

## 福島市浪江町森合仮設住宅でのボランティア活動報告（5）

記録 三浦美紀

「日 時」 2012年3月3日（土） 13時30分～15時30分

「場 所」 福島市浪江町仮設住宅集会場（和室たたみ）

「指導者」 小野幸子 三浦美紀

「参加者」 男性1名

女性6名

「状 況」

昨日大雪が降って道路が心配でしたが、暖かくて、ほとんど消えました。

時間になっても人が集まらず、最初に来た方が皆さんに声をかけてくださいました。

45分には皆さんがそろいました。

「指導内容」

13時45分 アイソメトリック手を押し合う「有音・無音3回」

かっこ悪いポーズ「呼吸意識しながら・3回」

14時30分 お話を伺う

15時 ウルトラ警察隊の方が二人来る

15時30分 お話を聞く

「皆さんの感想・お話」

体を動かすと気持ちがよい。運動不足で足が弱ってしまう。

家にいたときは広い家で、野菜を作って常に動いていた

部屋が狭いので、こうして動けるのはよい

放射能の高いところに避難してしまい、7回も避難した。

書類がたくさん渡されるがわからない。

男の人は部屋から出てこない。

雪かきには朝4時からとか、夜に何回か雪掃きした、そのときは男も人も話をしていた。

小野の一言

集合時間に集まらなかったなので、自治会長さんに連絡した。先に来た方が声をかけてくださり、前回と同じ人数が集まった。少し遅くなったが、楽しくヨーガができ、話も弾み、途中で、ウルトラ警察隊とも話しが弾んだ。次回の日にちを何度も確認した。

三浦の一言

初めてのボランティアでしたが、皆さん明るく元気でした。仮設の方は狭いところにいるので、手足を伸ばせない、することがないので、座りっきりで足が弱っているというのです。集会所でいろいろなことをしてくれるのでみなで集まって話ができるのが何よりのたのしみなそうです。ヨーガも楽しみにしているそうなので次回の日にちを何度も念を押してきました。