

うるかむ

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

- ・一面 秋晴れの下 柿もぎ&芋煮会／一足遅いクリスマス
- ・山形県 みんなで笑って励まし合って 子育てサロンももりん
- ・宮城県 4年ぶりの祭の再開 青葉稲荷神社例祭・奉告祭
- ・今月のキーワード 「それぞれの声」
- ・しあわせココロのつくりかた(27) ・みんなの声
- ・アドバイス ・レシピ ・団体紹介 ・編集部より

第55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: 3,700部

秋晴れの下 柿もぎ&芋煮会

原発事故にあった、フクシマの親子の「一時疎開と保養」の為に借りしている、「谷定ハウス」には3本の柿の木があり、今年も何回か剪定をし、世話をしてきました。そんな柿が色付き、収穫の時を迎え、鶴岡市に長期避難している2家族と「守る家」サポーターで、10月26日(日)秋晴れの下、柿もぎをしました。



「柿もぎは初めて」という参加者も多かったですが、子ども達も3人参加、お父さん、お母さんとハサミを使って干し柿にもできるよう、枝付で切りました。

その後参加者も増え、避難家族3家族(子ども達6人)サポーター6人で、芋煮会。お父さんと子ども達



[連絡先]
フクシマの子どもの未来を守る家
代表 高橋 裕子
TEL: 080-6023-7490 (守る家事務局)
HP: <http://mamoruie.jimdo.com/>

は外で遊び、お母さん達とサポーターで芋煮の準備。5年生の1ちゃんも包丁で野菜を切り、お手伝いをいっぱいしてくれました。暖かな庭でみんなと美味しい芋煮を食べました。「庄内風の芋煮は初めて!」という家族もいらっしやいました。芋煮会は、福島の子供と山形の芋煮の違いについて、また長期に渡る原発事故からの避難生活の悩みの交流や励ましあい、情報交換の場ともなりました。谷定地域の方からリンゴや梨などの差し入れもありました。食後も暖かな戸外でゆったり遊び、のんびり、楽しいひと時を過ごしました。

もいだ柿は、お世話になっっている方々に食べていただいたり、「守る家」で干し柿にして冬に来る親子に食べていただきたいと思えます!



復興ボランティア支援センターやまがた



facebook



<http://www.facebook.com/fvsc.yamagata>

今年もやります! 🎩🎩🎩🎩🎩🎩🎩🎩🎩🎩🎩🎩🎩🎩🎩🎩

☆一足遅いクリスマス もっちもちの生パスタパーティー☆

避難されているご家族を対象に、生パスタ作り体験&お食事会を行います。
有志による手作りの会ですので、お子様と一緒にお気軽に参加してください。

日時: 12月27日(土) 17:30~20:00 (17:00 受付)

場所: 手作り生パスタのお店 アンビランス
(山形市寿町 10-31)

対象: 避難されている方
定員: 20名 参加費無料
持ち物: エプロン、バンダナ

[申込み・問合せ] 090-1373-0550 (小松)



From 山形

みんなで笑って励まし合って 子育てサロン ももりん

私たちは、米沢市で、福島から避難してきた親子の心の居場所ができたらと思い、子育てサロン「ももりん」を立ち上げ、親子で楽しいと思える活動をしています。

月に三回火曜日の10時半から、すこやかセンターをお借りして、子どもたちと一緒に外あそび・季節の製作など親子で楽しむ他にも、月に一回の《ほっこりルーム》では、子どもが幼稚園に行ってもママだけで来れるよう、お



★今後の予定

11月25日(火)
12月2日(火)
クリスマス・フラ・プロジェクト
「ありがとう!」を伝えよう!
フラを練習しています。

[連絡先]

ももりん 照井 TEL 090-9630-6911
ブログもしています。
子育てサロン「ももりん」で
検索してください。

やつを作ったり、味噌を作ったり、味噌を作ったり、手仕事をしたり、ママの心がホッと息できる日もあります。子どもたちの笑顔がママの一番の力になって、ママも頑張りすぎず笑顔でいられたらいいなど、みんなで笑って楽しんで、時には一緒に泣いたり…。そして、また明日もがんばろう!とみんなで励まし合って…そんなふうを集まっています。
みなさんも、気軽に遊びにきてください! (ももりん)



From 宮城

4年ぶりの祭の再開 青巢稲荷神社例祭・奉告祭

秋晴れの下、4年ぶりに宮城県山元町花釜にて青巢稲荷神社例祭・奉告祭が11月2日に執り行われました。

津波により風景が変わってしまった花釜地区。住民の移転は進み、震災前の地域の記憶、風景を残すのはお寺と神社のみとなってしまいました。

青巢稲荷神社も大きな被害を受けましたが、区民の皆様の想いにより、やさやかな本殿と鳥居が再建され、多くの方の奉仕により苗木が植えられ、手



作りで鐘撞き堂の再建が行われてきました。

この都度、新しく宮司と禰宜(宮司補佐職)をお迎えし、震災後初の例祭と就任を報告する奉告祭が執り行われました。

花釜区長は「区民、ボランティアの奉仕によって少しずつ復旧、復興している。来年は本来の秋祭り。子ども御輿や出店などを復活させ青巢稲荷神社を盛り上げたい」氏子の方々からは「大勢集まり嬉しい」、「お祭りに行きたいけど、行けない人もいた」などの声がありました。

離ればなれになってしまった花釜区民が集える場。想い出、追悼の場、津波を語り継ぐ場として青巢稲荷神社は未来永劫、大切にされることでしょう。



息子が中学校入学とともに避難して来ました。来年は高校受験の年。息子の希望で酒田市の高校へ志願する事となりました。まだまだ山形で頑張ります!!
(国見町→酒田市 40代女性)

12月に2人目の孫が生まれます。どっちなあ・・・楽しみ!!
(南相馬市→鶴岡市 50代女性)

震災によって家、職、知人・・・様々な物を失い、家族と離れて生活するようになりましたが、今は新たな土地で1人暮らします。良く考えれば自立できる良いきっかけだったのかな・・・。〇〇
(南相馬市→山形市 20代女性)

2011.3.14から南陽市にお世話になってます。先日娘が学校で必要な食材(ヤーコン)があるか、山形清分さんに問い合わせたところ、「仕入れてやるよ!!」「うちも売ればいいんだ。」と親切なお答え。ありがたかった。本当にうれしかった。世の中捨てたもんじゃない。自分から切り開いていくんだなと思った。
(南相馬市→南陽市 50代女性)

避難者のお茶会に参加してみたら、今まで心にあったモヤモヤがとれてきたように思います。やりたい事も見つけたので、少しずつですが前進していきたいです。
(南相馬市→南陽市 30代女性)

天童の市民の方ともようやく会話親しく出来るようになり、スポーツクラブに加入し、友達と山形まるごとマラソン走ります～。楽しく走りたいです。
(伊達市→天童市 70代男性)

長男の高校受験を考えると、この先どうした方がいいのか迷います。山形が大好きで帰りたくないようですが、住宅の問題もあるので決めずにいます。
(二本松市→山形市 30代女性)

「みんなの声」につぶやきを送ろう

<http://kizuna.yamagata1.jp/modules/ccenter/?form=2>



スマホや携帯でQRコードを読み取ってね



シアワセコラム しあわせココロのつくりかた (27)

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

イヤなことを言われる・・・辛い出来事が起こる・・・etc
負の出来事が舞い込んできた時どうしていますか？

我慢する ⇒ イライラが募る ⇒ 怒りの感情を抑えきれず誰かにあたってしまう ⇒ 自分を責める ⇒ 自分を嫌いになる ⇒ 許せなくなる。

こんなループにはまっている方、とても多いように思います。心の闇を作っている本体はどこにあるのでしょうか？

その闇の本性は、自らが生み出している推測や憶測という恐怖心や不安感かもしれません。我慢ではなく、許すことを訓練していきましょう。要らない負の感情を手放せば、心は軽くなっていくもの。トラブルが起きたら、その時になって対処すればいいだけ。一人では解決出来ないような大きな問題は、安心できる空間で、信頼できる人と分かち合ってみましょう。



カウンセリング・ルーム メール相談：ryokusuinomori@yahoo.co.jp



今月のキーワード
それぞれの声

宮城県からの避難(放射能)

Q1
どんな経緯で避難しましたか？

宮城県南地区から来ました。震災が起きたとき、子どもは2歳でした。

電気、ガス、水もなく、最初は津波から逃げて車中泊していました。自分の家は流されませんでした。原発が危ないと聞いて、山形の実家に逃げてきました。当初地元の線量は1.2μSv/毎時くらいです。

はじめは短期間の避難のつもりでしたが、放射能の情報を得るうちにやはり宮城には帰らないほうが良いと思い、最終的に長期避難を決めたのは6月頃だったと思います。

町の半分が流されていて、夫の実家も津波で流されたので、「放射能が怖い」とはなかなか言えませんでした。宮城には家もあるし、夫は仕事を辞めることはできないので、母子避難しています。

夫と一緒に住みたいけど、夫は避難を理解してくれているし、避難後もう一人妊娠したので、やはり山形での暮らしを選んでよかったです。



今回は、宮城県から山形に避難している方にインタビューしました。

Q2
これからの生活に望むことは何ですか？

帰りたいたいと思ったり、帰りたくないと思ったり、行ったり来たりの日々です。

来年、上の子が小学校に入ります。「宮城からの放射能避難」がまねなケースで、地元であまり公言できない辛さがあります。

避難先ではあたたかく受け入れていただいで感謝しています。反面「線量は大きしたことないのに…」という言葉は今でも傷つきます。

福島と違って高速代も補償はないし、ADRは頑張ってみました。認められませんでした。

何も後ろ盾がないけど、将来の病気や土壌汚染なども考えると、やっぱりまだ山形にいたい。

今は夫と離れた生活ですが、やっぱり子どもの成長にパパが必要と感じることが多くなれば、また一緒に住むことも考えたい。子どもたちが巣立っていくときに、「親として考えてこまめでしたよ」と伝えられるように、夫婦で話し合っていきたいと思っています。

私の中で「避難」は時間で決めていくことではないような気がします。地元の人には「いつ帰ってくるの?」と言われてしまいますが、避難している原因(放射能)が無くなる時をみて、帰る時期を決めていきたいです。



写真は、宮城避難の方の作品(ストラップ、シュシュ)です。

つながろうNET

<http://tsunagarou.net/>



「うるかむ」に掲載された今までの記事のすべてと、リアルタイムなおすすめ情報、イベント情報、支援団体情報などを掲載しています。ぜひご覧ください。

うるかむは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/山形市内の公民館・コミュニティセンター/山形県立図書館/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/真宗大谷派山形教会/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/山形市民活動支援センター/チェリア/アンビランス/Hair with Water/生活協同組合共立社(CO-OP)(山形県内)/ハローワーク山形【天童市】天童市避難者サロン/願行寺【寒河江市】寒河江市社会福祉協議会/フローラSAGAE 1F/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/上市市まちづくりセンター「ござってえ」/長屋門ギャラリー【東根市】東根市タントクルセンター/東根市社会福祉協議会【村山市】甕葉プラザ【米沢市】置賜総合支庁/米沢市役所1Fロビー/避難者支援センターおいで/万世コミュニティセンター/おいたまサロン・ふわっと/ハローワーク米沢【南陽市】南陽市社会福祉協議会【高島町】高島町役場1F/浜田広介記念館/永和軒【川西町】おきサポ/おおいで館【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/NPO法人にこっと/ハローワーク酒田【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】山形県遊学の森「木もれび館」【福島県】うつくしまNPOネットワーク/NPO法人福島ライフアイド/NPO法人シャローム/NPO法人ビーンズ福島/(一社)ふくしま連携復興センター/相双ボランティア準備室【宮城県】東北ろっけんパーク/ハート&アート空間「ピーアイ」【秋田県】道の駅せんなん【埼玉県】With you さいたま

宮城県からの避難

Q1 どんな経緯で避難しましたか？

津波の後2、3日は地元の避難所にいました。犬を飼っているので、車で生活していました。石巻ではライフラインもなかなか整わない中、米沢の大学に行っていた息子と連絡がとれ、米沢の避難所ですばらく過ごしました。

石巻の仮設住宅に申し込んでいましたが、米沢の借り上げ住宅制度が始まってすぐ、入居しました。

借り上げ住宅に入居すると、「石巻の仮設住宅への申込みを取り下げてください」と石巻市に言われ、県外の借り上げ住宅に入ったら石巻の仮設住宅には入れないと知り、驚きました。

Q2 これからの生活に望むことは何ですか？

仕事をしたいと思っていますが、まだ見つかりません。面接時に「宮城避難の人も国から補償をもらっているんですか？」と言われたり、なかなか理解されないこともあります。

仮設住宅の申し込みを取り下げよう言われた時点で、石巻に戻る気持ちはなくなりました。石巻の復興住宅に入ったとしても、それからまた仕事を探すのも大変ですし、妻は海の近くには住みたくないと言っています。

宮城には戻りたいと思っていますので、仙台か、海の近くではないところへ住めたらと思います。前向きに頑張ろうと思っていますが、思うように前に進まないのが現状です。



おすすめ情報

【庄内地区】

■いのちと放射能講演会

～ DNA は親から子へ受けつがれます

60兆個の細胞からできている私たちのからだ。細胞一つ一つに、親から子へ受けつがれる“情報テープ”が入っています。そんな私たちのからだに放射能を浴びたり、体内に取り入れてしまうとどうなるのか、お話を聞いてみませんか。

- 講師 「三陸の海を放射能から守る岩手の会」世話人 岩手県在住 元高校教師 永田 文夫さん
- 日時：11月29日(土) 13:30～16:30
- 会場：鶴岡市勤労者会館 鶴岡市泉町8-57
- 参加費：一般500円、学生200円
- 託児：事前にお申し込みください。



【お問い合わせ・託児申込】
TEL: 090-5356-8981 長南 厚
080-6023-7490 高橋裕子



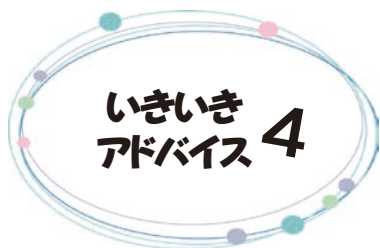
【村山地区】

■寺子屋子ども大学 12月の予定(山形市)

- 対象：小中高校生
- 日時・場所
 - 12月7日(日) 学習支援 (9時半～11時半 真宗大谷派山形教務所・本堂)
 - 12月25日(木) 冬休み企画(1) (9時半～17時半 真宗大谷派山形教務所・本堂) 「楽しい書道教室2」、学習支援
 - 12月26日(金) 冬休み企画(2) (9時半～17時半 山形大学小白川キャンパス) 学習支援、「楽しい理科実験2」
- 参加費：100円(保険代) ※任意
- 締切：開催日前金曜日 10:30



【申込み・お問合せ】
山形大学人文学部 松尾研究室
TEL・FAX: 023-628-4917
メール: kmatsuo@human.kj.yamagata-u.ac.jp
(氏名・連絡先を教えてください)



早稲田大学
総合人文科学研究センター
招聘研究員 松村 治

よそものであること

新しい土地に移り住んで不快な体験をした人は、よそものであることを知られないように生活しようと思いがちです。落ち込んでいるときは1つの体験からみんなそうだと思うことが多いものです。

(よそものであることを意識しないことで)

地域の中で自然に振舞うことができます。そして何かのきっかけでよそものであることがわかったときに、本当は地域の人が温かく接してくれることに気づきます。

そこからよい人間関係が始まります。



ひと休み

胃腸に良い作用をするムチンを含んでいる里芋を食べて山形の厳しい冬を乗り切りましょう！

悪戸いも と もって菊ごはん

(「悪戸いも」は、山形市悪戸地区で生産している里芋です)

レシピ提供：
在来作案内人 鈴木淳子さん

<材料> 6人分
 うるち米 2と1/2カップ
 もち米 1/2カップ
 悪戸いも(里芋) 250g
 干し貝柱(ガンペイ) 2ヶ
 (前日に水で戻しておく)
 もって菊 適量
 干し貝柱の出し汁 3カップと30ml

B (炊きあがったご飯に合わせる)
 きのこと類 100g
 油揚げ 1枚
 サラダ油 大さじ2
 酒 大さじ2
 しょうゆ 大さじ2
 砂糖 大さじ1



<作り方>

A (米をあらかじめ炊くための調味料)
 しょうゆ 大さじ2
 酒 大さじ2
 みりん 大さじ1
 塩 小さじ1

- ① 米は炊く30分前に洗い、ザルに上げておく。
- ② 里芋は皮をむき、食べやすい大きさに切り、塩をふって揉み、水洗いする。
- ③ 炊飯器に米と干し貝柱のだし汁とAの調味料を入れ、炊く。
- ④ Bのきのこ類と油揚げは、食べやすい大きさに切って、フライパンにサラダ油をひいて、調味料(B)を入れて炒め煮する。
- ⑤ 炊きあがったご飯に④を混ぜ合わせる。
- ⑥ もって菊は茹でて、⑤にお好みでちらす。

☆ブログ「鈴木淳子の楽しむ食育」もご覧ください♪ <http://ameblo.jp/hanamizuki-junko/>

団体紹介 NPO法人 山形ユナイテッドアスリートクラブ



当法人は平成24年に法人化して、社会人サッカーチームが母体になりサッカースクールを山形地区と高島地区に開校し、平成24年から避難者支援サッカー教室を週1回開校しております。

今年度から山形市七日町ほっとなる広場3階に事務所を構え、小・中学生対象の学習支援教室を開校しております。現在、月曜日から木曜日の18時から中学生対象の学習支援を行い、土曜日に小・中学生対象の学習支援しております。ひとり親、避難者家庭の方々には無料でサッカー教室と学習支援をしますので、ご希望の方は当法人までお問い合わせください。

その他、ふるさとふくしま帰還支援事業によるスキー教室とスケート教室(月1回ペース)の準備をしておりますので、ご希望の方は当法人までお問い合わせください。

お問合せ
はこちら

代表 後藤誠一
 住所 〒990-0042 山形市七日町 2-1-6 E-NAS 南 303号
 電話番号 023-625-1071 FAX 050-3730-3540
 メール united.y08@gmail.com ホームページ <http://npo-yamagata-united.jimdo.com>

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 12月17日発行です

情報提供や寄稿は、
12月1日までに寄せ下さい。
お待ちしております！

避難者向けフリーペーパー「うるかむ」

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/>

- * 人との間で上手くいかない時、「人を憎まず、起きた事象を憎むこと」。人に対するモヤモヤを少なくしてくれる、私の中の魔法の合言葉です。(ただ)
- * 福島では「放射線を怖いと思う事が理解されない」ことを私も体験し、問題の複雑さ悔しさを体験しました。(くまもん)
- * 「みんなの声」のハガキが届くのが楽しみです。まだ送ったことのない人も、前に載ったことがある人もみなさまお気軽にお送りください。(サチ)
- * 冬が苦手！寒さに弱く、日ごとに着ぶくれしています(くりりん)
- * あったかいもの食べてほっこりする冬がやってきますね。寒ければ寒いほど、温かさがしみる。(海)