

NPO法人

# 一歩の会



カネなし。ヒマなし。人情だけはある建設関係職人の集団です。  
会員はそれぞれ解体業、造園業、左官、不動産業者などの本職に  
従事しつつ東日本大震災の被災者・避難者支援に取り組んでいます。  
腰の軽さと行動力には自信があります。

## 「一步の会」の最初の一步

2011年3月11日、東日本大震災が発生しました。

刻々と伝えられる被災地の状況。いてもたってもいられなかった仲間の1人が4日後、車に詰めるだけの支援物資を積み込み、京都から東北へと出発しました。ひたすら陸路を北上して福島県いわき市に入り、3日間のお手伝いを終えて帰ってきました。その仲間は、何の計画も持っていませんでした。誰かに頼まれたわけでもありませんでした。気がつけば走りだしていた。「俺にできることはないのか」「役にたちたい」。その気持ちだけがありました。

これが「一步の会」の芽生えでした。

この仲間の行動力に刺激を受けて、ほかの仲間たちも次々と東北を目指すこととなります。福島県南相馬市と宮城県名取市でがれきの撤去に取り組みました。南相馬市では、東京電力福島第一原発の事故による放射能問題で人も物資もなかなか集まらず住民が孤立する状況を目の当たりにしました。名取市では、スーダンでの難民支援にも取り組んでいるNPO法人ロシナンテス（北九州市）の活動に合流させていただきました。この名取市の閑上地区に日和山といわれる丘があります。20年後の花見を約束して桜の苗を子どもたちと一緒に植えました。

多くの人とのめぐり逢いがありました。懸命に生きる被災地の人たち。週末には必ず南相馬市に足を運びボランティアに参加されている東京の若いご夫婦。人手不足の状況を見るに見かねて南相馬市に居続ける若者たち。これだけの災害に遭いながらもたくましく元気にふるまう子どもたち。その姿に心を打たれました。被災地での活動は限られた時間でしたが、汗と、涙を、たくさん流しました。こうした体験が「一步の会」の原点となりました。

京都に帰ってきて、現地でいただいた「ありがとう」という言葉の意味を考えました。皆さんに対して微力で不甲斐ない自分たちに苛立ち、無力感にさいなまれ、心のざわつきが収まることはありませんでした。すぐにでも東北に飛んでいきたい。想いばかりが先走る日々。そんなおり、被災地から京都に避難してこられている方がいると知りました。今度は「ほっとけない」です。気がつけば、現地に行った仲間たちと連絡を取り合っていました。同じ心は、その日のうちに集まりとなり、仲間同士、思いのたけを語り合うなかで、各々の無力感と、ざわつく弱い心が、ひとつの志へと結びついていきます。「縁があって京都にこられた以上、この街と人も好きになってもらいたい」「つぎの一步を踏み出すお手伝いをしたい」

こうして「一步の会」が正式に誕生しました。

2011年3月～5月

福島県、宮城県で延べ24日間の救援活動。

2011年6月1日

県外避難者の支援を目的に「京都ライフサポート 一歩の会」を設立。

2011年6月14日

提供者宅に家電製品（冷蔵庫や洗濯機など）を引き取りに行き、避難者宅へ運ぶ活動に着手。また避難者が入居した公務員宿舎（京都市）は築40年を超え取り壊す予定の物件のため、室内の壁にカビが生えているのを見つけ7月から「住まいの相談」活動を開始。メンバーがそれぞれ「本職」の技術と人脈を駆使する支援活動を本格化。

2011年7月12日～2012年4月29日

29世帯の室内の壁を修繕。ほかにも襖の張替え、網戸の取り付け、配管の詰まりの修理、すきま風の修理も。

2011年7月～2012年5月

京都府自転車軽自動車商協同組合提供の自転車を56世帯のお宅に配送。

2011年6月～2012年10月

生活必需品（家電製品、食器、衣類等）を23世帯に運搬。

2011年10月

公務員宿舎9・10棟周辺、集会場前広場や公園の草刈。公務員宿舎には、京都の中で最も多い90世帯超の避難者が暮らす。子どもたちは放射能汚染から逃れて京都に来たのに、公園も広場も草だらけではかわいそうだと考え、大規模な草刈を実行。メンバーの造園屋の指揮の下、総勢30名が参加。

2011年10月

第1回の芋煮会 公務員宿舎集会場前広場で300名が参加

2012年11月

第2回の芋煮会 公務員宿舎集会場前広場で200名が参加



避難者宅へ引取った家電や家具を運ぶ様子



高所作業車にて  
窓枠・網戸の取付け



自転車配送



草刈り



芋煮会

# 俺たちにできることは小さな事

2011年12月～

週1回のサッカー教室を宿舎内の公園で開始。これまでに延べ790人が参加。

芋煮会の会場で、福島にいる頃はサッカークラブに入っていたという子どもから、京都でもクラブに入りたいが経済的な理由で難しいと聞く。福島からの避難者の多くはいわゆる「自主避難」で母子だけでの避難が多く、現地に残った家族との二重生活を強いられており、子どもの習い事まではなかなか手が回らないことを知る。そこでメンバーの息子が講師となり、サッカー教室を始める。(現在も継続中。)

2011年12月～2013年1月

小型湯沸かし器の寄付を始める。公務員宿舎へ住宅修繕作業などで通ううちに、多くのお宅に湯沸かし器がないことに気づく。油ものの料理をしたときはまず皿をティッシュで拭き、それからお湯の出る風呂場で洗うと聞いた。そこで、寄付する湯沸かし器の購入費を集める募金活動を開始。寒い冬が来る前に目標額の1,680,000円が集まり12月から取り付け工事を開始。これまでに71世帯の取り付けを完了。今も希望者への寄付を続行中。

2011年12月

「家族再会プロジェクト」を実現。京都に避難している避難者の会から、京都⇄福島間のシャトルバスを年末に運行できないかと相談を受け、京都ライオンズクラブからの支援金をもとに企画。片道1,000円の運行を実現し、お父さん、おじいさん、おばあさん、お孫さんの再会を実現。

2011年12月

第1回シニア対象交流会 高山寺と天龍寺で紅葉狩り。高雄パークウェイ観空台店で昼食。10名参加。

2012年11月

第2回シニア対象交流会 高台寺と孤篷庵で紅葉狩り。木春で昼食。13名参加。

避難者を招待するイベントの多くが子ども向けのなか、シニアの方が外に出て京都の人と交流する機会がなかなか無く引きこもりがちになっていると知り、企画。

2012年1月

第1回石山農園お手伝い

2012年8月

第2回石山農園お手伝い

福島県二本松市から避難し京都府南丹市で農業を始められた女性へのお手伝い。

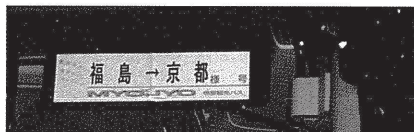


サッカー教室に参加した子供たち



給湯器取付工事中

2011年  
12月



京都～福島間シャトルバス運行

2012年  
1月



石山農園お手伝い



お盆会、紅葉狩り

# 一步の会 会員募集中

2012年2月

吉田神社 追儺式（鬼やらい神事）

14名参加。龍神総宮社で節分祭。22名参加。

2012年3月

大相撲大阪場所ご招待 28名参加。

2012年4月

上賀茂きらきらひかるで花見会。10名参加。

2012年6月

餃子点天で餃子教室。35名参加。

2012年7月

「こどもたちの夢の夏プロジェクト」

福島の子ども30人、大人17人 京都の子ども19人、大人10人が参加。  
「一步の会」が支援している避難者の会「みんなの手」企画のプロジェクト。  
実行委員会を共同で設立し、「一步の会」は費用をまかなうための募金活動や、キャンプ当日の様々なイベントの実現に奔走。当日は京都に避難している子どもたちの同級生を福島から招待し3泊4日のキャンプを楽しむ。

2012年12月

「こどもたちの夢の夏写真展 & チャリティライブ」

「みんなの手」と「一步の会」の共催。

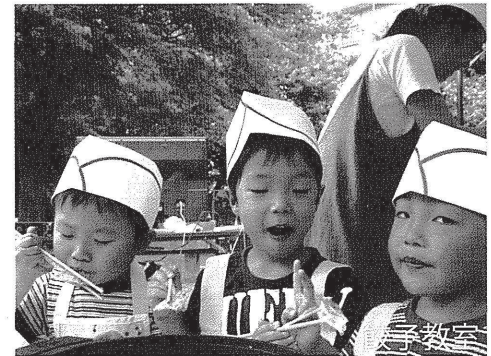
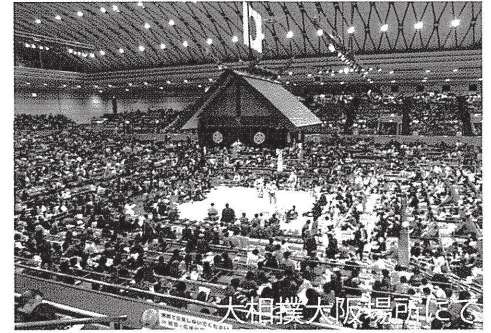
写真展の入場者371名、ライブ参加者65名。

2012年12月

「一步の会」が支援する避難者の会がオープンされる「みんなのカフェ」の改修工事に着手。

2012年7月

NPO 法人格取得



## 【私達の三つの約束】

『支える』 被災者・避難者のこころと生活を支えたい

『繋がる』 人と人の輪を広げ、再び一つに

『忘れない』 あの日が忘れられてしまわないように…



## 【支援のお願い】

『一歩の会』では会の活動に賛同し支援して下さる方を募集しております。

### 【支援金 振込口座】

★他金融機関からの お振込み

ゆうちょ銀行「店名」四四八(ヨンヨンハチ)「店番」 448  
普通預金 [口座番号] 1143260 特定非営利活動法人 一歩の会

★ゆうちょ銀行からの お振込み

記号 14430 番号 11432601  
特定非営利活動法人 一歩の会



特定非営利活動法人 一步の会  
京都市北区等持院北町5番地46

TEL/FAX:075-465-0485 / Mobile: 070-6688-2018

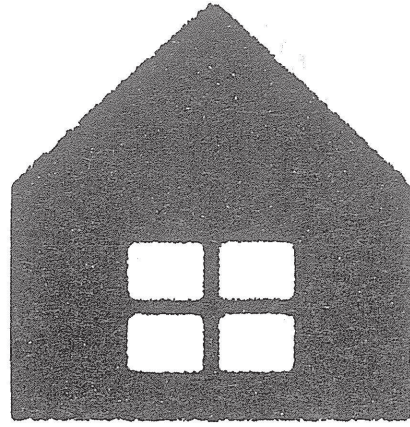
URL : <http://www.ippo.jpn.com>

E-mail : [info@ippo.jpn.com](mailto:info@ippo.jpn.com)



# OPEN

ともに学んだり、  
体を動かしたり、  
手仕事をしたり、  
地域みんなが集まり  
ほつこりできる  
コミュニケーションスペースが  
できました。



## みんなの広場

ここからからだに  
気持ちいい  
ワークシヨップや  
セミナーを行いますので、  
ふるつてご参加ください。  
春にはカフェも  
オープンします。



## 3月のセミナー

3月は生きることがテーマです。

### 今を生きる処世術

日程

3月24日(日) 13時半～15時半

講師 守田 敏也さん

(京都市在住。「市民と科学者の内部被爆問題研究会」常任理事。フリーライターとして活躍。ネットや講演会等で発信。ブログは明日に向けて)

「こともたちに何を食べさせたらいいの?」「PM2.5って何?」「西日本にいて原発事故の影響は何かあるの?」食、環境、暮らしに関する疑問をたくさんお持ちではありませんか? 安心して命を生きたため、成長を見守るため、そして、社会に力をむけ今を賢く生きるため、ジャーナリストの守田敏也さんをお迎えして、教えていただきます。

参加費 500円

### 障がいを持つ人の防災

日程

3月17日(日) 13時半～15時半

講師 鈴木 絹江さん

(福島県田村市在住。NPO法人ケア・ステーションゆうとびの理事長。CI福祉のまちづくりの会所属。)

東日本大震災で原発から40キロの地点で被災。原発事故後、事業所の利用者・ヘルパーとともに避難。自らの体

験を踏まえ障害者の防災の取り組み方、社会のあり方を語ります。ご主人の匡様から市民測定所で働いておられる経験をもとに、測定目線での福島状況も伺います。

参加費 500円

### いま、ふくしまでは

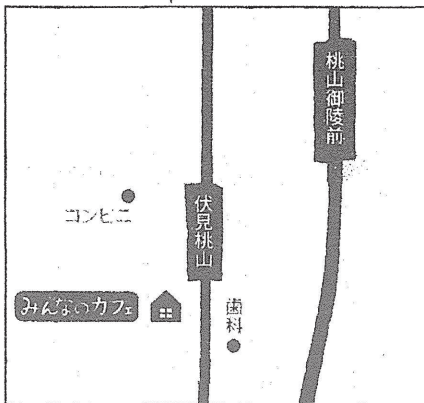
日程

3月30日(土) 10時～12時

講師 境野 米子さん

今 福島では、地域や学校でどのように命と見つけ合いながら暮らしているのでしょうか? 「あの日からお母さんのしごと」「子どもを放射能から守るレシピ77」の著書でもある福島市在住の料理研究家で福島県教育委員長の境野米子さんに伺います。また福島県訪問団として視察されたベラルーシのお話もお聞きしましょう。

参加費 500円



### みんなのカフェ ☎ 070-5656-5621

住所 : 京都市伏見区両替町4-319

アクセス: 近鉄「桃山御陵前駅」・京阪「伏見桃山駅」より徒歩3分。

大手筋商店街を直進。1本目の筋を左折。高森質屋さん隣り

# みんなの広場 3月のイベントカレンダー

					1	2
3	4	5 気功クラス	6	7 レメディ勉強会	8	9
10	11	12 気功クラス	13	14	15	16
17 「障がいを持つ人の防災」	18 チャイルドタッチセラピー	19	20	21 ゆったりマッサージ	22 レメディ勉強会	23
24 「今を生き抜く処世術」	25	26 気功クラス	27	28	29 免疫力アップセミナー	30 「いま、ふくしまでは」
31						

## 気功クラス

(ヨカ&ストレッツ併用)

日程 3月5日・26日(火)  
10～12時

講師 長谷川和枝先生

(NPO法人日本健身気功協会資格取得)

若い方から年配の方まで安心して参加していただけるレッスンです。「膝がいたい」「肩がこる」「ストレスがたまる」など「心と体の悩みはスペシャルコーナーで自宅までできるエクササイズや心の持ち方等、気功とその精神についても教えていただきます。

参加費 500円 定員10名  
持ち物 ヨガマット(お持ちの方は) バスタオル、飲み物

## レメディ勉強会

日程

3月7日(木) 22日(金)

10～12時

講師 服部 秀子先生

(服部母乳育児相談室代表)

体に害のない自然療法と言われるホメオパシーの基礎から学びます。7日は、ホメオパシーの基礎と22日は、レメディ36キップの使い方を学ぶパート①  
参加費 500円

## チャイルドタッチセラピー

日程

3月18日(月) 10～12時

講師 林 りえ先生

(NPO法人 日本心理療法士協会認定チャイルドタッチセラピスト)

ママの温かい手と優しい声で赤ちゃんをマッサージ、そんな最高のスキンシップがチャイルドタッチセラピーです。新生児、乳幼児期の肌はむき出しの脳とも言われています。人格形成にとって大切な時期に、赤ちゃんが一番安心できるお母さんの温もりで包んであげましょう。オイルを使わないので、肌トラブルのある赤ちゃんも安心して行えます。(妊婦さんも大歓迎)

参加費 500円

持ち物 バスタオル・フェイスタオル

## ゆったりマッサージ

日程

3月21日(木) 10～15時

施術師 岡崎 正史先生

リラクゼーションマッサージ。ゆっくりじっくりひとりひとりの体に声を合わせたマッサージをします。  
施術料 1時間 1700円  
※予約要

## 免疫力アップセミナー

日程

3月29日(金) 10～15時

第一部 免疫力アップのライフスタイル(お話し)

第二部 免疫アップレシピの調理法の実践と西武体操

講師 境野 米子先生

(料理研究家)

米子先生ご自身の難病体験から学んだ免疫力アップの秘訣をご紹介します。どのような食べ物を食べ、生き方をすればいいのか、お話をうかがえます。2部では、免疫力アップにつながるレシピのデモンストレーション、そして西武体操を通じて、実践法を体験していただきます。

参加費 500円

ランチご希望の方は別途300円(ランチは米子先生ご指導のもとご用意した玄米おにぎりと野菜スープになります)

ランチは限定30食。前日までお申込みいただくと助かります。

ワークショップやセミナーのお問合せ・お申し込みは、メールでお願いします。  
minnanole123@gmail.com

寄付  
募集中

東日本大震災により京都に避難してきた人々と地域の人々が  
支え合い助け合い、ともに地域を創造する

# 「みんなの広場」プロジェクト



あなたの寄付で、東日本大震災から避難してきた  
人々と地域の人々を結ぶ活動を支えてください。

東日本大震災以来、全国で多くの人が避難生活を送っています。津波で家を失い元の家には戻れない人。放射線量が高くて故郷に戻れない人。たくさんの人々が、慣れない土地で不安を抱えながら生活しているのです。しかし、避難先には避難者同士が集える場所や地域の人たちと触れ合える場所がなかなかありません。

そこでこのプロジェクトでは、京都への避難者や移住者、そして地域の人たちが気軽に集える場を作ります。お互いを理解し支え合うことで、よりよい地域社会を築くことをめざします。

避難者と地域の人たちが、共に同じ  
地域社会の一員として、地域をより  
豊かにしていくために、さまざまな  
場をつくっていきます。

- 避難者が普段の生活の中の悩みや不安を気軽に話し合える場
- 避難生活をしばし忘れてリラックスできる場
- 地域の人たちと触れ合い、地域につながるができる場
- ふるさとの風物詩を地域の人たちと楽しめる場
- 自らの体験や現状を多くの人に発信する場



私たちの  
これまでの  
取り組み

京都に避難してきた方たちが避難者同士のつながりだけでなく、地域の人たちと連携しながら京都での生活を安心して送ることが大切だと考え、京都や地域の生活に慣れ親しむ機会を作ることを進めています。避難者の体験を京都の人たちに発信する機会も設けています。



故郷を離れて京都に住む人たちが、故郷とつながり続けることができるように、京都と故郷（被災地）を結ぶ活動も行なっています。避難者・移住者・京都の人たち、そして故郷を結び、共に寄り添うために幅広く輪を広げています。

## 団体の概要



「東日本大震災により、故郷から遠く離れた京都での生活を余儀なくされている人たちが孤独や不安に陥らないように、ネットワークを作り続ける。そしてすべての人に支援が届くような場・機会を設けること」を目的として、福島県からの避難者自身が立ち上げました。避難者の視点を反映しながら、支援者や支援団体の協力を得て目的を実現しています。

特定非営利  
活動法人 **みんなの手**

〒612-8082  
京都市伏見区両替町4-314

ご寄付は、公益財団法人京都地域創造基金を  
通して受け付けています。

募集  
総額 **1,000,000** 円

受付期間  
2012年12月1日～2013年11月30日

**5**百円で  
京都に避難してきたママが  
仕事を見つけるために1回  
2時間でパソコンを学べる。

**1**千円で  
母子避難をしているママが  
子どもを預けて、相談会や  
セラピーに参加できる。

**1.5**万円で  
多くの避難者が集まる、  
託児付きの交流会を開催  
できる。

**3**万円で  
被災地からゲストを呼び、  
被災地の現状を話す機会を  
設ける。

## ご寄付の入金方法

領収書をご入用の方は、必ず京都地域創造基金にご寄付申請をしてください。  
寄付申請は京都地域創造基金のHP上までのご入力、またはHPから申請書をダウンロードしFAXまでのご提出が可能です。

銀行振込	京都信用金庫 本店(普)2105235 公益財団法人 京都地域創造基金	【この事業への寄付専用】
郵便振替	00930-4-312262 京都地域創造基金寄付口座	【通信欄に必ず記載してください】 みんなの広場
クレジットカード	ご利用いただける クレジットカード	VISA MasterCard HPからお申込できます。
現金	京都地域創造基金まで、直接お届けください 現金書留の場合は、寄付申請書を同封してお送りください	

ご寄付は税制優遇措置の対象です。

個人の方も法人も、ご寄付は税制優遇措置の対象です。詳しくは、京都地域創造基金のウェブサイトをご覧ください。

事業の進捗や成果などの情報を迅速に公開します。

寄付金の使途をはじめ、事業の成果や社会への影響などを、ウェブサイトや活動報告書、活動報告会などで積極的に報告しています。

お問い合わせ

公益財団法人  
**京都地域創造基金**  
PLUS-SOCIAL

「市民活動を支えるのは市民社会」というコンセプトのもと、市民活動を支える資金基盤をつくるため、300人以上の市民の寄付により設立されました。市民や企業の寄付の仕組みを独自に生み出し、寄付者の想いに沿って届けることで、京都のNPO・市民活動団体による主体的な活動を支援しています。

〒600-8104  
京都市下京区五条通高倉西入の万寿寺町143 いづつビル3階  
電話: 075-354-8792  
E-mail: office@plus-social.jp  
<http://plus-social.jp>