

退避・ 保護実現



2025 年 7 月 31 日

1922人

退避:322人 保護:1600人

2023年6月

994人

退避:294人 保護:700人

928人増加

クラウドファンディングでのご支援に加え、
アフガニスタン緊急支援のためREALsに
直接頂いたご寄付も活用させていただき、
上記の成果が実現いたしました。

退避 支援



退避手段の
確保・退避支援



査証・受け入れ国の
承諾の申請と
取得支援

保護 支援



安全な
通信手段の確保



医療支援
シェルターへの医者・
助産師派遣など



安全対策、
シェルターの提供、
生活支援

退避支援を受けた人の声 1 ----- 2P

退避支援を受けた人の声 2 ----- 5P

退避支援報告をした人からの近況報告 ----- 9P

詩 ミーナ・サリーミさん ----- 11P

現在のアフガニスタン情勢 ----- 18P

収支報告 ----- 20P

瀬谷ルミ子からのメッセージ ----- 21P

マンスリーサポーターのご案内 ----- 23P

REALsの 退避支援を受けた人の声

マリアムさん(仮名)



40代女性。家庭内暴力を受ける女性たちの離婚裁判をはじめ、主に女性や子どもの権利のための弁護士として活動していた。アフガニスタン危機により、かつて彼女が関わった事案において加害者として収監されていた男性受刑者たちがタリバン政権により刑務所から釈放され、報復のため彼女の命を狙うようになった。まもなく彼女本人だけでなく、夫と娘含めて脅迫と生命の危機に直面。友人である映画監督ハッサン・ファジリ氏経由でREALsに退避要請。2022年4月にアフガニスタンを脱出。周辺国での2年以上にわたる待機期間を経て、2024年5月にカナダに受け入れ。

私は夫と娘を持つ40代の女性です。アフガニスタンで、主に女性と子どもを夫の虐待から保護し救うための弁護士として働いていました。2021年8月15日に武装勢力タリバンがアフガニスタンを支配したとき、私と家族は身を隠し、タリバンとその脅迫から逃れるため、国外への脱出を試みました。タリバン政権が発足し刑務所にいた囚人たちを釈放すると、彼らは報復のため私の命を狙うようになったからです。その多くが、家庭内暴力や虐待などで女性や子どもの権利を侵害し加害者として刑に服していた男性たちでした。

私がかつて弁護士として保護の担当をしたある女性は、タリバン政権になったことから、離婚した元夫から幼い子供を引き渡すように脅迫され、自分を守ろうとした家族のもとにも戦闘員が派遣されるなど、命の危機に直面していました。しかし、REALsの支援により、自分自身と幼い子ども、脅迫を受けていた母や弟含めてアフガニスタンからドイツへ避難し、命と自由を守りぬくことができました。

しかし、その元夫は、元妻だけでなくその弁護士である私にも復讐しようとしたのです。そのほかにも私は命に関わる深刻な脅迫を多数受けました。そのため、アフガニスタンから脱出せざるをえなくなりました。幸い私は友人を通じてREALsと知り合うことができ、2022年2月に夫と娘とともにアフガニスタンを出国し、隣国パキスタンへ逃れることができました。

退避のなかで最もつらかったのは、私がかつてアフガニスタンで抱いていた全ての希望と夢を失ったことです。仕事が軌道に乗り、プロの弁護士としての生活を始めたばかりでした。困難な立場にいる女性たち含めて人々を救うことができる仕事にもやりがいを感じていました。

さらに大変だったのは、最終目的地となる安全な地へたどりつくまでの二年半、毎日恐怖と命の脅威にさらされ続け、苦難に耐えなければなりませんでした。

唯一の希望は、国外退避を待つ間にも私を支え続けてくれたREALsの物理的、経済的、精神的なサポートでした。瀬谷ルミ子さんに、そして、REALsの全てのメンバーに、心から感謝しています。私と私の家族は、日本の善良な人々の支援に、お礼を伝えたいです。安全を確保してくれたこと、そして経済的・精神的なサポートがなければ、私たちが生き残ることはできなかったでしょう。REALsの支援は、退避の際の渡航費用、ビザの取得と更新、パスポート更新費用、私たちが危険から逃れるため隠れていた家の家賃、水道ガス光熱費なども含まれます。

退避の日のことを話します。2022年2月5日の深夜、REALsの現地チームから連絡がありました。深夜午前2時に私たちの隠れ家の門に車が停まりました。私たちは必要最低限のものを詰めたバックパックだけを持って車に乗り込み、国境線近くのトルハムの街へ向かいました。その後REALsの現地チームの指導のもと、アフガニスタンから国境を越え、パキスタンへ入りました。国境を越えたパキスタン側では別のREALsの現地チームが待っていて、私たちをパキスタン首都のイスラマバードの街まで連れて行ってくれました。午後8時頃、REALsの宿泊所に到着し、私たちはようやく安堵したのでした。それから2年以上の待機を経た2024年5月13日、カナダへの受け入れが決定し、トルコのイスタンブールを経由し、翌14日、カナダのトロントへ入りました。

アフガニスタンを脱出する時、途中で捕らえられてしまうのではないか、どこにもたどり着けないのではないか、という恐怖がありました。しかしREALsのサポートのおかげで、恐怖は希望と願いに変わりました。現在、私たちはカナダにいます。もう何も私の命を脅かすことはない。私は家族とともに、いま、安心して暮らしています。

この二年以上の間、私たちが受けた物理的・経済的・精神的なサポートには、感謝しかありません。私を、そして私たちアフガニスタンの人々を支援し続けてくれている日本のみなさん、本当にありがとうございます。日本のみなさんは、いつもアフガニスタンの人々の友人であり、仲間であり続けてくれていると感じます。日本の長年にわたるアフガニスタンの復興のための活動、開発支援、寛大な支援は、アフガニスタンの人々の歴史に刻まれています。

(アフガニスタンの復興に貢献し2019年に亡くなった)日本の医師である中村哲さんの名をあげさせてください。彼は人道と名誉の象徴でした。私たちアフガニスタン人は、決して彼を忘れることはありません。そしていま、瀬谷ルミ子さんは、私の、そして私たちの心の中に、中村哲さんと同じように、大切に刻まれています。アフガニスタンで虐げられ、抑圧され、多くを奪われる人々のために心を砕いてくれるあなたたち一人ひとりもまた、中村哲さんと瀬谷ルミ子さんと同じ存在である、そう感じています。

本当にありがとうございました。



退避先の空港に到着したマリアムさん一家（左上）、夫と娘（右上）、
空港で花束をを受け取ったマリアムさんと家族（下）

REALsの 退避支援を受けた人の声

ナジアさん 30代女性、司法関係者。



私は法学の修士号を持ち、2006年からタリバンが再び権力を握るまで、検察官や弁護士として活動していました。外国の政府との仕事のほか、家庭内暴力を受ける女性のための取り組みもしていました。

タリバンが2021年に再び権力を握ったとき、私は大きな不安を感じました。その20年前に、かつてタリバンが支配していた頃の記憶がまだ鮮明に残っていたからです。当時私は高校生で、教育から5年間も遠ざかることを余儀なくされていました。

そして2021年8月にアフガニスタン政府が崩壊し、タリバンが支配を強化するなか、ある日、私の名前が記された法廷への出廷要請が家のドアに貼られていました。私が弁護士や司法関係の仕事をしてきたことがその理由とされていました。タリバンからの出廷要請に応じた人たちのほとんどが身柄を拘束されたり、暴力を受けたりするほか、行方不明になったり亡くなった人もいました。夫も外国の軍で働いていたので命を追われる危険がありました。その日、私は夫と4人の子どもたちとともに急いで家を離れ、親戚の家に身を寄せることにしました。

その後の私たちはアフガニスタンで非常に大きな恐怖と不安の中で生活していました。親戚の家では6畳ほどの地下室で暮らし、育ちざかり、遊びたい盛りの子どもたちも外に出ることもできない生活を続けました。子どもたちに私が勉強を教えるようにしました。外出できず、働くこともできず収入がないため、私たちは元の家の中に残されていた家財—冷蔵庫、テレビ、カーペットなど、さまざまな家具を売り、それで食料を購入するお金をねん出しました。しかし、家財がすべて売り尽くされ、生活費がなくなり、子どもたちがやせ細って病気になりがちになったある日、私は退避した友人を通じてREALsという団体を教えてもらいました。そして、その代表である瀬谷ルミ子さんに相談しました。「食料を購入するお金がもうない」と伝えると、彼女は「日本の寄付者の方たちからの支援だ」と、毎月食料品の購入資金を送ってくれるようになりました。このおかげで、小麦粉やせっけんも買うことができました。何か月も一日一食程度のパンと紅茶の食事でごまかしていた子どもたちに、ジュースと小さなキャンディの詰め合わせ

を買ってあげられたときの感動を今も覚えています。ルミ子にも想いを伝えたくて、購入した食材の写真を送りました。



ナジアさんから送られてきた購入した食材の写真

その後、タリバンは私たちの家を襲撃しました。私と子供たちは難を逃れましたが、家財道具を取りに行っていた夫がタリバンに拘束されてしまいました。夫が捕まったことはその様子を目撃していた近所の人たちがひそかに写真を撮り連絡をくれたことで分かりました。私は夫がどこに連れて行かれたかも分からず、不安と恐怖に押しつぶされそうになりました。夫は拘束されている間に私が欧米の国と行っていた仕事について尋問を受けたり、私の居場所を白状するよう脅されたりしたほか、夫が目隠しをされ拘束されている写真とともに私を出廷させるよう親戚に連絡が来ました。

私は、泣きながらルミ子にすぐ連絡を取りました。彼女は私が落ち着く言葉をかけ、状況の聞き取りをしてから、どのような対応をしたらよいのかを考え具体的なアドバイスをしてくれました。その後、さまざまな手立てを取り、数週間後に夫は何とか解放されました。しかし、身体中に暴行のあとが残り、心身ともに不安定な状況になっていました。夫に加えて幼い息子もてんかんの持病を頻繁に繰り返すようになっていました。ちょうどこの頃、かつて外国の軍で夫とともに働いていた男性が自死しました。潜伏生活をするなかで生活苦になり、とうとう子どもに

パンを買うことすらできなくなり絶望したと語り、命を絶つ様子を撮影した動画が夫に届いたのです。夫は一日中その動画を繰り返し観ていました。

そして、その翌日、夫はガス栓をひねって一家心中を試みてしまいました。私が気づいて手遅れになる前に止めることができましたが、夫が精神的に不安定な状況で、子どもたちを抱えながらどうすればよいのか分からず、REALsのルミ子にまた泣きながら連絡しました。彼女は、夫が了承するなら彼と直接話をさせてほしいと言いました。その後、彼女と直接連絡を取り合うようになり、夫が徐々に落ち着いてきたと感じました。

(REALs補足※このとき、夫は「家族を殺される恐怖のなか牢獄のような潜伏生活を二年も続けている。亡くなった彼は親友でもあった。子どもや妻に食事も買えず絶望した彼の気持ちが痛いほどわかる。」という気持ちを話していました。)

この頃の私は、常に何か悪いことが起こるのではないかと怯え、将来に何の希望も持てない状況で毎日泣いて過ごすようになっていました。居場所が特定されることを防ぐため、数か月ごとに隠れ家を移動しました。いつタリバンに捕まるかわからないという恐怖に加え、家族を自分が守らなければという重圧で毎晩眠れない日々が続きました。未来がどうなるか分からず、絶え間ない恐怖と不安にさいなまれ、心の平穏は全くありませんでした。そんな私たちの様子を見て、ルミ子が退避の予定を早めることを決めたと連絡をくれました。

(REALs補足※本来は最終的な受入国が決まってからアフガニスタンを出国しますが、一家の精神的・身体的な状況から、最終受け入れ国が決まらないまま周辺国の待機期間が長引くリスクを負ってでもアフガニスタンから出国させることを優先する決定をしました)

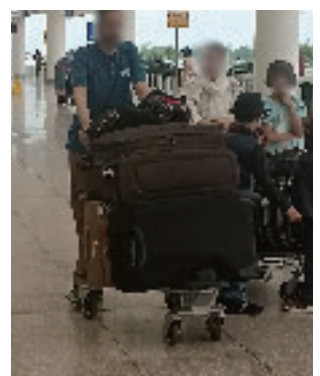
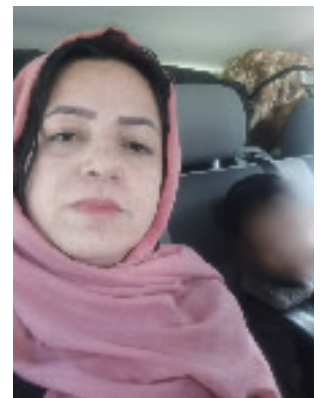
そして、2年半近くのアフガニスタンでの潜伏生活を経た2024年1月に、アフガニスタンからパキスタンに出国することができました。深夜2時、REALsの準備した車両で、首都カブールから国境のあるトルハムに向けて出発しました。国境までに10近くあるタリバンの検問所で車が止められるたびに、恐怖で口が乾き、体全体が震えました。

国境に到着し出国の手続き窓口に行くと、タリバンは私たちのパスポートを取り上げ、「アフガニスタンから逃げるつもりではないか」と言ってきました。このような場合に備えて、REALsから事前にどのような受け答えをすればよいのか説明を受けていたので、その通りに対応し、その後出国スタンプをもらい、アフガニスタンを出ることができました。その後、パキスタンに9ヶ月間滞在する間も、REALsから食料や住居などの支援を受け暮らすことができました。

その後、REALsが私たちを受け入れてくれる国との調整をしてくれた結果、2024年9月3日、

ドイツの受け入れが決まりました。午後4時に飛行機がパキスタンを出発し、夜中2時にドイツの首都ベルリン空港に到着しました。その後の手続きで、ドイツ政府は私たちを政治難民として受け入れ、滞在許可を与えてくれました。今では、私と夫、そして4人の子どもたちは、安全を感じながら生活することができています。殺害や拘束の恐怖ありません。子どもたちが平和な環境で生活し、明るい未来を持てることに希望を感じています。同時に、子どもたちには、私たちが皆さんからしてもらったように、将来社会や人のために貢献できる人間になってほしいと願っています。

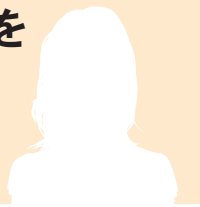
REALsが私たちを最も困難な状況で見捨てることなく支えて続けてくれたことに改めて心から感謝しています。日本の皆さんからのこの人道的な支援を、私と家族は決して忘れることはありません。



飛行機で退避するナジアさん一家（左・右上）、空港の到着したナジアさん一家（右下）

過去にREALsが退避支援報告をした人からの近況報告

シャラーレ・サルワリさん(女性)



2003年、アフガニスタン西部ヘラート生まれ。10代半ばから女性の権利などを訴えラジオやテレビ、SNSなどでジャーナリスト、インフルエンサーとして精力的に活動するほか、サイクリングチームに女子アスリートとしても参加。以前からたび重なる襲撃や脅迫に遭っていたなか、2021年のアフガニスタン危機により命を狙われるようになり、国内各地で潜伏生活を送る。カブール陥落前に女性活動家として取材を受けていた日本の新聞社に助けを求めたところREALsを紹介され、REALsの支援により2021年末にアフガニスタンを脱出。その後周辺国での待機期間を経てイギリスへの受け入れが決定。現在はイギリスに居住しメディアAfghanistan Internationalでジャーナリストとして活動。

私の名前はシャラーレ・サルワリです。アフガニスタンの出身の女性で、現在はジャーナリストとしてイギリスで働いています。

2021年8月15日、私の国アフガニスタンはタリバンの手に落ち、女性たちの多くの夢が砕かれました。アフガニスタンは、女性たちが強さとしなやかさを何とか持とうとしながらも、絶望せざるを得ない場になってしまいました。2021年当時、他の何千人もの少女たちと同様、私は大学への入学を待っていました。しかし、アフガニスタン危機以降現在までにタリバンが女子のための学校の扉を閉ざしたため、私は大学に通うことができませんでした。

この重大な変化の初期、タリバンの脅威から逃れるため、安全な避難場所を求め、家を失い孤独の中にいた私に、希望の扉が開けられました。日本の友人(アフガニスタン危機以前に彼女の活動取材していた日本の新聞記者)を通じ、REALsの瀬谷ルミ子さんを紹介されたのです。彼女に自分がどのような危険と脅威にさらされているかを説明し、詳細な出来事についてやり取りをしたのち、私は幸運にもREALsからの支援を受けることができました。

アフガニスタン脱出後、イランやパキスタンで退避を待つ長く苦しい日々のなかで、瀬谷さんはいつも私の心に寄り添いながら、物質的、精神的な支援をしてくれました。カブールでは安全な隠れ家を用意してくれ、困難だったパキスタンやイランのビザ取得も手助けしてくれました。彼女の尽力に心から感謝しています。イラン、パキスタンなどの過酷な旅と長期にわたる困難、

英国への困難な受け入れ手続きに至るまで、瀬谷さんの揺るぎない支援がありました。2022年10月、私はようやく英国にたどり着くことができました。私は今もREALsの存在に支えられています。

その後、私はイギリスで、アフガニスタンのことを伝えるネットメディアのキャスターとなり、最近では自分の目標の一つであったスポーツコーナーの担当もできるようになりました。私は明るい未来を現実のものとするために目標に向かって努力しています。しかしそれでいてなお、いまだにアフガニスタンに私の家族が残されていてここにいないこと、3年間の離別が、この退避という事実を、時折耐え難いものにします。けれど、私はきっとそれを乗り越えるための方法を見つけられるはず、そう自分に言い聞かせています。

私はいつの日か、私の国の人々、特にアフガニスタンの少女たちを、根底から助け出せるようになりたいと、望んでいます。日本の親切な皆様、どうかアフガニスタンの女性たちとともに立ち上がり、声になり、支え、彼女たちのことを忘れないでいてください。

最後に、瀬谷ルミ子さん、REALs、そしてアフガニスタンや周辺国での困難な待機の間も私を支えてくださったすべての日本の友人たちに心の底から感謝します。退避までの潜伏生活の間、ずっと私を支え、励ましの言葉をかけ続け、私を信じ続けてくれたことにどれだけ感謝しているか、言葉では言い尽くせません。あなたたちが私のためにしてくれた助けがなければ、いま私はこの場で生きていることもなかったでしょう。



キャスターとして活躍しているシャラーレさん



シャラーレさんからの
メッセージ動画

ミーナ・サリーミの詩

Mina Salimy

日本語翻訳 P.A.

ミーナ・サリーミ(女性)

アフガニスタンの詩人・作家/ジャーナリスト

20代女性。アフガニスタン北部出身。

テレビのレポーターやジャーナリストとして活動すると同時に、詩人・作家として

女性の権利についての創作活動を行い、

詩集「鏡は似て非なるもの」(Mirrors are not alike)などを出版。

2021年8月のアフガニスタン危機直後から、タリバンの禁止する創作活動を行っていたこと

ジャーナリストとしての活動を理由に脅迫や死刑宣告を受ける。

友人だったアフガン人映画監督ハッサン・ファジリ氏(監督作「ミッドナイト・トラベラー」

2015年にタリバンに死刑宣告を受けたためアフガニスタンを脱出)から

REALsに退避支援要請が寄せられた。

REALsの支援で2022年2月にアフガニスタンを脱出、

周辺国での待機ののち同年7月にスペインに退避。



2024年8月にREALsは日本ペンクラブとアフガニスタンの退避に関する共催イベントを行いました。

その際に、REALsが退避支援を行いヨーロッパに退避が実現したアフガニスタン女性で作家・詩人である

ミーナ・サリーミさんに詩を書いてもらってはと提案を頂きミーナに聞いてみたところ、

すぐにアフガニスタンのことをつづった5編の詩をパシュトゥ語で送ってくれました。

アフガニスタンで退避を待つ別の女性活動家の女性にパシュトゥ語から英語に翻訳をしてもらい、

日本ペンクラブの有志に英語から日本語への翻訳をして頂きました。

と 飛ばすための翼

こんなふうに望んだことはある？

こんなふうに望んだことはある？

まばゆい美と

はがねの心を持たず、

持参金で売られずに済む人生を。

こんなふうに望んだことはある？

わたしの両手をほどこ

鎖から解き放ってほしいと。

鳥に生まれついたのではないなら、

なぜ翼だけあたえられたのか？

こんなふうに望んだことはある？

倦み疲れたからだ

からっぽで、うつろな、からだ

力、力だけはこんなに十分に

充分にある。ならばいっそ死んでくれ、

からだよ。

こんなふうに望んだことはある？

暴君に歯向かって倒し

国の繁栄を見て、

つらかったことはすべて忘れ、

喜びに満たされて暮らすこと。

ああ、女性たちよ、こんなふうに望んだ

ことはあるか？

ゆったりと息をついて笑い、

心から微笑み、

あらゆる痛みを終わらせ、

闇に背を向けて暮らすこと。

こんなふうに望んだことはある？

わたしの両手をほどこ、

この鎖から解き放ってほしいと。

鳥に生まれついたのではないなら、

なぜ翼だけあたえられたのか？

ほん

わたし^{じんせい}の人生^{ほん}を本^いの一頁^ちページ^{ぺーじ}のようにしてほしい。
死^しんだふりはできないから。

彩^{いろど}りを、ペン^{こうどう}を、行動^{こうどう}を、ここに。
色^{いろ}合^あいのない人生^{じんせい}なんてもう生^いきられないから。

おし 教えて、わたしはなぜ^{ひかり}光^{とお}から遠^{はな}く離^{はな}れているの？
おし 教えて、わたしはなぜ^よ読^かみ書^かきをしてはいけないの？
い 生^いきることから、世^せ界^{かい}から、遠^{とお}く離^{はな}れて。

あたりの村^{むらむら}々は戦^{せん}争^{そう}に倦^うみ疲^{つか}れている、
おとこ 男^{いくさ}たちは戦^{へい}の兵^し士^しになり、
いくさ 戦^{いくさ}がわたしから人生^{じんせい}も家^{いえ}も奪^{うば}う。
いくさ 戦^{いくさ}があなたまでを奪^{うば}うなら、わたしの家^{いえ}は火^ひに包^{つつ}まれる。

こうして眩^{まぶ}しい朝^{あさ}に思^{おも}う。人生^{じんせい}をとりもどしたいと。
いと 愛^{いと}しい人^{ひと}のいない夜^よは数^{かず}えたくない。

いろど 彩^{いろど}りを、ペン^{こうどう}を、行動^{こうどう}を、ここに。
いろ 色^{いろ}合^あいのない人生^{じんせい}なんてもう生^いきられないから。

祖 国

おし くに さい けん ひつ よう
教えて、この国を再建するのに必要なものを。

からだ あたま なが ち
からだや頭から流れる血？

りょう て りょう あし
この両手、両足？

こころ だん けつ
それとも、みんなの心の団結？

そら ふ
それとも、空がばらばらになって降ってくること？

う ば しょ
わたしは生まれた場所から、

とお はな
あなたから遠く離れ、あなたなしでは

い みん なん みん
移民になり、難民になるしかない、

そ こく ひ こ
祖国なしでは、その庇護なしでは。

おし くに さい けん ひつ よう
教えて、この国を再建するのに必要なものを。

こと ば
あなたに言葉をもたらしましょう、

ほん
本を、ペンを、

くら へ や
その暗い部屋で、

し じん こと ば う
詩人の言葉が生まれるのです。

おし くに さい けん ひつ よう
教えて、この国を再建するのに必要なものを。

かい な だ
あなたを腕に抱き、

お て あし くち
その折れた手足に口づけましょう。

きず ぐち あ
あなたの傷口を縫いあわせましょう、

で き はり いと
そのからだから出来た針と糸で。

平和への希求

銃が塵と化す、
そんな時代は来ないだろう。

ふたりの兄弟が殺しあい、
そのからだが真っ赤な血で染まる時こそ、

神よ、愛を広めたまえ。
これ以上だれの心も砕けないように。

戦火の煙に学校は飲みこまれ、
本はびりびりに引き裂かれている。

へい わ 平和

へい わ みずか こえ よ
平和よ、わたしは自らの声で呼びかける、
ここにきて、かたく抱擁しあおう

だれ なぐさ こころ もと
誰しものが慰めを心から求めている。
せ かい とこ へい わ
この世界が常しえに平和であるようにと。

せ かい すみ ずみ
世界の隅々まで
く へい わ あたい
この暮らしを平和に値するものにしよう

かみ ひかりく みなもと いの
神よ、光来る源よ、あなたに祈ります、
へい わ ねが かな
わたしたちの平和への願いが叶うように。

むね こころ よ
この胸に、そしてみんなに、心から呼びかけよう。
けつ い ゆう き へい わ たたか
ゆるがぬ決意と勇気で平和のために戦おうと。

現在のアフガニスタン情勢

2021年8月にタリバン暫定政権がアフガニスタンを掌握してから約4年が経過しています。かつてテロを行っていたタリバンが政権を担うようになったことで、アフガニスタン国内の治安自体はかつてに比べて落ち着いています。しかし、人権をめぐる状況は改善していないどころか、むしろ悪化している面もあります。

1. 女性の権利の剥奪

アフガニスタンで女性は中学校以上の教育を受けること、またほとんどの職場で働くことを禁じられ、社会的な孤立に追い込まれています。2024年12月には女性が医者や看護師、助産師になるための医療訓練も禁止されました。旧政権で公務員や警察官だった女性、弁護士やジャーナリストなど女性の権利のために活動してきた女性は特に脅迫や死刑宣告の危険にさらされています。

2. 少数派への迫害

少数派の宗教・民族コミュニティの人々に対する迫害が続いています。信仰や性的指向を理由に死刑やその他厳罰に処される事態が発生しています。

3. 言論の自由の抑圧

ジャーナリストや活動家への弾圧が強化されています。政権に対する批判や人権侵害に対する提言は命がけとなる状況にあります。また、2024年8月には、女性が公共の場で大きな声を出すこと、歌をうたうことを禁じる新しい法律が制定されました。

4. 経済の崩壊と人道危機

国際的な制裁や援助停止による経済崩壊が進み、貧困と食糧危機が深刻化しています。女性の就労が禁じられるなか、シングルマザーなど男性のいない家庭は生きていくための食料すら得られない状況に追い込まれています。

REALsは脅迫や死刑宣告を受けて命の危険にある人々への国外退避支援に加え、アフガニスタン国内で困窮した人々が命をつなぐための食料・生活支援も実施しています。皆様のご支援により、これまでの4年間で約6万人に支援を行っています。

- 2021.08 ● 中学・高校への通学を禁止される
一部の職種を除き仕事を禁止される
- 2022.11 ● 公園を使うことを禁止される ※首都カブール
- 2022.12 ● 大学への通学も禁止される
限られた就労先だったNGOでの就労も禁止される
- 2023.04 ● 国連への出勤が禁止される
- 2023.07 ● 女性向けの美容室が閉められる
- 2024.08 ● 公の場で顔や身体を覆うこと、大声を出さないこと、
歌わないことを定める新法発表
- 2024.12 ● 女性が医者や看護師、助産師になるための
医療訓練、教育禁止



アフガニスタン退避・保護支援の内訳

プロジェクト実施期間 2023 年 7 月～ 2025 年 7 月

退避支援	安全な第3国への退避を実現する
支援人数 28人	空路による退避手段の確保 陸路の安全な退避ルート確保 査証・受け入れ国の承諾取得の支援 退避にかかる諸費用の支援
支援費用金額	¥8,131,954-

保護支援	アフガニスタン国内や中継地点での安全確保と生活支援
支援人数 900人	脅威情報の収集・分析・助言 安全確保対策 シェルター（隠れ家）の提供 医療支援（シェルターへの医師・助産師派遣など） 避難中の子どもたちへの教育支援 安全な通信手段の確保
支援費用金額	¥7,081,493-
その他	振込手数料:22,694 円 READY FOR 手数料:2,478,322円

支援費用金額合計 **¥16,093,000-**

（2025年7月現在）

※2023 年以降、退避の際に中継国となるパキスタンとイランにおいてアフガニスタン人に対する査証発行の基準が厳格化され、一か月ごとに査証更新が必要となりました。また、最終受け入れ国の決定までに年単位の待機期間が生じるようになったことから、1 人あたりの退避支援に必要な費用が大幅に増加しています。

REALs理事長 瀬谷ルミ子からのメッセージ

2025年8月でアフガニスタン危機から約4年が経ちました。退避活動を開始したその当時は、3年以上も続けることになるとは正直思っていませんでした。現地からは今も助けを求める声が届く一方、アフガニスタン人の受け入れ先は減る一方で、今では数少ない希望であったドイツも受け入れ数を減らし始めています。そして、3年以上命を狙われ続けて潜伏生活が続けるといふ極限状態にある人たちからは、いまこの瞬間も「あなたの返信が1日遅れるだけで不安になる」「あなたの言葉が私に平和を与えてくれる」と切実なメッセージが届きます。このような状況にもかかわらず、アフガニスタンのことが報道されることもほとんどない現実にはやるせない気持ちになることもありました。

そんななかでも、アフガニスタンのことを発信すると「ずっと気になっていました」と反応してくださる方、女性の現状などを何とか報道しようとしてくれる方々、そしてREALsが今も続けている退避支援のことを知り支援をしてくださる方々など、今もアフガニスタンの人々の声が届けばそれを受け取り行動してくれる方々がいるという事実を支えられています。

さらに、今回の活動報告にも登場したイギリスに退避したシャラーレのように、過去に退避した人々がその後に退避先の国で困難なか人生を切り開いていると連絡がくると、自分もまだまだ頑張るぞ、という気持ちを新たにします。さらに、REALsのメルマガでも紹介したのですが、REALsが退避支援をして今は日本で暮らすアフガン人と偶然出会ったという支援者の方から報告を頂きました。

「英会話教室の先生が、REALsさんの支援を受けてアフガニスタンから日本で家族で避難した方です。以前寄付をしたことが、とても身近に繋がりました。アフガニスタンのことをいろいろと教えてもらっています。不思議なご縁を感じています。」

退避支援をした人たちの多くはその後も連絡をくれますし、「自分に何かできることがあれば言ってほしい」と、翻訳などに協力してくれる人もいます。今まで退避支援をした人たち全員が、アフガニスタンという国を心から愛していて、アフガニスタンで人々や社会に必要なだと思うことに取り組み、思い描いていた未来がありました。そんな人たちと関わることで、私自身もそのほかのREALsの活動地や紛争地の人々の平和への想いを実現するために力を尽くそうという

いう気持ちを新たに作るほか、私たちの住む日本で自分たちの周辺と世界の平和をどのように
につくりあげていくかということにも自分なりにできることをしていきたいとの思いを強くしまし
た。

ここでは書きつくせないほど、本当に多くの方々の力でこの退避支援活動が成り立っています。
そして、過去の報告書でもお伝えしていますが、私は退避をせざるを得ない人々に「日本で
あなたを救いたいと思った一人ひとりの力でこの退避支援が実現できている」ということを伝
えています。そして、その事実が、命を追われる人々にとって強い一筋の光になっています。自分
に消えてほしいと思う人たちに囲まれているという恐怖と絶望感を抱えながら生き延びてい
る人々に、少なくとも日本には自分たちに「生きてほしい」とエールを送ってくれる人がいる、そ
してその支援で実際に退避の道が切り開かれる。支援を受けた人たちが伝えてくれる言葉も
誇張ではなく、自分が同じ状況にいたら「一生忘れない」「言葉にできないほどの感謝」と思う
だろうな、とも感じます。そしてこれが実現できるのは、まぎれもなく、退避に心を寄せて支援を
頂く皆さんのおかげです。3年以上前に、「どれだけの人が退避支援が必要だと思ってくれるだ
ろうか」と不安になりながらも、「一緒に行動してほしい」と呼び掛けてよかった。そして、退避支
援が必要にならなくなる日を目指して、そしてアフガニスタンのなかで今も厳しい状況に置か
れる女性や女子たちにも希望を持てるような社会を目指して、これからも活動を続けていきます。



REALs 理事長 瀬谷ルミ子

認定 NPO 法人 REALs 理事長
瀬谷ルミ子

人と人は違う。考え方、価値観、宗教、民族、国籍。違いから生まれた火花が、人を傷つける争いにならないように。私たちはつくる、暴力や武力に発展しない道を。起きてしまった争いから抜け出す道を。渦中の人に力をとどける近道を。人と人が、共存できる明日に歩き出す。その背中を見送って、私たちはまた次の現場へ。

争い予防の選択肢を、もっと。

争い予防	ジェンダー	心のケア	共存	緊急支援
ケニア	トルコ・シリア	シリア	南スーダン	ガザ
				
暴力的過激派組織への若者の加入を防ぐしくみとガイドラインを策定。政府、警察、行政と地域住民がともにテロ予防を実行できるように。	家庭内暴力や児童婚など、ジェンダーに根差した暴力は、難民にとって深刻な問題。現地の複数の女性団体に、能力強化研修を行っています。	紛争や不安で心に負担を抱えるシリア人を支えるため、現地団体と連携し、心の問題を抱えながら避難生活を送る人に心のケアを行っています。	何世代も争っていた民族同士に、野菜栽培の共同作業を実施。民族を超えた信頼関係が築かれ、平和的共存と治安の回復につながりました。	紛争に追い詰められ、生き延びるために緊急の支援を必要とする人々に、お米や豆、油や野菜などの食料を届けています。
ソマリア	南スーダン	トルコ	アフガニスタン	
				
現地の若者を、暴力的過激化を防ぐ指導員に育成。年齢の近い指導員による研修は、若者の過激化予防に大きな効果を生んでいます。	ジェンダーに根差した暴力は見えにくく、少女や女性の未来を閉ざすことも。女性が自由を得て本来の力をもてるよう、人材育成を行っています。	難民は、紛争体験や孤独な生活で心の傷を抱えています。REALsは生活に必要な情報や、カウンセラー・弁護士による専門的な支援を提供します。	脅迫や殺害予告により命の危機にある人々の安全を確保し、安全な第3国への退避を実現。また食料危機のなか特に困窮する人々に食料や現金を届けました。	

私たちには選択肢があります。ニュースを眺める側でいることも、行動を起こし、状況を変える側になることもできる。争いを予防できる世界へ。私たちは仲間を探しています。

※認定 NPO 法人 REALs へのご支援は寄付金控除の対象となります。



月1,500円から。
マンスリー
サポーターの
ご案内

REALsは、争いを予防し、人と人が共存できる社会をつくる国際NGOです。

認定NPO法人 REALs(Reach Alternatives)/リーチオルタナティブス(リアルズ)

〒162-0802 東京都新宿区改代町26-1 三田村ビル203

MAIL:contact@reals.org