



山形に避難されている方へ伝えたいメッセージ

CONTENTS

- ・一面 詩人 和合亮一さん 寒河江市で朗読会
- ・山形県 分園「光」/読み聞かせ&絵本づくり教室 in 鶴岡市
- ・みんなの声 ・しあわせココロのつくりかた (30)
- ・おすすめ情報 県内各地の311追悼イベント ほか
- ・レシピ ・団体紹介 ・編集部より

第58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: 3,600 部

詩人 和合亮一さん 寒河江市で朗読会

震災後、ツイッターなどで詩を発信し「詩の礫(つぶて)」という本が話題となった福島県山形市の詩人・和合亮一さんの朗読会が、1月31日、寒河江市立図書館で開かれました。

和合さんは原発事故後、妻の実家である山形県中山町に妻と息子を一時避難させた経験もあり、「山形には親戚もいて、とても所縁のある土地です。」と原発事故直後の体験やその時の想い、友人との関わりを話すと、「私ももしかしたら、山形に来ていたかもしれない。」と涙をうかべ詩を読みました。



『放射能が降っています。静かな夜です。』と始まる原発事故直後、妻子を避難させ、孤独と向き合う中で書き始めた詩や、南三陸町で避難を呼びか

け続けた防災庁舎の女性を書いた詩『高台へ』などを、語るように、時に叫ぶように朗読し、和合さんの迫る言葉に圧倒された会場は、涙を堪える観客で溢れました。

「言葉や声には『灯り』があり、『せ』がある。その『灯り』が人の心を開き、『せ』が人を導いてくれる。特に子どもたちの作品にはそういう力がある。」と話すと、福島や宮城の子どもの詩をいくつか紹介し、伝えていく事の大切さと、自身も言葉に向かい合い、人に伝えることで「負けてたまるか」と次第に心が強くなったことを話しました。

「避難した人も、福島に残った人も、全く同じ事情でそれぞれの生活をしている。お互いを責めることはせず、それぞれの中で福島を大事にしていけばいい。『決意』という詩の中にも書いた一説『福島で生きる 福島を生きる』は福島に残った人と、福島を離れても福島を想いながら生きる人を表しました。困ったときはお互いを頼り合い、分かち合っていきたい。」と山形に避難した方々へメッセージを贈りました。

■和合亮一さん
オフィシャルウェブサイト
<http://wago2828.com/>

復興ボランティア
支援センターやまがた



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

杖に
悲しみを 杖にして
歩いていきましよう
草がぼうぼうと
生えている野原を
ただひたすらに
杖は歩くたびに
きみの心に
痛みをもたらすでしょう
それでも
しっかりと握って
道なき道を
涙をこぼしながら
歩いていきましよう
いつしか
連れていくでしょう
はるか優しい
風が吹く
丘の上へ

和合 亮一



From 山形

分園「光」で出会ったすべての人に
「ありがとう」の気持ちを込めて！



米沢に避難したお子さんやお家の方が「安心、安全な環境で過ごせる保育園を」という思いで、スタートしたのが3年前。現在は、17名の子ども達が友だちや保育者と一緒に遊んだり、実体験を通して毎日楽しく過ごしています。

その中の大きな一つがボランティア(三菱UFJニコス(株)社員の方々)のご協力を頂いて、親子で参加し楽しめる行事を開催できたことでした。

先日は、ボランティアさんと一緒に雪あそびを楽しんだ子ども達や豚汁を

作ってくれた

お父さん達と

カバー作りで

盛り上がった

お母さん達。

このような行

事や日々の活

動を通して、

職員もお家の

方と子ども達

の成長を喜び合ったり、泣き笑いしながら過ごした分園「光」が3月で閉園となります。

とても淋しいことですが、新しい環境に

踏み出していく子ども達やお家の方に『こ

こで過ごした日々をまたいつか思い出し

てもらえたらなあ』と思っています。

ここで出会えた子ども達やお家の方そ

して、ボランティアさん、地域の方々に

感謝の気持ちでいっぱいです。

(興道南部保育園 分園「光」

主任保育士 佐藤 和子)



From 山形

【オリジナル絵本】
読み聞かせ&絵本づくり教室 in 鶴岡市
開催しました！

2月1日に、鶴岡市において

子育て支援をしている(特活)

あしたのたね)さんのご協力で

『絵本の読み聞かせ&親子で絵

本づくり教室』を開催しました。

前半は、音楽家の田中宏さん

を迎え、やさしい声でオリジナ

ル絵本『葉っぱ放送局』の読み

聞かせを行いました。抑揚をつ

けた飽きさせない工夫で最後ま

で楽しんでくれたようです。

後半はイラストレーターでもある

スタッフがお手伝いし、『親子で絵

本作り』を行いました。22人の親子

が参加し、シールや色紙、マスキ

ングテープなどを思い思いに使い、そ

れぞれの作品が完成。縦絵本にして

「あみだクジ」にする人や、しっか

りしたお話を作って披露してくれる

子もいました。

絵に熱中すると時間もアツという

間。お絵かきしながら子ども達との

会話も弾み、ママと一緒に、子ども

達の自由な発想で、個性あふれる絵

本がたくさんできました！

(NPO法人 子ども支援フェイス

ブックプロジェクト 結城)



「お問合せ先」

NPO 法人

子ども支援フェイスブックプロジェクト

住所：山形市飯田4-2-15

Tel：070-5328-5225

HP：http://kodomo-mirai.or.jp/

Mail：csproject0311@gmail.com

みんなの声

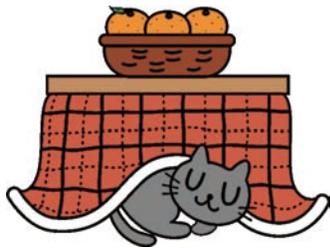
うえるかむ 57号 天童市 30代女性
 さんのみんなの声を拝見してびっくりしました。たださえ、服のポケットの線量がたまりやすいのにお気付きですか？と言いたいです。本当に残っている方は軽く考えているとしか思いません。ひどいに同感です。共に頑張っていきましょう。応援しています。
 (福島市→米沢市 40代女性)

大震災・原発事故後 1,426日 放射能について、原発について、考えなかつた日は1日もありません。2月4日
 (福島市→米沢市 60代男性)

夏は畑を借りて夏野菜と秋野菜、冬はこたつに入ってパッチワーク・クラフトテープ、今はかぎ針と棒針でアクリルたわしを作っています。時間がたつのが早いです。
 (南相馬市→米沢市 50代女性)

もうすぐ中学生になります。中学校が楽しみです。『なぞの人物X』
 (郡山市→山形市 10代男性)

今だに(2年半)山形の地理が分からず。皆さん(特に社協様)に助けていただいています。主人は山形へ来て1年もたないうちに脳梗塞になりリハビリ中ですが、交流会(花はな会)へ参加させてもらい、楽しみになりました。雪かきが大変で、県人会の方や近所の方に手伝って頂いています。
 (石巻市→山形市 70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

勤務先で山形弁を色々教えてもらっています。山形弁の奥の深さに脱帽です。中々覚えられないのは年のせい？
 (福島市→山形市 40代女性)

シアワセコラム しあわせココロのつくりかた (30)

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

まだまだ雪の残る季節。春を待ち遠しく思いながらも、4月からの生活に迷いを感じていませんか？

心が揺らいでしまう時、人は誰しも自らの中の優しさより、ダメな自分を見つめてしまいます。辛い現実があれば尚更、キツイ言葉を発したり、イライラしてしまうもの。それでもね、心の中に潜む優しさは、決して消えているわけではないのです。優しさを甦らせるためには、まず自分に優しい時間をプレゼント。「時間なんてない!」と思われた方は要注意! 相当疲れが溜まっていますよ。涙を流すことも自浄作用の一つです。安らぎの時間は人それぞれ。自分に合うものを見つけてみてね。

☆ワンポイントアドバイス☆

春の花にパステルカラーが多いのは、寒くて縮こまった体の筋肉を緩める作用があるからとも言われます。体が緩むと心もリラックスし始めます。お部屋に一輪、春のお花を添えてみては。



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



コラムのバックナンバーはこちらから!

つながろう NET

<http://tsunagarou.net/>

「うえるかむ」に掲載された今までの記事と、山形に避難されている方々に向けた各種情報を掲載しています。ぜひご覧ください。

震災から4年…、各地の追悼復興祈念行事

[庄内地区]

■ 4年目のキャンドルナイト Candle Night in 中町

◇酒田会場◇

日時：3月11日（水）

・ワークショップ 15：00～17：00

場所：チャレンジショップふれっしゅ

・キャンドル点灯 18：00～20：00

場所：酒田市 中町通り

※当日のボランティア募集！

（受付、キャンドルの設置、後片付けのお手伝い）

ご協力いただける方は、17：30までにチャレンジショップふれっしゅまでお越しください

[お問合せ]

生涯学習施設「里仁館」

TEL：0234-61-4361

E-mail：rijinkan@theia.ocn.ne.jp

■ 灯籠づくりボランティア募集

キャンドルナイトに、灯籠をつくって、参加しませんか。

日時：3月3日（火）～6日（金）

9：00～17：00の間で、ご都合のよい時間

場所：酒田市地域福祉センター（酒田市新橋 2-1-19）

[お申込み・お問合せ]

酒田市ボランティアセンター

TEL：0234-24-2626

FAX：0234-24-6299

メール：volunteer@sakata-shakyo.or.jp

※窓口・電話は平日 8：30～17：15



[村山地区]

■ 東日本大震災追悼・復興祈念事業（山形会場）

東日本大震災から4年目となる3月11日（水）に、犠牲者への追悼と東北の復興を願って、キャンドルナイトを開催します。

避難されている方、一般県民の方、避難者支援団体の方のご来場をお待ちしております。

日時：3月11日（水） 16：00～20：00

場所：文翔館前広場（山形市旅籠町三丁目4番51号）

内容：セレモニー、避難者代表メッセージ、キャンドルナイト

[お問合せ]

実行委員会 事務局（山形県復興・避難者支援室）

TEL：023-630-3100

主催：「東日本大震災追悼・復興祈念事業（山形会場）」

実行委員会

■ 東日本大震災四周年 追悼・復興祈願式

今なお1,500人以上の方々が避難生活を送られている山形市において、千年和鐘を打鐘し、犠牲者の追悼と東北の復興を祈願します。

日時：3月11日（水） 14：40～

場所：山形市役所「千年和鐘」前

内容：国主催の東日本大震災四周年追悼式の同時中継、黙とう、「千年和鐘」打鐘

主催：山形市

[お問合せ] 山形市総務部防災対策課

TEL：023-641-1212（内線 216）



■ 鶴岡市 4年目のキャンドルナイト

◇鶴岡会場◇

・キャンドル作りワークショップ in S-MALL

日時：2月28日（土）、3月1日（日）・3月7（土）・3月8日（日）

11：00～16：30

場所：S-MALL（鶴岡市錦町2-21）

・キャンドル作りワークショップ・防災マップの展示など

日時：3月10日（火） 13：00～19：30

3月11日（水） 9：30～14：00、

15：00～18：00

会場：鶴岡アートフォーラム（鶴岡市馬場町13番3号）

・追悼の催しとキャンドルの夕べ

日時：3月11日（水）

14：30～15：00 追悼の催し

19：00～20：00 キャンドルの夕べ

会場：鶴岡アートフォーラム（鶴岡市馬場町13番3号）

※参加無料、申込不要

[お問合せ]

キャンドルナイト実行委員会

山形大学農学部内

TEL：0235-28-2880

（担当：菊池）



[置賜地区]

■ 平成26年度 東日本大震災復興祈念事業（米沢会場）

～あれから4年 復興は遠い！風化させるな！！～

日時：3月11日（水） 13：00～15：30

場所：伝国の杜 置賜文化ホール

内容：コンサート、合唱、式典、追悼式（パブリックビューイング）

※慰霊献花台を準備しております。

（献花受付 10：00～18：00）

※詳細につきましては、お問合せください。

[お問合せ]

置賜総合支庁 総務課（担当：稲村・我妻）

TEL：0238-26-6007



ひと休み

納豆汁



<材料>

納豆 100 g
 木綿豆腐 150 g
 芋がら 10 g
 油あげ 2 枚
 平こんにゃく 1/2 枚
 なめこ 100g
 セリ 1/2 束
 ねぎ 1 本
 出し汁 800ml
 味噌 60 g

<作り方>

- ① 芋がらはよく洗ってぬるま湯に浸して柔らかく戻したら 1 cm の長さに切る。油揚げは短冊切り、こんにゃくは食べやすい大きさにきる。
- ② 納豆はすり鉢でよくすりつぶしておく。
- ③ 鍋に出し汁と芋がら、こんにゃく、油揚げを入れて煮る。芋がらが柔らかくなったらなめこ、味噌を加え煮たら②も入れる。
- ④ ③にさいの目切りの豆腐、小口切りのネギ、1 cm に切ったセリを加えひと煮たちさせてできあがり。

レシピ提供：
 在来作物案内人 鈴木淳子さん

☆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

特定非営利活動法人 やまがた育児サークルランド



ままカフェ@home

山形県内で地域に根差した子育て支援活動をしている NPO 団体です。「子育てランドあ〜べ」の運営をはじめとして、みはらしの丘「はらっぱ館」、「べにっこひろば」、「マザーズジョブサポート山形（ハローワークプラザ内）」などを手掛けています。

平成 10 年の発足以来、子育て当事者の視点を大切にしており、育児サークル支援、保育、情報提供、女性の人材育成、調査研究、ボランティアによる先輩ママの家庭訪問事業など、地域の子育て支援に幅広く取り組んできました。

震災後は、避難してきた子育て家庭に対して支援活動を続けています。マタニティから児童生徒を育てる親まで、様々な親子が集まっています。いろいろな活動がありますので、ぜひのぞいてみて下さいね。

**お問合せ
 はこちら**

☆避難家庭支援活動については <http://blog.canpan.info/land-hinan/>

☆避難家庭親子のひろば

「ままカフェ@home」 山形市あかねヶ丘 3-8-23 TEL 023-687-1720

「福山ひろば」 山形市東原町 3-5-7 TEL 023-664-0165

置賜の問い合わせ先 長井市本町 1-4-32 TEL 0238-87-0239

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 3月 18日発行です

情報提供や寄稿は、
 3月 4日までにお願いします。
 お待ちしてまーす！

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/>



☆平成 27 年成人の祝賀式実行委員会様が、今年の新成人の皆様より集めた書き損じはがきを切手に替え、82 円切手 100 枚と 2 円切手 10 枚を寄贈してくださいました。うえるかむの郵送などに大切に使用させていただきます。ありがとうございます！

- * ポンコツ愛車のドアノブが取れ、エアコンがびゅーびゅー鳴り、寒いと CD がかかりません。ついにお別れかなあ？まだ大丈夫かな？（ただ）
- * 帰る人、これから来る人。それぞれの想いと行動力にエールをお送りします。（くまもん）
- * 今年もまた厄年です。（サチ）
- * もうすぐ携帯のバージョンアップ！楽しみです。（くり）
- * パソコン講師中。定年後の楽しみにもなってるようで、みなさん元気！（海）