

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

- ・スポーツ交流・情報交換会／山形うえるかむ号 10月の運行予定
- ・福島県情報 みんな共和国
- ・山形県情報 御神輿どっこい/メッセージ
だがしや楽校芋煮会/庄内を離れる人
- ・キッズレター ・おすすめ情報 ・おうえんメッセージ
- ・みんなの声 ・ひと休み ・編集部より

第26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
TEL 023-674-7311
E-mail kizuna@yamagata1.jp
発行数: 4,000部

スポーツ交流・情報交換会 開催



(おきさば: 川西町) が主催し、運営は「スポネットおきたま(置賜地区スポーツクラブ協議会)」によるネットワークをつないだスポーツイベントです。

当日は、心配された天候も午後から回復し、秋晴れの中グラウンドでは浪江町チームとスポーツクラブチームのソフトボールの試合、中では、スポレック・スリッパ卓球・カローリング・吹き矢などの体験コーナーを設け、それぞれに汗を流し

9月29日(土)、旧川西町立第二中学校にて置賜管内に避難されている方々(福島市、郡山市、南相馬市、浪江町)30名をお招きし、「スポーツ交流・情報交換会」が行われました。

この事業は、置賜総合支庁の避難者交流推進事業として受託した(特活)きりよしじまネットワーク(川西町)と「おきたまネットワークサポートセンター」



ていただき、総勢60名で楽しい時間を共有することができました。

約2時間のスポーツ交流の後は、グループに分かれて情報交換会を開催し、近況の報告や現在の悩みやこれらについて話し合いました。

そして、お待ちかねの山形名物芋煮会は味噌と醤油の二種類を準備し、地域の人も一緒に和やかに交流することが出来ました。

「普段、体を動かすことが無いので、今日は久しぶりに笑いながらスポーツができてうれしかった。」「山形のいも煮の味付けはほんとにおいしかったです!」と参加者からはうれしい声を聞くこともできました。

今後、この交流会を機に、お互いに楽しめる場を進めていきたいと思えます。

(寄稿/おきたまネットワークサポートセンター)



福島-山形をつなぐ週末移動支援バス「山形うえるかむ号」10月の運行予定

10月~12月は毎月第3土曜日・日曜日に運行します(完全予約制です。前日夜8時までにご予約ください)

[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。

shienbus@gmail.comに件名「時刻表希望」と送ると(本文不要)、時刻表が自動返信されます。右のQRコードを読み取り、そのまま送信してください。



~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。
- ※協力金(500円程度)を任意でお願いしています。
- ※1月~3月の降雪時期は増便を計画中です。

[問合せ・申込み] 絆の架け橋推進協議会 ☎070-5471-5646

主催: 絆の架け橋推進協議会(土日便)、山形ボランティア隊(金曜便) 後援: 山形市 協賛: 山新観光(株)、山交バス(株)、(有)サイトシーイング蔵王、めばえ(株)

「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」事業は、「山形県平成24年度復興ボランティア支援センターやまがた運営補助金事業」の補助を受けて活動しています。
うえるかむ26号は、山形県生命保険協会様より一部助成を受けて発行しています。

10/20(土)・11/17(土)・12/15(土)

山形発	発車時刻	福島発	発車時刻
○山形駅(東口)	8:00	○福島駅(西口)	10:30
○山形県庁裏	8:10	○福島県庁	10:40
△丸好果樹園前	-	○丸好果樹園前	-
△福島県庁	9:40	△山形県庁裏	12:10
△福島駅(西口)	9:50	△山形駅(東口)	12:20

10/21(日)・11/18(日)・12/16(日)

福島発	発車時刻	山形発	日曜○高速便
○福島駅(西口)	17:30	○山形駅(東口)	20:00
○福島県庁	17:40	○山形県庁裏	20:10
○丸好果樹園前	-	△丸好果樹園前	-
△山形県庁裏	19:10	△福島県庁	21:40
△山形駅(東口)	19:20	△福島駅(西口)	21:50

○乗車のみ △降車のみ

From 福島

寄稿 「みんな共和国」で 遊びをおてつだい

山形プレーパーク

早川 大 さん



私は8月10日から8月27日まで、福島県の南相馬市に作られた子ども遊び場「みんな共和国」で遊びのお手伝いをしてきました。

この遊び場は「教える、学ぶ」が主体となる大人が作る遊びイベントではなく、「大人ではなく子ども自身が自分が見たいことができる場所」を前提とした目線で作られました。目立つ遊具などがあるわけではありません。しかし子どもにとってワクワクする場所。「みんな共和国」は過去に春とゴールデンウィークに開催、そして今回の夏で延べ6000人が参加した、とても魅力的な遊び場です。今回の遊び場の開催には、さまざまな団体がつながり開催をしました。まけねど飯館、アースデイ福島、フロンティア、復興浜団、相馬かえる新聞etc...そして市、社協、県立病院など...書ききれないほどです。

いま、福島は元気です。
被災した地域や避難者受け入れ地域では、さまざまな問題は起きています。しかし元気・笑顔があれば繋がれると心から感じる時間でした。

From 山形

御神輿 どうこい



山形県の中心部に位置する寒河江市で寒河江まつりが開催されました。

古式流鏝馬や寒河江八幡宮例大祭、うまい大鍋フェスティバルなど3日間に渡り開催され祭りの目玉は、最終日の9月16日に開催される「第30回 神輿の祭典」で、県内外の御神輿会や子ども神輿会など30団体が参加しました。

御神輿のかけ声は数種類あり、江戸前神輿の「セイヤ」「ソイヤ」「オイサ」、神奈川県湘南地方の「どっこい、どっこい」「よいい、よいい」などのかけ声で威勢良く練り歩きます。

寒河江神輿會で主催する「連合子ども神輿 百希會(ひゃっきかい)」に、福島から来たご家族6組が参加していました。地域に溶け込んでいる様子に東北の新しい一歩を感じ、勇気が出ました。(E)



宮城から来られたYさんより



フリーペーパーうるかむ、いつも拝見しています。いつかの編集後記に、「福島以外からの避難者はどうしているのでしょうか」と読んだ記憶があり、メールしました。私は宮城県から自主避難しています。こともたちをできるだけ被爆から守るためです。

近所の方はよくしていただきますし、市からも様々助けていただいて、感謝しています。が、目にする情報はみな、福島支援。支援の先は福島。そううたわれている集まりには参加しにくく、時間だけがたつてしまいました。昨年から妊娠・出産があり外出しづらかったのもあります。でももっとひとつならなければとも思い、先日思い切ってちいさな集まりに参加したところ、「そんな、福島の何分の1の放射線量のところから、避難なんて!」との発言に、がっかりしてしまいました。

その矢先に、冒頭の記事でしたので、自分の行動が肯定されたようで、大変うれしかったです。ありがとうございます。福島以外からの避難者の話が載っていたり、話せる機会があったらいいと思います。

★センターより

福島から来られた方向けの情報が多い中、うるかむを読んでくださって、感謝とともに申し訳ない気持ちです。子の健康を想う親心は、県境など関係ありませんよね。県の枠を越えて交流し合える場がこれから増えることを期待し、私共もそのような情報をご紹介できるように尽力していきたいと思っております。

だがしや楽校 芋煮会



9月29日(土)だがしや楽校主催の芋煮会が、山形市馬見ヶ崎河川敷にて行われました。

「だがしや楽校とは、世代を超えたコミュニケーションのつどいです。」と話す代表の東海林さん。そのお話し通り、幅広い年代の方が集まりました。

台風が接近中にも関わらず天候に恵まれ、時折ジリジリと強い日差しが照りつける中、スタッフの方、避難家族みんなで協力しながら芋煮を作りました。

「家で作ってみたいけど、うまくいかなかったから作り方を教えてほしい」というママさんは、味付けに参加。

子どもたちは、「おなかすいた〜」「おいしそう!」と待ちきれない様子でしたが、みんな揃ったところでいただきます!

まず最初に山形芋煮を食べた後は、味を変えカレー芋煮。そして締めはカレー芋煮うどん。一度で3度楽しめる芋煮を味わいました。

参加した方は「みんなで芋煮を食べて楽しい時間を過ごせました。また来たいです」と話してくれました。

最後に、みなさまの未来へ向かって...と、花笠締めをして解散となりました。(みほっち)

庄内を離れる人・庄内に移り住む人

東日本大震災から一年半が過ぎ、避難者の方の移動が見られるようです。

遅々として思うように進まないとはいえ、復興への道をたどる岩手や宮城のかつての生活の場へ戻る人。

原発事故のために戻れない避難指示解除準備区域・居住制限区域・帰還困難区域の方たちであっても、少しでも故郷に近い所で暮らしたいという思いで山形県を去る人。

放射線量が高いと思うものの、震災前と同じ生活を取り戻している福島県内の区域内や、宮城県南部の様子を見て、帰っていく人。

庄内で今後のことをじっくり冷静に考えた上での決定だからなのか、戻る人たちの顔は、どこか晴れ晴れとした表情にも見えます。

一方で、新たに庄内での生活を始める人たちもいます。今まで、迷い、悩み、苦しんできた、その上での決定だからか、やっぱり新たな庄内での暮らしを晴れ晴れとした表情で始めているように見えます。

見送るにしても、迎えるにしても、応援している庄内の人はたくさんいます。(鶴岡市K)



ふくしまには、ほうしゃのうがいっぱいで、びょうきにならないためにやまがたにきたよ。

やまがたは、とんぼつかまえたり、どろだんごつくったりできるからたのしいよ。

おともだちもたくさんできたよ。
でも、ふくしまにいるおともだちが
びょうきにならないか
しんぱいします。

はやく、パパもいっしょにくらしたいな。
はやく、ほうしゃのうがなくなつてほしいな。
はやく、ふくしまのおともだちにもあいたいな。

(6歳 あんざいりく)



りくくん、
ねがいがかなうように、
いっしょにいのろう!
いつかかならずかなうと
いっしょに信じよう♪



おすすめ情報

■『moufle』10月のイベント♪

○ふくしま芋煮会 & ミニフリマ

遊具や遊び場がある森の中の公園で、『ふくしま版芋煮』を作ります。キノコ味蒸かしと酵素玄米(寝かせ玄米)のおにぎりと共に具沢山の芋煮をいただきますよ(w´ω`w)あわせてフリーマーケットを開催☆家族のお古や不要品をぜひお持ちください! 屋根付き炊事場・飲食可能な室内完備なので、雨天決行で〜す(^.^)d

日時:10月16日(火)

10:00 ~ 15:00 位まで(帰りの時間は自由)

場所: いこいの森(寒河江市大字谷沢字平野山1563)

持ち物: エプロン・お椀(豚汁用)・はし・飲み物

参加費:600円

○がまぐちづくり



バッグの中にちょこんと入る、がまぐちを作ります。

並み縫い程度で簡単に作りますよ~(^.^)d

日時:10月18日(木)10:00 ~ 12:00

持ち物: お子さまのおやつ

参加費:1,000円(お茶とおやつ付)

場所: 自宅(寒河江市内/山形市内から20~30分)

○冬用 純米酒せっけん仕込み

前回好評でした夏用せっけんですが、今回は冬バージョン。乾燥する冬に備えて、純米酒を入れ、もちもち・ぷくぷく泡でしっとり洗い上がるせっけんを仕込みましょう♪冬の夜長、お風呂に入るのが楽しみになりますよ♪♪♪

日時:10月23日(火)10:00 ~ 12:00

持ち物: エプロン、ゴム手袋、牛乳パック

(中がアルミでないもの)、お子さまのおやつ

参加費:1,200円(お茶とおやつ付き)

場所: 自宅(寒河江市内/山形市内から20~30分)

☆☆☆お子様連れのご参加大歓迎です☆☆☆

参加したい会とお子さまのお名前・年齢を明記の上、お申込みください。お問合せ、ご参加お待ちしております。

[問合せ] 『moufle』石川由香 TEL:070-6950-5509

Mail: yuka-gonta.2.12.1973@docomo.ne.jp

ブログ: <http://jg610.365blog.jp/>



[置賜地域]

■ たけの子自然学校のお知らせ

子どもの夢基金「体験の風をふかそう」の助成事業として、福島ボーイスカウトの菊地さんを講師にお迎えして、ツリーハウスを作ります。

おいしい野外料理も作ります。

誰が一番おいしくできるかな…?

日時:10月27日(土)9:30 ~ 14:30

場所: 農村文化研究所

(米沢市六郷町西藤泉71-12)

参加費:

・食料費 大人1,500円/子ども1,000円

・スポーツ保険 年間800円(加入済みの方はいりません)

[申込み] 青空幼児園たけの子

TEL:080-3347-7126(代表・辺見)



■ 福幸ファーム プレミアム芋煮会参加者募集!

日時:10月28日(日)10:00 ~ 13:00

場所: 長井市最上川河川敷広場(長井橋下)

参加費:500円

[申込み・問合せ] (特)レインボープラン市民農場

TEL:090-1935-1609(遠藤浩司)

[庄内地区]

■ 医師肥田舜太郎氏 講演会

【放射能に負けないで、生き抜くんだ!】

~内部被爆といのちを考える~

広島で被爆して以来、数千人の被爆者を診てきた95歳の内科医師肥田舜太郎氏による講演会です。

日時:10月13日(土)14:30 ~ 16:30

会場: 出羽庄内国際村(鶴岡市伊勢原町8-32)

参加費:500円

主催: 大震災・原発問題学習実行委員会

[問合せ] こびあ2階事務室 TEL:0235-25-3322

■ 避難者・支援者交流「庄内のいも煮会」

一年を通じて、美味しいものがたくさんある庄内地方ですが、秋の風物詩といえば、「庄内のいも煮」!

久しぶりに鶴岡在住の各地からの避難者の皆さん、大勢が集まって楽しく会食しながら、近況やこれからのことなどおしゃべりも楽しんでみませんか。

送迎をご希望の方もご相談ください。参加費無料です。

日時:2012年10月14日(日)

いも煮と楽しいイベント:11:00 ~ 14:00(受付:10:30 ~)

場所: 鶴岡市京田コミュニティー防災センター

(鶴岡市高田字下村336-1)

[主催・問合せ・申込み]

鶴岡市ボランティアセンター

TEL:0235-23-2970



[最上地区]

■ “女川町復興の歩み” パネル展示会

震災から現在まで歩んできた「復興」へ。宮城県女川町とタイアップした震災写真を展示します。ぜひご来場ください。

日時:9月29日(土) ~ 10月31日(水)

9:00 ~ 16:30(毎週月曜日休館)

場所: 遊学の森(最上郡金山町大字有屋1761)

[問合せ] 遊学の森 TEL:0233-64-3305



みなさまからの情報をお寄せ下さい!

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

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

[全ての地区]

■ 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

[村山地区]

■ 親子で宇宙の不思議を感じてみよう！

十三夜月の日に家族で楽しい工作と
科学の教室♪ぜひ親子でご参加ください！



★ 望遠鏡を作って月を観る★

望遠鏡キットを組み立てて実際に月を観察します。ちいさな望遠鏡から、いったいどんな世界が広がっているのでしょうか。

★ 飛び出す四次元宇宙シアター★

太陽系から百億光年にまで広がる膨大な宇宙を体感できるシアターです。ライブで解説を行いますよ。

★ きらきら宇宙工作教室★

ちいさいなお子様でも楽しめる、万華鏡作りや星座カード作り、星座早見表作りなど、宇宙を感じる簡単工作教室です。

日時：10月27日（土） 15:00～18:00（14:30開場）

会場：山形大学理学部サイエンスプラムナード

（山形市小白川町1丁目4-12）

申込不要：（望遠鏡作りは先着20名様までになります）

対象：山形に避難されているお子さんとご家族

（一般の方も参加できますが、望遠鏡作りは材料費2,500円が必要です）

参加費：無料

[問合せ] NPO 法人 小さな天文学者の会

「親子で宇宙の不思議を感じてみよう」担当係宛

Mail : ngc6705.navi@gmail.com



■ 被災者の方への無料シャンプーサービス

☆被災3県の方々、頭皮ケア付きシャンプーブロー無料

☆被災3県の未成年の方シャンプーカット無料

☆山形在住でもボランティア関係スタッフシャンプー無料

身分証明は、自己申告とカルテ記入で結構です。

[問合せ] 美容室 Hair with Water（ヘアウィズウォーター）

〒990-0046 山形市大手町3-20 TEL:023-633-0532

■ 「岩手・宮城交流会」

山形名物芋煮&おにぎりの昼食付です。参加には事前申し込みが必要です。近隣にお住いの方も誘いあわせの上ご参加ください。同郷の方と存分に地元の話を楽しめますか。

日時：10月24日（水）11:00～13:00

場所：山形市避難者交流支援センター

（山形市落合町1番地 山形市総合スポーツセンター3F）

対象：岩手県・宮城県から避難中の方

[申込み・問合せ] 山形市避難者交流支援センター

TEL : 023-625-2185



■ 「福島県双葉郡交流会」

山形名物芋煮&おにぎりの昼食付です。参加には事前申し込みが必要です。近隣にお住いの方も誘いあわせの上ご参加ください。同郷の方と存分に地元の話を楽しめますか。

日時：10月25日（木）11:00～13:00

場所：山形市避難者交流支援センター

（山形市落合町1番地 山形市総合スポーツセンター3F）

対象：福島県双葉郡浪江町、大熊町、富岡町、双葉町、楡葉町、広野町、川内村、葛尾村から避難中の方

[申込み・問合せ] 山形市避難者交流支援センター

TEL : 023-625-2185

■ ～秋の野草園を訪ねる～

秋の装いの野草園を訪ねて、木の実、草の実など、秋のたたくまいを一緒に味わいに行きませんか？

日時：10月21日（日）雨天中止

日程：9:00 山形市馬見ヶ崎沿いプール「ジャバ」第3駐車場

集合後、野草園へ、14:00 解散

持ち物：昼食、雨具 ※履物はスニーカーが良い

入園料：大人300円／高校生以下無料

申込み〆切：10月19日（金）まで

[申込み] 自然と人間を学ぶ会 TEL : 023-641-7140（佐藤）



■ アロマな癒しの空間～ Lala moment ～

自分をいたわってあげましょう。南相馬出身のアロマコーディネーター&セラピストがそのお手伝いをします。

<アロマオイルトリートメント in ナチュブル>

[フェイシャル 30分 3,000円] オススメ！

[オリジナルオーダー 30分 3,000円～] 他、要問合せ

完全予約制 ※ナチュブルさんには常駐していません。

場所：セラピースペース「ナチュブル」

（〒990-0021 山形市小白川町3-15-16）

アクセス：馬見ヶ崎川沿いの3階建てのビルです。

お隣はラーメン&おもちの「和風喫茶さくらや」さん

営業時間：10:00～17:00まで（最終受付16時）不定休

JAA協会認定アロマコーディネーター&セラピスト：新川景子

TEL : 090 - 5833 - 5740

Mail : anytime.8.25@docomo.ne.jp

Blog : http://ameblo.jp/active-style0825/



うえるかむは県内各地で設置しています

復興ボランティア支援センターやまがた／山形県各総合支庁・市町村窓口／山形県庁1Fロビー／山形市内の公民館・コミュニティセンター（28施設）／山形市避難者交流支援センター／山形市総合福祉センター／山形テルサ／百目鬼温泉／ままカフェ@home／山形市市民活動支援センター／イオン山形南店／おーばん山形東店・山形嶋店・山辺店／萬屋薬局（山形・上市市内7店舗）／生活協同組合共立社（CO-OP）（山形県内）／米沢市避難者交流センターおいで／米沢市児童会館／米沢市すこやかセンター／書店 HARATOKU（米沢市）／鷹山の湯（米沢市）／おいたまサロン／道の駅いいでめぎみの里観光物産館／天童市避難者サロン／フローラ寒河江1F避難者交流ひろば／東根市タントクルセンター／読売センター神町／鶴岡市立図書館／酒田市公益活動支援センター／元気玉プロジェクト推進本部（福島県会津若松市）／うつくしまNPOネットワーク（福島県郡山市）／東北自動車道管生サービスエリア

郵送して下さる市町村が増えてきました！ご協力、ありがとうございます！

みんなの声

●米沢に来て、年中の息子、小3の娘は、思いつきり外遊びを楽しんでいます。いろいろな安やストレスもありますが、こっちでもお友達もできたし、福島のお友達も大切にして生活していきなさいです。(福島市↓米沢市)

●一人福島に残り、コンビ二弁当、スーパーの惣菜を何カ月も食べ続けた主人が春先体調を崩し、胃カメラのんだり血を抜いたり…。子どもの為に小言も言わず山形避難を許してくれた事、感謝の気持ち一杯です。おかげで子ども達は、虫取り、砂場遊び、プール等、福島でできないことが、今は沢山できています。早く家族みんなで暮らせる日が来る事を願って止みません。山形で支えて下さっている皆様にも感謝です。いつもありがとうございます。(二本松市↓山形市)

「みんなの声」につぶやきを送ろう
 メール kizuna@yamagata1.jp、タイトル「みんなの声」で送信してください。以前と今のお住まいの市町村も添えてね。



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め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。

モバイル、スマホOK!

<http://tsunagarou.net/>

休日保養のホームページができました

福島などにお住まいの皆さんも山形でゆっくり過ごしていただけるいろいろな企画がありますよ!



<http://tsunagarou.net/hoyou/>



ふくしまの赤ちゃん電話健康相談

妊娠中や、小さなお子さんをお持ちの保護者の方の、健康や育児の不安・悩みに対応するため、「ふくしまの赤ちゃん電話健康相談」を開設しました。

[相談内容]

- (1) 健康相談・・・妊娠婦や乳幼児を持つ保護者等の健康や育児、乳房のケア等の不安や悩みについて相談に対応します。
- (2) 母乳の放射性物質濃度検査・・・母乳育児をされている方で、母乳の放射性物質濃度検査を希望される場合に検査を実施します。

[相談時間] 月～金曜日(祝祭日を除く) 9:30～16:30

★相談は無料でお受けします。★相談内容についての秘密は厳守します。★現在県外にお住まいの方、里帰りでも県内においてもの方も利用できます。

■福島 ① 024-573-0211 ② 080-2835-9988 ■会津 ① 0242-85-8303 ■いわき ① 080-2826-4604 ② 080-2827-3005

[問合せ] 福島県保健福祉部児童家庭課 TEL 024-521-7174 FAX 024-521-7747

E-Mail : jidoukatei@pref.fukushima.lg.jp ホームページは「ふくしまの赤ちゃん電話健康相談」で検索

ひと休み

秋だけの果実を味わおう!

無花果(いちじく)のコンポート

<材料>

無花果 5こ(300g)
 砂糖(グラニュー糖) 120g
 レモン汁 2こ分 赤ワイン 適宜

<作り方>

良く熟したいちじくを軽く洗いホーロー鍋にいちじくを並べ、分量の砂糖、レモン、好みで赤ワインを入れ、形が壊れないように時々動かしながら20分ほど煮る。



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

次号は10月24日発行です

おすすめ情報や記事の投稿は
 11月14日号分を
 10月29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/>

- とても過ごしやすい季節になりましたね。お散歩、おにぎり持ってピクニック。雪が降る前にいっぱい出かけよう! 今年は、どこの紅葉を見にいこうかなあ。 (じゅんちゃん)
- ようやく秋めいてきました。涼しくなってきましたね。鍋食べたいな。(みほっち)
- 浜通りの人や爺ちゃん、婆ちゃんからお話が聞きたい。インタビュに伺うかもかもしれません。よろしくお願いします。(遠藤)
- 郡山のシンポジウムにて様々な立場の方と話をさせていただきました。浜通りの方、中通りの方、会津の方、避難先、避難元の方、あらゆる「差」を突きつけられてそれぞれが複雑な想いを抱えている福島。隣人との「差」を超えて付き合うことがどんなに難しいか、ここにいる私達も他人事ではないのだと改めて思いました。(多田)
- 子どもの言動がおもしろくて、迷語録をつけようと思いつつそのまま十数年。どんなことを言ったのか、今ではほんの少ししか思い出せない。(泣)。記録の大切さを感じみ感じる情報担当です。(海)