



山形に避難されている方へ伝えたいメッセージ

CONTENTS

- ・復興支援上映プロジェクト忘れないために / うえるかむ号3月予定
- ・福島県情報 南相馬ファクトリー／ボランティアフェスティバル
- ・宮城県情報 石巻に恋しちゃった
- ・山形県情報 寒河江で雪遊びを満喫 / 週末寺子屋～子ども大学～
- ・コラム しあわせココロのつくりかた⑧
- ・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 ・避難者受入状況

第35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

東日本大震災復興支援上映プロジェクト 忘れないために

製作時の苦労などに多くの観客が耳を傾けていました。

各上映会には監督とのトークショーや座談会も企画され、映画に込めた想いや



3月1日～3日にかけて、東日本大震災や、放射能・核についての6本のドキュメンタリー映画の上映会「東日本大震災復興支援上映プロジェクト 忘れないために1」が開催されました。

栄村で無農薬のお米を作る農家の作品「天に栄える村」などのほか、ピキニ水爆実験についての映画や、広島・長崎での二重被爆についての作品など、多様なプログラムが上映されました。

作品は、石巻市の小学生の生活を追った「津波のあとの時間割」や「なみのこえ」、チェルノブイリの警戒区域に住む人々の生活を記録した「プリピャチ」、福島県天

映画「津波のあとの時間割」の青池監督は、トークショーで「復興のプロセスの一環は『伝える』という事だと考えている。」とも話されました。



福島ー山形をつなぐ週末移動支援バス「山形うえるかむ号」3月の運行予定

[申込み方法]

メール(shienbus2013@gmail.com)のタイトルに「支援バス予約」と入力し、本文に、代表者氏名、携帯番号、避難元住所・避難先住所、乗車日、便名、乗降場所、同乗人数(大人〇名、子ども〇名)、山形県庁に土日駐車する場合は車のナンバーを記載して送信してください。

shienbus2013@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コードを読み取り送信してください。

～山形と福島で離れて暮らす方、

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、友人等ご利用ください
- 福島から山形へ週末保養やリフレッシュ目的で訪れるご家族のためのバスです
- ※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。

※協力金(500円程度)を任意でお願いしています。 ※天候等の理由により変更・遅延が生じる場合があります。

★「山形うえるかむ号」は、3月末をもって終了となります。多くの皆さまにご利用いただき有難うございました。

【問合せ・申込み】 絆の架け橋推進協議会 ☎ 090-3756-9755 (本田携帯) 主催: 絆の架け橋推進協議会 (土日便)

2013年3月は毎週土曜日・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)

■ 土曜日

山形発	101便	103便	福島発	102便	104便
○山形駅(東口)	8:00	10:30	○福島駅(西口)	8:00	10:30
○山形県庁裏	8:10	10:40	○福島県庁	8:10	10:40
△福島県庁	9:40	12:10	△山形県庁裏	9:40	12:10
△福島駅(西口)	9:50	12:20	△山形駅(東口)	9:50	12:20

○乗車のみ △降車のみ



■ 日曜日

山形発	203便	福島発	202便
○山形駅(東口)	19:30	○福島駅(西口)	17:00
○山形県庁裏	19:40	○福島県庁	17:10
△福島県庁	21:10	△山形県庁裏	18:40
△福島駅(西口)	21:20	△山形駅(東口)	18:50

○乗車のみ △降車のみ

From 福島

南相馬ファクトリーから

震災、そして原発事故当初、避難生活を送るのが困難だった障がい者の方々は、徐々に南相馬に戻り生活をはじめ、作業所は再開されました。南相馬・いわきの6つの作業所が協力してできた「南相馬ファクトリー」は、「人と人がつながって、福島を再生していこう！」と願いを込めて缶バッジを作成。缶バッジの販売を通して、作業所で働く障がい者の方の工賃にと還元されています。

担当の佐藤さんは、「国などの方向性とは別に、この活動で草の根的にふくしまに心を寄せてくれる人がたくさんいることを実感する事ができます。それが嬉しく、また願いでもあります。この活動で、たくさんの人とつながっていききたいです。」と語ってくださいました。

南相馬ファクトリーでは、店頭やイベントで缶バッジを販売していただける方を募集しています。詳しくは連絡先、またはホームページからお問合せください。(多田)



○南相馬ファクトリー
〒975-0026 南相馬市原町区上高平字中里430-2 南相馬ファクトリー(えんどう豆内)
TEL/FAX 0244-23-4177
E-mail sapo.pia@gmail.com
URL <http://www.tsunagarimugen.com/>

ふくしまボランティア

フェスティバル

2月23日(土)、福島県福島市パルセ飯坂を会場に「第16回ふくしまボランティアフェスティバル」が開催されました。



分科会Aのシンポジウムは「県外広域避難者の現状と課題としてこれから」。進行役が「NPO法人ビーンズふくしま」の中鉢博之氏、シンポジストに元「新潟県柏崎市被災者サポートセンターあまやどり」統括訪問支援員の大掛幸夫氏、「鶴岡市社会福祉協議会」避難者支援担当の志賀恭子氏という顔ぶれで、県外避難者の現状と支援の様子、今後の課題等が紹介されました。

柏崎市では、避難者の9割以上が福島県からの避難者、特に原発事故の指定区域避難者が大半を占めており、被災していない市町村や支援団体が、先行き不透明な他県の被災者を支援するという今までにない状況で、「正しい支援とは何か」模索が続いているということでした。山形県においても同様で、そうした県外避難者の苦境について、被災県に留まる人たちはあまり知らないことも多く、このような場で県外避難者への理解と、帰還する避難者をどう迎えるかについても提案がなされました。

「被災地に残る人も、県外に避難した人も『これからの命を守りたい』」その思いを共有して、守るためのそれぞれの努力や不安をねぎらい合えたら、何かが変わってくるのでは」

その意味を考えることから、復興の第一歩が始まる気がしました。(南相馬市S)

From 宮城

石巻に恋しちゃった

2月1日〜17日、NPO法人

石巻復興支援ネットワークが、地域の魅力を引き出しながら地域活性化を目指すプログラム『みちくさ小道』を元に、各エリアで石巻市に恋する17日間「石巻に恋しちゃった」を開催しました。

震災前よりも暮らしやすい、もっと好きになれる石巻を、みんなの手でつくっていくことが目的です。「自然体で・手づくりで・みんなが参加できるまちづくり」をキーワードに、さまざまな趣味や特技を持つ「達人」が、独自性あふれる体験プログラムの数々を展開。述べ500人の方が参加し、達人やスタッフを合わせると約550人もが参加。大盛況のうちには終了しました。今後も継続的に実施されるので、みなさんもぜひご参加ください。(I)



○石巻に恋しちゃった♥事務局
(特定非営利活動法人石巻復興支援ネットワーク)
〒986-0825 宮城県石巻市穀町 12-18 石巻駅前ビル 4階 TEL 0225-23-8588
E-mail info@yappesu.jp
URL <http://ishikoi.onpaku.com/>

シアワセコラム



しあわせココロのつくりかた ⑧

カウンセラー・スピリチュアルケアアドバイザー 志村友理

言の葉の力。言の葉が紡ぐ力。言の葉のエネルギー。自分の放ったその一言がどれほどに大きな意味合いを持ち、影響を与えているか考えたことはありますか？

言の葉が持つエネルギーは言霊とも言われ、時には、天にも通じると言われています。

そんなエネルギーを持っている言の葉を上手に使いこなすことができれば、幸せはいっぱい訪れるもの。

日々の何気ない会話の中で使う言葉が、ピリピリ トゲトゲだらけだと、幸せは逃げていってしまいます。『ありがとう』のころをもって、ひとつひとつの言葉を丁寧に扱ってみてください。あなたのその一言が、誰かの心に花を咲かせると信じて。。

寒河江で雪遊びを満喫

2月24日(日)



寒河江市の最上川ふるさと総合公園にて、「やまがた満喫!雪遊び」と題し、福島の子と山形に避難している親子を対象に、雪遊びをしながら交流を図ると

いうイベントが行われました。

当日は最強寒波が訪れる最悪の天気でしたが、何とか午前中は時折晴れ間もさし、丘の斜面を利用したそり遊びでは親子共々歓声を上げながらダイナミックなすべりに興じました。また、雪に埋めたお菓子を探す雪中宝探しでは、さながら戦場のような活気ぶり。お屋はつや姫のお弁当に舌鼓を打ち、最後に冷えた体を近くの温泉で温めて帰宅するという超盛りだくさんのイベントとなりました。

参加された皆さんからは、本当に参加してよかったとの声が多く寄せられ、子ども達はそり遊び、お母さん達は温泉に人気があったようです。(早坂)



週末寺子屋(子ども大学)

「3月の春休みに、大学生のお兄さんお姉さん、大学の先生たちが寺子屋を皮切りに始まった「週末寺子屋」。初日は、山形市木の美町の「山形教務所」を会場に、4人の子どもたちが集まりました。

3月2日の山形市開催を皮切りに始まった「週末寺子屋」。初日は、山形市木の美町の「山形教務所」を会場に、4人の子どもたちが集まりました。会場に着くと、早速持ってきた宿題やワークブックを広げてお勉強開始。先生は、東大卒の大学の先生や、現役の大学生さんです。傍らにはたくさんのお題集があり、宿題が終わってしまっても、ちがう問題にチャレンジできるようになっていました。同伴してきたお母さんたちは、子どもたちと先生が勉強にいそしむ間、別のお部屋でお茶を飲みながら歓談の時を楽しみました。

この企画は、「子ども支援フェイスブックプロジェクト」(代表 仙道富士郎氏・山形大学前学長)が主催。参加対象は震災により来県している高校生・中学生・小学生高学年のお子様です。春休みの宿題や復習にも心強いですね。期間中は、山形市と米沢市で交互に開催されます。ぜひご参加ください。(海)

【週末寺子屋 開催日程】

- 3/23[土] 山形市 (10:00-12:00、13:00-15:00)
- 3/24[日] 米沢市 (10:00-12:00、13:00-15:00)
- 3/25[月] 米沢市 (10:00-12:00、13:00-15:00)
- 3/26[火] 米沢市 (10:00-12:00、13:00-15:00)
- 3/28[木] 山形市 (10:00-12:00、13:00-15:00)
- 3/29[金] 山形市 (10:00-12:00、13:00-15:00)

★お申し込み・お問い合わせは
次ページのおすすめ情報をご覧ください



みんなの声 motto



● 去年の秋に自宅に戻りました。息子にとって山形の生活はとても楽しい思い出ばかりで、戻ってから元の生活に馴染むまで時間がかかりました。友達を思い出しては泣く日々…。親も辛いけど、子どもが一番辛い思いをしているんだなあと思うから思い知らされました。

(山形市↓二本松市)

● 山形に避難をし、1年半が経ちました。2回目の花笠祭り、2回目のお正月を迎え、娘の身長は10センチ近く伸びました。しかし、今なお福島市には放射線のちりが舞い、放射線量も下がりません。母親として、妻として、娘として、私はこの先どうするべきか考え続けています。

(福島市↓山形市)



「ママおに」

わたしは、山形にきてからそろばんがでなくなっただけ、何か月かするとそろばんができるようになった。今は9きゅうになっています。それは、ママがそろばんきょう室をさがしてくれたからです。そろばんがつづけられてよかったです。

(小学2年 さくら)



絵 みさき(5歳)

「みんなの声」につぶやきを送ろう

メール kizuna@yamagata.jp に、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。



おすすめ情報

■スポセン避難所同窓会

2011年3月15日午後6時、東日本大震災に伴い、山形市総合スポーツセンターに避難所が開設されました。あれから2年。スポーツセンター避難所で過ごされた方の「同窓会」を開催します。昼食にはなつかしのあのメニューが♪一品持ち寄りも歓迎します。お問い合わせの上、ぜひお越し下さい!

日時：3月24日(日) 10:30～14:00

場所：山形市総合スポーツセンター 1F 合宿所

対象：山形市総合スポーツセンター(スポセン)避難所で過ごされた方

☆滞在日数は問いません。

☆当日は、準備～片付けまで、

参加者みんなでやりたいと思います

ますので、ご協力お願いいたします。

定員：100名

[お問合せ・申込み先]

山形市避難者交流支援センター TEL：023-625-2185



■寺子屋 子ども大学(学習支援・学習相談会)

大学の先生と首都圏・山形・福島の大学生ボランティアが3月の週末・春休みを中心に学習支援・学習相談を行います。

日時・場所：

《山形市》3月23日(土)・28日(木)・29日(金)

真宗大谷派山形教務所(山形市木の実町9-26)

《米沢市》3月24日(日)・25日(月)・26日(火)

置賜総合文化センター(米沢市金池3-1-14)

《天童市》3月22日(金) 願行寺(天童市高掬北130)

《長井市》3月22日(金) 金鐘寺(長井市歌丸1351)

時間：各会場 10:00～12:00、13:00～15:00

対象：高校生・中学生・小学校高学年(小学校低学年は保護者同伴でお願いします)

定員：各日親子10組

[申込み] 023-628-4917(山形大学 研究室) 平日9～12時

HP：<http://kokucheese.com/event/index/75550/>

[問合せ] 070-6475-3599(担当：熊谷)

E-mail：terakoya.kodomodaigaku@gmail.com

[長井申込み・問合せ] 村田孝 TEL：090-3645-6745

E-mail：hopi0909@xa2.so-net.ne.jp

☆参加者は小中学校の学習参考書の5%引き共同購入ができます(当日受付購入、後日受け取り)。

☆参加は無料ですが協力金100円をお願いしております。

主催：子ども支援フェイスブックプロジェクト

(代表：仙道富士郎 山形大学前学長)

学生ボランティア：東大東北復興エイド、山形大学、福島大学
福島県地域づくり総合支援助成事業

「山形県における子ども教育支援・交流支援プロジェクト」

[置賜地区]

■まもろう子どもたち、つながろう私たち 第2回 in 米沢

震災後、東北各地で活動されたボランティアチーム(教育、芸術、医療でつなぐ会【医師、看護師を中心に構成されています】)が米沢で講座&ワークショップを開催します。

福島よりご参加の方、避難されている方は無料でご参加頂けます。

日時：3月24日(日) 9:30～13:00

場所：米沢市東部コミセン

(米沢市花沢町1-2-38-6 ※米沢駅より徒歩10分)

・大人プログラム：講演会、健康体操、マッサージ療法、水彩、健康相談

・子どもプログラム：水彩、オイリュトミー、ゲームなど

[申込み] お名前、ご住所、TEL、メール、ご希望のワークショップ(健康体操、マッサージ療法、水彩、健康相談)、お子さんも参加の場合(子どもプログラム)はお名前、学年、年齢、保育ご利用の場合(0～3歳)お名前、年齢、アレルギーの有無をご記入の上、下記申込み先までお願いします。

[申込み先] Mail：oriza@ms5.omn.ne.jp

FAX 0238-24-6187

[問合せ先] ※15時以降にお願いします

TEL：0238-24-6178(おひさまえん)

TEL：090-9036-8518(土屋)

主催：山形賢治の学校、
教育、芸術、医療でつなぐ会



[置賜・庄内地区]

■原子力損害賠償支援機構【無料相談会のご案内】

(1) 3月29日(金) 米沢市置賜総合文化センター

・無料個別相談 10:00～16:00(12:00～13:00休憩)

(2) 3月30日(土) 南陽市健康長寿センター

・無料個別相談 10:00～16:00(12:00～13:00休憩)

(3) 4月6日(土) 酒田市総合文化センター

・全体説明 10:00～11:30

・無料個別相談 11:30～16:00(12:30～13:00休憩)

(4) 4月7日(土) 鶴岡市総合福祉センター にこ♥ふる

・全体説明 10:00～11:30

・無料個別相談 11:30～16:00(12:30～13:00休憩)

※無料個別相談は1回1時間以内、継続相談も無料。

※各会場とも託児を実施いたします。

★託児室のご案内

個別相談の際に託児室を設置しております。託児を希望される方は、受け入れ枠数の関係上、必ず事前予約をお願い致します。託児対象：基本的に満1歳以上、風邪等の疾病に罹患していない未就学児のお子さん

※対象外年齢のお子さんに関してはご相談ください。

※託児をお申し込みされた方は、託児室をご案内しますので、当日受付までお越し下さい。

※無料個別相談は、事前予約をお願いいたします。

[予約ダイヤル] 0120-330-540(9:00～17:00年中無休)

みなさまからの情報をお寄せ下さい!



「うるかむ」設置場所のご要望、メッセージやイベント情報など、みなさまからの情報をお待ちしています!

■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) [開館時間] 10:00～16:30 [休館日] 土日祝、年末年始

[TEL] 023-674-7311 [FAX] 023-674-7312 [E-mail] kizuna@yamagata1.jp [ウェブサイト] <http://kizuna.yamagata1.jp/>

【全ての地区】

■ 指定区域内避難者の方の医療費免除継続のお知らせ

平成 25 年 3 月 1 日以降も、以下の方については、引き続き、医療機関等での窓口負担は免除となります。対象者は以下のとおりです。

対象者：東京電力福島第一原子力発電所事故に伴う警戒区域等（警戒区域、計画的避難区域、緊急時避難準備区域、特定避難勧奨地点（ホットスポット）※解除・再編された地域を含みます。）震災発生後、他市町村へ転出した方を含みます。

延長された期限：平成 26 年 2 月 28 日まで

窓口負担を受けるための手続き：有効期限が切れていない免除証明書を窓口で提示する必要があります。

☆免除証明書に関してご不明な点があれば、ご加入の医療保険の保険者へお問合せください。

■ 【救急電話相談】

夜間、急な病気で困ったら・・・山形県救急電話相談をご活用ください。

<山形県救急電話相談（毎日 19 時～22 時）>

お子さん等の急な病気等の相談に対して、看護師が医療機関へ受診の必要性や家庭での対処方法についてアドバイスします。

○小児救急電話相談（15 歳未満の子どもとその家族）

・県内からのプッシュ回線・携帯 # 8000

・ダイヤル回線・IP 回線・携帯電話 023-633-0299

○大人の救急電話相談（15 歳未満を除く）

県内からのプッシュ回線・携帯 # 8500

・ダイヤル回線・IP 回線・携帯電話 023-633-0799

■ 宮城県震災復興フリーペーパー【FORTUNE】

宮城県登米市から震災復興の情報をお伝えするフリーペーパーです。

『fortune』には「未知で、予測できない現象」そして、「幸運」という意味があります。2011 年 3 月 11 日の震災によって、ただならぬダメージを負った宮城。

「FORTUNE 宮城」では「未知で予測できない現象」を、人の力で「幸運」に変換してゆく姿を継続的にお伝えしていきます。

宮城県震災復興フリーペーパー

【FORTUNE】のダウンロードは

こちらから！ ↓

<http://www.fortune-miyagi.com/>



■ 【山形避難者 宮城県人会】

この度、宮城県から山形県に避難されている皆さまを対象に、情報や生活に関する一歩踏み込んだ支援を目的とする「山形避難者 宮城県人会」を立ち上げました。

震災直後から宮城沿岸で在宅避難世帯・みなし仮設避難者支援を継続している「山形ボランティア隊（山形市）」と「一般社団法人 チーム王冠（石巻市）」がサポートいたします。

「○○商店街がどうなったのか知りたい」「同じ地区から山形に避難している人と話したい」など、個別の相談にも丁寧に対応しています（訪問相談可）。防寒物資支援もあります。

まずは、ご登録ください。

【問合せ】山形ボランティア隊 代表 本田光太郎

TEL：090-3756-9755

【県人会登録】teamyamagata2011@yahoo.co.jp

又は上記電話番号まで



【村山地区】

■ moufle『みつろうキャンドル作り』

春休み、親子で参加できるイベントのお知らせです。

ハチ蜜の森キャンドルの安藤さんをお呼びして『みつろうキャンドル作り』を行います。

普段は参加費 1000～1500 円のみつろうキャンドル作りが安藤さんのご厚意により無料で制作出来ます。

小さなお子さまもママと一緒に参加可能ですのでぜひ、春休みの思い出作りに体験しにいらして下さいね(w`ω`w)

日時：3/29（金）13:00-16:00

場所：寒河江市ハートフルセンター 2F 和室

（寒河江市中央二丁目 2 番 1 号）

<http://m.google.co.jp/u/m/w8AzMD>

持ち物：お子さま用品（飲み物やおやつ）

参加費：無料

☆材料準備のため、参加される方は（お名前・体験される人数）を明記して、3/23 までご連絡下さい。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



うえるかむは県内各地に設置しています

【山形市】復興ボランティア支援センターやまがた／村山総合支庁／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）／山形県立博物館／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 1F／百目鬼温泉／真宗大谷派山形協会／立石寺華蔵院／ままカフェ@home／福山ひろば／ふくしま子ども未来ひろば／あいびい保育園／りとる福島事務局／山形市市民活動支援センター／チェリア／イオン山形南店／おーばん山形東店・山形嶋店／生活協同組合共立社（CO-OP）（山形県内）／ひまわりマッサージ【山辺町】おーばん山辺店【天童市】天童市避難者サロン・AtTendo ひろば【寒河江市】寒河江市社会福祉協議会／フローラ寒河江 1F 避難者交流ひろば／村山総合支庁西庁舎／寒河江市立図書館／寒河江郵便局／ゆ〜チェリー【上市市】上市市社会福祉協議会【東根市】東根市タントクルセンター／おーばんさくらんぼ東根店【村山市】甌葉プラザ／おーばん村山店【米沢市】置賜総合支庁／米沢市避難者交流センターおいで／米沢市社会福祉協議会／米沢市すこやかセンター／アクティー米沢／米沢市立児童会館／書店 HARATOKU／鷹山の湯／おいたまサロン・ふわっと／moto 8 0 8【南陽市】南陽市社会福祉協議会【飯豊町】道の駅いいでめぎみの里観光物産館【高島町】高島町役場 1F／浜田広介記念館／永和軒【川西町】おきたまネットワークサポートセンター／おもいで館【鶴岡市】鶴岡市立図書館／フクシマの子どもの未来を守る家【酒田市】酒田市ボランティアセンター／酒田市公益活動支援センター／いなかフェ【庄内町】庄内町社会福祉協議会【三川町】庄内総合支庁／イオンシネマ三川【新庄市】最上総合支庁【金山町】山形県遊学館「木もれび館」【その他】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）／NPO 法人福島ライフエイド（福島県福島市）／子どもたちを放射能から守る福島ネットワーク（福島県福島市）／東北自動車道管生 P A 上下（宮城県柴田郡）／東北ろっけんパーク（宮城県仙台市）

やまがたの避難者受入状況 2013. 2.21 現在

合計 10,050 名

福島県から 9,482 名 宮城県から 511 名 その他の県から 57 名

[村山地域]	[最上地域]	[置賜地域]	[庄内地域]
山形市：3,812 名	新庄市：64 名	米沢市：2,691 名	鶴岡市：340 名
上市市：197 名	金山町：8 名	長井市：242 名	酒田市：336 名
天童市：633 名	最上町：12 名	南陽市：335 名	三川町：14 名
寒河江市：417 名	舟形町：11 名	高畠町：272 名	庄内町：10 名
村山市：51 名	真室川町：3 名	川西町：55 名	遊佐町：16 名
東根市：289 名	大蔵村：0 名	小国町：7 名	
尾花沢市：15 名	鮭川村：3 名	白鷹町：20 名	
山辺町：45 名	戸沢村：2 名	飯豊町：44 名	
中山町：20 名			
河北町：63 名			
西川町：3 名			
朝日町：12 名			
大江町：7 名			
大石田町：1 名			



- ★ 2月8日から2月21日までで34人減少しました。
- ★ この人数は山形県が発表したものです。市町村で把握している人数と異なる場合があります。

復興ボランティア 支援センターやまがたより



フリーペーパー「うえるかむ」の発行以外にも、ホームページでは避難者支援情報、ボランティア情報や支援者情報なども収集、発信しています。事務所には毎日楽しい4人のスタッフがお待ちしておりますよ、(・v・)ノ。タイミングが良ければおいしいあの復興商品も手に入るかも?! 気軽にいらしてくださいね♪

(スタッフ：多田・今田・花屋・遠藤)

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。

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/>



復興ボランティア
センターやまがた



Twitter



@fukkou_center

ひと休み

山形牛入り五目ちらし

<材料> 6人分

米4カップ だし昆布水4カップ

酒 大2 昆布 少々

●合わせ酢(酢100cc、砂糖大3、塩小2)

●A(牛肉200g、ごぼう50g、砂糖大2、しょうゆ大2、だし汁大2、酒大1、みりん大1)

●B(れんこん50g、甘酢[酢大1、砂糖大1])

●C(干しいたけ5ヶ、かんぴょう10g、にんじん50g、だし汁1/2カップ[砂糖大1、みりん大1、しょうゆ大1弱])

●D(錦糸卵[卵2ヶ、酒小2、砂糖小1、塩少々])

●E(絹さや 適宜) ●F(しょうが 1片)

その他お好みで

<作り方>

① 米は分量の水に酒を加えて普通に炊いて、合わせ酢をかけ、すし飯をつくっておく。

② Aの牛肉とごぼうは甘辛く炒め煮しておく。

・Bのれんこんは皮をむいて薄切りし、甘酢で煎り煮する。
・Cのかんぴょうは、塩でよく揉んだ後、水で洗って下茹でし、干しいたけ、細く切ったにんじんと一緒に、調味料で煮汁がなくなるまで柔らかく煮て、冷めたら千切りにする。

・Dの卵は錦糸卵にする。

・E絹さやは、茹でて千切りにする。

・Fしょうがは千切りにする。

③ ①のすし飯にA～Fを混ぜ合わせ、きれいに盛り付ける。



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

4月以降の発行は未定です。
決まりましたらホームページ
等でお知らせします。

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/>

- 早いもので震災から3年目。そして3月は門出の季節でもあります。親しくなった仲間とのお別れは、何回経験しても寂しいなあ(;) (みほっち)
- 震災から2年。未だに携帯の緊急地震速報の音がなると当時のことがフラッシュバック。地震はいつ起こるか分からないので、今できる事は今のうちに! を心がけています。(じゅんちゃん)
- 早いもので、もう震災から3年目を迎えました。3年という節目の年です。物事は3とつく年、月、日が一番心に負担がくると言われています。みなさん、力を合わせて乗り越えましょう。(私のおばあちゃんの知恵袋)
- 3-1-1を前に突然に震災報道特集が増え違和感を覚えます。被災者は毎日が震災後なのに... (クマもん)
- みんな同じものを見ているようで、違うものが見えているということがよくあると思いませんか? 見え方も感じ方も十人十色。自分の個性も相手の個性も大切だね。(海)