

# 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 さくらんぼ狩りとまほろばの里巡り/初夏の千歳山
- From山形/福島の10年 写真展
- ココロとカラダとお金のメイクバランス
- みんなの声(キャンドルナイト「追悼・復興への祈り」の会場から)
- しあわせココロの作り方(106)
- インタビューこれまでの10年/塩川 嘉徳さん・千夏さん
- おすすめ情報 ●ひと休みレシピ「ピクルス」
- インタビュー～ともにあゆむ～/山口 大希さん ●編集部より

## 第134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: 2100部

Fromやまがた

## さくらんぼ狩りとまほろばの里巡り



離れたところにも猫の宮があり、そこでもまた猫たちの写真で埋め尽くされました。

6月25日(金)、米沢市社会福祉協議会主催『さくらんぼ狩りとまほろばの里巡り』が開催されました。前日までの大雨で天気も心配されましたが、雨も上がり梅雨の隙間の良い天気となりました。

コロナウイルス感染症対策はしっかりと取られ、バスに乗り込むたびに手指の消毒がなされました。

初めに訪れた犬の宮では、澄み切った空気の中西段を登りようやく犬の宮に到着。コロナによる在宅生活が長かったためか、階段を登るのには多くの人が大変だったようです。

境内に着くと、お参りに来た方々が貼っていたと思われる数多くの犬の写真がありました。「何回か高畠町には来ているけど、こんな素敵なところがあったなんて知らなかった」「静かで緑がとてもきれいな」という声が聞こえてきました。また、少し

次は待ちに待った、まほろば観光果樹園さんでのさくらんぼ狩りです。今年は置賜地区でも霜の被害にあい、収穫が見込めない中、特別にさくらんぼ狩りを受け入れていただいたそうです。参加者の皆さんは、思わず「あま〜い」「大き〜い」と声を上げながらさくらんぼの味を堪能していました。

昼食は高砂屋珈琲店で「昔懐かしのナポリタン」をいただき、その後、安久津八幡神社で満腹のお腹を抱えての程よい散歩コース。三重塔や古墳、復元住居など自然と歴史に浸りました。まほろばの高畠町を十分に楽しむことが出来た旅となりました。



Fromやまがた

## 初夏の千歳山



千歳山は山形市の東部に位置し、標高は471mと小ぶりな山ですが、山形市のシンボルとして親しまれています。アカマツが多く自生し、阿古耶姫の伝説でも知られています。

本紙うるかむ編集部は千歳山の麓にあり、スタッフが毎日見上げていますが、今回は登頂にチャレンジしてみました。頂上までは40分程ですが、適度な勾配があり日頃の運動不足解消にピッタリ。野鳥のさえずりを聞き、新鮮な山の空気を吸い、眺望ポイントからは山形市街が一望できます。

登山口もいくつかあり、頂上まではキツイという方には中腹を周遊するコースがおすすめです。お休み処として、麓には山形名物「玉こんにゃく」のお店もあります。この時期は軽装で行けるとは思いますが、虫よけに長袖のウェアや、水筒、クマよけの鈴などがあるといいかも。滑る箇所もあるので登山用のシューズを忘れずに。



Fromやまがた

# 福島の10年 写真展

プラットホーム・キビタキは今年度より福島県外避難者支援事業を開始し、9月30日まで同所内にて写真展を開催しています。作品は東京都在住の写真家、烏賀陽弘道さんが撮影し、トークショーのために来られた際にお話を伺いました。烏賀陽さんは朝日新聞の編集部などを経て、フリーの写真家として活動し、東日本大震災後は福島県の浜通り地域を訪れ、以後10年間、復興や原発の現状を撮り続けてきました。

震災時に原発事故のニュースを知り、歴史に残る出来事だと感じ、写真家として後世に伝えたいとの一心で撮影を続けてきたそうです。

写真にはコンビニやドラッグストア、美容院など日常的な街の風景が多く撮影されています。同じ場所を撮り続けることで、年を経るごとに移り変わる様子を見て、身近に感じてほしいとの思いを語っていただきました。

これまでに撮った写真は40〜50万点ほどあり、10月に第2弾、来年1月に第3弾の写真展を予定しています。また、震災についての出前講座も承っています。詳しくは事務局にお問合せ下さい。



【お問合せ】プラットホーム・キビタキ  
住所：山形市五日町7-18-102 TEL：080-6005-8438  
開館：月～金…10時～16時/土・日…お問合せ下さい。

寄稿



ココ

と



カラダ

と



お金

の  
バ  
ラ  
ン  
ス  
ク

今回は、住宅取得の際のお得な制度等についてご紹介します。詳細までご紹介できませんが、締め切りが迫っているものが多いのでお気を付けてください。

まず、住宅ローン減税(住宅借入金等特別控除)の特例措置が10年間から、13年間に延長されています。ただし、新築住宅は21年9月末、分譲住宅・既存住宅は21年11月末までに契約し、住宅取得から6ヶ月以内、遅くとも22年12月末までに入居することが必要です。特例を受けることができる床面積の制限も緩和されています。

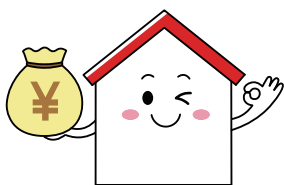
また、すまい給付金の適用期間も延長されました。こちらも、22年12月末までの入居が期限です。

親等から住宅取得資金の援助を受けた場合の贈与税非課税の制度も、昨年とほぼ同様の内容で延長されています。

さらに、コロナ禍の経済対策として、グリーン住宅ポイント制度ができました。こちらは、21年10月末が契約・ポイント申請期限です。

住居取得を考えている方は、制度を利用できないか調べてみてくださいね。

もちろん、住宅は大きな買い物なので焦って契約して、後から後悔してしまつては本末転倒です。ライフプランをじっくり練りながらご検討ください。



ファイナンシャルプランナー/心理カウンセラー 庄司 あきこ  
E-mail: info@therapist4everyone.com

3.11忘れません!復興のために  
これからも応援していきます。  
(山形市・女性)

東日本大震災を忘れないで、日々災害等に備え  
ていきたいです。避難者の方々に寄り添って、  
心の痛みがわかってあげられるようなことをい  
つかできたらいいなと思います。コロナに負け  
ないように頑張りましょう!!  
(山形市・女性)



2021年3月11日、東日本大震災  
から10年を迎えキャンドルナイ  
ト「追悼・復興への祈り」が山  
形市文翔館前広場で行われま  
した。来場した方からのメッ  
セージをご紹介します。  
(一部掲載)

太陽が昇らない夜はありません。明  
るく、伸びやかに毎日を生きていき  
ましょう。被災された方々が、早く  
笑顔で過ごせますように…。  
(天童市・男性)

震災から10年が経過しますが、  
復興も道半ば、もう少し一緒  
がんばりましょう!!  
(福島県・男性)

愛  
(山形市・女性)

がんばろうね。  
(女性)

熊本に居たときにテレビで  
見て大変だと思いました。

東北の復興を願って  
います。いつまでも応援し  
ています!  
(山形市・女性)

忘れません。東北はひ  
とつです。  
(南陽市・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!



しあわせ  
ココロの  
つくりかた

しあわせの数をかぞえる 毎日さまざまに訪れる  
ちっちゃなしあわせを ひとつひとつ丁寧に味わって  
今日もね ありがとうって 一日の終わりを迎えよう  
でもね でももし しあわせの数をかぞえることすら 辛くなってしまうたら  
そんな時は 無理をして 探さなくていいよ  
辛い時はつらいつて 悲しい時はかなしいつて 泣いていい 叫んでもいい  
だから 一人で抱え込まないで 閉じた世界へいかないで  
今はまだ独りぼっちと感じているかもしれないけれど 誰もわかってくれない  
誰にも伝えたくないと思っているかもしれないけれど  
まだ見知らぬ誰かが 必ずその先にいる  
いつか必ず  
約束した君に出逢う日がくる その未来を信じて  
今日を堪えて生きてほしい  
いつか必ず  
その手を繋ぐ その心を温める  
出逢いが訪れるから…  
未来の自分を信じて 未来の君を信じて

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  
ブログ「しあわせこころのつくり方」<https://nekota-nekokichi.hatenablog.com/>

Interview

これまでの

10年

Dining café-barアトリエ・パッション(長井市)

しおかわ よしのり ちなつ  
塩川 嘉徳さん・千夏さん



**Q** 10年間長井市で暮らしていかがですか？

3年目にこの店を開店できました。私は相馬から来たので、今思えば避難はしてきたものの、特別ではなく普通の大変さでした。特別ではないと思う、どんな前に進むしかありませんでした。最近では熊本やほかの地域でも大きな災害が多発していて、そっちの方が大変だと思っています。

冬は、雪片付けがとても大変で、雪片付けだけで1日が終わってしまうこともあり、へとへとになります。むしろ雪かきの方が、慣れない私たちにとって大変だった気がします。

**Q** 新型コロナウイルス感染症の影響はいかがですか？

ようやく経営も順調になってきたところでの時短営業の要請だったので、昨年からはじまったコロナの影響の方がとても大きく感じています。飲食店にとっては本当に死活問題です。

最初の緊急事態宣言による時短営業の要請から、



食べたい方が多いように感じています。未だコロナは全く先が見えない。原発は先が見える気がしました。

**Q** お子さんの様子はいかがですか？

避難してきたときは、2歳でしたが今は中学1年生になりました。当時のことはほとんど覚えていない事が良かったと思っています。中学校では卓球部に入り、毎日練習を頑張っています。同じく避難してきた子と偶然クラスも部活も一緒に仲良くしているので、安心しています。

子供会もありますが仕事で中々参加できなくて、1年に1回位しか参加できませんでした。でも長井市の黒獅子祭りはとても良い経験になったと思います。昔からの伝統芸能に参加できたことは、素晴らしいことだと感じています。娘自身も楽しんでるようです。

**Q** 地元の方とのつながりはどうですか？

皆さんとても親切な方が多く安心して暮らしています。

長井市民は、知らない人でも挨拶をしてくれ

り、親でなくても子供たちみんなを見守ってくれるので、子供を育てるにはとても良いところだと感じています。

**Q** 今後についての考えを聞かせてください

「今後」というのは全く考えられないです。コロナが少し落ち着いてきて、人の動きが出てきたので最近ではようやくお客様が来てくれるようになりましたが完全に収束するまでは、営業を続けるかどうかの判断が出来ません。閉鎖することも視野に入れて日々営業を続けています。

避難者の方へ

仕事柄、新潟や山形市で働いた経験があります。賃金の格差が大きく、雪のある地方ではスタッドレスタイヤをはじめ、雪のない地方に比べると経費がかかることも事実です。戻りたい気持ちもよくわかりますが、山形に残れるのであれば、苦労することもありますが、山形の良いところを見つけて、地域の特徴、性格を理解して暮らせば楽しいと思います。



Dining café-bar アトリエ・パッション

営業時間 11:30~14:30(ラストオーダー14:00)  
17:30~21:00(ラストオーダー20:30)

定休日 火曜日

住所 〒993-0011 長井市館町北6-14

TEL/FAX 0238-84-2125

おすすめ情報

「ここふく@やまがた」相談支援室からのお知らせ

NPO法人山形の公益活動を応援する会・アミルでは、2016年から福島県からの避難者向け相談支援室「ここふく@やまがた」相談支援室を(月・火・木9:00~17:00)開設しています。常設の相談室だけでなく、相談会や交流会等を通して、様々な思い、悩みを持っている避難者の方が安心して「これからの生活」を送ることが出来るよう、お手伝いをさせていただきます。

避難されているみなさんのための交流の場(わくわくのたねの会)を開催しています。今年度より、佐藤・阿部が担当しています。みなさんお気軽にお越しください。

開催日時

令和3年 9月14日(火) 10:00~12:00  
 11月9日(火) 10:00~12:00  
 令和4年 1月11日(火) 10:00~12:00  
 3月8日(火) 10:00~12:00

場所

「ここふく@やまがた」事務所(NPO法人アミル内)  
 山形市双葉町2-4-38 双葉中央ビル3階  
 ※準備の都合上、参加ご希望の際は事前にお申込みをお願いします。

【お申込み・お問い合わせ】

NPO法人山形の公益活動を応援する会・アミル  
 TEL:023-674-0606 FAX:023-674-0808  
 E-mail:soudan@amill.org



原子力損害賠償紛争解決センター(ADRセンター)からのお知らせ

「東京電力からの損害賠償に不満がある」「東京電力へ賠償請求すべき損害がまだある」とお考えの方へ

ADRセンターを利用してみませんか？

東京電力から賠償金を受け取られた方も、話し合い中の方も、まだ話し合いをしていない方も、どなたでも申立てをすることができます。

ADRセンターは

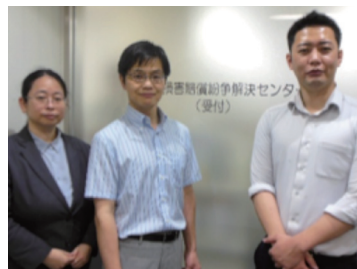
東京電力とは全く別の**公的機関**で申立費用は**無料**です。

中立・公正な立場で皆様と東京電力との賠償の**話し合い**が**まとまるよう**仲介します。

申立てのあった事例のうち**約8割**で**和解**が**成立**しています。

ADRってどんな手続き？

- 裁判より簡単で、手続きは非公開です。
- 弁護士を立てず個人での申立てが可能です。
- 詳しい証拠資料がなくても申立てを受け付けています。
- 原発事故から10年がたちましたが、申立てを受け付けています。



(左から、額田調査官、楢竹室長補佐、出口調査官)

早目の申立てをお勧めするので、まずはお気軽にお電話ください！



◇申立てに関する問い合わせ窓口◇

文部科学省原子力損害賠償紛争解決センター  
 TEL 0120-377-155(平日午前10時~午後5時)  
 申立書の書式は、ホームページからダウンロードいただくか、お電話いただければ、郵送いたします。

## 材料

- |                |              |                        |
|----------------|--------------|------------------------|
| ・キュウリ…小2本      | [ピクルス液]..... |                        |
| ・長いも…20g       | ・水…100ml     | ・鷹の爪…2本                |
| ・こかぶ…2個        | ・リンゴ酢…140ml  | ・蜂蜜…大2                 |
| ・プチトマト…4個      | ・砂糖…20g      | ・レモン…少々                |
| ・レンコン…1/2個     | ・塩…少々        | ・グラマルニエ※…少々            |
| ・ブラックペッパー…10粒～ | ・ベイリーフ…2枚    | ※リキュール的一种。お好みで入れなくても可。 |

## 作り方

- 鍋にピクルス液(レモン・グラマルニエを除く)を入れ中火にかけ砂糖と塩と蜂蜜が溶けたら冷ましておく。冷めたらホール・ブラックペッパー10粒前後入れる。
- 野菜は下処理をし塩(分量外)を少々入れた熱湯にさっとくぐらせ
- ②を密閉容器に入れ①を注ぎ半日ほどおいて味をなじませる。



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卓」もご覧ください  
<http://ameblo.jp/hanamizuki-junko/>



山形県社会福祉協議会 復興支援員  
山口 大希 さん



【お問合せ】山形県社会福祉協議会  
TEL:023-626-1622  
(復興支援員 携帯番号) TEL:090-5231-5638  
LINE ID:Fukkou006

天童市の出身です。県社協に勤務して7年目になります。人材研修部や総務企画部を経て、現在は地域福祉部に所属し、ボランティア業務や復興支援員として避難者支援に携わっています。昨年は令和2年7月豪雨により県内でも被害が発生し、新型コロナ禍の中、災害対応業務を行いました。

私が東日本大震災を経験したのは、東京への大学進学を控えた頃でした。予定された入学式も中止となったことを覚えています。大学ではスポーツや教育について学び、その時の経験は現在の福祉の仕事にも活かせる部分が多いと感じています。

学生時代は硬式テニスに打ち込み、現在は母校でコーチとして後輩の育成に携わっています。

震災から10年が経ちましたが、コロナ禍の影響もあり、避難されている方の現状も見えにくくなっていると感じています。このような中でも、山形は地域のつながりや支え合う力は強いと感じています。これからも人の温かさや、食のおいしさなど山形の良いところに触れ、楽しみを持ちながら生活していただきたいと思います。今後も県内の生活支援相談員や支援機関と連携し、住みやすい環境づくりのお役に立ちたいと思っています。

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  
**8月18日**  
発行です

情報提供や寄稿は  
8月4日まで  
お寄せ下さい。  
お待ちしております。

◆賛否ありましたが、オリンピックも開幕の時期。バドミントン、テニス、卓球、ゴルフなど見たい競技はたくさんある。アスリート頑張れ! (結)

◆7月よりお手伝いさせていただくことになりました青柳です。頑張りますので、よろしくお願いいたします(青)

◆ワクチン接種は済みましたが? ようやく私にも順番が回ってきました。とは言え、予約が終わったばかりで、まだ来月の事ですが…2回目は9月になってしまいます(奈)

◆きちんと手入れもしていないのに、今年はわが家のブルーベリーが豊作です。パクパクつまみながら今日もパソコンと向い合っています(森)

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3丁目14番69号「復興ボランティアセンターやまがた」  
TEL.023-674-7311 FAX.023-674-7312  
E-mail/kizuna@yamagata1.jp WEB/http://kizuna.yamagata1.jp/



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



<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。

