

4月&5月イベントの予定

4月	5月
15月・ヨガ療法(10時~12時) 置賜総合文化センター	2木・米沢上杉まつり・武禊式軍団行列 (16:30~)上杉神社→上杉家廟所 ・武禊式(18:30~)松川河川敷
18木・押し花教室(13:30~15:30) 置賜総合文化センター	3金・みこし渡御(9:30~)南部小前スタート ・上杉軍団行列(10:20~) まちの広場スタート ・川中島合戦(14時~)松川河川敷
19金・野の花交流会(10時~12時) 置賜総合文化センター ・「八重の桜」~新島八重の生涯 (18時~20時)伝国の杜 大会議室 ・「森山良子コンサート2013~エターナリー~」 (18:30~20:30)米沢市市民文化会館	6月・興譲館高校吹奏楽研究クラブ演奏会 (14時~)米沢市市民文化会館
20土・森の手づくり市(10時~14時) 森のアトリエ「COME&REST」	16火・絵手紙教室(13:30~15:30) 置賜総合文化センター
21月・原発被害救済山形弁護団相談会 (13:30~15:30)置賜総合文化センター	19日・ドラマチック戎市(10時~16時) 桐町通り
27土・原子力損害賠償支援相談会 (10時~16時)置賜総合文化センター ・さよなら原発 米沢のつどい (15時~17時)置賜総合文化センター ・避難パパ集まれ!男の交流会 (18時~)家庭料理居酒屋「よねざわ村」	20月・ヨガ療法(10時~12時) 置賜総合文化センター
28日・米沢吹奏楽愛好会スプリングコンサート (14時~)米沢市市民文化会館 ・窪田宏ElectoneLIVE(15時~) 置賜総合文化センター	24金・原子力損害賠償支援相談会 (10時~16時)置賜総合文化センター ・この指と~まれ!!(10時~14時) すこやかセンター
29月・米沢上杉まつり・開幕祭 (10:30~)伝国の杜周辺	25土・避難パパ集まれ!男の交流会 (18時~)家庭料理居酒屋「よねざわ村」
	26日・田んぼアート2013 田植え体験 (9:30~13時)三沢コミュニティセンター他

5/24 この指と~まれ!!(ハンドメイド講座)
世界に一つの素敵なものを作ませんか?
たくさんと~まれ!!

毎週開催イベント

ももりん 火曜日(10:15~12時) すこやかセンター	きっさ万世 水曜日(10時~12時) 万世コミュニティセンター	ままカフェ 木曜日(10時~14時) 置賜総合文化センター
------------------------------------	---------------------------------------	-------------------------------------

※ももりん4/16はお休みです

☆上記予定は申込の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。

編集後記
あの日以来、あたりまえに過していた日常が断ち切れ、非日常の日々が続いています。あんなに楽しみにしていた「春」も、いつもの春とは違うんですね。でも、一歩見方を変えれば、新しい春の始まりにもなります。新しい、すてきな春、米沢で見つけましょう。きっと、みつかりますよ。
ご連絡はこちら… 米沢市社会福祉協議会 0238-24-7881生活支援相談員まで



なじょしたあ

2013年も早いもので3ヶ月が過ぎ、平成25年度がスタートしました。本当に“長~い”“厳し~い”冬もようやく終わりを告げ、ここ米沢にも待ちにまった春がやって来ましたね。米沢の春は、梅や桜をはじめ、花々が一斉に咲き競い春爛漫で、気分もうきうきする季節を迎えますね。ただ、花粉症にはつらい時期ですよ。そして、「米沢四季まつり」春の一大イベント上杉まつりも行われます。5月3日は、戦国史上最大の死闘と言われた上杉謙信と武田信玄が繰り広げる「川中島合戦」は必見の価値あり。今年もお見逃しなく!



米沢上杉まつり

- 4/29(月) 上杉神社例大祭 開幕祭
- 4/30(火) 松岬神社例大祭
- 5/2(水) 武禊式軍団行列 武禊式
- 5/3(木) みこし渡御 上杉軍団行列 川中島合戦

※時間・場所は予定表に掲載しています。



米沢市社会福祉協議会では4/29にまつりの開幕を飾る『民踊流し』に参加します。是非、みんなで踊りませんか!! お子さんと一緒でもOKです。

花笠音頭・米沢新調を踊り、上杉まつりを味わい・楽しみましょう!!

こんな事知りたい! こんな事載せてほしい! そんなご意見お待ちしております。

私たちは

米沢市社会福祉協議会

生活支援相談員 です。

改めて

新年度より4人体制で活動する事になりました。
これからも生活支援相談員全員で関わっていきます。
だれが訪問するかお楽しみに、今後共よろしくお祈いします。
指名もOKですが、割り増しがつくかも…〔冗談です(*。^*)〕



島貴 守

こんにちは、島貴です。
生活相談員として一年が経過
しました。「あつと言う間の
感じに思われます」名前と顔、
覚えて頂いたでしょうか？

今後も、皆さんに色々な、米沢のイベント
情報・提供等お届けに参りますので訪問の
際にはお気軽にお声をかけて頂ければ幸い
です。出来る限り対応したいと思っ
ています。

『皆さんの連絡お待ちしております』

追伸：私はゴルフが大好きです。



森 浩子

この一年三ヶ月間、米沢
市内全域を回り、みなさん
とお会いすることができました。
同じ避難者という立場の人間
として、お話しを伺った私の

方が元気づけられることの多い日々でした。

この春、長男が高校、三女が中学に入学、
それぞれに一步を踏み出しました。私も一歩
踏み出さなければと思っていますところ
です。

昨年よりは今年、みなさんの笑顔が
増えますように、と願っています。



岡 由紀子

東日本大震災が起こるまで
は福島県外で生活することは
全く想像しませんでした。
津波や原発でたくさんの繋
がり絶たれましたが、米
沢の方をはじめ沢山の人の
助けられ、繋がりも少しずつ
ひろがります。

人見知り？の一面もありますが笑
うのが大好きな、アラフォー
です。これからもたくさんの方
と繋がって行きたいです。



兵庫 博信

生活支援相談員のお仕
事も皆様の暖かい気持ちと
ご理解のもと、お陰さまで
二年目を迎えることが出来
ました。

これからも皆様の心に寄り添い訪問活
動が出来れば幸いです。

原点に戻り、避難されていらっしやる
皆様の立場になって少しでもお役に立
てるよう日々フレッシュとさわやかさを忘
れず訪問させていただきます。

どうぞ宜しくお願いします。

これこしゃって みねがあ

『こしゃう』って米沢弁で『作る』という意味です。
今回は、米沢の定番お茶請け、卵寒天と昔ながらの春の郷土料理のレシピです。

【卵寒天】



材料：・寒天/6g(1本)
・水/400cc
・砂糖/80g
・醤油(又は塩2g)/大さじ1

作り方

- ①寒天は、洗って30分位水に浸しておく。
- ②鍋に水と①を固くしぼって入れ、火にかけて煮とかす。
- ③②に砂糖を加え、溶けたら醤油を入れる。
- ④③を弱火にかけたままに、溶き卵を細く手早く回し
いれる。

寒天の具材あれこれ

- ・ゆで卵
 - ・ポテトサラダ
 - ・くるみ
 - ・青畑豆
 - ・たっぷりフルーツ
 - ・しいたけ、人参
などなど
- いろんな寒天に

【うどとニシンの煮物】



材料：・うど/300g
・身欠きニシン/200g
・醤油/大さじ2
・みりん/大さじ1
・酒/大さじ2
・砂糖/小さじ2

作り方

- ①うどは葉をとってきれいに洗い、厚さ1.5~2cmの斜めぎ切りにし、水につけてアクを抜く。
- ②身欠きにしんは水洗いし、3cm位に切る。
- ③なべにうどと身欠きニシンを入れ、水をひたひた程度加えて火にかける。
- ④最初強火にし、煮立ってきたら調味料を加え、弱火にし、うどが柔らかくなり、煮汁がなくなるまで煮込む。

ニシンは、海から
離れ、流通機構も発
達していなかった頃
の米沢地方では、棒
鱈、からかいと同じ
ように「いさばきも
の」としてよく利用
されました。
※いさばき…魚商