



# なじょしたあ

米沢市社会福祉協議会  
生活支援相談員  
H29.10.2発行  
Vol. 61

友人同士、職場の仲間と、町内会、学校の保護者会などなど、いったい山形県民は、シーズンに何回芋煮会をするのでしょうか～ 新聞に芋煮会天気情報なるものがあるほど。河原に“わらわら”集まって、ワイワイガヤガヤ。鍋を囲んで笑顔満開。おいしいものをお腹いっぱい食べられることって、幸せなことですよ。一方で、まだ食べられるのに廃棄されている食品ロスは、国内で621万トン(2014年度統計)にも及ぶそうです。10月は「世界食料デー」月間だとか。食べ物の恵みに、そして美味しく食べられることに感謝しつつ、くれぐれも粗末にすることのないようにしたいものですね。



ほっこり

ゆっくり

開催報告!!

平成29年9月26日

## 温泉で しませんか!?

村山市の東沢バラ公園とクアハウス暮点に行きました。天候とバラの開花状況にも恵まれ?バラソフトクリームを求める方も。

クアハウス暮点では昼食と最上川を眺めての露天風呂を楽しんだり、差し入れの秘伝豆を味わったりと、ほっこりしていただきました。



### 『東北中央自動車道 米沢北IC～福島大笹生IC間 平成29年11月4日(土) 開通!』



いよいよ、米沢～福島間の高速道路が開通します。米沢から福島に自動車通勤されている方だけでなく、福島へのアクセスが便利となります。

新しい栗子トンネルは東北地方では、最長(8972m)の道路トンネルです。全国では5番目の長さですが、無料で走行できる道路トンネルとしては日本一の長さです。

現在の国道13号より標高を約190m下げることによって大雨や風雪による交通障害を解消し、冬季間も安定した交通機能の確保が期待されています。

米沢北IC～福島大笹生IC間(延長35.6km)の通行時間は約50分から約30分へと短縮されます。

ちなみに米沢市役所から福島市役所間の所要時間は約1時間(国道13号利用)から約40分(米沢中央IC～福島大笹生IC利用)となるそうです。

詳しくは、「国土交通省東北地方整備局」のホームページをご覧ください。生活支援相談員にお問合わせ下さい。



### “まちのお地藏さん” (健康一口メモ)

Vol.29

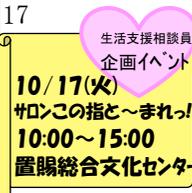
『気づき意識によって健康にその2-底つき体験について』

「自分では、自分のことをどうすることもできない」「自分の置かれている状況をどうすることもできない」という体験を「底つき体験」と言います。この底つき体験は人間がどん底から浮上していくときに不思議な力を与えます。仕事、家族、人間関係、信頼、健康、正気すべてを失って、そのあるがままの姿が、そのままに映し出される。そういう状況になって初めて働く、良心がある。「自分はとんでもないところに転落してしまった」「もうだめだ。取り返しがつかない」という絶望の間隙を縫うようにして、そのままの自分を直視する良心のまなざしが生まれます。どん底から浮上することができた人たちはそこに、自分を越えた偉大な力が働いているのではないかとすら思うようです。「今自分がここにこうしていられることが、自分で信じられない」という感慨に打たれているのです。たとえば、薬物依存のどん底から回復の道を歩んで生き残ってきた人たちは、その自分を越えた大いなる力を「ハイパーパワー」と呼んだりしています。

ひるがえってみれば、人生においてこの「底つき体験」を経験してこなかった人はいないでしょうし、今回の震災はまさに多くの方たちにとって「底つき」であり「どん底」であったと言えます。そこに不思議な力が働いていたことを誰しもが想起されるのではないかと思います。もしこの底つき体験を日常的に生きられたらどうでしょう。些細なことにつまずき、無知と無力を認め喜びながら生きられたらどうなるのでしょうか。

Dr. 小林 恒司

# 10月イベントの予定

日	月	火	水	木	金	土
1 米沢七中吹奏楽部 演奏会 14:00～ 伝国の杜置賜文化ホール  森のムッレ教室 10:00～12:00 青空保育たけの子  米沢市学童まつり 9:45～15:00 米沢市営体育館	2 マザーズおしごと相談会 セミナー10:30～, 相談11:30～ ハローワーク 米沢	3	4 きっさ万世 10:00～12:00 万世コミュニティセンター	5	6          10/7 ・吾妻祭 10:00～ 米沢女子短大・米沢栄養大	7 おきたま産直市 8:00～9:00 置賜総合支庁玄関前  生涯学習フェスティバル 10:00～15:00 米沢市営体育館内外  吹奏楽の日コンサート 10:00～16:30 伝国の杜ホール・ピロティ
8 生涯学習フェスティバル 10:00～15:00 米沢市営体育館内外  米沢フィルハーモニー管弦楽団 演奏会 14:00～ 伝国の杜置賜文化ホール  米沢四中吹奏楽部 演奏会 14:00～ 米沢市市民文化会館	9 <b>体育の日</b> 米沢一中吹奏楽部 演奏会 14:00～ 米沢市市民文化会館  アンダンテ コンサート in米沢 14:00～ 伝国の杜置賜文化ホール  10/8,9 ・吾妻祭 10:00～ 山形大学工学部	10	11 きっさ万世 10:00～12:00 万世コミュニティセンター  KMAダンスエクササイズ 10:30～12:00 万世コミュニティセンター	12 おしょうしな市 12:00～13:00 置賜総合支庁売店前  犬伏亜里ガァイリン コンサート 19:00～ カフェハウス・パルクセ	13 ままカフェサロン 10:00～14:00 置賜総合文化センター  ふくしま・介護職員就職 相談会 13:30～16:00 ハローワーク 米沢	14 米沢三中吹奏楽部 演奏会 14:00～ 伝国の杜置賜文化ホール  野菜づくり 10:00～12:00 フードバンク山形  三看祭 10:00～15:00 三友看護専門学校
15 いも煮会(教職員組合) 10:00～13:00 松川河川敷  ドラマチック戎市 10:00～15:30 桐町通り 商店街路上  フルトと手作り楽器コンサート 13:00～, 15:00～ 座の文化伝承館	16  10/15 ・たけの子祭り 9:00～14:00 青空保育たけの子 ・マツシ&サイクリング in米沢 8:30～14:00 米沢市役所周辺 ・米沢二中吹奏楽部演 奏会 14:00～ 米沢市市民文化会館	17 	18 きっさ万世 10:00～12:00 万世コミュニティセンター  まちの保健室 10:00～12:00 万世コミュニティセンター  ふくしま就職応援センター 相談会13:00～15:00 置賜総合文化センター	19 華の会体験教室 13:30～15:30 置賜総合文化センター  弦楽四重奏コンサート 17:00～ グラントホクヨウ	20 まいどや大感謝祭 10:00～18:00 まいどや彩菜館    10/21 ・まいどや大感謝祭 10:00～18:00 まいどや彩菜館	21 福島県交流会 14:00～16:00 置賜総合文化センター  空と土の交流広場 10:00～12:00 青空保育たけの子  やまがたフラワーフェスティバル 10:00～16:00 ホテルモントビュ米沢
22 児童会館祭 9:30～17:00 米沢市児童会館  やまがたフラワーフェスティバル 9:30～12:00 ホテルモントビュ米沢  おもちゃ病院 13:30～15:30 すこやかセンター	23	24 米沢栄養大学公開講座 物質と原子18:00～19:30 米沢栄養大学	25 きっさ万世 10:00～12:00 万世コミュニティセンター	26 おしょうしな市 12:00～13:00 置賜総合支庁売店前	27 ままカフェサロン 10:00～14:00 置賜総合文化センター    10/28 紋切りあそび 13:30～16:00 伝国の杜体験学習室 米沢フルト音楽研究演奏会 14:00～ アクティ米沢	28 食農教室 10:00～12:00 青空保育たけの子  野菜づくり、食事会 畑10:00～, 食事12:00～ フードバンク山形  まちなかアート市場 10:00～16:00 東條ふれあいプラザ
29 太鼓まつり 12:30～15:30 六郷小学校体育館  まちなかアート市場 10:00～16:00 東條ふれあいプラザ  Jazz Café Live 18:30～ 伝国の杜ミュージアムカフェ	30 借金と心の巡回無料 相談会10:30～16:00 置賜総合支庁    10/29 劇団ぬーぽ公演 13:30～ 米沢市市民文化会館	31 米沢栄養大学公開講座 自然環境と生命18:00～19:30 米沢栄養大学				

☆上記予定は申込みや参加費等が必要なものもあります。

詳しくは 米沢市社会福祉協議会 生活支援相談員までお問い合わせ下さい。

TEL 0238-24-7881

## 編集後記

「うめえげんどもスープのごすじゃあ」米沢弁で書かれたプラスチックのこのカード、市内のいくつかのラーメン店に置かれています。これ、なんでだべ〜と思いますか？ その心は、『おいしいのですが、私は健康(減塩・適塩)のためにあえてスープを残します。』ラーメンを食べた後、帰りに言葉に替えてこのカードをテーブルに置きます。「スープは店にとって命、全部飲んでもらえば嬉しいが、お客様が健康で永く店に来てもらいたい。」との思いから、米沢の製麺会社が考案しました。お客さんにとってもラーメン店にとっても、やさしく寄り添ったアイデアだと感心しました。皆さん、これからも米沢ラーメンと永いお付き合いを！

(9月21日の福島民友の第一面記事から拝借してしまいました)

