

能登便り

第4号
2026年1月16日

能登半島地震で避難されている方へ生活復興に役立つ情報をお届けします。お悩みやお困りごとについての相談も受け付けています。お気軽に裏面の相談ダイヤルへご相談ください。

発行 兵庫県立大学大学院 減災復興政策研究科 馬場研究室



「復興住宅に応募できる日まで関西の公営住宅で待っています！」

この日の様子は、日経新聞12月30日の『能登地震の被災者、故郷遠く離れ2年』に掲載されました。



年末の「ふるさと集会」を開催しました

12月23日、大阪市内で「ふるさと集会」を開催しました。石川県からの避難者11名と東日本大震災で宮城県と福島県から関西へ広域避難された2名が、ボランティアとして参加してくださいました。クリスマスケーキを囲みながら、最近の暮らしのこと、被災前のふるさとの話などを、ゆっくり語り合いました。

「近くに住んでいるけれど、話す機会がなかなかない。こうして集まれる場所があるから、安心して話せる」 「普段は震災の話をしていないけれど、ここではお互いの話を、ゆっくり聞きあえる」そんな声が聞かれました。この日、2名の参加者は、石川県職員の方と支援金の申請書類の作成を一緒に行いました。書類はその場で完成し、あとはポストへ投函するだけです。七尾市から避難した向さんは「被災地の市役所までまた電車で行かなければならないと心配していた。郵送で申請できることがホームページに書いていなかったのでもので書類が完成し、郵送で申請ができたことに助かりました。」と語りました。

公営住宅にお住まいの方へ「家賃減免制度」申請を

公営住宅に入居されている方は、減免制度の申請により、家賃が安くなります。

高齢の方、療育手帳・福祉手帳・障害者手帳をお持ちの方、震災の影響で収入が減った方、ペースメーカーを使用されている方等は、特に忘れずに申請しましょう。お住まいの公営住宅の管理窓口に連絡し、申請用紙を送ってもらい、記入後は郵送で提出できます。

家賃が月に1万円ほど安くなる方も多くいらっしゃいますが、家賃額は建物の立地や築年数、世帯状況自治体により異なります。



半壊と判定された方へ公費解体後は「解体世帯」(みなし全壊)として被災者生活再建支援金の申請ができます

住家が半壊・大規模半壊・中規模半壊と判定された方も全部解体後は被災者生活再建支援金を申請できます。

被災者生活再建支援金は「申請」しないと受け取れません。申請することで、義援金についても全壊分の支給となり、差額は、申請不要で受け取る事ができます。

市町により郵送

での申請が可能です。

場合があります。

申請書が必要な方は

裏面相談ダイヤルへお電話下さい。

お送り致します。

(文責 兵庫県立大学大学院 古部)

半壊0円 → 全壊100万円
単数世帯75万円



へるぷねつといしかわダイヤル 司法書士電話相談

司法書士は、「身近なぐらしの中の法律家」です。困ったときはお気軽にご相談ください。

【こんな相談をお受けしています】

・権利証、通帳、カードをなくした・ローンや借金のことで困っている・家が倒壊したが、借地の場合はどうなる？・家の塀が崩れて、人がけがをした・修理業者から工事を勧められて不安

☎ 076・292・8133
平日 10時～16時

郵便の転送届は毎年提出を

避難されている方は、郵便局の「転送届」を出しましょう。転送期間は1年間です。引き続き転送の継続を希望される場合は、避難先の郵便局、またはオンラインで、再度転送届を申請してください。義援金のお知らせや、自治体からの大切な案内を、確実に受け取るために、とても大切な手続きです。

石川こころのケアセンター 被災者相談ダイヤル

被災者の方のさまざまな気持ちをお聞きする電話相談を行っています。

☎ 0120・333・247
フリーダイヤル 平日9時～17時

人間ドック・脳ドックの補助金 のご利用を

人間ドックや脳ドックには、補助制度があります。制度の内容や補助額は、現在お住まいの市町村や都道府県によって異なります。詳しくは、在住の自治体や保健所にお問い合わせください。

【例】

大阪府の後期高齢者は、全国の医療機関で人間ドックを受診した場合、26000円の補助があります。検査項目や金額は地域によって異なりますので、お住まいの自治体、または後期高齢者医療広域連合へご確認ください。

こころのケアセンターの相談 ダイヤルを利用しました

モヤモヤとした落ち着かない気持ちが続いていて、社会の風化も感じています。何と云うわけではありませんが、言葉にするのが難しい気持ちです。相談電話で話すと「まだたった2年ですよ」と言われ、その言葉を聞いて、「まだこの気持ちでもいいんだ」と思うことができ、少し気持ちが落ち着きました。また相談したいと思います。

(関西に避難女性)



健康であるために お伝えしたいこと



環境や生活の変化が多く、ストレスの多い日々が続き、体調を崩す人もおられると思います。

1 かかりつけ医を探しましょう
避難先で、相談のできるかかりつけ医を探しておきましょう。

2 おくすり手帳を大切に
おくすり手帳は、過去の病気を医師が知る手助けになります。大切に保管しておきましょう。

3 健康診断を受けましょう

4 高齢の方は
手術後や、日常生活が暮らしにくいな・と感じた時、すぐに介護が必要と感じていなくても、介護認定を受けましょう。高齢者福祉サービスについては地域によりさまざまな内容があります。詳しくはお近くの地域包括支援センターでご相談ください。

気軽にどうぞ **えぼしコール TEL 080-4484-0298**

月～金曜(17:00～19:00) 相談無料 折り返しこちらからお電話します

兵庫県立大学大学院減災復興政策研究科で、災害心理、災害法制度行政制度を学んだ医療関係者、ファイナンシャルプランナー、東日本大震災の広域避難者支援に長年携わってきた社会人が、能登半島地震被災者の生活復興の相談に応じています。



「能登便り」を定期的に自宅へ郵送してほしい方
お知り合いへの郵送を希望される方
無料でお送りしますのでご連絡ください。

発行 兵庫県立大学大学院
減災復興政策研究科 馬場研究室
〒651-0073 兵庫県神戸市中央区
協浜海岸通1丁目5-2 東館 4F
TEL 080-4484-0298