

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 さくらんぼ美味しかったよ♪
- ・From 山形 幻想的な世界に癒されて～「加茂水族館」日帰りの旅～
- ・From 福島 南相馬市消防・防災センター オープン!
- ・みんなの声 ・しあわせココロのつくりかた (47)
- ・[Special Interview] 南陽市 画家 小林親寛さん
- ・これまでの感謝 これからの願い
- ・おすすめ情報 ・レシピ ・団体紹介 ・編集部より

第75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: 3,000部

さくらんぼ美味しかったよ♪

今年も、県内各地でさくらんぼ狩り交流会が開催されました。

6月11日には、天童市内のさくらんぼ園で避難世帯・帰還世帯9組24人が集まり、さくらんぼ狩りを楽しみました。この日は佐藤錦のもぎ取りが始まって最初の週末ということもあり、枝いっぱい実るさくらんぼに歓声があがりました。気温の高い日でしたが、暑さに負けず園



内を駆け回ってどの木がおいしいか味見をしたり、脚立を使って上の枝に手を伸ばしたり、山形の初夏の味に舌鼓を打ちました。

この春に福島市へ帰還した参加者からは、「帰還する前は頻繁に山形に遊びに来ようと思っていたけれど、実際に帰還するとなかなかくる機会がなく寂しく思っていた。来るきっかけになっ



また、伊達市県外避難者相談窓口を運営する(特活)やまがた絆の架け橋ネットワーク(早坂信一代表)でも、さくらんぼ狩り交流会を山形・米沢両窓口にて開催し、伊達市から山形県内へ避難する世帯や、山形県内での避難生活を経て帰還した世帯が集まりました。お父さんが脚立に上り、枝の先にある真っ赤なさくらんぼを取ったり、脚立に上ることが楽しくて家族の分まで収穫してくれる子どもがいたり、青空の下での賑やかな時間となりました。さくらんぼ狩りを楽しんだあとの相談会では、帰還に向けた今後の住まいや子育て支援、給食についての相談が寄せられていました。

【伊達市避難者相談窓口 今後の予定】

第2回交流・相談会を開催します!

対象: 福島県伊達市からの避難者・帰還先として伊達市を検討している方など

<山形窓口>

9～10月の土日に避難者・帰還者交流会を開催

問い合わせ先: 023-674-6014

<米沢窓口>

9月8日(木) 行政相談・交流会を開催

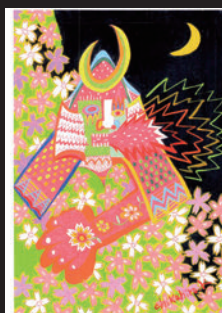
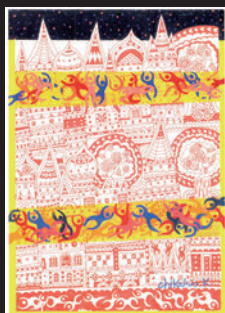
(場所: 米沢市万世コミュニティセンター)

※行政相談と心理相談コーナーがあります

問い合わせ先: 070-5472-3162

(毎週火・金 9:30～16:30)

ニューヨークでも展示された、須賀川市出身の画家・小林親寛さんの作品の数々をご紹介します!
本紙4ページでは小林さんのスペシャルインタビューを掲載しています。ぜひご覧ください。



From 山形

幻想的な世界に癒されて 「加茂水族館」日帰りの旅



にあった以前を懐かしんでいる声があり、心が痛くなりました。

加茂水族館見学はちょうどお昼前だったので、魚やタコは「食」に見えてしまい「おいしそー」の声が。それに比べてクラゲは癒しの空間ですね。水の中に広がる幻想的な世界と、ただただ水中をゆらゆらと漂う無垢な姿に、みなさん見入っていました。

その後、鶴岡の老舗「つけもの処本長」で買い物をし、「ダイニング花」で昼食をとり帰路に就きました。片道二時間の移動中も会話を楽しみ、最後まで有意義な旅になりました。

(社会福祉法人

天童市社会福祉協議会)

6月23日(木)、避難者のつどい「小旅行」を開催しました。今回は「世界一のクラゲ水族館」で有名な「加茂水族館」に行ってきました。当日は、残念ながら降水確率100パーセント。すでに朝から雨が降り始め、全員が傘を持参してバスに乗り込みました。

鶴岡市に入り、目の前に海が開けた頃には、なんと！雨が上がり、久しぶりの海の風景を堪能することが出来ました。「この景色、うちの庭みたい」と、海の風景が当たり前



From 福島

南相馬市消防・防災センター オープン！



の大きさを感じる事もできます。

2階には全国からの応援メッセージや、防災グッズの展示、地震対策マニュアルや家庭でも取り入れられる防災マニュアルがタッチパネルで映せるモニターもあり、家庭や学校での防災の取り組みに利用する事ができます。

地元では小学校の防災の授業で利用される事もあり、子ども達には実際に防火衣を着たり、消防車を見学するなどして消防や防災を学ぶ機会に利用されています。「市民の防災意識の向上や、震災を振り返りたいという方にも、ぜひ気軽にご利用いただきたい施設です。」と担当者の方はお話されていました。

今年度新たにオープンを迎えた「南相馬市消防・防災センター」は、南相馬市立総合病院のすぐ近くに建設され、東日本大震災の教訓を残していくために、広く市民に開放されています。

3階までの館内は渦状にデザインされ、1階フロアの壁には震災当時の地震や原発の様子や、市の対応などが時系列にパネル化され、当時の様子を一刻一刻と思い出す工夫がされています。吹き抜けの階段を上ると、当時の津波の高さや到着速度が壁にデザインされていて、階段を上りながら実際の津波



【お問合せ】

南相馬市消防・防災センター

開館時間：9:00～17:00（最終入館時間 16:30）

閉館日：土・日・祝日・12月29日～1月3日まで

住所：南相馬市原町区高見町一丁目272番地

南相馬消防署

TEL：0244-22-2186 FAX：0244-26-0023



29年3月に福島に戻る予定ですが、その際、新築住宅の購入を考えています。が、現在山形で仕事をしている為、福島に戻る時には仕事を変えなければなりません。住宅ローンが通るか心配です。
(伊達市→天童市・20代女性)

偶然、ラジオをつけたらDJナイクのe-TALK(金曜日7:00～)が聴こえてきた～!!めっちゃ嬉しかった～!!ナイク最高～!!南陽でも聴けるよ。
(郡山市→南陽市・40代女性)

10円バザーはやらなくなったのですか?マスクとかとても助かっていたのですが…もうやらないのなら「今回が最後」とおしえてほしかった。
(福島市→米沢市・女性)

九転十起の言葉は「あさが来た(朝ドラ)」で初めて知りました。良い言葉ですね、泣いてばかりは、いられない。今にきっと、良い事があることを信じて頑張りたいと思います。
(二本松市→米沢市・60代女性)

原発事故で避難したものの借上げ住宅の供与がH29年3月で終了、地元の除染が進まず、帰りたくないが費用が大変で帰るしかないのかな!!
(南相馬市→天童市・60代女性)

うえるかむを見てくださった方から連絡をいただき、そこから素敵な繋がりが生まれました!本当にありがとうございます!
まだまだ不慣れな新年度、熊本・大分の震災など、心が落ち着かないことも多いですが、少しずつ、確実に嬉しいことがある日々を実感しています。
(南相馬市→南陽市・30代女性)

先日「ルポ母子避難 - 消されゆく原発事故被害者(岩波新書)」と出会いました。山形県内には、たくさんの母子避難者の方がおられると思います。是非とも取り上げて頂き、少しでも元気になって頂けたらと思います。私自身は元気を頂きましたので…。
(南相馬市→酒田市)

必要以上に賠償金をもらったり嘘やズルをして賠償金をもらう。そんな事をしていたら妬まれたり、人が離れていきますよ。自立する努力をしてもらいたいです。私は山形で出来たママ友と楽しく過ごしています。避難して5年山形の皆様に支えられ、ここまでできました。ありがとうございます。(女性)

「みんなの声」につぶやきを送ろう

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



シェア
コラム

しあわせ
ココロの
つくりかた
47

「ため息をつくると幸せが逃げていくよ。」と、言われたことはありませんか?よく聞く言い回しですが、実は、ため息をつくると、筋肉が緩んでストレスが発散され、精神的に良い影響を与えることがわかっています。
意識せずとも出てしまうため息は、心身の中に溜まった疲れを取り除くため、自分の体が本能的に行っていたものなのでしょう。
昔より、心が弱くなったと言われる時代。
複雑化し、様々なストレスが蔓延する社会に於いて、子どもの頃から精神を鍛えるような教育がなされない現代日本では、心が疲弊してしまうことは仕方がないことです。
迷信や習わしにとらわれ過ぎず、自分の心と体が緩み、笑顔になれる生き方を見つけていきましょう。笑うと免疫力も上がるのです。
楽しい時間、嬉しい時間を自分に与えてあげましょう。

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



Special Interview

南陽市

画家

こばやし ちかひろ
小林親寛さん



Q 震災前、震災時はどこで過ごしていましたか？

出身は須賀川市です。震災の時は郡山市に住んでいて、設備屋の仕事をしている時に地震に遭いました。当時、奥さんは第二子の出産で実家のある南陽市に避難していました。奥さんと子どもはそのまま南陽市に母子避難をして、自分は福島と山形を行ったり来たりしていました。子どもにとつて、パパがいない事で傷つけてるんじゃないかという想いがある、避難後自分も山形に来て、一緒に住むことにしました。山形に来るときは、一緒にいけるかちよつと不安もあつたけど、「何とかなるさ」と、思い切つて来ました。

Q 絵を始めたのはいつからですか？

幼稚園くらいから絵を描くことが大好きで、壁やそこら中に絵を描いて怒られるような子でした。高校卒業後はデザインを勉強して、デザイン会社に勤めましたが、やっぱり自分の好きな創作がしたいと思い、自分の時間を作つては絵の恩師や仲間と創作活動をしていました。

絵を描いている時はとにかく無心で、自分の中からどんどん湧き出てくるものを下書きなしで描いていくのが楽しいです。

福島では子どもの遊び場にあるコンテナに絵を描いたり、建物の壁一面に絵を描い

て、建物の中で自分の個展をしたり、ライブハウスで音楽をかけながらライブイベントをしたり、福島では他の作家さん達と一緒に個展を開いたりもしました。

外でペイントをしている時は、子ども達が興味を持って近づいてきたり、一緒にペイントをしたり、子ども達と一緒に絵を描くのも楽しいです。

5、6年前にはニューヨークで個展を開きました。片言の英語でしたが、ニューヨークの人達とコミュニケーションをとる、作品を見て気に入ってもらえてとても嬉しくもあつたし、それと同時にとても刺激を受けました！

Q 今後、どんな活動をしていきたいですか？

今は川西町の家具屋さんで家具の修業をしながら創作活動をしています。今までは平面に絵を描いていましたが、これからは立体のものにペイントをしたりして、もっと楽しいものを作ってみたい。子どもから、おじいちゃんおばあちゃんまで、絵を見て明るく楽しくなつてもらえるようなものを創つていきたいです。

絵の恩師の口癖は、「人生、やつちやつたもん勝ち。」「楽しんでもん勝ち。」「自分自身も、気になる事があつたらすぐ行動するタイプ。」「とりあえずやつてみて楽しいかどうか」を大事にしています。

これからも、展示やペイントの機会があつたら、色んな事に挑戦していきたいです。



☆小林さんの作品に興味のある方や、一緒に企画をしたいという方は下記までご連絡ください。
【お問合せ】小林親寛さん E-mail chikahiro.k0528@gmail.com



これまでの感謝・

これからの願い



* 社会へ

震災から時間が経ち、福島県からのア
プローチ（戻るなら援助する、そうじゃ
ないならご自由に、みたいな）にはガッ
カリし不信感を感じています。一方、山
形県の方々には時間が経った今でも「大
変でしょう。」「そういう事ならどうぞ使っ
てください。」「などと温かい声をかけて
いただき、いろいろと良くしていただい
ています。

本当にありがたいことばかりで感謝し
ています。

（福島県↓長井市・30代女性）

* みなさんへ

5ヶ所の避難所を転々としてようやく
山形市に落ちつく事が出来ました。7人
家族でしたが未だに家族はバラバラです。
若い人は地元になじんで一生けんめい仕
事をしていきます。一人家に居ると孤独だ
など感じる事もあります。花・なは会に
来て、みなさんいろいろな話をしたり、
作品をつくったり楽しみにしております。
これからも社協が中心となつて続けても
らいたいと思います。

（南相馬市↓山形市・60代女性）

* 社会へ

訪問して頂けるのは本当に有難いです。
夫婦とも60代の高齢のため、福島へ戻っ
ても仕事には就けない。

* Dさんへ

米沢に定住したいと思うが、今の雇
用促進住宅が今後どうなるか、大変不
安。年金生活なので、高額な民間アパー
トの家賃負担は困難。

雇用促進住宅の住居可能期間の延長
と借上住宅の供与の延長も含めて山形
県知事の力に期待したい。

（二本松市↓米沢市・60代女性）

* Dさんへ

絆の晩餐会を開催してくれてありが
とうございました。

子連れでも気兼ねなく友人と食事が
できる時間は本当に贅沢な時間でした。

（福島市↓南陽市・30代女性）

* 家族へ

お父さん家族のために毎日仕事頑
張つてくれてありがとう。娘が産まれ、
これからもつと大変になりますが、み
んなが幸せになれるようにもつともつ
と頑張ろうね。

（いわき市↓寒河江市・30代女性）



おすすめ情報

寺子屋子ども大学特別授業 夏休み特別企画第2弾！追加開催
「トム・ソーヤの冒険 in 最上川」
～ゴムボートに乗って最上川を下ってみよう～

日時：8月28日（日） 7:50 集合～15:00 解散
集合場所：山形大学小白川キャンパス
参加費：500円（保険料、昼食代） 定員：20名（定員になり次第締切）
対象：福島県からの避難家庭および山形市内一般家庭の小学4年生～高校生
行程：山形大学（7:50）⇒川端船着場（9:30）事前説明後舟下り⇒川前船着場
（12:00）⇒あつたまりランド深堀（12:10）着替え・入浴・昼食⇒山形大学到着・
解散（15:00）※大石田町マイクロバスにて移動
・雨天時は大石田町めぐりイベントへ変更します。
（大石田町資料館とスイカオーナー収穫イベント）
・大石田「遊be隊」協力の下、全員がライフジャケットを装着し、陸上
と水上から監視指導をし、安全対策を行います。
・参加者には持ち物等別途連絡します。

主催：寺子屋子ども大学 代表 松尾剛次
連携：大石田町まちづくり推進課
助成：平成28年度やまがた社会貢献基金協働助成事業



【申込み・お問合せ】
寺子屋子ども大学事務局 山形大学都市・地域学研究所事務局
（山形大学人文学部松尾剛次研究室内）
TEL & FAX:023-628-4871（平日午前） 結城／090-4559-7623 松尾
E-mail:kmatsuo@human.kj.yamagata-u.ac.jp

ふくしま就職相談会がリニューアルしました！

福島県内はもちろん、山形県・宮城県など他県への就職
を希望される方も、ご相談いただけるようになりました！
内定ゲットのために、あなたの就活を応援します！
山形市以外にお住まいの方もぜひご利用ください。

日時：8月18日（木）
9月15日（木）

※10月以降も原則毎月第3木曜日 13:30～15:30
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：福島県内外でお仕事をお探しの方
※個別相談はお一人様1時間程度です。
※2日前までお申込みください。

【お申込み・お問合せ】
山形市避難者交流支援センター
TEL:023-625-2185



前号（第74号）にて一部記載に誤りがありました。
お詫び申し上げますとともに、訂正させていただきます。
掲載ページ：市町村の相談窓口（折込ページ）
（誤）川西町 町民税務課町民生活担当
（正）川西町 総務課危機管理グループ

ひと休み

紅花ずし

☆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/>

レシピ提供：在来作物案内人 鈴木淳子さん

<材料> 4人分

[A] 酒 30cc
昆布だし 600cc

[合わせ酢]

酢 90cc
砂糖 大さじ 5
塩 小さじ 2/3

くるみ 1/2 カップ (粗くきざむ)

三つ葉 1/2 束 (2cm に切る)

紅花 大さじ 2

(紅花は臭いを取り、殺菌のために
85℃のお湯で1分、その後水洗いして
用いる。)

<作り方>

- ① 米はよく洗い、炊く 30 分前に水切りをしておく。
- ② ①に A を入れ、炊飯器で炊く。
- ③ ②に合わせ酢をまわし入れ、ずし飯を作る。そこにくるみと三つ葉を入れてさっくり混ぜた後、紅花を散らして出来上がり。



生活支援相談員・支援員のご紹介

私たちは、避難されている皆様の山形での暮らしを今年度も全力でサポートしています。
困りごとや暮らしの情報など、どうぞお気軽にご相談ください。



鶴岡市社会福祉協議会
TEL : 0235-24-0053
(左から) 鶴岡市社協 : 佐藤

酒田市社会福祉協議会
TEL : 0234-23-5765
(写真中から)
酒田市社協 : 泉・池田



山形県社会福祉協議会
TEL:023-622-5805

(左から) 植木、渡部



福島県避難者支援課
TEL : 024-521-8318

(左から) 栗山、洞口

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

みなさまからの情報をお寄せください!

詳しくは復興ボランティア支援センターやまがたへ

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>

次号は**8月17日** 発行です

8月は、特別版【うるかむ♪
やまがた暮らし応援ガイドブック】
を発行予定です。



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/>

* さくらんぼも終わり、梅雨が過ぎればいよいよ暑い夏に突入！センターの自然クーラーで今年は涼しい夏を過ごせそうです。(正)

* フルーツの美味しい季節です。毎朝野菜と冷凍したフルーツで『スムージー』を作って飲んでいきます!! (きよつぺ)

* リオ五輪も間もなく開催。時差が12時間なので録画をフル稼働ですね。注目は女子バドミントン。金獲得に期待しています!(結)

* 南相馬市に行ってきました。地元の人を教えたもらった「アイスまんじゅう」美味しかった♪棒からアイスを落とさずに食べるのが難しい...!(多田)

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。