

私たちが調べた情報

～今すぐ出来る事～

●放射能はホコリ。チリにくつきやすいのでマスクの中にぬれガーゼを入るとさらに良いよ😊

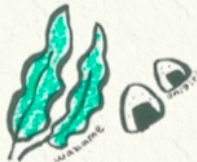
●今こそ日本食をたべよう

みそ、主米、梅ぼし、自然塩など「免疫力UP」
 こんぶ、わかめ、海藻類はヨウ素でいっぱい!!
 はげばら...

食品でヨウ素をとるなら、副作用の心配はありません。特に多くヨウ素を含む食品は昆布で、ワカメの4倍くらい多く含んでいます。普段から、昆布などの海藻類をよく食べるようにすると共に、原発で事故が起こったと知ったら、食べやすいトロロ昆布などを多めに食べるのが、無理のない、健康的な対策です。トロロ昆布は、乾いたまま一度にたくさん食べると腸内で膨張して危険なので、お強い物などに入れて食べましょう。

「ヨウ素をたくさん含む食品ベスト10」

乾燥昆布一切れ1枚	1グラム
トロロ昆布	1グラム
乾燥ワカメ	5グラム
いわし中2匹	96グラム
さば1切れ	100グラム
かつお1切れ	100グラム
焼き海苔10枚	3グラム
ぶり1切れ	80グラム
塩鮭1切れ	60グラム
寒天1角の半分	4グラム



「放射能で首都圏消滅一課も知らない震災対策」 三五館より引用

今、1ヶ月福島を離れて暮らすという対策があります。住み慣れた土地を離れて暮らすのけれども大変なことを想像します。私も子どもを誘って母として、避難するけれど、どんなに大変でも、かけがえのないものを思い出し、胸が締めつけられる思いです。

今、あなたのお腹の赤ちゃん、こどもを育てるのかけがえのない存在です。

そんなあなたに力に感じたい思いを持っている人が関西にもたくさんいます。全国にもたくさんいます。

決して無理のないことを決断してほしいと思います。こどもたちの未来のために何ができるか、いっしょに考えましょう。まずは何でも良いので、相談して下さい。



活動内容

赤ちゃん☆親子連れ☆プロジェクト

福島原発の放射能から、赤ちゃんや幼児・お母さんを一時的避難、関西にて受け入れます

放射能対策プロジェクト

放射能への正しい知識と情報を伝えるために、講演会の企画や、わかりやすい冊子を作成します

福島☆復興プロジェクト

長期戦となることが予測される福島県の人々を応援していきます。必要な支援物資を届ける。野菜農家の応援。互恵農家の応援。避難所へ、音楽やマッサージ、元気を届ける など

心援隊(NGO) 風人ネットワーク内
 〒532-0011
 大阪市淀川区西中島1-9-16-201
 TEL: 06-6101-8818
 FAX: 06-6889-7731
 E-mail: shinentail@pairinkai.com

不安な事があつたら何でも聞いてネ



かいじょうからのこえ

子どもたちの笑顔は消えてしまわないように。子どもたちの子どもの世代までも元気で暮らせるように、社会のしくみをいかに変えていきたいって心から思いました。(ゆき)

震災後目に見えない放射能や漠然とした不安に恐怖でいっぱいでした。優さんの信じられる情報があつて居る未来を感じたのです。(ちえ)

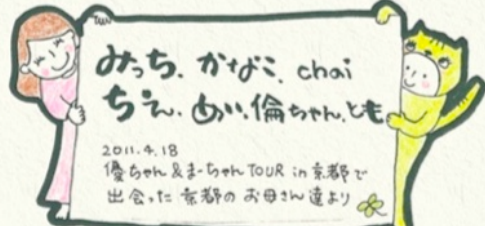
今、福島に住むお母さん達に伝わるか、正直、言葉がみつからない。きつと、今の現状に立ちまわっているあなた達の方が、私より強くたくましいと思うから。心の中の怒り、悲しみを 私たちにぶちまけてください。そして、少しでもゆから 肩の荷がおりたら、一歩踏み出してください。今、この場所(会場)にいることが、すでに明るい未来にむけて歩きはじめていると思うから。京都での講演を一緒に聞いた中学3年の息子に質問しました。「もし、今住む町に放射能汚染があるとしたらどうする?」「今すぐ遠くに行く」と答えました。「もし、お母さんが行かないと言ったら?」「それでも僕は遠くに行く弟・妹を連れて・・・」

子どもの答えは純粋です。未来を生きる子ども達のために私たち大人は歌にかられない、世間の目に負けない、正直な道を作っていくべきだと思います。

速報

このペーパーを作っている最中にこのニュースが入ってきました。
 “「母乳に放射能汚染ははいりや?」という検査をいざ行、福島のお母さんの母乳からヨウ素-131が検出されたこと”
 政府が言っていた「母乳に放射能汚染ははいりや?」という言葉は何だったんだろう。このニュースを聞いて、母として胸の張り裂ける思いです。

いつもそばにいる事を忘れないで下さい
 母が子を想う気持ち世界共通です
 どうか私達の想いが届きますように...



2011.4.18
 優ちゃん＆まーちゃんTOUR in 京都で
 出会った京都のお母さん達より