

そうまかえる新聞

子育て中の母子を支援 相馬助産所の宮原さん

相馬市の住宅街の一角に、うさぎの絵が描かれたカラフルな看板があります。そこはベテラン助産師・宮原けい子さん(58)が一人で切り盛りする「相馬助産所」。相馬地域で乳児を育てている母親たちが集うこの助産所を訪ねました。(堀下さゆり/相馬市出身)



母親が手作りした「相馬助産所」の看板

でみてもらうことができます。

需要は多く、訪問件数は毎月30件以上、助産所へ来所する母子も月に10件ほどになります。

母の悩みケア

「10人いれば20のおっぱいがあって全部違う。十人十色の対応が必要だし、母親の悩みを直接ケア出来る人が必要」と宮原さんは言います。産後の母親が抱える悩みは尽きません。母乳が出ない、母乳が出過ぎる、しこりが出来た、母乳が詰まり乳腺炎になって熱が出た、あかちゃんが吸ってくれない…など、他人には相談しづらい悩みを抱えて困り果てる母親も少なくありません。

それに加え、震災と原発事故は、母親たちの悩みをより深いものになりました。「事故から日が浅いころは、家庭訪問をしても、カーテンを閉めた真っ暗な部屋に、子どもと閉じ籠っている母親が結構いた。このままではいけない、何か楽しそうなことをやって行かなければと思った」と、宮原さんは当時を振り返ります。

東京都助産師会などが支援してくれたこともあり、



相馬助産所主催の「ベビーとママのリフレッシュ体操」に参加する母子たち



助産師の宮原けい子さん

地域の保健師や保育士と連携して、11年秋から0歳児と母親が行う「ベビーとママのリフレッシュ体操」を開始。その後、母親の交流や勉強会を中心とした「子育てサロン」などを始めました。

「ベビーとママのリフレッシュ体操」は、初めは相馬市や新地町で行っていましたが、南相馬市に住む母親からも要望があり、13年4月からは、南相馬市でも催すようになりました。現在は、相馬市や新地町、南相馬市の保健センターや集会所などで月2~3回定期的に開いており、参加する母親は毎回20人を超えます。

頼れる場所に

「皆が集まる場所に来れば母親も収穫があるはず。産後引きこもりがちな母親たちの交流の場になれば」と宮原さん。「自分から情報を見つけて来られる人は心配ないが、なかなか自分から参加できない人に、どう働きかけていくかが課題だ」と言います。

活動が地域に少しずつ認知され、根付いて来ましたが、子育てサロンへの支援は来年3月で打ち切られることになっています。母親たちからは継続を求める声があがっていますが、支援なしでは講師料などの確保が難しく、来春以降の継続は不透明です。

宮原さんは「助産所の果たす役割は大きいですが、相馬助産所はまだまだ発展途上。日々勉強で、スキルアップして、子育て中の母子が、何かあった時に頼れる場所を目指しています」と話しています。

相馬助産所 ☎080-6012-4181
E-mail:miya4181@nifty.com

福島県相馬市・南相馬市の今とこれからを伝えるコミュニティペーパー

「そうまかえる新聞」
2014年 5月 第14号

発行所:そうまかえる新聞編集部

〒976-0042 福島県相馬市中村1丁目13-3 モリタミュージック内

配送希望:somakaeru_otodoke@yahoo.co.jp

その他問い合わせ:somakaeru@yahoo.co.jp

子どもたちに明るい未来を手渡すため、

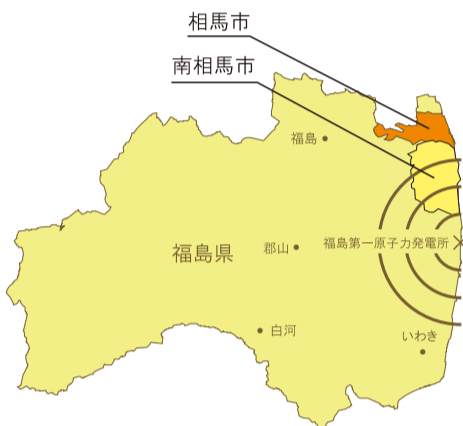
わたしたちは生き方を「変える」。

いのちを何よりも大切に「考える」。

まちをゲンキに「変える」。



<http://soma-kaeru.com/>



★そうまなぞなぞ 方言編 その7
「ずらんぼ」ってなーんだ?
例)「この鉛筆ずらんぼで書きにくい!」

震災後に開設

「この看板、助産所に通うママが作ってくれたんですよ」。うれしそうに話す宮原さんは、この道36年の助産師です。相馬助産所は東日本大震災から間もない2011年7月、宮原さんが開設しました。

宮原さんは、相馬市出身。宮城県仙台市や福島県相馬市の病院で助産師として働いていましたが、以前から地域で助産所を開きたいという強い思いを持っていました。そうした中、震災直後の11年5月、福島県助産師会から「相馬地域で母子を訪問してサポートする人がいない」という連絡を受けたこともきっかけに、この助産所をオープンさせたのです。

主に家庭訪問で、産後の母乳ケアや新生児の体重測定、乳児の離乳食指導など、あらゆる育児指導を手掛けます。当初は訪問専門でしたが、12年12月からは、乳房トラブルなどが発生し、サポートが必要な場合は、助産所に来てもらい母親をケア出来るような体制もとっています。

いずれも福島県助産師会の補助を受け、県内在住または県内出身の妊婦と産後1年以内の母子については、家庭訪問は乳房マッサージ込みで1回500円

相馬助産所の活動

詳細は、福島県助産師会ホームページ内「相馬助産所便り」
http://fukushima-midwife.org/hisaiboshi/activity_report.html

- 第一月曜日 ベビーとママのリフレッシュ体操 (南相馬市・原町保健センター)
 - 第二月曜日 あんよちゃんコース親子体操 (相馬市・飯豊公民館)
 - 第二火曜日 子育てサロン (相馬市・相馬助産所)
 - 第三木曜日 ベビーとママのリフレッシュ体操 (相馬市・中央児童センター)
 - 第四木曜日 ベビーとママのリフレッシュ体操 (新地町・新地町総合体育館)
- ※いずれも午前10時から、祝日を除く毎月開催中。

食と食の出合い、新たな味覚 — 北海道と愛媛県、八味WILD SIDE —

相馬応援プロジェクトMY LIFE IS MY MESSAGE(以下、MLIMM)に賛同し、相馬市・南相馬市を応援してくれている北海道・函館市の仲間が、昨年12月に新しい調味料「八味-WILD SIDE-」を開発しました。商品を開発したのは、合同会社オーガニックケルプの吉川誠さん(38)。吉川さんは、北海道産の青じそ、コンブ、フノリ、いなぎび、山わさび、赤唐辛子、青唐辛子の7つの食材に、同じくMLIMMに賛同する愛媛県八幡浜市のみかん農家坂野幸代さんのみかんの皮を独自の製法でブレンドし、新しい味を開発しました。1瓶(15g)500円で、必要経費を除いた売上げは、MLIMMへの寄付となります。相馬市・南相馬市が縁でつながった北と南の食と食の出合い。開発者の吉川さんに話を聞きました。(タカノシンジ/南相馬市)



北海道産のコンブなどと愛媛県産のみかんで作った「八味-WILD SIDE-」

—北海道の食材で作った「七味」に、愛媛のみかんを加えて「八味」、発想が斬新ですね。

「今、MLIMMを通じて自分のような生産者も含めて、全国の人が相馬に思いを馳せています。そうした中、このプロジェクトを通じて北と南の食材をミックスできたら面白いなあ、と漠然と考えていたんです。そんなときにMLIMMを主宰するミュージシャンの山口洋さんから坂野さんを紹介してもらって。みんなとの話し合いで、七味の上をいく調味料、という思いも込めました」

—実際、ブレンドしてみてもいいですか?

「昔からみかんを使った食材は試作していたので、加工のノウハウはありました。でも、坂野さんのみかんは、北海道で手に入るみかんと違って、とてもおいしいんです。おかげでイメージ以上のものができあがりました」

—ズバリ、味を表現すると?

「最初、みかんのさわやかさが鼻に抜けていきます。その後、七味のキリッとした味が感じられるんです。そのため、和食だけではなく、パスタなどのイタリアンにも合う味になったと思います」

—商品名は、「八味-WILD SIDE-」ですね。「WILD SIDE」に込めた思いを教えてください。

「いろいろな料理に使ってもらえるよう、ネーミングで無国籍感を出したかったんです。そんなときに、ミュージシャンのルー・リードが亡くなって。山口さんからのアイデアもあったんですが、彼の曲、「ワイルド・サイドを歩け」からいただきました。自分自身が生産者の立場でWILD SIDEやOUTSIDE側の人間、という思いもありましたし」

—商品化するのに苦労したことは?

「ブレンド、と本当は言いたいんですが、いい素材を厳選したこともあって、

最終形はすぐに決まったんです。実際はラベルですね。手に取ってもらうにはラベルが大事ですから。ここは「そうまかえる新聞」の初代デザイナー、関東の江上かざみさんとの共同作業でした。2人で10パターン以上作ったかな?」

—売れ行きはどうか?

「そもそもは昨年12月に東京・渋谷で行われたMLIMMのライブ会場で販売するために作ったんです。その後、自分のホームページでも一般販売を始めて。そのときのライブでは385本、これまでの累計で800本ほどです」

—今後の展望を教えてください。

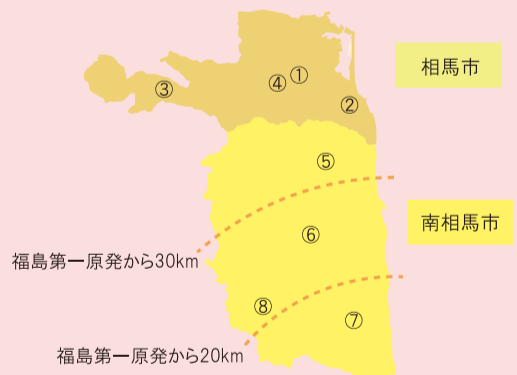
「たくさんの方に商品を買っていただいて、細く長く相馬を応援していきたいと思っています。業務用の大きいサイズもありますので、ぜひ試食していただき、飲食業の方にも利用してほしいですね。食品の強みは、おいしければ買い手がリピーターになってくれるところ。自分は、MLIMMを通じて、坂野さんのような方と知り合うことができましたが、こんな風に、今後、全国で相馬を応援する人たち同士が結びついて、点と点が線になり、線と線が面になっていけばいいと思っています」

合同会社オーガニックケルプ
北海道亀田郡七飯町大中山2丁目4-16
☎0138-86-5585
<http://organickelp.jp>
E-mail:ORGANICKELP@gmail.com



商品に使う海藻を扱う吉川さん

相馬市・南相馬市放射線レベル測定値 (2014年4月30日 単位=マイクロシーベルト/毎時)



①相馬市総合福祉センター(はまなす館)	0.259 (△0.02)
②磯部小学校	0.086 (△0.001)
③玉野小学校	0.282 (0.167)
④馬陵公園長友グラウンド	0.172 (△0.001)
⑤鹿島区役所	0.21 (△0.009)
⑥南相馬市役所(原町区)	0.209 (△0.007)
⑦小高区役所(避難指示解除準備区域)	0.11 (0.001)
⑧鉄山ダム(居住制限区域)	2.747 (1.5612)
東京(新宿区 東京都健康安全研究センター)	0.034 (0.000)

カッコ内の数値は前号の数値からの増減です。各地のモニタリングポストでの放射線レベル測定値は、原子力規制委員会のホームページで公開されています。

東日本大震災から4年目の浜通り 宿泊できない原発20^キ圏内

短期宿泊も生活困難 20^キ圏内

警戒区域は12年4月16日午前0時に解除されました。南相馬市では、原町区の南部が原発から20^キ地点に当たり、解除前はそこにバリケードが設置され、警察による検問が行われていました。一時帰宅を認められた住民や、原発の作業員の方などの立ち入りしか認められていませんでした。

南相馬市の警戒区域は解除後、3区域に再編され、13年12月末現在の世帯数・人口は、避難指示解除準備区域が3,737世帯・12,092人、居住制限区域が130世帯・506人、帰還困難区域が1世帯・2人(原町区西部の高線量地域を含む)となっています。

現在、20^キ圏内となる原町区の一部、小高区への立ち入りはできますが、普段の宿泊はまだ認められていません。小高区では、年末年始に続き、ゴールデンウィーク期間の特例宿泊が認められましたが、食料品の販売店は営業を再開していないため、短期間の宿泊であっても生活には困難が付きまといま



桜が満開の小高神社境内

相馬野馬追の舞台、小高神社

4月に訪れた際、小高神社境内にある桜が満開でしたが、お花見のお客さんはちらほら。7月26日から28日に行われる相馬野馬追(そうまのまおい)では、28日に、昨年同様、裸馬を騎馬武者が旧小高城内に追い込み、白装束の御小人(おこびと)が素手で捕え、神前に献納する野馬懸(のまかけ)が行われます。

浜通りの北部についてレポートした前号に続き、今回は旧警戒区域、現在は主に避難指示解除準備区域となっている福島第1原子力発電所から20^キ圏内を紹介します。2012年4月16日の警戒区域の見直しにより、原発から20^キ圏内の南相馬市原町区の一部と小高区全域は、出入りが自由にできるようになりましたが、2年経った今でも普段の宿泊は認められていません。(柚原良洋/南相馬市)



稲が植えられた小高区飯崎の実証田

小高区内も実証田に

原発から20^キ圏内を含む南相馬市の農地では、放射性物質の影響が考えられるため、原発事故以降は米の作付けを自粛していました。昨年は、20^キ圏内を試験田(注1)、20^キ圏外を実証田(注2)として作付けされました。今年、20^キ圏内にある小高区の水田でも実証田としての米の作付けが行われています。

また、農業用水は、福島県と農林水産省が、農業用

ため池に流れ込み蓄積している放射性物質について、全域的に状況を把握するためにモニタリング調査を実施しています。底質の放射性セシウムについては、中通り地方を中心に高濃度に蓄積(注3)している状況が確認されるなど、過去の調査と同じ傾向が確認されています。しかし、環境省は、貯水に遮蔽効果があるとして農業用ダムやため池を除染対象として認めていません。

- ※注1 試験田…主食用としないため、放射性物質検査用の稲以外は圃場へすき込み(農機具や鍬などで、土に混ぜ合わせたり、空気を土に混ぜ合わせたりする)処理をする。
- ※注2 実証田…玄米は全袋、放射性物質検査を実施し、基準値以下であれば出荷が可能。自家保有米としての保管も可能。
- ※注3 福島県内の最大値は本宮市でセシウム134が120,000Bq/kg、セシウム137が250,000Bq/kg、相双地区の最大値は広野町でセシウム134が17,000Bq/kg、セシウム137が36,000Bq/kgとなっている。



原発から20^キ地点の検問跡地

そうま × 関西

現在、「そうま・かえる新聞」や福島県相馬市・南相馬市応援プロジェクト「MY LIFE IS MY MESSAGE」には、全国に支えてくれる仲間が広がっています。このコーナーでは、そういった全国からの声を紹介していきます。

「笑わせてやるぜ」

3ピース・ロックバンド「モンスター・ロシモフ」 らんだ(関西在住)

2011年3月11日以前と以後、世界は全くその様子を変えてしまった。あの日を境に「今の自分に何が出来るか」という問いを繰り返す。その答えの1つは、東北に実際に足を運んでライブをすること。この眼で見て、この耳で聞いて、この肌と心で感じて、それをこの口で伝えていこうということ。ちゃんと話したことはないけれど、モンスター・ロシモフのメンバーの気持ちも大差はないだろう。

何のあても無かったけれど、「笑わせてやるぜ」というタイトルをつけた自分たちのライブ映像DVDを震災支援グッズとして販売することにしました。それは素人が撮った編集もままならないブート感丸出しの映像。東北を思うお客さんに支えられ、現在は6枚目の「笑わせてやるぜ6」を販売させていただいている。

モンスター・ロシモフが初めて東北を訪れたのは11年10月。東北を訪れ始めて3度目にして、友人の紹介で南相馬市へ足を運ぶことができた。それは13年5月、サテンドール2000(仙台市)で行われた「キヨシローナイト」の時。

そうま・かえる新聞のことは友人から聞いてい



南相馬市のライブで熱演するモンスター・ロシモフ(左から)荒井広太さん、らんださん、朝倉祐太さん=5月18日

て、この時に初めて、かえる新聞記者のガイガー柚原(良洋)さんと出会った。翌日は自立支援作業所「えんどう豆」を訪問する予定を組んだが、アクシデントにより大幅に遅れて到着。通所している皆さんには会うことはかなわず、とても残念だったが、佐藤定広所長は笑顔で待っていてくれた。佐藤所長は、震災当時の福島県の話、南相馬市の話、東京電力福島第1原子力発電所が爆発した時の話、障がい者の避難生活が困難だった話など色々な話を、実体験も含めて説明してくれた。内容はとてもヘビーなものだったが、佐藤所長は始終笑顔だった。

佐藤所長と別れた後、柚原さんに南相馬市小高区を案内してもらったが、今まで見てきた震災の爪あとのどことも違うその光景に愕然とした。駅は封鎖され、駅前通り並みはまるで舞台や映画のセットのようにきちんと整っている。街灯が灯り、花壇には花も咲いている。けれど人がいない奇妙な風景。住めない町。それは町なのか?震災から2年2ヵ月、止まっ

たまの町が眼前に広がって、現実を見せつける。押しつぶされそうになる。

13年12月には柚原さんのはからいで、ライブのために南相馬市を訪れることができた。フィフティーズ・スポット・シャウトという、いかしたロックバー。「アコースティック風?!」と銘うつ、全然アコースティックではない、ドラムが単にカホンに変わっただけの編成があり、それでの参上。どこでもロックンロール魂も半端なかった。モンスター・ロシモフの相手に不足なし。モンスター・ロシモフの曲に「地獄」という曲があり、その曲の途中MCが入り「誰かこの会場で地獄を見たことがあるって奴はいるか?」と上から目線でボーカルが聞くくだりがある。すかさずこの会場からは「話すと長いよー(爆笑)長そう!!」(大爆笑)と。この空気感、ロックンロール!この日の映像は先に述べた「笑わせてやるぜ6」にも収められている。

翌日は、念願の「えんどう豆」へ。今回は、通所の皆さん、スタッフの皆さんともお会いできた。モンスター・ロシモフの音楽が通じるのか、不安がなかったと言えは嘘になるが、「みんな音楽が好きだ」という佐藤所長の言葉に押されて、えんどう豆開所以来、初めてとなる、PAを入れてのライブ。スタッフの皆さんの温かいサポートもあり、みんな一緒に声を出したり、楽器を鳴らしたり、踊ったり。えんどう豆のみなさんも歌やダンスを披露し、たちまちロックンロールな空間になる。別れがとても辛い。だから必ず戻ってくるぞ、と思う。

14年5月。モンスター・ロシモフは南相馬市に帰る。「フィフティーズ・スポット・シャウト」にも「えんどう豆」にも帰ることができる。南相馬市はモンスター・ロシモフが帰る場所だ。

現在、モンスター・ロシモフの震災支援は、DVD「笑わせてやるぜ」の他にも、友人の協力により

グッズも作成し、ライブに来てくれたお客さんに更に力を貸してもらっている。預かった大切なお金は、モンスター・ロシモフが東北を訪れる時に全額を各団体や施設へ収めさせていただいている。未永く続けたいつもりだ。

モンスター・ロシモフがどんなバンドかと聞かれたら…観に来たら分かるから一度ライブに遊びにくるといい。

ロックンロール!!



そうま・かえる新聞のメンバー(左)に寄付を手渡すモンスター・ロシモフ

モンスター・ロシモフ

ボーカル&ギターの朝倉祐太、ベース&コーラスの荒井広太、ドラム&コーラスのらんだで構成するロックンロールバンド。関西を拠点に活動し、ライブでそうま・かえる新聞配布をしたり、グッズ販売の売り上げを被災地支援として東北に届けたりしている。

モンスター・ロシモフHP
<http://rousimoff.web.fc2.com/>

編集部からみなさんのサポートに感謝を

全国のみなさんから、たくさんの愛のあるサポートをいただいて「そうま・かえる新聞」は発行されています。4/1~4/30までのサポートご支援(右記口座への寄付ご入金)は、61,668円です。ご支援、本当にありがとうございます。

そうま・かえる新聞は隔月第3金曜日に発行。
次号は2014年7月18日発行予定です。

「そうま・かえる新聞」はみなさんに寄付のお願いをしています。額の大小は問いません。全額を「そうま・かえる新聞」発行のための経費として使用させていただきます。寄付の際には可能であればメールなどでご連絡先(お名前、ご住所など)をお知らせいただくと幸いです。

- 郵便局からお振り込みの場合
口座/ゆうちょ銀行 記号/18290
番号/30483531
- 他銀行からお振り込みの場合
口座/ゆうちょ銀行 店名/八二八(読みハチニハチ)
店番/828 預金種目/普通口座 口座番号/30483531
口座名/そうまかえる新聞編集部



【そうま・かえる新聞】 2014年 5月 第14号

発行元 そうま・かえる新聞編集部
<http://soma-kaeru.com>
連絡先 そうま・かえる新聞編集部
e-mail somakaeru@yahoo.co.jp

所在地 〒976-0042 福島県相馬市中村1丁目13-3

モリタミュージック内

編集 相馬市・南相馬市ほか有志

協力 かえる新聞(いわきの子供を守るネットワーク)

<http://kaeru-web.com>

★記事の転載や転用をご希望の方はそうま・かえる新聞編集部までお問い合わせください。