

うえるかむ

WELCOME YAMAGATA! COMMUNICATION FREE PAPER.



山形に避難されている方へ伝えたいメッセージ

CONTENTS

- ・里芋の苗植え／絆の架け橋推進協議会
- ・寄稿 共に育ち合い(愛)サロン むげん
- ・福島県情報 アースディ福島
- ・山形県情報 鶴岡市笹巻作り／ウォークラリー／なんでも相談会
- ・キッズレター ・おすすめ情報 ・リレー応援エッセイ
- ・みんなの声 ・ひと休み ・編集部より

第18号

つながろう! ささえあおう!
復興支援プロジェクトやまがた
TEL023-674-7311
E-mail kizuna@yamagata1.jp
発行数: 4,500部

日本一の芋煮会フェスティバルにむけて 里芋の苗植え 大きく育てておいしくな一れ!

今年で第二十四回目の開催となる、山形名物「日本一の芋煮会フェスティバル」。直径六メートルの大きな鍋を使って芋煮を作る、迫力ある大芋煮会のイベントです。今年も九月に山形市馬見ヶ崎河川敷で行われるそうです。

秋のイベントに向けて、五月十二日に山形市村木沢にある九〇アールの広さの



畑に約一万五千本の里芋の苗を植える集まりがありました。

参加者は、市内の小学生「いもっこ」(芋煮応援隊)三十五人と、生産者の方々、山形商工会議所青年部のみなさん、そして今年「NPORIとる福島」の子ども達三十三人と保護者が参加し、約百二十

人で里芋の定植作業を行いました。

作業では、子ども達が中心となり二人一組で畝に専用スコップで穴をあけ、里芋の苗を丁寧に植え付けていました。土いじりの楽しさを味わった子ども達は、顔を輝かせて「もっとやりたい!」と進んで作業をしていました。

りとする福島から参加したお母さんたちは、「今まで勇気が出なくてイベントに参加できずにいたけど、親子共々楽しんで嬉しかった。また参加したいです。」「山形に来たからこそ出来る、貴重な体験をさせてもらい嬉しいです。また、りとする福島として芋煮会に参加できる事が楽しみ。山形のみなさんと協力し合って、イベント開催のお手伝いができるので、今まで避難生活でお世話になった山形の方々に感謝の気持ちを込めてお手伝いしたいと思います。」と話してくださいました。里芋の収穫が今からとても楽しみです。(榊井)



福島-山形をつなぐ週末移動支援バス「山形うえるかむ号」運行など実施します

「絆の架け橋推進協議会」をよろしくお祈いします

当協議会は、「(1) 官民協働の支援活動を行うことにより、東日本大震災等で被災した方々が安心できる日常を取り戻すこと (2) 本活動を通して、県民の社会貢献および防災意識の向上に寄与すること」を目的に設立されました。これからどうぞよろしくお祈いします。

「山形うえるかむ号」について *** 毎週土日運行しています ***

- ～山形と福島で離れて暮らす家族、山形を保養で訪れる家族のための移動支援バスです～
- 山形に避難している方とその家族や近親者、友人(避難している方に会う目的に限る)
- 福島から山形へ週末保養やリフレッシュ目的で訪れる家族
- ※ビジネスや観光・ショッピング等目的での利用は出来ません。公共交通機関をご利用ください。
- ※ご利用には予約が必要です。前日の夕方5時までにお申し込みください。

[申込み方法]

メール(shienbus@gmail.com)のタイトルに「支援バス予約」と入力し、本文に、氏名、携帯電話番号、避難元と避難先の住所、乗車日、乗降場所、乗車時間、同乗人数(大人〇名、子ども〇名)を記載して送信してください。

[問合せ] 本田 ☎090-3756-9755

構成団体

- 山形ボランティア隊
- 緑水の森支援活動
- りとする福島避難者支援ネットワーク
- NPO法人Yamagata1
- AISOHO企業組合
- 山形県企画振興部県民文化課県民活動
- プロスポーツ支援室

協力金(500円程度)を任意でお願いしています

共に育ち合い(愛)サロン むげん

共に育ち合い(愛)サロンむげん 代表 増田 昌子 さん

当サロンは、昨年起こった東日本大震災による福島原発事故を受け、新潟県柏崎市に避難している被災者のみなさんの、物資提供や憩いの場としてのサロンを開放しています。

「自分の家に戻れない」、「先の見えない不安」、「永住の地はどこに？」

当たり前の生活を奪われた被災者の方々と一緒に過ごした一年でした。震災から一年が経ち、人に助けられ支えられ被災者のみなさんの心にも変化が現れ始めました。一步一步前に進むこと、「自立」こそが復興への第一歩だと……。

サロンでは、被災者の方が中心になって様々な取組みが始まりました。福島県双葉郡大熊町からの被災者の方々の同郷会「あつまっかおおくま」は、最初は六人から始まり、今では



四十人近くのみなさんが、毎月一回の定例会を開催し、情報交換やイベント企画をしています。また、福島県から避難している子どもをもつ親の会「うつくしまキッズ!! I i o v e パパ・ママ」は、未来を担う子ども達の笑顔を、保護者が中心になって守り続けていく会です。毎月一回の交流会をはじめ、親子参加型のイベント等も企画・運営しています。そして自立支援として「結・遊・倶楽部」があります。毎週木曜日に集まって、手芸を中心に、柏崎市民との交流を深めながら商品開発にむけての企画や技術の向上を図っています。避難先で一步一步前に進みながら元気に頑張っています。故郷に帰れるその日がくることを信じて……。



共に育ち合い(愛)サロンむげん

新潟県柏崎市柳橋町 1-25

HP <http://smilesalon-mugen.com/fukushima.html>

From 福島

二千人が参加！ アースデイ福島



今回の主な出展者は、福島県民の方たち、首都圏からのNGOやさまざまな支援団体、そして我々山形勢です。

五月十九・二十日の両日、屋内三カ所で開催され、予想の倍である二千人以上の来場者がありました。

「安全、安心な屋外のサテライト会場を山形に」という事務局からの要望に応えるべく、これからの「アースデイ東北？」の可能性に向けて「ぼくらがつくるあした」

のメッセージを、共に発信していきませんか？ (緑水の森 大谷)

みなさん「アースデイ」をご存知？ 東京では、代々木公園で毎年行われている大きなイベントです。元々は国連で採択された環境と人権のための宣言です。お祭りは、この平和思想の啓蒙のための手段、といったところですね。そう考えると、アースデイが今年福島で開催された背景がわかりかと思えます。私達は実行委員会に参加し、初めて福島で行われるこのイベントの様々な意味や問題について話し合いを重ねました。そして、「こどもと未来」をテーマに単発イベントではなく、さまざまな会場で継続していくことを確認しました。



アースデイ福島 公式ホームページ

<http://www.earthday-fukushima.org/>

鶴岡市の食文化体験 笹巻作り



四月十七日
(火)、鶴岡市「こころふる」三階調理室にて開催された鶴岡市社会福祉協議会主催の避難者交流企画「笹巻作り教室」。三つのグループに分かれ、

地元講師の指導の下、庄内地方でも温海のごぶし巻きと呼ばれる形に挑戦しました。

講師の榎本妙子さんのお手本を見ると、簡単にできそうに思えても、いざ笹の葉を手に挑戦すると、ぎこちない手つきで悪戦苦闘。岩手・宮城・福島と、参加者の出身地は様々。鶴岡市にたどり着いた経緯も様々だが、ふだんの料理の話から被災当初の話まで、笹巻を作りながらおしゃべりにも花を咲かせての作業となりました。

試食タイムでは、初めての笹巻の味を楽しみ、先生を通して鶴岡の食文化情報に触れることもでき、続けて用意された折り紙レクリエーションも、講師・伊藤進さんの楽しいおしゃべりと本格的な作品作りを楽しみ、笑顔の交流となりました。

(鶴岡市K)



寒河江で

ウォークラリーを開催

四月二十二日、福島の避難者を対象に、日曜奉仕団主催のウォークラリーが、寒河江市のチェリークアパークで開催されました。寒河江市内外から十三組四十名が参加。今年の大雪の影響で例年だと咲いているはずの桜やお花の開花はまだまだ先で、肌寒い天気とあいまってちょっと閑散とした雰囲気でしたが、子ども達が元気一杯走り回りとても楽しい催し物となりました。

ウォークラリーとは、ヒントを元に隠されたチェックポイントを探し出し、そこにある問題をクリアしていくというもの。今回の問題は山形や福島にちなんだもの、学校で勉強するものなどを用意。子ども達よりも大人の方が真剣だったかも。ゴールした全チームに、大人はBOXティッシュ、子ども達にはお菓子の袋をプレゼントし、最後はみんなでお弁当



楽しかった人「？」との問いに子ども達全員が「はい！」と最後まで元気でした。(日曜奉仕団 早坂)

震災・原発事故避難者のための なんでも相談会



「震災・原発事故避難者のためのなんでも相談会」が五月十九日、山形市総合スポーツセンターで開かれ、大勢の方が相談に訪れました。

この相談会は、「震災・原発事故避難者のためのなんでも相談会」実行委員会が主催。相談のほか、食品の無償提供、子育てや健康に関する悩み相談、「みんなで歌おう」「お母さんの交流」「託児」のコーナーが設けられました。

相談コーナーは順番待ちができるほどで、「家族が増えることで今の借り上げ住宅が狭くなり、借り上げ住宅の引っ越しがしたい」という相談も。訴訟については「何もしなければ三年で時効と聞いたので、勉強してできるだけのことやりたい」という声もあり、関心の高さが感じられました。

避難生活が長くなるにつれ、求めるニーズは時の経過とともに変わっていきますので、柔軟な対応を望むとともに、このような相談会は今後も継続的に続けていって欲しいと思いました。(神野)



★「福島から山形にきて」

ぼくは、きよねんのなつに山形にきました。

福しまにいたときは、ほうしゃのうで、そとであそべなくてがまんしていたのでつらかったです。でも、山形にきてからそとでじてん車にのれたり、こうえんや校いであそべるのがうれしいです。

かぞくバラバラにくらすのはいやです。早くいっしょにくらしたいです。

(二年 大橋はる)



ホホをつくるのは
まちがいなくキミたち！
きつずのみんな、言いたい
こと、つたえたいことを
みんなにおしえてね。

あすめ情報

■成島ワクワランド ♪成島ふれあい動物園♪

ワクワランドはとってもひろ～い公園。小さい子用のかわいい遊具や全長80mのローラー滑り台、ムーンカートなど楽しい遊具がたくさんあります。売店は土、日、祝日のみ営業。イヌやウサギなどを集めた「成島ふれあい動物園」も開園してるよ☆入場は無料です。

◎ワクワランド (5/19～10/14) 開園時間/ 10:00～17:00

◎成島ふれあい動物園 開演時間/ 10:30～15:30

開園日:6/2,3,9, ⑩ 7/7,8,14, ⑮,16,28,29 9/1,2,15, ⑯,17, ⑳,23
10/6, ㉑,8 ※○がついた日付はエサをあげられるよ♪

[問合せ・住所] 米沢市広幡町成島 2107-104 0238-37-2121

■ままカフェサロン in 米沢

避難している親子が自由に過ごせるつどいの広場です。お友達との出会いやホッとできる空間があります。開催時間中ならいつでも好きな時間に来て、好きな時間に帰れます。自由に過ごしてくださいね♪

会場: 置賜総合文化センター3階 部屋名: 真理、希望

対象: 山形に避難している親子・子育て中の方

日時: 毎週木曜日 10:00～14:00

※お菓子や飲み物・お弁当、その他お子さんの必要な物はご持参ください。お申込みは不要です。

[問合せ] NPO 法人 やまがた育児サークルランド

TEL: 023-673-9336 (担当: 安部・三河)

■米沢市 お茶のみサロンに来とごやい

米沢市で地域のお茶のみサロンを運営しているNPO法人おいたまサロンでは避難者の方も歓迎します。音楽室もあります。お気軽においでください。

日時: 月～金、午前8時30分～午後5時まで

※訪問者用駐車場あります

場所: 米沢市門東町3-3-7 平和通り駐車場向かい

[問合せ] 0238-26-7070 代表 竹田仁

[庄内地域]

■第18回 出羽庄内国際村 ワールドバザール

日時: 6月10日(日) 10:00～15:00

この日は入館無料です。みなさんぜひお越しください。

☆正面玄関前では、人気のフリーマーケットに掘り出し物がいっぱい。

☆交流広場では、韓国、タイ、中国、バングラデシュ、イタリア、アイルランドなど、世界の料理や雑貨の販売をします。

☆館内では、バザーや国際団体の紹介、パネル展示もします。

※マイバッグ、マイはし、マイコップをできるだけ持参して下さいね。ゴミの分別・減量にご協力をお願いいたします。

[会場・問合せ]

出羽庄内国際村(山形県鶴岡市伊勢原町8-32)

TEL 0235-25-3600

HP <http://www.dewakoku.or.jp/>

■～溢れだす笑顔 生命の輝き～

みんな違って、みんないい…みんな一緒! vol.3

開催日: 2012年6月2日(土) 9:30開場

会場: 庄内町文化創造館 響ホール

(山形県東田川郡庄内町余目字仲谷地280)

プログラム: ○パフォーマンス 10:00～12:20 [入場無料]

歌・音楽・踊り…ステージの枠を超えて、みんな一緒に楽しむ空間

○バザール 10:00～14:30 [入場無料]

飲食ブース・障がい者サービス事業所ブース・体験ブース・フェアトレードブース・展示ブース

○スペシャルゲスト『瑞宝太鼓』12:00～16:15

知的障がいがありながら全国2位に輝いたプロ和太鼓集団(ドキュメンタリー映画の上映、シンポジウム、和太鼓演奏)

☆避難者の方には無料招待券あり。

招待券を希望される方は、6/1までに鶴岡市社会福祉協議会・志賀(0235-24-0053)まで事前にお申込み下さい。

主催: 「みんな違って、みんないい…みんな一緒! vol.3」

実行委員会(特定非営利活動法人ぼらんとす内)

■髪切屋 避難生活を送るみなさまへ

～シャンプー&カットで応援します～

長引く避難生活お疲れ様です。気分転換にぜひご利用ください。☆ゆっくりしさを来での～☆

○頭皮ケア付きシャンプー(男性1300円・女性1500円)→無料

○女性シェーブ200円割引

○未就学～中学生カット・シャンプー500円割引

小さいお子様は、親御さんが抱っこした状態でカット出来ます。

○大人カット・シャンプー・シェーブ1000円割引

※お電話でのご予約をお願いいたします。

※お越しの際は、り災証明書(高速道路用可)をご持参ください。

※お車でお越しの際は、病院立体駐車場をご利用ください。

[問合せ] ヘアサロン髪切屋(鶴岡市泉町4-20 荘内病院9階)

TEL 0235-26-5198 営業時間 9:00～19:00 定休日 日曜・祭日

■らくしゅみ整体院

痛くない整体で、冬の疲れを癒しましょう! 避難されている方へ、各コース1,000円引きのサービスを提供中! ぜひ、ご利用ください。

<メニューのご案内> ※☎予約してくださいね♪

◎ちよこらコース 2,000円 ⇒ 1,000円

◎全身バランス矯正 4,200円 ⇒ 3,200円

◎先生おまかせコース 6,300円 ⇒ 5,300円

◎低線量による内部被セルフケア教室

自然療法の立場から免疫力を高める内臓のあて法、細胞を少しでも早く回復させる手当て法をお伝えします。

参加費: 2000円(高校生まで無料)

セルフケア教室は出張いたします。ご相談ください。

[問合せ] 整体院らくしゅみ院長 鈴木敦士

〒997-0037 鶴岡市昭和町12-31 TEL090-4314-4495

公式ホームページ: <http://home2.netpalace.jp/rakushumi/>

フェイスブックページ: <http://www.facebook.com/rakushumi>

営業時間: 10:00～19:00 定休日: 毎週火、水曜日

みなさまからの情報をあ寄せ下さい!



避難されている方に伝えたいメッセージ、サービス、イベントなど、避難されている方からの声や要望など、みなさまからの情報をお待ちしています。送ってくださる場合は、「復興ボランティア支援センターやまがた」まで。お待ちしております!

■復興ボランティア支援センターやまがた

[住所] 山形県山形市松山3丁目14番69号(FM山形ビル1階)

[TEL]023-674-7311 [FAX]023-674-7312 [E-mail]kizuna@yamagata1.jp

[開館時間]10:00～16:30 [休館日]土日祝日、年末年始、夏期休業

[ウェブサイト] <http://kizuna.yamagata1.jp/>

※ 駐車場に限りがありますので、乗り合わせ等ご協力ください

[村山地域]

■ ままカフェ@HOME

避難している親子が自由に過ごせるつどいの広場です。お友達との出会いやホッとできる空間があります。開催時間中ならいつでも好きな時間に来て、好きな時間に帰れます。自由に過ごしてくださいね♪

場所：山形市あかねが丘 3-8-23

対象：山形に避難している親子・子育て中の方

日時：毎週火・水曜日 10:00～16:00

駐車場：6台駐車可能です。

※お申し込みは不要です。ミルクやおやつ、その他必要な物は各自ご持参ください。

[問合せ] NPO 法人 やまがた育児サークルランド

TEL:023-673-9336 (担当：安部・三河)

■ ～土に触れて、じっくり作ろう～陶芸体験

日時：6月8日(金) 10:00～12:00

場所：山形市総合スポーツセンター 3階大会議室

対象：山形に避難している子育て中のママ

定員：先着10名 ※事前申し込みが必要です。

託児：生後6か月～就学前まで

※申し込みの際にお知らせください。

持ち物：なし

材料費：お一人2,000円(お釣りのないようにお持ちください)

[主催・申込] NPO 法人 やまがた育児サークルランド

TEL:023-673-9336 (担当：安部・三河)

■ 笑顔で一緒にフラダンスを楽しみませんか？

Hula Honi Ke Aloha 辻フラスクール

短期体験無料レッスン開催

～10/27に山形テルサで開催される発表会と一緒に参加しませんか～(福島県に本拠地を置く辻フラスクールが皆様に笑顔と健康をお届けします)

火曜日コース(第1・3・4火曜日の月3回) 10:30～12:00

土曜日コース(第1・3・4土曜日の月3回) 10:30～12:00

期間：6月～10月

講師：Hula Honi Ke Aloha インストラクター

池野信子・渡辺真弓

場所：山形市六日町4-6 Hula Honi Ke Aloha 山形スタジオ

定員：各15名(被災者の方優先、定員になり次第第2切)

年齢、性別、経験不問。どなたでもお気軽にご参加下さい。

準備するもの：Tシャツ、飲み物

[問合せ] 090-8924-7653(池野) 090-6227-3394(渡辺)

■ 震災により借入金の返済が困難になった個人の方へ

ご存じですか？

債務整理のガイドラインが2011年10月より運用見直しになりました！ガイドライン利用で、震災により返済が困難になったお借り入れについて、一定の要件の下、

・債務の免除などが受けられます。
・破産手続きとは異なり個人信用情報の登録などの不利益を回避できます。

・手続きのための弁護士費用(注)はかかりません。

(注) 下記の運営委員会に登録された弁護士の費用

※仮設・借り上げ住宅等に入居中の方々にも、ご利用いただきやすいように、平成23年10月より、運用の見直しを行いました。

詳しくは、以下へご相談ください。

一般社団法人「個人版私的整理ガイドライン運営委員会」

コールセンター 0120-380-883 (フリーダイヤル)

受付時間：平日9:00～17:00

■ 放射線の正しい知識と私たちの暮らし

講師：公立学校共済組合 東北中央病院 大竹修一先生(放射線科)

日時：2012年6月16日(土) 10時～12時

場所：コープ桜田組合員集会室(山形市桜田東4-9-15)

参加費：無料

[問合せ] 生活協同組合共立社 組織部 TEL:023-686-6262

[村山・置賜地域]

■ 自主避難者向け相談窓口の増設のお知らせ

各種行政への相談受付、放射線に関する情報提供などに各相談職員、福島市職員が対応します。

また、福島市・郡山市・伊達市の子ども医療助成申請書を、下記2か所に設置します。必要な方はぜひお越しください。

○山形市避難者支援センター【毎週：水・金】

(山形市落合1 山形市総合スポーツセンター内)

○米沢市避難者支援センターおいで【毎週：火・木】

(米沢市金池3-1-14 置賜総合文化センター内)

山形・米沢 各日 10:00～16:00

[問合せ] 福島市政策推進部危機管理室 TEL:024-525-3797

[置賜地域]

■ 山形県内の浪江町の皆さまへ

浪江の"しゃべり場"～集まれ！浪江のなかま～

離れ離れになった浪江の人達と交流を深め「絆」をより強くするための機会をつくりました。お茶と美味しいお菓子をご用意してお待ちしております。家族やお友達にも声をかけて是非ご参加ください。

日時：6月24日(日) 13:30～15:30

※ご都合のよい時間帯においでください。

場所：置賜総合文化センター2階 203 会議室

住所：米沢市金池3-1-14 (TEL:0238-26-8003)

[問合せ] 浪江町役場 第2事務所 まちづくりNPO新町なみえ

TEL 0243-62-0305 (平日 9:00～17:00)



うえるかむは県内各地で設置しています

山形県庁・総合支庁・市町村窓口／山形市内の公民館・コミュニティセンター(28施設)／復興ボランティア支援センターやまがた／山形市避難者交流支援センター／米沢市避難者交流センターおいで／東根市タントクルセンター／山形市市民活動支援センター／上市市体育文化センター／読売センター神町／元気玉プロジェクト推進本部(福島県会津若松市)／生活協同組合共立社(CO-OP)(山形県内)／山形市総合福祉センター／山形テルサ／百目鬼温泉／うつくしまNPOネットワーク(福島県郡山市)／イオン山形南店／おーばん県内各店舗 ★避難されている方へ個別郵送して下さる市町村が増えました。ありがとうございます！



みんなの声

山形県に避難しているすべての方へ

つながろうNET

本紙の情報だけでなく、リアルタイムなおすすり情報やイベント情報、うえるかむスタッフや支援者さんのブログなどを掲載しています。

<http://tsunagarou.net/>



モバイル、
スマホOK!



●市（福島市↓山形市 女性）のホールボディカウンター検査を受けました。検査結果は「心配のない値です」と先生。でも本当に大丈夫なのか分かりません。そして今、ここで生活している事も正しいのか正しくないのか分かりません。いつも「ここで生活して大丈夫なの？」と問いかけが続いています。自分ができる範囲で娘を守っていききたいです。（二本松市 女性）

●あれから一年以上過ぎましたが、福島の自宅付近は何も変わらないう状態。やはり娘達が成人するまでは戻ることができないな、と思っています。（福島市↓山形市 女性）

●春から娘が小学生になりました。転校をさせたくないのに、福島に戻ることさえも考えましたが、やはりまだ帰れません（涙）。心が折れそうと言う主人を福島に残し、もう少し山形でがんばります。（福島市↓山形市 女性）

リレー応援エッセイ さくらんぼの季節がやってきた

まもなくすると、山形にはまたさくらんぼの季節がやってくる。

世の中のさくらんぼに対するイメージと、生産者が見ている景色はかなり違う。どちらかと言うと、山形の高瀬を舞台にしたジブリ作品「思ひ出ぼろぼろ」の視点と雰囲気には近い。

農産品は、とにかく手間をかけた分だけおいしくなる。早い時期から剪定をし、消毒を繰り返して、花が咲いたら受粉。時には傷んできたハウスや機械の整備。中でもビニールハウスをかける作業は高い所が好きなのが集まるお祭りとなり、それからも摘果をし、葉を摘み、また消毒をして、ようやく赤く色付いた実の収穫を迎える。ハウス内の天井近くはサウナ状態で、まあ去年は特に、ボランティア活動でも畑でも熱中症に愛された日々で、飲みに行った時のビールとチューハイがこれまたうまくいった（笑）。

そんなことをしながら、私たちが育て、収穫するさくらんぼ。一年の中でもこの限られた短い期間にしか味わうことのできない甘酸っぱさを、もしよければ、一度食べてみてください。（花屋）

新緑時期の山菜、大集合!

ひと休み 山菜汁

【材料】 4人分
 豚肉（バラ肉） 100g
 わらび 100g
 うど 100g
 うるい 50g
 たけのこ 50g
 みず 50g
 だし汁 500ml
 酒 大2
 みそ 80g

【作り方】
 ①わらびは灰汁を抜いておく、みずは糸を取っておく。
 ②わらび、うど、たけのこ、うるい、みず、豚肉食べやすい大きさに切っておく。
 ③だし汁に材料を全て入れて柔らかくなるまで煮る。
 ④やわらかくなったら、みそ、酒を入れて少し煮る。



レシピ提供：在来作物案内人 鈴木淳子さん

支援センターのサイトをご覧ください→ <http://kizuna.yamagata1.jp/>

編集部より

●最近二人乗り自転車を購入しました〜！近場は自転車移動できるようになり、いまさらながら便利です。多少は運動不足解消になりますように。（みほっち）

●もうすぐ六月。衣替えの季節です。季節の移り変わりは早いもので、梅雨の時期もやってきますね。雨でも楽しく過ごせるように、今から考え中です。（じゅんちゃん）

●避難されている方が多く入居する雇用促進住宅そばの空き地に車を駐車し、携帯メールを打っていたところ、パトカーが止まって職務質問されました……（遠藤）

●「森の休日」で、福島在住のお母さんから、よもぎの美味しい食べ方を教えてもらいました。絶対やってみる〜♪（海）

●カラッと晴れた日はお子さんと原っぱ遊びがおすすめ！でも日焼け止めを忘れると……意外に焼けるのです、この時期。要注意……！（多田）

うえるかむは、みなさんからの寄稿もウエルカムです☆日頃の想いをのせた、つぶやきでもOK。お待ちしております！

次号は6月13日発行です

おすすり情報や記事の投稿は
6月27日号分を
6月11日まで受け付けます！

避難者向けフリーペーパー「うえるかむ」

発行元：つながろう！ささえあおう！
 復興支援プロジェクトやまがた
 〒990-2412 山形県山形市松山三丁目14番69号
 「復興ボランティア支援センターやまがた」
 TEL 023-674-7311 FAX 023-674-7312
 E-mail kizuna@yamagata1.jp
 WEB <http://kizuna.yamagata1.jp/>

