



山形に避難されている方へ伝えたいメッセージ

### CONTENTS

- ・一面 秋のバスツアー in 東置賜
- ・From 山形 ママ達が主催する『アロマセラピー イベント』
- ・これまでの感謝 これからの願い
- ・みんなの声 ・しあわせココロのつくりかた (49)
- ・[Special Interview] 白鷹町 浅野農園 浅野勇太さん
- ・おすすめ情報 ・レシピ ・団体紹介 ・編集部より

## 第77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: 2,800部

寄稿

# 秋のバスツアー in 東置賜

9月30日、避難者交流事業の一環として今年度2度目のバスツアーを開催しました。今回のコースは東置賜方面です。

小さいお子さんを含めて参加者は12人。福祉バスに揺られながら、まずは米沢市にある染色工房わくわく館に到着しました。趣のある建物が並び、係の方に通されたのはギャラリーを兼ねた素敵なお部屋。そこ



でまず職人さんに紅花染の歴史、花の性質等のお話を頂き、いよいよ体験スタートです。土台となるハンカチの色を選び、職人さん達の指導のもと、割箸、洗濯バサミ、木の枝、輪ゴムを使って各自試行錯誤しながら柄を作っていきます。

染め液に浸す前は、小さく折りたたまれたり絞られたりしている状態なので、どん



(南陽市社会福祉協議会)

な模様になるかは後でのお楽しみ。「どんな模様になるかな?」と、みんなでわくわくしながら赤い紅花の染め液にハンカチを浸しました。お酢の水に入れて色止めをしてから道具を外し、ふわっと広げた瞬間、美しい模様が浮き出ていました。後は干して乾いたら出来上がり。秋風に揺れる、世界に一つだけのオリジナルハンカチをみなさん笑顔で眺めていました。お昼は同市の上杉城史苑で芋煮御膳を堪能しました。山形名物の芋煮に舌鼓を打ち、お腹いっぱい食べた後は苑内散策 & お買い物。その後高畠ワイナリーに移動し、館内見学と美味しいワインやジュースの試飲を楽しみました。芸術の秋、食欲の秋にふさわしい、山形の伝統工芸や郷土料理、名物に触れたバスツアーでした。

## 浪江町消防団物語 「無念」 自主上映会募集中!



5年前の原発事故当時、命がある事を知りながら救助活動を中断し避難せざるをえなかった浪江町消防団。福島県の「浪江町つたえ隊」と「広島のみち物語制作委員会」がその時の様子、心情を伝えるために制作したアニメーションです。山形県内でも自主上映会を募集中です。

監督: いくまさ鉄平

出演: 俳優 大地 康雄、浪江町長 馬場 有 (双葉郡浪江町)、浪江町消防団 高野仁久 (双葉郡浪江町) など

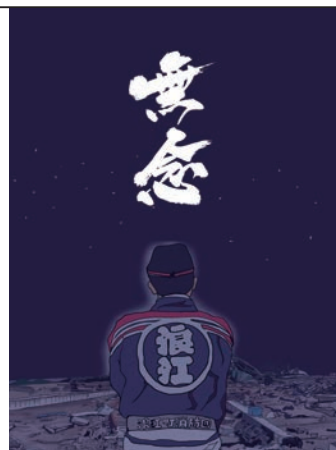
【お問合せ】

山形県映画センター 電話: 023-641-0343 (宮沢)

作品貸出料 3万円 + 消費税

※浪江町の方が上映する場合は作品貸出料は無料ですが、映写料等の経費はかかります

「無念」ホームページ <http://matimonogatari.iinaa.net/>



寄稿

ママ達が主催する『アロマセラピーイベント』開催!



貰い、お世話になった支援者や地域の方、友人知人など約60〜80名の方に来場して頂きました。日頃、支援されている方からも「あんなにイキイキしているお母さん達を見るのは久しぶり!」と言われ、何度も開催を諦めそうになった苦労も吹き飛ばすほどの、有難い激励を沢山頂きました。

夜は場所を移動して3組11名の帰還家族を招き、親子で32名になる大交流会を開催し、お父さん達も交え感動のひと時を過ごしました。(にじ色キャンパス 荒木)

10月1日、山形市の住宅展示場『マカラを借り『アロマセラピーイベント』を開催しました。マッサージュの資格を取得した方々を中心に、皆さまから要望が多かったアロマの知識を身につけて頂く講座と資格取得、そしてイベント開催までを一つの企画とし、15名の避難者ママに参画して貰いました。3月から主要メンバーと講座やイベントの開催日を綿密に計画し、半年間の大企画となり、初めて、単なる参加者でなく主催するスタッフ側として参加して



【お問合せ】  
にじ色キャンパス  
TEL: 023-674-8821 (代表 荒木)  
E-MAIL: info@niji.couleuve.com

これまでの感謝・  
これからの願い



\*みなさんへ

5年目の節目を迎えて、改めて、ここに至るまで温かく迎え入れて頂いていること、そして、訪問して頂きあらゆる心温まるイベントに参加させてもらい、元気を頂きました。心から有難く感謝申し上げます。

イベント等とおして、世代をこえて、地域をこえて交流が出来る深まつてきていることも合わせてうれしく思っております。米沢の方々の心温かいおもてなしに本当に感謝致します。ありがとうございます。

(富岡町↓米沢市・60代女性)

\*社会へ

山形県のみなさんには、いつも大変お世話になっております。感謝!! (福島市・20代男性)

\*家族へ

米沢に就職してくれてありがとうございます。土地勘もなく、方言も分からず日々苦労の連続でした。5年で少しは慣れてきたところだと思っけど、これからもよろしく。  
(福島市↓米沢市・40代女性)

\*山形県へ

山形の皆様に長い5年間色々ありがとうございました。原発事故から避難し、おいしいも煮などあたたかい食べものを

いただき、本当にありがとうございます。 (南相馬市↓天童市・60代女性)

\*社協さんへ

山形へ来て友達もなく相談も出来ず、何となくうつ状態になりつつある時、色々相談にのつてもらい本当に感謝しております。主人も花・はな会に出席するのを楽しみにしております。  
(山形市・70代女性)

\*社会へ

よそ者を温かく迎え入れて下さつてありがとうございます。  
山形は食物も美味しく、楽しいです。今後も当地で生活していきたいと思っておりますので、宜しくお願い致します。ボランティア等皆様と一緒に行動できたら...と思います。

(富岡町↓米沢市・70代男性)

\*みなさんへ

震災から5年たちましたが、なんとか環境にもなれてきました。果物や空気が美味しくて住みやすいです。  
(石巻市↓寒河江市・30代女性)



福島に帰りました。食材はいつも他県産を選んでいきます。酒田は、野菜・魚・肉・果物が安く、新鮮で良い所でした。ずーと住みたかったのに色々な都合で残念です。色々な方にやさしくして頂きました。福島では避難者だという事をかくしています。すごきゅうくつです。いつになったら安住できるのか苦しいです。  
P.S.「シアワセコラム」には本当に助けられました。ありがとうございました。  
(南相馬市→酒田市・50代女性)

入院しました。疲れていないつもりだったのに違ったんですね。福島市の自宅お隣さん庭で作ったじゃがいもが基準値オーバーで食べられなかった。これダメだ…山形市民になりました。山形の皆さん車の運転とても荒いです。黄色は進め赤は3台O.K?  
(福島市→山形市・60代女性)



最近、みなさんのリアルな声が多くなってきたと思うので、もっとみなさんの思ってる声を発信してほしい。住宅の不安があります。家賃が1/2かかってくるのと、条件に収入基準があることをなくしてほしい。収入15万ストレスだと少し大変。  
山形の生活にも慣れてきて、四季折々を感じて(サクランボおいしい。)過ごしていますが、いまだに心ないことを言われたり、へだたりを感じてしまうこともあります。あわただしいので、もう少しおだやかに過ごしたいなって思ったりもします。  
良い歯医者さんありますか?  
(山形市・40代女性)

借上住宅延長の団体ができて、ぜひ実現できる様がんばっていただきたいです。パフォーマンスだけで終わらせることのないよう。山交ビルで自転車のバルブのゴムだけ抜かれていたり、イオンで盗難事件があったり、悲しい事が続いています。山形は最低賃金ワーストで水道代、ガソリン代が高くて、ちょうど今転職に迫られているので、住まいをうばわれるのは大変不安です。そちらのセンターなどで優先してスタッフを募集するとかそういう企業とのつながりとか、そういう支援があるといいです。  
住まいをうばわれるとはどういうことか!延長よろしくをお願いします。  
(30代女性)

4月に中古住宅取得、今冬の屋根の雪下ろし、植木の雪囲い道路の除雪と除雪機の取扱いこれから習うが心配。  
(南相馬市→米沢市・60代男性)

ベランダで今年初めて家庭菜園をしてみました。トマトの苗がどんどん成長し、ついに、黄色い花が咲きました。後は、真っ赤なトマトが出来るのをとても楽しみにしています。  
山形に来て、今年で5度目の夏です。  
(40代女性)

福島は「安心安全」と言っていますが本当にそうでしょうか。じゃあ、どうして福島の子供の甲状腺ガンが増えているのですか?福島県民、今、立ち上がる時!!  
(福島市→山形市・40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>

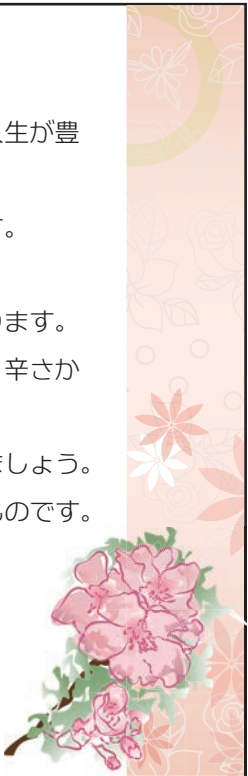


シアワセ  
コラム  
しあわせのつくりかた  
49

『しあわせこころのつくり方』語録

- ・幸せを感じる能力、幸せを見つける能力、幸せを創り出す能力を高めると、人生が豊かになります。
- ・楽しい、嬉しい、感動を生みだす感性を育むと、幸せを感じる力が高まります。
- ・言葉には言霊が宿っています。良い言葉を使うと、幸せが舞い込んできます。
- ・怒りの感情との付き合い方を知ると、ネガティブな感情を引きずりにくくなります。
- ・人は誰でも、思考の癖、心の傾きがあります。自分の思考パターンを知ると、辛さから抜け出しやすくなり、幸せへの扉が開きます。
- ・日々、起きる出来事を、どのように受けとめると幸せに繋がるかを見つめてみましょう。
- ・夢は、人生を輝かせてくれるもの。感謝は、喜びを知るからこそ、生まれてくるものです。
- ・生きることは、時間を費やすこと。
- ・しあわせを積み上げるための時間の使い方を自分にプレゼントしましょう。

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

白鷹町

## 浅野農園

あさの ゆうた  
浅野 勇太 さん



Q 震災前、震災後はどこで何をしていたか？

宮城県仙台市出身です。理容学校時代に妻と出会い、結婚を機に浪江町へ移り住みました。『カットハウスハッピー』という理美容店で常務取締役をし、浪江店では店長をしていました。

震災の時は、幸いにも家族全員が無事で、すぐに実家のある仙台市に避難しましたが、当時、年長、年少と2歳だった子ども達が仙台の環境になかなか馴染めなくて、4月に学生時代の友人を頼って、一家7人で白鷹町に避難しました。

長男が小学校の入学をひかえていて、白鷹町に移った頃には、すでに小学校の入学式が終わっていました。学校が特別に一人だけの入学式を開いてくれました。今は6年生になった子どもにも、その頃の感謝の想いが残っているようです。

私は重機の資格を持っていた事もあり、子どもと妻を白鷹町に避難させた後、1年間気仙沼や利府、石巻、仙台でがれきの撤去や解体作業をしました。

Q りんご農家を始めたきっかけは何ですか？

妻の実家が農家だった事もあり、将来は農業をやりたいという想いもあって、朝日町のりんごに興味を持ち、やまがた農業支

援センターに相談に行きました。小さかった頃、宮城で食べていたりんごが朝日町のりんごだった事も理由の一つです。その後、就農支援の制度がある事も知り、1年間研修生としてりんごの栽培を学んで、25年4月に独立しました。

Q りんご農家を始めてみてどうですか？

現在は10種類のりんごを栽培していて、注文から栽培まで妻と2人で全ての作業をこなしています。昔から自分で試行錯誤するのが好きで、木の枝1本1本をパイプで固定して陽の当たりを良くしたり、強風が吹いても倒れないよう工夫をしながら、子ども育てる様に手をかけて作っています。理美容業をしている時から、顔の見える繋がりを作って来たので、昔の繋がりの中で販路を開拓したり、東京の大手スーパーに

も卸せるようになったり、徐々に販売も軌道に乗り始めています。

現在は企業と契約して農地を広げていますが、今後も少しずつ規模を広げていきたいと思っています。現在利用している就農給付金は来年度までなので、それまでにしっかりと基盤を作り、この地で頑張っていきたいと思っています。

### 避難者の方へのメッセージ

顔の見えるつながりを大切にしてきました。生活の中でも白鷹町に来てから、スポ少のサッカーのコーチをしたり、親同士の繋がりが作りにも積極的に参加しています。今の商売でも、顔の見えない商売は出来るだけしたくない。繋がりは、自分から待つているものではなく、自分から求めていくもの。どんな状況でも、自分から行動して広げていきたいと思っています。



【お問合せ】 浅野農園  
TEL:090-5232-7203  
E-mail:y518@i.softbank.jp

# おすすめ情報

## 【帰福ママ情報交換会シリーズ 2016-17】

気になることをみんなで話しませんか？ママカフェ@ふくしまスタッフが、福島のいまをお伝えします。

### ■ 11月2日(水)「子育て・食品や水のこと。外遊び・食材・学校・給食について聞こう、話そう！」

ゲスト 福島市放射線健康管理課の保健師さん 申込締切り 10月29日(土)

### ■ 1月19日(木)「帰福後の人間関係のこと。地元の家族・ママ友・ご近所さんについて聞こう、話そう！」

申込締切り 1月14日(土)

### ■ 3月2日(木)「まとめ&6年間お疲れさまの会」

申込締切り 2月26日(日)

### 【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



会場：山形市避難者交流支援センター

時間：10:30～13:00(ランチつき)

対象：福島県から自主避難中の方

※託児についてはお問い合わせください。

複数回の参加も大歓迎です。

## 「住宅支援の延長を求める会」からのお知らせ

この度、山形県内に避難されている福島県の方々、支援団体並びに山形県民の皆様により構成される会を立ち上げました。(米沢会場 8月28日・山形会場 9月4日発足)

つきましては、当会の設立背景・主旨・目的をご理解いただき、ご賛同頂ける皆様のご入会(署名)をお願いいたします。

### ■ 会の詳細内容・入会(署名)用紙は

こちらをクリックしてダウンロードしてください。

URL: <http://ur0.pw//yyPK>

■ 詳細については「避難者支援センターおいで」、「グループホーム結いのき」、「Yamagata1」、のホームページをご確認ください。

■ 入会(署名)用紙は、「避難者支援センターおいで」まで、FAXにてご提出ください。

取りまとめの上、同会に提出させていただきます。

■ FAX等の利用ができない場合は、お電話にて受付させていただきます。

■ 当会の入会(署名)における、入会金等はございません。

### 【お問合せ先】住宅支援の延長を求める会

TEL: 070-2013-9004(上野) FAX: 0238-26-8032(避難者支援センターおいで)

FAX: 0238-37-0961(グループホーム結いのき)



## 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



## 【福島県からのお知らせ】民間賃貸住宅家賃補助の申請手続きについて

現在の借上げ住宅に自費で住み続けたい場合、大家さんとの新しい契約が必要です。

お早めに大家さんと条件等をご相談してください。

### 対象世帯

避難指示区域外(平成27年6月15日時点)から応急仮設住宅等に避難している世帯のうち、避難生活を継続することが必要な世帯。

### 収入要件

月額所得が21万4千円以下の世帯

※世帯の月額所得は、平成27年分所得により算出します。

※母子避難など二重生活世帯は、世帯の所得を2分の1として取り扱います。

### 補助額・補助率

(1) 家賃、共益費および駐車場代(以下、「家賃等」)※賃貸借契約書に記載のものに限る

①平成29年1月分～平成30年3月分⇒家賃等の2分の1(一月あたり最大3万円)

②平成30年4月分～平成31年3月分⇒家賃等の3分の1(一月あたり最大2万円)

(2) 住宅の賃貸借契約に係る初期費用の補助 10万円

※平成27年12月25日以降の賃貸借契約を対象とします。

※(引越し)補助金との併用はできません。

☆詳しくは、補助金募集要領等をご確認ください(該当の世帯に郵送します)

### 【申請受付・相談窓口】

福島県民賃等補助金事務センター 申請支援窓口(福島県生活拠点課)

(委託先:㈱トーネット)

住所: 〒960-8043 福島市中町1-19 中町ビル6階

TEL: 0800-800-0218 / 0800-800-0261 / 0800-800-0273

(通話料無料。受付9時～17時。土日祝日、年末年始を除く)

### 申請書類と受付時期

※家賃補助を受けるには、申請が必要です。

(1) 収入要件の事前確認(希望世帯のみ)⇒

収入要件事前確認依頼書(第1号様式)

平成28年10月3日より

同年12月28日(当日消印有効)まで。

(2) 補助金交付申請⇒

補助金交付申請書(第3号様式)

平成28年10月3日より

平成31年3月10日(当日消印有効)まで。

※申請書を受理した月の家賃等から補助対象金額を算定します。

※民間賃貸住宅等の契約締結日から起算して3ヶ月後の属する月の末日までに、県が受理した場合、平成29年1月分の家賃等から補助対象金額を算定できるものとします。

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と、山形に避難されているの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。



# ひと休み

# 肉じゃが

レシピ提供：在来作物案内人 鈴木淳子さん

- <材料>
- じゃが芋 8個 (500g)
  - 玉ねぎ 2個 (270g)
  - 牛バラ肉 400g
  - しらたき 1袋
  - 絹さや 8枚
  - 出し汁 600ml ~
  - 酒 100ml
  - みりん 30ml
  - 砂糖 大さじ4
  - 醤油 75ml ~
  - サラダ油 大さじ2
  - 塩 少々

<作り方>

- ① じゃが芋は皮を剥き大きめに乱切りにして水にさらして取る。
- ② 玉ねぎはくし形に切る。
- ③ 牛バラ肉は適度な大きさに切る。
- ④ しらたきは茹でて洗い適度な大きさに切る。
- ⑤ 絹さやは筋を取って、塩を入れて茹でる。
- ⑥ 鍋にサラダ油を入れじゃが芋を炒める。程よく炒めたら牛バラ肉を加えて炒め、玉ねぎ、しらたきを加え更に炒める。出し汁、酒を加え落とし蓋をしてしばらく煮る。
- ⑦ じゃが芋がある程度柔らかくなったらみりん、砂糖を加え甘みを含ませてから醤油、塩を加える。煮あがったら絹さやを加え盛り付ける。



☆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 やまがた絆の架け橋ネットワーク



やまがた絆の架け橋ネットワークは2012年より被災者の支援、子ども達の保養、支援者の育成などを目的に活動してまいりました。

【伊達市相談窓口】伊達市からの委託を受け、相談窓口を毎週火・金曜日に山形市と米沢市に開設しています。帰還・定住について、暮らしの中での困り事などお気軽にご相談ください。

【福島こころの公民館 fucco (ふっこ)】今年7月、避難者が自由に利用できる公民館として『福島こころの公民館 fucco』を山形市にオープンしました。お茶のみに、おしゃべりに、お気軽にお越しください♪ポルドブラやお料理サロン等様々なイベントも開催しています。12畳の広間・6畳の個室・キッチンがあり、サークル活動などでの貸切利用も可能です。

- 福島こころの公民館 fucco / 伊達市相談窓口 (山形市) 〒990-0022 山形市東山形 2-1-19 TEL: 023-674-6013
- 伊達市相談窓口 (米沢市) 万世コミュニティセンター 〒992-1128 米沢市八幡原 5-4149-9 TEL: 070-5472-3162

お問合せ  
はこちら

特定非営利活動法人 やまがた絆の架け橋ネットワーク 代表 早坂信一  
TEL: 0237-85-1080 Mail: [info@kakehasi.jpn.org](mailto:info@kakehasi.jpn.org) HP: <http://kakehasi.jpn.org/>  
〒991-8501 寒河江市大字西根字石川西 355 村山総合支庁西庁舎附属棟



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 **11月16日** 発行です

情報提供や寄稿は、  
11月2日までに  
お寄せ下さい。  
お待ちしております!



避難者向けフリーペーパー「うえるかむ」

発行元：つなごろう！ 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](mailto:kizuna@yamagata1.jp)

WEB <http://kizuna.yamagata1.jp/>

\* 蔵王の大露天風呂に行ってきました。早朝6時に行ったのにすでに観光客でいっぱい。でも自然の中のお風呂は最高でした。(正)

\* だんだん赤や黄色の色鮮やかな葉が目立つ季節になりましたね☆寒さは苦手ですが『四季』のある日本は、やっぱり素敵ですねッ♪ (きよつべ)

\* 野菜が高いですね。特に葉物が。野菜好きとしては困るところ。キムチ鍋にカブを入れたらあっさりしておいしかったですよ。(結)

\* 猫アレルギーが治った!と思いきや、代わりに花粉症になるといふ…。花粉症のみなさま、辛いですね。セラプレティッシュで乗り切りましょう。(多田)

つなごろう NET

<http://tsunagarou.net/>



「うえるかむ」に掲載されたこれまでの記事のすべてと、リアルタイムなおすすり情報、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。