

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。

▶ 今月のお知らせ

今月は、都営住宅募集のお知らせや、全国避難者情報システム等の届出のご案内のほか、しほたん通信を同封しています。しほたん通信では、アドバンス・ケア・プランニングについてご案内しています。

～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

ふるさと写真 ～福島編～



会津若松名物「ソースかつ丼」
東京都復興応援ランチ^(※)より

会津若松市は、鶴ヶ城や白虎隊に代表される歴史・伝統・文化が息づくとともに、磐梯山や猪苗代湖など豊かな自然に恵まれた都市です。

そんな会津若松市の名物ソースかつ丼は、ごはんの上に千切りキャベツを敷くスタイルで、初めてソースかつ丼にキャベツを入れた町とも言われています。甘めのタレとかつ・キャベツの相性が抜群でどどんゴハンが進む一品でした。

「喜多方ラーメン」
東京都復興応援ランチ^(※)より

日本三大ラーメンの一つとも言われる喜多方ラーメン、喜多方市には現在100店舗以上のラーメン店がひしめき合っています。

地元の方々が朝からラーメンを食べる風習は「朝ラー」と呼ばれ、住民の朝食の枠を越えて、朝ラーを食べるために観光客が訪れるほどの知名度。復興応援ランチで提供された喜多方ラーメンも、太い縮れ麺にスープがよく絡み、食感もモチモチ、美味しくいただきました。



※令和3年度の東京都復興応援ランチは、令和4年3月7日から同月11日まで、都庁第一本庁舎32階職員食堂及び第二本庁舎4階職員食堂にて実施されました。

県が発行している情報紙のご案内



岩手県「いわて復興だより」

お問い合わせ

● 岩手県復興推進課
019-629-6945

● 電子版URL
<https://www.pref.iwate.jp/shinsaifukkou/fukkounougoki/dayori/1002315/index.html>



宮城県「みやぎ県政だより」

お問い合わせ

● 宮城県総務部広報課
022-211-2283

● 電子版URL
<https://www.pref.miyagi.jp/soshiki/kohou/kenseidayori.html>



福島県「ふくしまの今が分かる新聞」

お問い合わせ

● 福島県避難者支援課
024-523-4250

● 電子版URL
<https://www.pref.fukushima.lg.jp/site/portal/ps-wakarusinbun.html>



東京都からの定期便や各種支援情報につきまして

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

 @tocho_fukko

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。

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時30分～17時



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

医療ネットワーク支援センター ☎ **03-6911-0584**

受付時間：平日17時～20時30分

メール：soudan@medical-bank.org

避難元県の電話相談窓口

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～金曜日 9時～17時 ※祝日・年末年始を除く

宮城県に関するお問い合わせ

宮城県 復興・危機管理部 復興支援・伝承課 ☎ **022-211-2424**

月～金曜日 8時30分～17時15分 ※祝日・年末年始を除く

岩手県に関するお問い合わせ

いわて被災者支援センター サブセンター ☎ **019-601-7640**

月～金曜日 9時～17時 ※祝日・年末年始を除く

東日本大震災により避難されている皆さまへのお願い

ー全国避難者情報システム等の届出についてー

▶引越しをされたら手続きが必要です

- ・同じ区市町村内へ転居される場合でも、「全国避難者情報システム」の手続きが必要です。
- ・住民票の手続きをされた場合でも、それとは別に「全国避難者情報システム」の手続きをお願いします。

手続き方法は、
下記の2か所に届け出が必要です。
手続きの詳細は、各区市町村の窓口
にお問い合わせください。

- (1) 転居前にお住まいだった区市町村の窓口
- (2) 新たにお住まいになる区市町村の窓口

例えば、福島県浪江町から避難し、新宿区の
応急仮設住宅に入居していたが、退去
し、世田谷区へ転居した場合。

→新宿区と世田谷区へ届け出が必要となり
ます。
まずは、各窓口へお問い合わせください。

▶全国避難者情報システムに登録をしておく

- 避難元の県・市区町村から登録された所在地あてに、様々なお知らせを送ることができます。
- 現在お住まいの区市町村での、避難者の方々に向けた支援に役立てられます。

▶避難を終えた場合（定住・帰郷など）

全国避難者情報システムの登録解除の手続きが必要です。

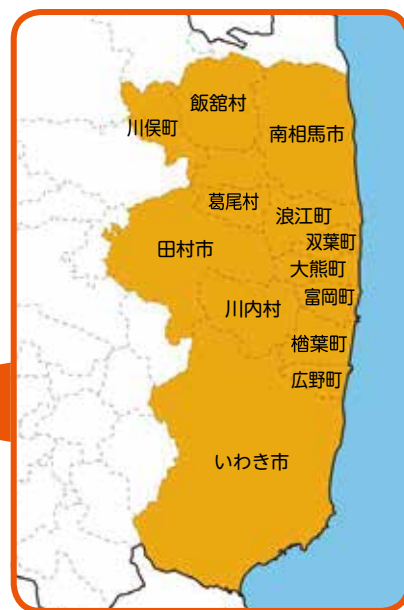
避難先の区市町村窓口及び避難元の市町村窓口へ届け出てく
ださい。詳細は、避難先区市町村窓口へお問い合わせください。

▶原発避難者特例法に基づく届出も 手続きが必要です（※対象地域の方のみ）

※いわき市、田村市、南相馬市、川俣町、広野町、楢葉町、
富岡町、大熊町、双葉町、浪江町、川内村、葛尾村、飯館村

住所が変わった場合は、その都度、避難元の市町村窓口へ
届け出てください。

詳細は、避難元市町村窓口へお問い合わせください。



全国避難者情報システムは、避難されている方への支援を目的としています。
お住まいの住所や現状等に変更がありましたら、必ず届け出下さいますよう、
皆さまのご協力をよろしくお願いいたします。

東京都総務局復興支援対策部都内避難者支援課

電 話 03(5388)2384

受付時間 平日9時から17時まで

都内避難者支援課HP <https://www.soumu.metro.tokyo.lg.jp/17hisaichi/hp/tonaihinansha.html>



都営住宅における家族向毎月募集 (東日本大震災被災者等)のご案内

平成30年1月以降、毎月中旬頃、若年夫婦・子育て世帯、定期使用住宅入居後5年経過世帯、事業再建者(定期使用住宅)等、一般世帯(家族向)に加え、東日本大震災被災者の方を対象とした募集を行っています。つきましては、6月に実施する募集についてお知らせします。

1 募集戸数 200戸

※200戸のうち、40戸は「若年夫婦・子育て世帯(ひとり親世帯含む)」向けに募集

2 申込受付期間 令和4年6月16日(木曜日)～6月30日(木曜日) (ダウンロードは6月24日まで) 18時00分必着(郵送受付)

3 主な申込資格

((1)～(3)のいずれか及び(4)(5)に該当すること)

- (1) 東日本大震災により、滅失した住宅に居住していた方
- (2) 福島県東京電力原子力事故による居住制限者
- (3) 福島県東京電力原子力事故による支援対象避難者(全員避難、一部避難)
- (4) 所得が定められた基準内であること
- (5) その他都営住宅の入居資格にあてはまること

4 申込方法

申込書及びパンフレットは東京都住宅供給公社のHPに掲載しますので、申込書をダウンロードし、郵送でお送りください。また、令和4年2月より、毎月募集について、オンラインでも申込みが可能になりました。

なお、下記の場所で申込書等を受け取ることも出来ます。

- ・都庁第二本庁舎13階中央募集相談窓口
- ・東京都住宅供給公社(都営住宅募集センター・各窓口センター)
- ・東雲住宅公社現地事務所2415号室

【問合せ先】

東京都住宅供給公社 都営住宅募集センター

電話 03-3498-8894【午前9時から午後6時(土・日・祝日を除く)】

URL <https://www.to-kousya.or.jp/toeibosyu/>

～都営住宅の要件に当てはまらない方は～

★公社住宅では、先着順による空き家募集を引き続き行っています。
お申込みを随時受け付けていますので、下記までお問い合わせください。

東京都住宅供給公社 公社住宅募集センター 移転相談専用窓口

専用ダイヤル 03-6812-1350

※インターネット(JKKねっと)でもお申込みできます。

都営住宅等募集の案内

2022年6月1日

1 都営住宅（家族向・単身者向 年4回定期募集）

募集時期	募集の内容	募集案内・申込書の配布	備考
8月1日(月)～16日(火) 申込書配布は8月9日(火)まで	家族向（ポイント方式） 単身者向・シルバーピア（抽せん方式）	募集期間（土・日を除く）に限り、東京都住宅供給公社都営住宅募集センター、各窓口センター、都庁、区役所、市役所、町村役場で配布します。また、同期間中公社HPからダウンロードすることもできます。	募集の概要については、広報東京都（募集月の前月末頃に新聞折込で配布）、テレホンサービス、公社HP（募集月の前月下旬に掲載）でお知らせします。
11月上旬	家族向・単身者向等（抽せん方式）		
2月上旬	家族向（ポイント方式）		
	単身者向・シルバーピア（抽せん方式）		
5月上旬	家族向・単身者向等（抽せん方式）		

※抽せん方式の募集では、居室内で病死等があった住宅も掲載する予定です。詳しくは、各募集時期に配布する募集案内でお確かめください。

2 都営住宅（家族向 毎月募集）

募集時期	募集の内容	募集案内・申込書の配布	備考
毎月中旬	若年夫婦・子育て世帯、東日本大震災被災者、定期使用住宅入居後5年経過世帯、事業再建者（定期使用住宅）、一般世帯（家族向、4月から6月までの臨時措置）	配布は行っておりません。募集日程の間でのみダウンロードをすることができます。	募集の概要については、公社HP（募集日程は毎月5日頃公表）でお知らせします。

3 都営住宅（家族向 随時募集）

募集時期	募集内容・対象住戸	申込方法	備考
随時	2人以上のご家族が対象です。定期募集及び毎月募集で申込みのなかった多摩地域にある都営住宅の一部になります。	東京都住宅供給公社都営住宅募集センター随時募集専用ダイヤルへお電話ください。電話のみの受付になります。 ☎ 03-5467-9266	募集の概要については、公社HPでご確認ください。

4 都民住宅募集

住宅の種類	募集時期	募集方式	問い合わせ先
東京都施行型	随時（詳しくは公社HPでご確認下さい） ※令和4年から東京都施行型都民住宅入居者募集はすべて先着順募集で行います。	先着順	東京都住宅供給公社 都営住宅募集センター 〒150-8322 渋谷区神宮前5-53-67 コスモス青山3F ☎ 03-3498-8894
公社施行型 公社借上型	随時（詳しくは公社HPでご確認下さい）	先着順	東京都住宅供給公社 公社住宅募集センター 〒150-8543 渋谷区渋谷1-15-15 テラス渋谷美竹2F ☎ 03-3409-2244

◎東京都住宅供給公社HP <https://www.to-kousya.or.jp/>

5 公社住宅募集

◆先着順による空き家募集を行っています。お申込みを随時受け付けていますので、下記までお問い合わせください。

<問い合わせ先>

東京都住宅供給公社 公社住宅募集センター 移転相談専用窓口

専用ダイヤル 03-6812-1350

※インターネット（JKKねっと）でもお申込みできます。

7月交流会とオンライン講習会のご案内

木々の緑が色濃くなり、夏の兆しを感じますね。皆様、いかがお過ごしでしょうか。7月に実施予定のイベントをご案内いたします。少人数での開催となりますが、コロナウイルス対策をしっかりとこない、皆さまのご参加をお待ちしております。

生け花交流会 開催時期：7月上旬 会場：清澄庭園

今年も、生け花を通じた交流会を実施します！
趣深い日本庭園で季節のお花に触れば、きっと皆さまの会話も弾みます。
講師として香葉まゆ先生をお招きしますので、生け花のご経験がない方もお気軽にご参加ください♪

時間や場所等の詳細情報は、決まり次第医療ネットワーク支援センターからご連絡します。
直接のご案内をご希望の方は、下記QRコードからLINE登録、またはお電話をお願いします。



バス交流会 開催時期：7月下旬 または8月上旬 目的地：江東区 スモールワールズ

都内をバスで巡りながらの交流会を開催します。
日本最大級のミニチュアテーマパーク「スモールワールズ」に訪問予定です。“世界の街”や“宇宙センター”が小さな模型で再現されています。あまりの精巧さに釘付けになるかもしれません★



ふるさとサポーターズ オンライン講習会 開催時期：7月下旬 または8月上旬

知りたかった操作を
聞きに来てください！

ふるさとの絆を深める「ふるさとサポーターズ」に参加しませんか？
様々な地域の同郷の方や支援者の方と今後 交流していくために、
オンライン交流ツール「zoom」の講習会を実施予定です。
お気軽にご参加ください。



※コロナウイルスの情勢により以上の内容は変更になる場合がございます。あらかじめご了承ください。

**上記の交流会の申込に関するチラシは医療ネットワーク支援センターからダイレクトメールでお送りします。
ダイレクトメールご希望の方は下記の医療ネットワーク支援センターへご連絡下さい！**

主催・お問い合わせ先

■企画・運営／医療ネットワーク支援センター ■電話 **03-6911-0582** (平日10:00~19:00) / FAX **03-6911-0581**

LINEお友だちQRコードから
ぜひ登録してください！





しほたん通信

令和4年6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。今回は、ACP（アドバンス・ケア・プランニング）の情報をお届けします。

自分が受たいケア（医療や介護など）は、自分が決める。

当然の事ですが、将来、病気などで自分の希望をうまく伝えられなくなる場合もあります。

そのような時のために、あらかじめ自分が希望するケアを考えていくのが、ACP（アドバンス・ケア・プランニング）です。

ACPは、自分が大切にしていること、どのように生活していきたいかということから、自分だけでなく、家族など大切な人やケアの関係者と一緒に考えていくことが大切です。

ACPについては、多くの医療・福祉団体から情報が発信されています。東京都福祉保健局の「わたしの思い手帳」は、具体例も多く、分かりやすい内容です。読んでいくうちに、ご自身で、このことは決めておきたいと思うことが見つかるかもしれません。

将来のことは家族に任せているからいいわ、とおっしゃる方もいます。しかし、いざとなった時、家族が大変悩まれたり、家族の間で考えが異なってしまうこともあります。

病気や死に関わる話、いわゆる縁起でもない話は、家族だからこそ話しづらいところもありますが、口には出さないだけでお互い気にしていることもあります。ご自身で決めておきたいと思うことが見つかった時は、一度話題に出してみてもいいかもしれません。

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・水曜・金曜 午後2時～3時40分）

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・土曜 午後1時～2時40分）

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

（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防止のため相談会の実施時間、方法等を変更する場合があります。詳しくは東京司法書士会ホームページをご覧ください。

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。

東京電力福島原発事故による被害者の皆さまへ

原子力損害の賠償請求は すべてお済みですか？

原子力損害賠償に関する説明会・個別相談のご案内

今年3月で、東京電力福島原発事故から11年となりました。
東京電力へ請求可能な賠償項目は多岐にわたり、時間が経てば経つほど、損害を証明することが難しくなります。「請求漏れがないか？」ということも含め、この機会に**原発賠償に詳しい弁護士**に相談してみませんか？

開催日

7 / 2 土

会場

新宿NSビル

(裏面地図参照)

参加
無料

説明会

対象：避難指示区域から避難されている皆様

時間 **10:00～12:00**
〔休憩12:00～13:00〕

◇ 賠償請求全般、住居確保にかかる費用について
解説し、質疑応答もいたします。

相談
無料

個別相談

対象：原子力損害においてお困りの全ての皆様

時間 **13:00～16:00**

相談時間は1回1時間（時間予約制）
※ 個別相談は必ず事前予約をお願いします。

事前予約は
こちらから



0120-330-540

受付時間 9:30～17:00 土日も受付（祝日を除く）

※ 新型コロナウイルス感染症や荒天等により実施予定の相談会が、変更・中止となる可能性もございます。
相談をご希望の方は予約専用ダイヤルにて事前にご確認をお願いいたします。



原子力損害賠償・廃炉等支援機構

Nuclear Damage Compensation and Decommissioning Facilitation Corporation

【会場】新宿NSビル 3階会議室 西ブロック3-I

住所：東京都新宿区西新宿2丁目4番1号



- 新宿駅「南口・西口」より徒歩 7 分
- 専用駐車場（有料）はございますが、公共交通機関をご利用ください。

- ・ 請求漏れがないか相談したいという方
- ・ まだ住居確保にかかる費用の賠償請求がお済みでない方
- ・ 住居確保にかかる費用の賠償可能残額がある方
- ・ ADRの申立てについて相談したいという方 など

**是非、
ご相談
ください！**

【新型コロナウイルス感染拡大防止のための注意事項】

- ◆ 対面相談を受けられる際は、同伴者を含めマスクの着用をお願いいたします。マスクの着用をされない場合は、相談を受けられないことがあります。なお、乳幼児等着用できないご事情がある場合は、必ず事前にご相談ください。
 - ◆ 事前の検温にもご協力をお願いいたします。
- ※体調不良、熱がある場合には相談が受けられませんので、ご了承ください。