠償等に関する相談窓口	024-521-8216	8時30分～17時15分 (土日祝日を除く) ※毎週水曜の13時～17時は、 弁護士による法律相談を実施
	原子力損害の賠償手続きに関する相談	東京電力 福島原子力補償相談室	0120-926-404	平日9時～19時 土日・祝日9時～17時
	原子力損害賠償紛争に関する相談	原子力損害賠償紛争解決センター	0120-377-155	平日10時～17時 (年末年始を除く)
	無料法律相談	司法書士ホットライン	03-3353-2700	月～金10時～15時45分
			042-540-0663	水・木17時～19時45分
	都営交通一日乗車券に関するお問い合わせ(高齢者、障害者対応)	都営交通お客様センター	03-3816-5700	9時～20時(年中無休)
	水道・下水道料金の減免に関するお問い合わせ	(23区内) 水道局お客さまセンター	03-5326-1101	8時30分～20時 (日曜・祝日を除く)
		(多摩地区) 水道局多摩お客さまセンター	0570-091-101 (ナビダイヤル) 042-548-5110 (ナビダイヤルをご利用できない場合)	
運転免許証再交付手数料の免除に関するお問い合わせ	府中運転免許試験場 鯉洲運転免許試験場 江東運転免許試験場	042-362-3591 03-3474-1374 03-3699-1151	平日8時30分～17時15分 (再交付の受付は、16時まで)	
各種手数料(運転免許証再交付手数料を除く。)の免除に関するお問い合わせ ※免除対象手数料については、警視庁ホームページの「東日本大震災に関する情報」を参照	最寄りの警察署			

(注1) 暮らし便利帳は、「暮らしのガイド」やその他の名前でも呼ばれることもありますが、各区市町村が、住民向けに自治体の施設や手続などを案内している冊子です。分からない場合は、当該地域の区市町村にお問い合わせ願います。



全国避難者情報システムへの登録はお済みですか

避難された方で、避難先の市区町村や避難元の市町村の窓口へ、避難していることをまだご連絡されていない方は、避難先住所などを忘れずにご連絡ください。ご連絡をいただくことで、避難元の市町村から様々なお知らせをお届けできるようになります。

なお、避難先を変えられた方や、避難を終了された方も、同様に避難先・避難元の両市区町村へご連絡ください。

区市町村名	受付窓口	電話番号
千代田区	東日本大震災被災者総合相談窓口	03-3264-2111 (内線3950)
中央区	①区民生活課 総合窓口係 (区役所) ②日本橋特別出張所 区民係 ③月島特別出張所 区民係	①03-3546-5322 (直通) ②03-3666-4253 (直通) ③03-3531-1153 (直通)
港区	①芝地区総合支所区民課 ②麻布地区総合支所区民課 ③赤坂地区総合支所区民課 ④高輪地区総合支所区民課 ⑤芝浦港南地区総合支所区民課	①03-3578-3111 ②03-3583-4151 ③03-5413-7011 ④03-5421-7611 ⑤03-3456-4151
新宿区	地域文化部戸籍住民課住民記録係	03-5273-3506
文京区	区民部区民課	03-5803-1170
台東区	総務部危機・災害対策課	03-5246-1092
墨田区	都市計画部危機管理担当安全支援課	03-5608-6199
江東区	総務部危機管理課被災者支援担当	03-3647-8638
品川区	総務部危機管理室危機管理担当	03-5742-6625
目黒区	戸籍住民課住民記録係	03-5722-9350
大田区	区長政策室区民の声課	03-5744-1135
世田谷区	危機管理室災害対策課	03-5432-2266
渋谷区	危機管理対策部防災計画課	03-3498-9409
中野区	区民サービス管理部区民サービス分野区民相談担当	03-3228-8802
杉並区	区民生活部区民課管理係	03-3312-2111
豊島区	区民部総合窓口課	03-4566-2331
北区	危機管理室危機管理課	03-3908-1121
荒川区	戸籍住民記録課	03-3802-3111 (内線2353)
板橋区	区民文化部戸籍住民課	03-3579-2201
練馬区	危機管理室危機管理課庶務係	03-5984-2762
足立区	①戸籍住民課窓口サービス係 (区役所) ②伊興区民事務所 ③梅田区民事務所 ④興本区民事務所 ⑤江南区民事務所 ⑥江北区民事務所 ⑦佐野区民事務所 ⑧鹿浜区民事務所 ⑨新田区民事務所 ⑩千住区民事務所 ⑪竹の塚区民事務所 ⑫舎人区民事務所 ⑬中川区民事務所 ⑭西新井区民事務所 ⑮花畑区民事務所 ⑯東綾瀬区民事務所 ⑰保塚区民事務所	①03-3880-5867 ②03-3899-1048 ③03-3880-5381 ④03-3889-0457 ⑤03-3912-9351 ⑥03-3890-4201 ⑦03-3628-3271 ⑧03-3853-2301 ⑨03-3919-7126 ⑩03-3882-1133 ⑪03-3883-1400 ⑫03-3899-4014 ⑬03-3605-8471 ⑭03-3890-4331 ⑮03-3884-4451 ⑯03-3620-1951 ⑰03-3858-9870
葛飾区	地域振興部防災課災害対策係	03-5654-8223
江戸川区	生活振興部地域振興課コミュニティ係	03-5662-0515

区市町村名	受付窓口	電話番号
八王子市	生活安全部防災課	042-620-7207
立川市	市民生活部市民課	042-528-4311
武蔵野市	市民部市民課	0422-60-1839
三鷹市	総務部相談・情報課	0422-44-6600
青梅市	健康福祉部生活福祉課	0428-22-1111 (内線2197)
府中市	政策総務部広報課 (市民相談室)	042-366-1711
昭島市	企画部企画政策室企画調整担当	042-544-5111 (内線2376)
調布市	市民部市民課	042-481-7041
町田市	市民部市民課総務係	042-724-4225
小金井市	総務部地域安全課防災消防係	042-387-9807
小平市	市民部市民課	042-346-9804
日野市	総務部防災安全課安全安心係	042-585-1100
東村山市	環境安全部防災安全課	042-393-5111 (内2433)
国分寺市	福祉保健部地域福祉課	042-325-0111 (内線566)
国立市	行政管理部防災安全課	042-576-2111 (内線145~147)
福生市	総務部安全安心まちづくり課防災係	042-551-1638 (直通) 042-551-1511 (内線2322)
狛江市	総務部安心安全課	03-3430-1190
東大和市	総務部防災安全課	042-563-2111 (内線1352)
清瀬市	総務部防災防犯課	042-497-1847
東久留米市	環境安全部防災防犯課	042-470-7769
武蔵村山市	健康福祉部地域福祉課	042-565-1111 (内線153)
多摩市	総務部防災安全課	042-338-6802
稲城市	市民部市民課	042-378-2111
羽村市	市民生活部防災安全課防災係	042-555-1111 (内線207)
あきる野市	企画政策部企画政策課	042-558-1111
西東京市	市民部市民課受付係	042-460-9820
瑞穂町	住民部地域課安全係	042-557-7610
日の出町	町民課窓口サービス係	042-597-0511 (内線282)
檜原村	総務課総務係	042-598-1011
奥多摩町	企画財政課	0428-83-2360
大島町	防災対策室防災係	04992-2-0035
利島村	総務課	04992-9-0011
新島村	総務課行政係	04992-5-0240
神津島村	総務課行政係防災担当	04992-8-0011
三宅村	総務課防災危機管理係	04994-5-0935
御蔵島村	総務課総務係	04994-8-2121
八丈町	総務課庶務係	04996-2-1121
青ヶ島村	総務課	04996-9-0111
小笠原村	総務課総務係	04998-2-3111

被災地支援に関するイベント情報、避難されている皆様への
情報提供などについて、ツイートしています。



○復興支援対策部のアカウント
@tocho_fukko
https://twitter.com/tocho_fukko

各種支援情報につきましては、
インターネットでもご覧になれます。

(“都内に避難されている皆様へ”と検索すると、ご覧いただけます。)



ホームページ

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

※都庁第一本庁舎3階にある「都内避難者情報コーナー」でも、地元紙の閲覧や各種支援情報の提供を行っていますのであわせてご利用ください。
(開設時間平日9時～18時)



～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

⇒都内避難者相談拠点

0120-978-885 (フリーダイヤル)

受付時間 平日9:30～17:00

■「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9:00～17:00

発送元

東京都 総務局 復興支援対策部 都内避難者支援課