

**福島県より/高校受験**

**◆◇福島県立高等学校への受験を考えている  
福島県外に避難されているみなさまへ◆◇**

福島県教育委員会では、高校入試関連情報を福島県教育庁高校教育課Webページに掲載しています。ぜひご利用ください。ご自宅にネット環境が整っていない方には、資料を差し上げますので、山形市避難者交流支援センタースタッフまでお声掛けください。

**【資料の主な内容】**

- ◎平成28年度 福島県立高等学校入学者選抜実施要項
- ◎平成28年度 福島県立高等学校入学者選抜日程
- ◎県立高校入試早わかり
- ◎県内外へ避難されている受験生のみなさんへの受験案内
- ◎震災により避難されている生徒の出願に関する弾力的な取扱い
- ◎出願について/Q&A . . . 他



がんばれ  
受験生!



**【お問合せ先】**

福島県教育庁高校教育課 高校入試担当 ☎024-521-7772

WebページURL <http://www.koukou.fks.ed.jp/>

**岩手県より/高校受験**

**◆◇岩手県立高等学校への受験を考えている  
岩手県外に避難されているみなさまへ◆◇**

岩手県教育委員会では、県立高校の募集要項を岩手県学校教育室Webページに11月中旬より掲載します。ご検討中の方は要項をご覧の上、お問い合わせください。ご自宅にネット環境が整っていない方には、山形市避難者交流支援センターにて、資料をプリントアウトいたしますので、スタッフまでお声掛けください。



**【お問合せ先】**

岩手県教育委員会学校教育室 高校教育担当 ☎019-629-6141

WebページURL <http://www2.iwate-ed.jp/sed/index.html>

**宮城県より/高校受験**

**◆◇宮城県立高等学校への受験を考えている  
宮城県外に避難されているみなさまへ◆◇**

宮城県教育委員会では、県立高校の募集要項を宮城県教育庁高校教育課Webページに掲載しています。ご検討中の方へは、個別のケースに合わせて対応いたします。要項をご覧の上お問い合わせください。ご自宅にネット環境が整っていない方には、山形市避難者交流支援センターにて、資料をプリントアウトいたしますので、スタッフまでお声掛けください。



**【お問合せ先】**

宮城県教育庁高校教育課 教育指導班 ☎022-211-3624

WebページURL <http://www.pref.miyagi.jp/soshiki/koukyou/>

## 福島市より

### ◆◇福島市相談窓口 開設日変更のお知らせ(再掲)◇◆

福島市では、山形市避難者交流支援センター内に現在開設している「福島市相談窓口」の開設日を下記の通り変更いたします。

☆開設日：12月より第1・第3水曜日（祝日、休日を除く）  
午前10:30～午後3:00

- ◎開設日変更に伴い、子ども医療費等の申請書提出に支障が出る場合は、福島市直送用封筒（切手不要）にて郵送お願いいたします。  
※封筒は、山形市避難者交流支援センターに設置中です。
- ◎その他の行政相談につきましては、直接お電話にて対応いたしますので、お気軽にご連絡ください。
- ◎交通機関等の状況により、遅れや中止の場合もありますのでご了承願います。

【当面の日程】

12月	2・16日
1月	6・20日
2月	3・17日
3月	2・16日



#### 【お問合せ/連絡先】

福島市 市民部生活課 避難者支援係 ☎024-563-3705

## 健康

### ◆◇まちの保健室スペシャル カラダの声を聞いていますか？ ～肩こり・冷え・不眠…お悩み別、簡単☆ヨガ体験～◇◆

冬の始まりは身体も心も縮こまってしまいがちです。11月のまちの保健室では、簡単なヨガの体験を行います。症状に合わせたリラクゼーション法を学びませんか？ カラダの緊張をほぐした後には、さとカフェ特選ハーブティーでココロも緩やかに。覚えた動作をご自宅でも繰り返すことで、気になる症状が和らぐことが期待できます。頑張ってる自分に、カラダと向き合うひとときを。

☆11月27日(金) 午前10:30～12:30

☆会場：山形市避難者交流支援センター さとカフェ内

☆内容：①簡単ヨガ体験コーナー

②健康チェック/健康相談…血圧・体組成計による測定など

※体組成計をご利用の際は、裸足になれる服装でお越しください

③ハンドマッサージでリラックス

④看護の仕事に関する相談



#### まちの保健室スペシャル☆簡単ヨガ体験 講師：日本ヨガ療法学会認定ヨガ療法士

清石 道夫氏

①10:30～10:50 肩こり・腰痛にお悩みの方へ

②11:00～11:20 冷えが気になる方へ

③11:30～11:50 夜ぐっすり眠りたい方へ

どれもイスに座っておこないますので、年齢、性別を問わずにご参加いただけるメニューです。

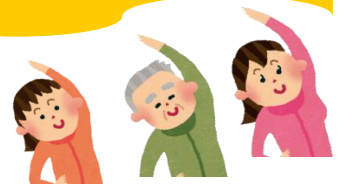
☆当日受付、申込みは要りません。

☆参加したい回のみ、または①～③通してなど、自由参加制。

参加希望者が多い場合は、受付順とさせていただきます。

☆持ち物：特にありません。動きやすい服装でお越しください。

参加者全員に、  
「簡単ヨガDVD」プレゼント



## 地域別交流会

## ◆◇浜通り・双葉郡交流会 ～冬に備えた健康講座～◇◆

福島県浪江町との共催で交流会を開催します。地元とは気候の違う山形の冬に備えて、医師による「健康講座」つきです。講座の後は昼食会で秋の味覚を楽しみましょう。山形市外からのご参加も大歓迎です。お誘いあわせのうえお出掛けください。

☆11月28日(土)午前11:00～午後1:30

☆会場：山形市避難者交流支援センター  
(第2会議室)

☆対象：福島県双葉郡ご出身の方  
福島県浜通り地方ご出身の方  
山形市外からのご参加もOKです

☆軽食つき：一品持寄り大歓迎です！

☆申込み：避難者交流支援センター  
11/25(水)〆切(電話申込OK)  
☎023-625-2185

## ●冬に備えた健康講座

講師：公立置賜総合病院 久下淳史医師



- ・肩こりや腰痛にはどんな対処方法があるの？
- ・AEDってどんな時に、どうやって使うの？
- ・血圧を安定させる生活習慣とは？ …など



日頃のお悩みや疑問にお答えします。  
元気に冬を乗り越えましょう。

※12月の浜通り交流会は年末につき、お休みとさせていただきます。

## セミナー/交流会

協力：ビーンズふくしま

## ◆◇帰福ママ情報交換会シリーズ ～その①～開催◇◆

震災から4年半が経過し、この年末や年度末を目途に福島での生活を考えておられる方、また、借上げ住宅制度の終了時期やこどもの進学など、さまざまな理由で迷っておられる方も多いのではないのでしょうか。今年度は12月～3月に「帰福ママ情報交換会」を全3回シリーズで開催します。3回すべて、またはご都合に合わせてなど、参加の仕方は自由です。帰還後の気になることについて、ご参加のみなさんと、ままカフェ@ふくしまスタッフ(自主避難経験者もいます)で意見交換(テーマトーク)をしませんか？

みんなはどう思う？  
みんなはどうしてる？

## 帰福ママ情報交換会シリーズ(その①)

☆12月2日(水)午前10:20～午後1:00

☆会場：山形市避難者交流支援センター

☆対象：福島県から自主避難中の方

☆内容：①避難ママの体験談「帰福後のふくしま生活」  
②テーマトーク「食」「子育て」「人間関係」…  
みなさまの気になることについて意見交換  
③ランチタイムもトークタイム



☆軽食ランチつき

☆託児はありませんが、お子さまとご一緒に参加を希望される方はご相談ください。

☆申込み：11/29(日)〆切(電話申込OK)

帰福ママ情報交換会の後は

12/2 13:30～福島市相談窓口にて  
「福島市の取組みについて」

12/10(木)

13:00～「ふくしま就職相談会」

13:30～「福島県相談窓口/毎週木曜」  
も、ぜひご利用ください。

【帰福ママ情報交換会シリーズ】

☆その②…1月下旬(予定)

☆その③…3月上旬(予定)

②③内容：たっぷり「テーマトーク」

## 福島県より/就労

さとカフェ同時開催

協力：ふくしま就職応援センター

## ◆◇ふくしま就職相談会スペシャル ～就活セミナー開催～◇◆

12月は「帰福ママ情報交換会」に連動して、就活セミナー付きの拡大版で開催します。福島県内の求人情報や、ご希望の業種のマッチングなど、個別のご相談にも応じます。「現状を知りたい」「今後の参考に」など、お急ぎでない方のご参加も大歓迎です。お気軽にお越しください。

☆12月10日(木) ①午後1:00～2:00「応募書類の書き方セミナー」

②午後2:00～4:00「個別相談」※お一人様1時間程度

☆場所：山形市避難者交流支援センター、および第2会議室

☆対象：福島県内での就職をお考えの方

☆予約優先制・当日申込もOK

☆申込み：山形市避難者交流支援センターまで(電話申込OK)

1月以降も、相談会や  
セミナーを開催します。





# 交流会

## ◆◇だかしや楽校～親子で楽しいクラフト屋台～(再掲)◆◇

おとなも子どもも思わず夢中になる人気のクラフト屋台が登場です。身近な材料で作れますので、アイデア次第でどんどんアレンジしてみてください。大人だけの参加も大歓迎！お孫さんへの手作りプレゼントなどいかがですか？

☆11月15日(日)午前10:30～12:30 ☆会場：山形市避難者交流支援センター

- ☆楽し懐かし☆プラバン
- ☆カラフル☆手作りスライム風船
- ☆12:30～みんなでランチタイム ※ランチはご持参ください



☆申込み不要。直接会場へお越しください。



### 11～12月のセンターイベント予定

☆詳細はお知らせの記事をごらんください☆

11/15	日	<b>だかしや楽校 (10:30～12:30)</b> 楽しいプラバン&手作りスライム ランチタイムもあるよ♪ 申込不要・当日受付
27	金	<b>さとカフェ (10:00～15:00)</b> 秋のドリンクおかわり自由♪ 申込不要 ※お気軽にお立ち寄りください
		<b>まちの保健室 (10:30～12:30)</b> 簡単ヨガ体験☆肩こり、冷え、安眠のために 体組成計でカラダ年齢をチェックしてみよう 看護の仕事のご相談もお受けします 申込不要 ※お気軽にお立ち寄りください
28	土	<b>浜通り・双葉郡交流会 (11:00～13:30)</b> 冬に備えた「健康講座」&「交流会」 一品持ち寄り大歓迎！ 申込：11/25×切 ※軽食つき
12/2	水	<b>帰福ママ情報交換会 (10:20～13:00)</b> 帰福ママの体験談「帰福後のふくしま生活」 気になるアレコレについて「テーマトーク」 申込：11/29×切 ※軽食つき
10	木	<b>さとカフェ (10:00～15:00)</b> 福島県相談窓口もご利用ください 申込不要 ※お気軽にお立ち寄りください
		<b>ふくしま就職相談会SP (13:00～16:00)</b> <b>スペシャルセミナー「応募書類の書き方」</b> 福島県内での就職に関する個別相談 予約優先 当日受付も可
11	金	<b>さとカフェ (10:00～15:00)</b> あったかドリンクおかわり自由♪ 申込不要 ※お気軽にお立ち寄りください
		<b>まちの保健室 (10:30～12:30)</b> 体組成計でカラダ年齢をチェックしてみよう 看護の仕事のご相談もお受けします 申込不要 ※お気軽にお立ち寄りください
17	木	<b>さとカフェ (10:00～15:00)</b> あったかドリンクおかわり自由♪ 福島県相談窓口もどうぞご利用ください 申込不要 ※お気軽にお立ち寄りください
☆申込み/問合せ：山形市避難者交流支援センター ☎023-625-2185		

### イベント情報

### コンサートへ 20名様ご招待

#### ◆◇マリンバピアチェーレ

#### ～音楽と絵本の贈り物～(20名様ご招待)◆◇

家族みんなで楽しめるマリンバの演奏と、絵本の読み語り。人気のぐりとぐらもやってくる！マタニティママ、0歳の赤ちゃん、お兄ちゃん、お姉ちゃん、みんなおいで♪

☆11月29日(日)午前10:30開演

☆会場：遊学館ホール

☆主催：マリンバ ピアチェーレ

☆参加ご希望の方はお電話にて事務局にお申込みください。チケットは当日に受付でお渡しします。

☆申込み：☎0190-5234-1223 (木村)



### 風邪の予防に

うがい手洗い忘れずに



センターからのお知らせ  
次回は11月24日発行予定です



## 山形市避難者交流支援センター

開館時間 午前9:30～午後5:00

〒990-0075 山形市落合町1

山形市総合スポーツセンター3F

TEL: 023-625-2185 FAX:625-2191

月曜日休館 (月曜日が祝日の場合は翌日休館)

水曜日 福島市職員による相談窓口開設 10:30～15:00

木曜日 福島県職員による相談窓口開設 13:30～16:00

