

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 民話の里へ出かけませんか? / ニコル食堂が OPEN
- ・From 福島 【寄稿】 福島こころつなぐ広場～福島生活村 2018～
- ・From 宮城・岩手 【寄稿】 学生を連れて東日本大震災について考える
- ・みんなの声 ・しあわせココロの作り方 (75)
- ・Special Interview 鶴岡市 浅野さんご家族 ・おすすめ情報
- ・ひと休みレシピ「栗きんとんの茶巾絞り」・編集部より
- ・インタビュー～ともにあゆむ～ 羽賀 直樹さん

第103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: 2600部



民話の里へ出かけませんか?



知られており、民話の里として多くの
方が訪れています。
バスで到着した一行は、語り部の
館に移動し、昔話に耳を傾けました。
室内はかまくらのような暖かい空間
で、参加者は童心に帰っているよう
でした。物語は「むがしあつたけず
なあり」で始まり、おしまいを意味する

11月22日(木)に米沢市社会福祉協議会
の主催で、避難された方を対象としたバス
ツアーが開催され、南陽市漆山地区にある
「夕鶴の里」を訪れました。
漆山地区は明治時代に「生糸の町」とし
て栄え、県下で有数の製糸工場があり、そ
の跡地に夕鶴の里が設立されました。また、
昔話「鶴の恩返し」のゆかりの地としても



「とびんと」で終わります。「鶴の恩返し」
「蜘蛛と蜂」などの演目が、語り部の表情
豊かで、ゆつたりとした口調で語られまし
た。「おなら」を題材にした「へつたれ嫁」
では会場が笑いに包まれ、「白竜湖の琴の
音」では、湖の名前の由来になった伝説を
学び、身も心も暖かなひと時を過ごしてい
ました。
館内では生糸の原料となる養蚕について
の展示や映像見学などのほか、「はた織体
験」にも挑戦しました。両手両足を交互に
操作する「はた織機」は意外に難しく、何
回も教えてもらいながら小さなコースター
を作り上げました。
その後、南陽市内のレストランに移動し
て、ランチを食べながら交流をはかりまし
た。語り部さんの方言が話題になり、「所々
わからない言葉があったが、雰囲気はよく
伝わった。方言にも色々な違いがあって面
白い。」といった感想も聞かれ、お国言葉
の話題で盛り上がっていました。

ヴィーガンカフェ ニコル食堂が OPEN!!

うるかむ 83号 (2017年4月号) インタビューで掲載した、きくちみさおさんの
ニコル食堂がオープンしました。

山形市初! 本格マクロビ料理を明るい店内で楽しめるカフェが、嶋地区西バイパス
沿いにできました。ココロとカラダと地球に優しい暮らしを体感してみませんか。

9:00 ~ 11:00 モーニングタイム (酵素玄米のおむすび・漬物・けんちん汁セットまたは、
スコーン・サラダ・豆乳ポタージュセット)

11:00 ~ 14:00 ランチタイム
(旬のマクロビプレート、ソイミートのからあげ丼 他 ミニデザート・ドリンク付き)

14:00 ~ 17:00 カフェタイム (ニコルちゃんのおやつ 他)

ニコル食堂

山形市江俣4丁目3-13 TEL: 023-666-8256 定休日/火曜日



From 福島

寄稿

福島こころつなぐ広場 福島生活村2018



参加者は、自分達でも簡単に出来る内容なので、講座を聞いて災害時への備えを万全にしていたようです。

会場には美味しいレギュラーコーヒーの outlet や、驚異の健康植物「モリソング」のお茶コーナー、モリソングどん試食コーナー等もあり、大人も子どもも気軽に楽しめる一日となりました。

そしてもう一つの災害対策として、米沢市にて上杉鷹山公が飢饉を救うために考案した草木の料理である「かてもの料理」を作って食べる講座も楽しまれていました。

会場内では、冬休み・春休みの保養情報を紹介するブースが開かれ、まだまだ課題のある福島の中で、集った方々が力を合わせてこれからの暮らしのカタチを探る意義深い企画となりました。(ほよ太)

福島で生きるための知恵や保養情報を提供し合うため、全国の保養受入10団体を迎えて、「福島こころつなぐ広場」福島生活村2018が11月10日(土)にサンライフ福島にて開催されました。(主催：NPO法人福島の子どもたちを守る保養プロジェクト)



From 宮城 岩手

寄稿

学生を連れて東日本大震災について考える

11月24、25日東北文科大学のボランティア部32名で、東日本大震災で被害にあった南三陸町、気仙沼市、陸前高田市に訪問しました。東日本大震災のボランティア活動を始めたきっかけは、部長の私が2011年に南三陸町で1年以上のボランティア活動の経験を活かし、今の学生に東日本大震災のことを知り、学び、そして考えて今後活かしてもらいたいという想いからでした。

活動内容は大きく2つあり、現地で語り部を聞いて東日本大震災のことを知ること、現地のボランティア活動に参加して地元の方と関わることでした。

この活動を終え、参加者からは「被災地によって復興の在り方が違う」「東京オリンピックによって復興が遅れてよいか」「継続して被災地を訪れたい」「行動を移すことの大切さを学んだ」「学校の先生になったら子どもたちに防災の大切さを伝えたい」という感想をいただきました。

今回の活動を通して、東日本大震災について深く学ぶだけではなく、災害に関する意識が高まったと思えました。東北文科大学は小学校、幼稚園、保育園の先生を目指す学生が多く通学してきますので、将来子ども達に学ぶことを伝えてもらいたいと思います。



【お問合せ】
東北文科大学ボランティア部 部長 湯澤 真
TEL：090-5834-4268 / E-mail：circlejapan1@gmail.com

「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。



これから冬本番ですね。いつもより少しあたたかい感じがします。冬の楽しみをみつけてすごします。
(福島市→米沢市・40代女性)

紅葉がキレイで、すでに散り始めてかれている木も多くなってきます。冬が近づいてますね。
(福島市→米沢市・40代女性)

調査結果に対するの対応及び対策はどのようにするのか、早急に示すことが大事なことです。単なる調査で終わってはならない。

今年はあたたかい冬がきているような空気を感じます。はたして雪はどうでしょうか??
(福島市→米沢市・40代女性)

米沢の雪ははんばない。福島では想像もつかなかった大雪だ。でも7年にもなると雪国の生活にもだいがなれて来た。米沢弁も好きになった。特におしょうしなの言葉が好きだ。住めば都だ。
(二本松市→米沢市・60代女性)



シェア
コラム
乃
しあわせ
ココロの
つくりかた

もし今、悲しみや辛さの中に生きていても、未来の自分が同じように心痛めているとは限らないの。いくつもの誤解、いくつもの傷、いくつもの疼き、生きていればそんなものには数限りなく出会うもの。けれど、ほんわり愛おしい存在やほんのりと優しい時間、心とらぐ幸せな瞬間にも、同じくらいにたくさんたくさん出逢っている。

どの気持ちを持っていこうか。
どこに向かって生きていこうか。
心の軸を忘れなければ、人は幸せをなくさないよ。

誰かの言葉に乗せられるのではなく、自分の思いで生きればいい。誰かの言葉を語るのではなく、自分の言葉で語ればいい。

特別な誰かがいるわけじゃない。誰かが偉いわけでもない。けれど、誰もが特別な存在として、特別な時を過ごしている。この時代を選んで、この自分を選んで。

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

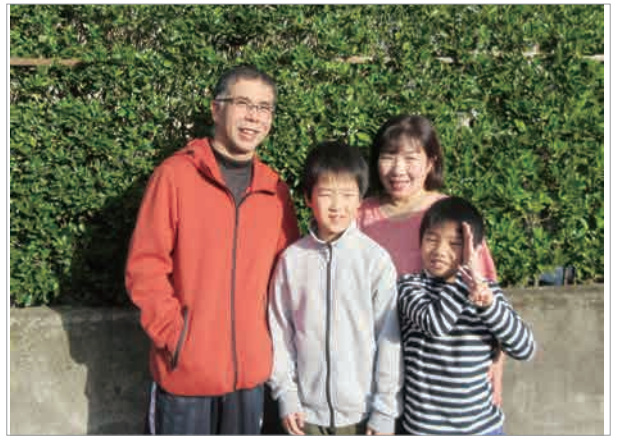


Special Interview

鶴岡市

あさの けんじ 浅野 健司 さん・かおるさん

けんた けんた 健太くん (小5) 敬太くん (小2)



Q 震災の時はどこで過ごしていましたか？

【健司さん】 出身は福島市です。震災当時は川俣町の工場に勤務しており、職場の近くの集合住宅に家族4人で暮らしていました。当日は早番で帰る直前に地震がきました。揺れがおさまってから社内の設備の被害状況を確認し、一番最後に帰宅しました。

【かおるさん】 出身は福島市です。震災前年の10月に下の子が生まれ、当時は育児休暇中で川俣町の自宅にいました。揺れがとてもしんどく感じましたが、自宅は、鉄筋コンクリートの集合住宅の一階のため、揺れはそれほどひどくなく、被害もあまりありませんでした。余震もありましたが、すぐに当時3歳の上の子を保育園に迎えに行きました。

食事はカセットコンロで作り、夜はローソクと石油ストーブで過ごしました。幸い子どももミルクも買い置きがあったため、不自由なく過ごすことができました。

Q 鶴岡市に避難したきっかけは何ですか？

【健司さん】 震災後は、仕事から帰ってくる外で作業着を脱いでから自宅に入りました。日々の生活を過ごしながらも、気持ちは落ち着かず、やはり子どもたちの事を一番に考えて、家族4人での避難を決めました。

【かおるさん】 2011年3月19日に実家がある福島市に避難しました。4月からは仕事に復帰し、子ども達は福島市の保育園に転園しました。保育園では、マスクをしての外遊びや、時間にも制限があり、のびのび自由に外遊びができる場を探していました。その時に、友人か

ら無償で空き家が借りられる情報サイトを教えてもらい、そこから現在の住まいを見つけて、2011年6月に親戚や知り合いもない鶴岡市に避難しました。



Q 避難してからはどのように過ごしていますか？

【健司さん】 すぐに、以前勤務していた同じ種類の仕事に就きました。休日は、夏は由良で磯釣りをしてエビや小鰯、いなだを釣っています。冬はスキー場や温泉に行き、家族4人でレジャーを楽しんでいます。

【かおるさん】 現在の仕事に就くまでは、鶴岡市社会福祉協議会主催の編み物教室に通っていました。集まっておしゃべりができる気軽な会で、宮城県や福島県から避難してきた方と交流をしました。当時知り合った方は帰ってしまっただ方が多く、たまにメールなどで現在も連絡をとっています。その後、子どもが幼稚園に入ったのをきっかけに鶴岡市で就職をしました。仕事を始めてからは、新たに地元の方々とのたくさんのお会いがありました。仕事先では、お野菜や鶴岡市の特産品「ただちや豆」もいただきました。

大変ありがたいです。子どものお迎えの時に声をかけてもらった近所のママ友とも仲良くしています。子ども達もすぐに鶴岡市に馴染み、自然にたくさん触れ、のびのびと育ちました。

避難者へのメッセージ

自分達にとっては、鶴岡市が第二の故郷です。避難当初は、明るくふるまっていたつもりでも、どこか暗さが残り、今でも震災の時期になると福島市に帰りたくなります。でも、3ヶ月が経つと、あと半年が経つという想いから、あつという間に7年が過ぎました。それが出来たのは、日々楽しく生活してこれたからだと思っています。皆さんにもぜひ、自分が選んだその場所で楽しく生活してほしいと思います。自分の故郷にはない物が、今住んでいる所でみつかるかもしれません。地域に根付いて健康でがんばっていきましょう。



☆浅野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

E-mail : kizuna@yamagata1.jp



おすすめ情報

福島県県外避難者心のケア訪問事業～ご自宅健康相談～

現在お住まいの地域で働く看護師がご自宅に訪問し、血圧や脈を計ったり、心身の健康相談や生活の困りごとのお話をお聞きします。訪問を希望される方は、下記連絡先までお問い合わせください。実施期間は2019年3月までの予定です。

【お問合せ】(一社)日本精神科看護協会 TEL:0120-357-257(平日8:00～17:00)

就職・転職活動に関する支援情報窓口開設のお知らせ

福島求人支援チームによる就職相談窓口が開設されました。支援対象者は、当チームが支援する福島県内企業への就職希望者と、福島県外に移転した企業への就職希望者です(就職者は福島県民であることを問いません)。山形県内への就職相談、お子様やご家族の相談も可能です。

料金:無料 ※福島被災12市町村(南相馬市、浪江市、双葉町、大熊町、富岡町、楡葉町、広野町、川内村、川俣町、飯館村、田村市、葛尾村)で働きたい方は、引っ越し代や賃貸仲介手数料・礼金等の合計額最大30万円まで補助を行う支援制度があります。(制度の利用には条件があります)

【お問合せ】経済産業省委託事業 福島求人支援チーム 就職相談窓口

TEL:0120-910-195(平日10:00～17:00 土日祝休み)

携帯、スマートフォンからの求人アプリはこちら⇒



家計とお金の悩みに関する無料相談会 【相談無料・秘密厳守】

「返しきれない借金」や「お金の悩み」のこと、専門家に相談してみませんか?

【弁護士による法律相談】

収入だけでは返済できない/返済のために借金をしている/奨学金が返せない/病気で働けない/債務整理をしたい/弁護士費用がない...

日時:1月25日(金) 10:30～15:30

場所:置賜総合支庁西置賜地域振興局(長井市高野町2-3-1 無料駐車場あり)

◆事前相談による【完全予約制】

◆申込締切 1月23日(水) 16:30まで

【ご予約・お問合せ】東北財務局山形財務事務所 理財課

TEL:023-641-5201【相談専用】

受付時間:月～金(祝日・年末年始を除く) 8:30～12:00 13:00～16:30

冬のイベント

やまがた雪フェスティバル

山形県内各地で、順次開催される雪祭りのオープニングを飾るイベント。魅力たっぷりの山形の冬を思いっきりお楽しみいただけます。

日時:2月1日(金)～2月3日(日)

場所:最上川ふるさと総合公園(寒河江市)

【お問合せ】雪祭り実行委員会(寒河江市役所 さくらんぼ観光課)

TEL:0237-86-2111



いいでどんでん平スノーパーク

スキー場では味わえないスノーモービル乗車体験やスリル満点のバナナボート、巨大滑り台体験ができます。

日時:1月12日(土)～3月3日(日)の土日祝日(平日は要予約にて対応いたします)

場所:西置賜郡飯豊町大字萩生3341

料金:入場券 大人(中学生以上)500円～こども(3歳～小学生以下)300円～

※料金は内容・状況に応じて変動しますので予約時にお伝えします。

【お問合せ】(一社)飯豊町観光協会 ☎0238-86-2411

最上川舟下り(こたつ舟)

冬は和船にこたつを用意した「こたつ舟」が登場。船中から臨む冬景色を楽しもう!(全船暖房付き)

日時:毎日運航

場所:最上郡戸沢村(戸沢藩船番所～川の駅最上峡くさなぎ)

料金:片道2,450円 小学生1,230円 幼児無料

【お問合せ】最上峡芭蕉ライン観光株式会社 ☎0233-72-2001

やままつり

東北の奇祭として全国的にも知られる小正月の風物詩です。素裸にケンダイと呼ばれるワラで作った腰ミノをつけただけの5～14歳の男児が、冷水を浴び行列し集落内を一周し神社にお参りします。

日時:1月13日(日)

場所:千河原八幡神社(東田川郡庄内町千河原地内八幡神社)

【お問合せ】庄内町観光協会 ☎0234-42-2922

【お詫びと訂正】前号(第102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:インタビュー～ともにあゆむ～(6面) 相談会スケジュール/山形市避難者交流支援センター(誤) 第1・3水曜日 13:30～16:00(正) 第1・3木曜日 13:30～16:00

栗きんとんの茶巾絞り

<材料> 20 個分

- ・ さつまいも 2本
- ・ レモン汁 1/2個
- ・ 砂糖 大さじ4
- ・ 卵黄 1個
- ・ 栗の甘露煮 10個
- ・ 塩 シナモンパウダー

<作り方>

- ① さつまいもは2cmの輪切りにし、厚めに皮をむき水にさらす。
- ② 鍋にさつまいもを入れ水とレモン汁を入れて煮る。さつまいもが柔らかくなったら、湯を捨てて砂糖と塩少々を入れて、木べらで練って裏ごしする。
- ③ ②に卵黄を加えてまぜて、再び火に掛ける。粗熱が取れたら10等分に分ける。
- ④ 固く絞ったぬれぶきんに③のをのせ、真ん中に栗をいれ、ねじって形をととのえる。仕上げにシナモンパウダーをふる。



☆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/>
 レシピ提供：在来作物案内人 鈴木淳子さん

インタビュー ～ともにあゆむ～

米沢市環境生活課 危機管理担当 羽賀 直樹 さん

生まれも育ちも米沢市で、震災時は高校生でした。地元である米沢市で仕事をしたいと思い、市役所に入庁して4年目になります。主に防災全般に関する業務と「避難者支援センターおいで」の管理運営を担当しています。

今年は全国で地震や豪雨など大規模な災害が発生しました。そのなかでも、7月に発生した西日本豪雨では、米沢市社会福祉協議会主催の災害ボランティアに参加させていただき、3泊4日で岡山県倉敷市に行ってきました。酷暑で厳しい作業でしたが、実際に被災地で見聞きしたことは貴重な経験であり、日本全国でこのような災害がないことを望むとともに、災害が発生しても被害を軽減できるよう、日ごろからの防災意識を高くもつことが重要であると感じました。

米沢市では、3.11 復興祈念事業を伝国の杜にて毎年開催しております。東日本大震災から7年以上経ちますが、震災を風化させずに、災害の教訓をこれからも伝え続けていくことが大切だと思います。

避難をされている皆様とは、おいでのクリスマス会やお茶会などを通じて交流させていただいております。何か困りごとがありましたら、「避難者支援センターおいで」へお気軽にご相談ください。



【お問合せ】

米沢市環境生活課 危機管理担当
 TEL：0238-22-5111

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



Twitter



次号は 1月16日 発行です

情報提供や寄稿は
 1月4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/>

- * 鍋のおいしい季節ですが、市販のタレも充実してますね。最近のお気に入りには「比内地鶏のタレ」です。飽きがこななくて丁度良い。みなさんは自作ですかね？(結)
- * いよいよ寒い冬に突入！昨シーズンは、お腹をこわしダウンしてしまったので、今年こそは健康管理をしながら冬を乗り切ろうと思います。(正)
- * あつという間の12月。今年は何かと「平成最後の〇〇」が目につきましたが、新しい年号も気になりますね！(礼)
- * 寒い夜はあつたかくいお風呂が恋しくなりますね。いつも同じ入浴施設に行ってしまうが、たまにはちよつと足をのばして遠くの温泉も行きたいな。(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。



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