

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。

今月号の掲載内容

- **ふるさとのお知らせ** P1~2
ふるさとの今をお知らせします。今月は岩手県からです。
- **アンケートのお願い** P3
今号に同封しているアンケートへのご回答のお願い
- **司法書士による面談・電話相談のご案内** P4
今回は、ご自分でも書ける遺言書のお話です。
- **ご相談窓口一覧** P5~6
避難されている皆様にご利用いただけるご相談窓口の一覧表です。

次号の発送は、令和2年11月2日を予定しています。

- 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。

@tocho_fukko

- 復興支援対策部のアカウント

https://twitter.com/tocho_fukko



東京都

ふるさとからのお知らせ

今月は岩手県からお知らせします。

「#iiiwate “いい岩手” 見つけて教えてキャンペーン2020」実施

岩手県では、昨年度に引き続き、令和2年7月7日（火）から令和3年1月31日（日）まで、県の魅力や復興の状況を発信し、岩手を盛り上げる「#iiiwate “いい岩手” 見つけて教えてキャンペーン2020」をTwitterとInstagramで実施しています。



また、キャンペーンの一環として、写真投稿サイト「東京カメラ部」と連携し、“岩手のいいところ「#iiiwate “いい岩手”」をテーマとしたフォトコンテストを開催しています。

岩手県で感じることができる様々な魅力と、東日本大震災津波からの復興が進む三陸の姿について、「岩手の春」、「岩手の夏」、「三陸復興」の3つの部門に分けて募集します。このうち「三陸復興」部門は、東日本大震災津波から10年目を迎え、家族や友人、お世話になった方への感謝のメッセージを募集しておりますので、作品に添えてご応募ください。

このフォトコンテストは、7月7日（火）から9月30日（水）までの前期と10月1日（木）から令和3年1月31日（日）までの後期で実施されます。また、各期において、入賞者には「#iiiwate オリジナルデザインQUOカード」などの素敵な商品をプレゼントします。

#iiiwate “いい岩手” 見つけて教えて
キャンペーン2020の詳細はこちら



#iiiwate いい岩手フォトコンテスト
の詳細はこちら



■ 問い合わせ：

岩手県政策企画部広聴広報課 ☎ 019-629-5283



いわて復興応援団（員）大募集中！



知って、買って、食べて、行って応援！ 登録無料

首都圏等にお住まいの方を対象に、応援団員（個人）と応援団（法人及び団体）の登録を募集しています。登録者には岩手県の復興の取組や観光・物産・首都圏でのイベント情報などをお届けします。

詳しくは岩手県東京事務所ホームページをご覧ください。

[いわて復興応援団](#)

[検索](#)

ぶらり三陸

あけと
震災遺構「明戸海岸防潮堤」

震災遺構「明戸海岸防潮堤」(田野畑村)は、被災当時の姿のままに保存・整備され、津波の破壊力や当時の様子を感じることができます。

総延長378m、高さ9mの明戸海岸防潮堤周辺には、震災前、海岸に面して広い砂浜とクロマツの保安林が広がり、キャンプ場やマレットゴルフ場、野球場、物産販売施設などが隣接し、多くの人が訪れるレジャースポットでした。

東日本大震災津波では、この防潮堤が決壊し、保安林や各施設、周辺の民家が流失するなど大きな被害を受けました。

震災遺構「明戸海岸防潮堤」の周囲には、見学路や震災前後および決壊の瞬間の写真を使用した解説板が整備され、次世代への震災体験の伝承と住民や観光客への防災学習や観光振興に活用されています。

また、地元の住民ガイドが、遺構施設や周辺の被災エリアで「大津波語り部&ガイド」プログラムを提供しています。



震災遺構「明戸海岸防潮堤」

■ 遺構施設に関する問い合わせ：

田野畑村 政策推進課 ☎ 0194-34-2111 (代表)

■ 「大津波語り部&ガイド」の問い合わせ：

NPO 法人体験村・たのはたネットワーク ☎ 0194-37-1211

三陸沿岸道路「宮古中央JCT ～田老真崎海岸IC」 開通



令和2年7月12日(日)、国土交通省が整備を進めている三陸沿岸道路の宮古中央JCT～田老真崎海岸IC間(延長17km)が、またそれに接続する宮古盛岡横断道路の宮古港IC～宮古中央IC間(延長4km)が開通しました。

開通により県内の三陸沿岸道路は田野畑村以南が全て開通し、気仙沼市唐桑ICまでの約139kmが自動車専用道路で結ばれます。また、宮古盛岡横断道路は、三陸沿岸道路とつながるとともに、宮古港に直結します。

これらにより、国道45号、国道106号の混雑緩和が図られるとともに、宮古港を活用した観光や物流の活性化、津波浸水域を回避したルートの形成による災害に強い道路ネットワークの構築など、地域の産業振興や防災機能の強化が図られます。

東京都内に避難されている皆様への アンケートについて

●ご協力をお願い

東京都では毎年、この時期に皆様の近況や今後のご予定を伺うためにアンケートを実施しております。

今月号の定期便にアンケート調査票を同封しておりますので、**令和2年11月20日（金曜日）まで**にご回答をお願いいたします。

度々お手数をお掛けし恐縮ですが、ご協力を頂ければ幸いです。



今月の定期便と一緒にアンケート様式を同封
しています。

ぜひ、ご回答をお願いいたします。

今年度のアンケートは、皆さまが避難生活を過ごされる中で、日頃お感じになっていることや、お困りごとについて自由にご記入いただけるようになっております。

東京都へのご意見等もございましたら、ご記入のうえ発送ください。

また、避難元県・避難先の区市町村からの連絡が必要な方は、連絡希望欄にご記入ください。東京都より県・区市町村へご連絡いたします。

令和2年11月20日（金曜日）までにポストへ投函お願いいたします



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、ご自分でも書ける遺言書のお話です。

遺言書で悩む、その前に

色々報道もされていたのでご存じの方もおられると思いますが、今年の7月から遺言書の制度が少し変わり、ご自身の手書きで作れる自筆証書遺言を、法務局で預かってもらえる仕組みがスタートしています。

でもこの制度、実はお近くの法務局で「遺言書の書き方を相談出来る」というものではありません。

新たに始まったこの制度は、ご自身の手書きによる遺言書に、日付・署名・押印があるかどうかなどの、あくまでも形式的なチェックをした上で、自筆で書かれた遺言書を、法務局が保管してくれるものです。

これによって様式の不備は避けられることにはなりますが、その内容についてはチェックや相談の対象とはなりませんので、将来使えないことがないように、ご自身で良く考えた上で遺言書を作成し、その遺言書を法務局に持参する必要があります。

そう聞かされると、「やっぱり自分で遺言書を書くのは難しそう」とか、「うちには遺言書なんて必要ない」とか、そんな風に思われるかも知れません。

でも、心の中では、「妻に全て相続させたい」とか、「子供たちで均等に分けてもらいたい」とか、多くの皆さんが、それぞれのご希望をお持ちだと思います。

どうかそんな思いをご家族に伝える手段の一つとして、あれこれお悩みになる前に、先ずはご希望を箇条書きにでもして頂いて、是非一度、お気軽に司法書士にご相談下さい。

メモ書きや箇条書きのご希望を、将来役に立つ遺言書として、ご自身で書き上げる、私達司法書士がそんなお手伝いをさせていただきます。

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）

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・水曜 午後5時～8時
木曜・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の状況によっては、相談受付時間等が変更になる場合がありますのでご了承下さい。

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。

ご相談窓口一覧

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	都内避難者電話相談窓口	0120-978-885	平日9時30分～17時
	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～金9時～17時 (年末年始・祝日を除く)
	宮城県に関するお問い合わせ	宮城県東京事務所	03-5212-9045	月～金9時15分～17時30分 (年末年始・祝日を除く)
	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～金9時～17時 (年末年始・祝日を除く)
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)
	公社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> 公社住宅募集センター	03-3409-2244	月～土9時30分～18時 (年末年始・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	0120-53-8288	24時間365日
	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)
	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」	0120-1-78302	月～土15時～21時 (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班	03-5388-2925	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	

※都内区市町村支援サービス等問い合わせ窓口は前月号をご覧ください。

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)
		経済産業省委託事業 福島求人支援チーム	0120-910-195	平日10時～17時
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	月～金8時半～18時15分 (年末年始を除く)
	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)
	公認心理師・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	第1・第3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	0120-783-295	平日9時～12時、 13時～17時
その他	ひきこもりで悩んでいる方や 家族等の相談窓口	東京都ひきこもりサポートネット	0120-529-528	月～金10時～17時 (年末年始・祝日を除く)
	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 鮫洲運転免許試験場 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。

被災3県から避難されている皆様へ発送されている情報紙



お問い合わせ

- 福島県「ふくしまの今が分かる新聞」について
福島県避難者支援課 ☎ 024-523-4250
- 宮城県「みやぎ復興定期便」について
宮城県震災復興推進課 ☎ 022-211-2408
- 岩手県「いわて復興だより」について
岩手県復興推進課 ☎ 019-629-6945



～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

発送元

東京都 総務局 復興支援対策部 都内避難者支援課

印刷物規格第6類
印刷番号 (31) 138

リサイクル適性 (A)
この印刷物は、印刷用の紙へ
リサイクルできます。