

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 けん玉ペインティングとダリヤ園の旅／8月発刊の本
- ・From 山形 鶴岡にこここ交流塾
- ・From 宮城 昭和歌謡コンサート in 野蒜
- ・みんなの声 ・しあわせココロの作り方 (72)
- ・Special Interview 遊佐町 西山宣暢さん・秀子さん
- ・おすすめ情報 ・ひと休みレシピ「蔵王かぼちゃスープ」
- ・ともにあゆむ やまがた気仙沼会 佐藤海斗さん ・編集部より



けん玉ペインティングとダリヤ園の旅

の高橋さんの指導の下に、「けん玉ペインティング」にチャレンジしました。木目のけん玉に、鉛筆で下書きをしてから全体を好みの色で染めていきます。乾いてから絵や模様を描き入れて、最後はニスを塗って仕上げました。「どんな作品ができるのか楽しみに。」などの声が聞こえる中、子どもたちに大人気のあのキャラクターのけん玉や、



ホテルで、「置賜地域地場産業振興センター」



9月5日(水) 寒河江市社会福祉社協議会主催の「けん玉ペインティングとダリヤ園の旅」が開催されました。前日の曇り空から一転さわやかな秋晴れの中の交流会となりました。
まず一行は、長井市タスパーク



個性あふれる作品が次々に仕上がりました。
参加者お待ちかねの昼食タイムは、「米沢牛専門店さかの」で本場米沢牛を堪能し、至福のひとつを味わいました。次は「道の駅米沢」に立ち寄り、置賜地方の山菜や特産品、お菓子などのお土産を購入しました。中でも、沢庵にチョコレートがついているお菓子を食べた参加者は、「変わった組み合わせだけどおいしいね。」と初めての味に興味津々の様子でした。
最後に向かった「川西ダリヤ園」には、「モンブラン」「いちごみるく」「初孫」などの名前がついている約650種5千本のダリヤが咲いていました。「昔は自宅の庭に咲いていた。」「ダリヤ園は話には聞いていたが初めて来た。」など感想を話しながら、色とりどりのダリヤの中で写真撮影をしました。帰りのバスの中では、持ち帰ったけん玉を見ながら今日一日を振り返り、満喫した一行の旅は終わりました。

【お問合せ】 寒河江市社会福祉協議会 生活支援相談員 (奈良崎) TEL: 0237-83-3220

8月発刊の本

「原発事故後の子ども保養支援」

福島の子どもの保養に取り組んできた方が本を出版しました。子ども、保護者、支援者や専門家など百人以上の方々インタビューを行い、原発事故後の「社会の構造」を総合的にまとめた著書です。

著者: 疋田 香澄氏 (リフレッシュサポート代表)
(1986年生まれ。早稲田大学卒業。東日本大震災後、保養キャンプの主催、現地での相談会、保養実態調査、支援の全国ネットワーク運営などを行ってきた。)

注文方法: 各書店にお申し込みください。発行元にご注文の場合は送料350円が必要。

Amazonでも購入できます。

【発行元】 人文書院

<http://www.jimbunshoin.co.jp>

CONTENTS

- 第1章 保養とは何か?
- 第2章 事故後の葛藤
- 第3章 一いま目の前にいる子どもをどうするか
- 第4章 支援の実態—立ち現れる多様な社会
- 第5章 保養の課題—調査とマッチングから
- 第6章 制度、そして権利
- 第7章 語られぬものについて語る
- 第8章 「分断」「差別」と向き合う
- 第9章 子どもたち—新しい支援が生まれるとき



本体価格: 2,000円+税

From 山形

鶴岡にこにこ交流塾 〜北庄内つてどんなところ？



と昔の豪邸に興味津々のようでした。その後は酒田市の海鮮市場を経由し、昼食は「志幡(しばた)」で天ぷら、刺身、ふぐの煮物など酒田市の郷土料理を味わいました。バスツアーの最後は、米どころ庄内のシンボル「山居倉庫」に行きました。樹齢150年以上のケヤキ並木は鮮やかな緑で、散歩しているだけで気持ちや和みます。お土産もすっかりと買い、参加者は「海を見ながらバスで移動できて楽しかった。」と大満足の1日でした。

7月11日(水) 鶴岡市社会福祉協議会主催の「鶴岡にこにこ交流塾」北庄内つてどんなところ？」が開催されました。この交流会は、同じ庄内地方でも酒田市や遊佐町、鶴岡市との文化の違いを再発見するために企画されました。まず一行はバスに乗り、遊佐町の旧青山本邸へ向かいました。旧青山本邸は、小樽でのニシン漁で大成功を収めた青山留吉の本邸で、館内には当時のさまざまな美術品も展示されています。ボランティアガイドから館内の説明を受けながら「玄関も立派だった。今の時代に作ったらきつと高価だろうね。」



【お問合せ】

鶴岡市社会福祉協議会 生活支援相談員 (佐藤)
TEL : 0235-24-0053

From 宮城

寄稿

昭和歌謡コンサート in 野蒜



が美しく会場に響き渡りました。また、山形の湧き水を使った美味しいお茶やコーヒーも人気。イベントの目的は「再会」と「出会い」です。

被災し避難所へ、そして、仮設住宅から復興住宅へと、この地域のコミュニティは離合集散を繰り返してきました。「久しぶりだね」「おかげさまで元気よ」こんな会話があちこちで聞かれます。懐かしい歌と共に思い出される、あの頃の思い出話に花が咲きます。かつての旧交の復活と、新しい絆の誕生を、誰もが感じ取ったひと時でした。

東松島市野蒜(のびる)地区。海岸沿いの山を切り開いた高台に、新しい駅と広大な住宅地が広がっています。建造物はどれもピカピカで新しい匂いがします。震災で壊滅的な津波被害を受けた野蒜地区をはじめ、周辺の地区の人々が集まって暮らす「ニュータウン」。ここにある「野蒜市民ホール」で、昭和歌謡コンサートをメインにした大規模な交流お茶会が開催されました。主催は山形市に本拠がある(一社)JASTと、現地団体「野菜っこクラブ」です。



【お問合せ】

(一社)日本ソーシャルセラピストアカデミー (JAST)
TEL : 023-600-6764 / URL : <http://www.jast.asia>

お盆ですね。今年は実家のお墓参りに旦那と子供と父とみんなで掃除に行きました。信夫山には、セミがたくさん鳴いていました。これからもういろいろがんばるゾ
(福島市→米沢市・40代女性)

米沢で仲良くなったおじちゃん、おばちゃん夫婦は動物が好きで、その縁から、福島の保護ネコを飼ってもらっています。もう3匹になります。
(福島市→米沢市・40代女性)



「みんなの声」につぶやきを送ろう

あの人に伝えたい一言や、最近思う事、今の暮らしの中のつぶやきなどを募集しています。

はがき、又はメールでお送りください。みなさまからの投稿、お待ちしております！

※専用はがきは切手不要です。そのままポストに投函してください。

※投稿された内容は、誤字以外そのまま掲載させていただきます。

※特定の方の誹謗中傷などは、掲載を見送る場合もあります。



夢をもう一度、あの感動を！！原発で古里への帰還をあきらめた今、もう一度避難先の山形の地で、人生最後の夢をオリンピック聖火をかかげ、走ってみたい。それが原発福島復興への道として、思い出、願いとして、心に刻み生きて行きたい。再度あの感動を！！
(伊達市→天童市・70代男性)

大雨と、とんでもない大きな雷の音に、近くに雷が落ちたかなと母は言った。私は大泣きしていた幼い日、母は優しく私を抱いて蚊帳の中で一緒に寝てくれた。子守唄を静かに歌ってくれた。私はいつのまにか安心して眠っていた。あの遠い日あの母のやさしい子守唄を今でも忘れない。お盆には、故郷に帰って、今は亡き母、父のお墓まいりをして来た。智恵子抄でも有名な本当の空がある故郷(二本松市→米沢市・60代女性)

山形県に避難しているすべての方へ

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、イベントカレンダー、うるかむスタッフや支援グループのブログなどを掲載しています。



シェアリング 丸 しあわせココロのつくりかた

やさしさは 決して押し売りなんかじゃないし
自分をよく見せるための道具なんかじゃない
ましてや人のためと称して
自分を売り込むために纏うものでもない
やさしさは もっと自然体
花のように 風のように
もつともつと 自由に
いたわりは もつと自然体
清流のように清らかに
澄み渡る空のように清々しい
誰かのためにと思いう心は
もつとゆるやかにあればいい
そんなに力んで重たくなれば
いつか心も手折れてしまう
風のように 雲のように しなやかに やわらかに
わたしをそのままにあらわしてあればいい・・・
誰も あなたの代わりになんてなれないのだから
一回きりの人生を素敵に彩って
しあわせはもつとシンプルで
もつともつとやさしいものだから



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

古民家暮らし 遊佐町

にしやま のりのぶ ひでこ
西山 宣暢 さん・秀子 さん



Q 震災の前は、どこで過ごされていましたか？

【宣暢さん】出身は仙台市です。会社員を経て、定年後、石巻市の牡鹿半島にある大原浜の古民家に移住しました。住んで7年目で東日本大震災にあい、津波で家が全て流されてしまいました。高台のお寺に数日間避難し、娘を頼りに名古屋に向かい、5ヶ月間公営アパートに入居しました。公的な支援は利用させてもらいましたが、あてにはせず、すぐに再スタートを切りました。筋トレやグラウンドゴルフの仲間を探するなど、気力・体力の維持や人との付き合いがきれないよう心がけました。

【秀子さん】出身は岩手県宮古市です。山に囲まれた田舎暮らしに憧れていました。自分でモノ作りをするのが好きで、石巻の生活が気に入っていましたが、被災で思い出の品も流されましたが、自分では「終活」だと思つようになり、すぐに気持ちを切り替えました。

Q 遊佐への移住のきっかけは？

【宣暢さん】名古屋に避難した時に、愛知・三重・岐阜・長野などの古民家を見て回りました。秋田に物件を見に行った帰り道に、遊佐の「道の駅」に立ち寄りしました。妻がメロンを見て感動し、その足で役場に行き、今の古民家を紹介してもらいました。遊佐のことは全く知りませんでした。古民家の写真を見ただけで気に入りました。

2011年8月に初めて来た時は、草だらけのジャングル状態で、写真と全く違うので苦笑いしました。敷地千坪、築百年の古民家ですが、



買い手がつかず、処分に困っている物件だと後で知りました。次の日には草刈り機で下草を刈り、玄関にたどりつくまでに2日間かかりました。屋根の雨漏りや、家の中も傷んでおり、最低限を業者に依頼し、あとは自分たちで修繕しました。住めるようになるまで2ヶ月、庭の杂草を処分するのに2、3年かけ、周囲の板垣も木材を調達し、加工は自分たちで行っていました。土留めもコンクリート作りからやっています。毎日少しずつ手入れをし、ようやく現在の暮らしに落ち着きました。

Q 遊佐での暮らしを教えてください

【宣暢さん】夏場は鳥海山を見上げながら日々草取りをしています。蔵も修繕し、作業小屋も作りました。今は庭造りを楽しんでます。外仕事は体力づくりの一つだと思い、全く苦になりません。時間があれば工房で木工製品を作ったり、グラウンドゴルフをしています。遊佐は湧き水が豊富で、とにかく水がおいしい。夕日の日本海や鳥海山は美しく、豊かな暮らしができています。人柄もみな温かく、日々是好日を心がけて暮らしています。

【秀子さん】家の中は手作りのものが多く、最

小限のものだけ置いて整理整頓を心がけています。野菜は自給自足し、干し柿やブドウ酒なども作っています。以前から興味があった「遊佐刺し子」を始めて6年になります。先生に習い、敷物や傘など数々の作品を作りました。他にも「青字(あおぞ)」を使った手芸品や、酒田に伝わるつるし飾りの「傘福」作りも楽しみの一つです。フオークダンスも習い始め、友達も増えました。遊佐は自分にとって大切な場所になりました。

避難者へのメッセージ

【宣暢さん】「我が人生いたるところに青山(せいざん)あり」、自分の人生は与えられるものではなく、自分で作り上げるものだ、という気持ちで古民家暮らしを楽しんできました。様々な転機がありました。人との出会いに助けられました。私たちの暮らしが参考になるなら、ぜひ見学にお越しください。

【秀子さん】私はやるべきことがたくさんあり、感謝の気持ちで暮らしています。これまで夫婦2人で力を合わせて乗り越えてきました。我が家へのお客様には、七夕飾りに願い事を書いてもらっています。機会があればお越しください。



☆西山さんと連絡を取りたい方は下記までお問い合わせください。お繋ぎします。
【お問合せ】
復興ボランティア支援センターやまがた
TEL: 023-674-7311
メール: kizuna@yamagata1.jp

おすすめ情報



寺小屋子ども大学特別授業「森の息吹に触れてみよう」 ～月山トレッキングと大井沢伝統工芸体験～

日時：10月14日(日) 8:00～16:00(予定)
工程：山形大学小白川キャンパス集合(8:00)～西川町志津、リフト乗車、月山中腹紅葉散策～昼食後大井沢伝統工芸品づくり～山形大学到着・解散(16:00)
参加費：1,000円(保険料、リフト代、飲み物、昼食代)
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・中・高生(小学4年生以上)
定員：先着30名
申込方法：参加者名・学校・学年・保護者名・住所・電話番号を明記の上、メール・電話・FAXでお申込み下さい。
【申込み・お問合せ】
 寺小屋子ども大学事務局 山形大学都市・地域学研究所事務局
 (山形大学人文社会科学部 松尾剛次研究室内)
 TEL & FAX: 023-628-4871 (平日午前) 担当: 結城
 E-mail: kmatsuo@human.kj.yamagata-u.ac.jp



避難者家族を結ぶ わくほこ芋煮会

日時：11月3日(土・祝) 10:00～15:00
場所：蔵王みはらしの丘ミュージアムパーク
参加費：一家族800円
持ち物：水筒・動きやすい服装・汗拭きタオル
参加人数：親子50組(先着) 申込締切：10月15日(月)
申込方法：電話・FAX・メールにてお申込み下さい。
【申込み・お問合せ】やまがた育児サークルランド
 TEL: 023-687-1720 FAX: 023-687-1721
 E-mail: homestart-yamagata@globe.ocn.ne.jp
 ★福島から参加のみなさんには、バスを準備しています。
 バス利用については、下記までお問合せ下さい。
 NPO法人ビーンズふくしま復興交流拠点みんなの家セカンド
 TEL: 024-572-4690



どこに相談したらいいかわからない… 司法書士無料相談所 にお越しください。

- 相談内容
- ・相続登記 ・借金の返済 ・家賃や敷金
 - ・会社の設立 ・カード会社とのトラブル
 - ・成年後見制度について
 - ・土地や家の名義変更について
 - ・友人とのお金のトラブル
- ※ご相談は、面談にて行います。
 予約は不要、相談も無料です。

**日時：10月18日(木) 11月15日(木)
 12月20日(木)
 平成31年 1月17日(木)**
 ※10月18日は、東根会場のみ休み
毎月第3木曜日 18:00～20:00

**場所：山形会場 山形県司法書士会館
 東根会場 東根市さくらんぼ
 タントクルセンター
 寒河江会場 フローラ・SAGAE**

【お問合せ】
 山形県司法書士会総合相談センター
 TEL: 023-642-3434



宿泊施設「あおぞら館」オープンのご案内

宿泊施設「あおぞら館」が8月1日(水)にオープンしました。保養の施設として団体様や、母子の方、ご家族でぜひご利用ください!



住所：米沢市上新田1166
**宿泊料金：大人 1泊 3,000円
 中高生 1泊 1,500円
 小学生 1泊 1,000円
 幼児 無料**
収容人数：大人12名

設備・アメニティ：

キッチン 冷蔵庫 電子レンジ 食器 洗濯機 洗剤 ドライヤー
 机 暖房設備 ウッドデッキ 絵本 本 おもちゃ ハンモック
 駐車場 自転車(大人用1台 子ども用3台)

お申込みは、お電話またはメールにて、宿泊希望日と人数をお知らせください。希望者には「捧竹(ささたけ)券」で宿泊無料となります。
 ※「捧竹券」は保養を希望する方々へ送られた善意の寄付です。ご利用の場合は、お返しにサンクスカード(200円切手付)の購入をお願いします。

あおぞら館では、随時捧竹券の寄付を受け付けております。
【お振込先】
 ゆうちょ銀行 □座記号番号 02220-4-142985
 □座名称 あおぞら館
 他銀行よりお振込みは
 二二九(二ニキユウ)店(229)当座 □座 0142985



【お問合せ】NPO法人青空保育たけの子
 TEL: 070-1143-1166 (平日9時～17時)
 E-mail: aozorakantake@gmail.com

蔵王かぼちゃスープ

<材料>

- ・蔵王かぼちゃ 1/2
- ・玉ねぎ 1/2
- ・バター 20g
- ・水 200ml
- ・コンソメキューブ 1個
- ・ローリエ 1枚
- ・冷ご飯 大さじ2
- ・牛乳 300ml
- ・生クリーム 大さじ3
- ・塩・コショウ 少々

<作り方>

- ① かぼちゃは皮をむき一口大に、玉ねぎは薄切りに切る。
- ② 温めた鍋にバターを入れ玉ねぎがしんなりするまで炒める。
- ③ かぼちゃと水、コンソメキューブ、ローリエ、冷ご飯を入れて、かぼちゃが柔らかくなるまで煮る。
- ④ 鍋の火を止めてローリエを取り、牛乳を入れてミキサーで攪拌する。
- ⑤ ④に生クリームをいれ温め直し、塩、コショウで味を調える。分量外の紅花乱花を乗せても良い。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/>

インタビュー ～ともにあゆむ～

やまがた気仙沼会 さんま祭り実行委員長補佐 佐藤 海斗 さん
 (山形大学医学部看護学科2年)

気仙沼市の潮見町出身です。小6の時に震災に遭い自宅は全壊、仮設住宅を経て新居に移りました。避難所では、他県から駆けつけた医療チームにお世話になりました。もし次の災害が起きたら、その時の恩返しをしたいと思看護の道へ進みました。

震災後は、アメリカやヨーロッパなどへ国際交流にも参加させていただきました。知り合った方々とは今でもSNSなどでつながっています。良い経験をさせていただきました。

大学では専門に入り、来年1月からの実習に向け学んでいます。課外には、障がいを持つ子どもへの支援のアルバイトをしています。将来、看護師の仕事にこの経験を生かしたいと思っています。

気仙沼会には、同じ高校の先輩に誘われて入りました。会には大人が20名、学生部も20名程います。年齢も仕事も様々な大人と関わることは、自分の成長にプラスになっています。地元への恩返しも含め、気仙沼をPRしていきたいと思っています。会では毎年9月に山形市で開催される「さんま祭り」に向けて定期的に集まっています。山形の人に気仙沼の“旬のサンマ”をぜひ味わってほしいと思っています。

【お問合せ】やまがた気仙沼会 URL：<http://with-kesenuma.net/>
 ※気仙沼出身のメンバー募集中です。



うるかむダウンロードはこちらから <http://kizuna-yamagata1.jp>

編集部だより

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



次号は 10月17日 発行です

情報提供や寄稿は
 10月3日まで
 お寄せ下さい。
 お待ちしてまーす。



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/>



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

- * 川西タリヤ園に行きました。「いちごみるく」や「ボンボンシヨ」などの名前が付いたタリヤを見ながら、食べ物を連想している自分でした。(正)
- * 今回インタビューの遊佐町西山さん宅に伺いました。ご自身で造ったお庭と、目の前に広がる鳥海山が見事でした。ツツジが咲く頃にまた伺いたい。(希)
- * 今月からスタッフとして参加させて頂いております。どうぞよろしくお願いたします。先月は台風や地震などの災害が立て続けに起きてしまいました。日頃から防災グッズの見直しなどをきちんとしておいた方がいいな！と実感させられました。(礼)
- * 三ヶタになったうるかむ。私達だけでは絶対にできなくて、多くの方々の協力や応援、そして読者のみなさんに支えられています。心から感謝です。(海)



<http://tsunagarou.net/>



「うるかむ」に掲載された今までの記事と、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。