

5 月もアツと言う間に終わり、来週からは 6 月です。

天気予報では、“夏日”“真夏日”という言葉がひんぱんに聞かれるようになり、日中の最高気温が 25℃以上の日が多くなりました。鶴岡弁では『毎日あっちえのお』が合言葉になります！

こまめに水分補給することを心がけ、熱中症にならないように気をつけてくださいね。(佐)



避難者相談会を開催しています



毎月第二火曜日の午前 11 時から午後 3 時まで鶴岡市役所において「避難者相談会」を開催しています。



福島県から職員がおいでになり、被災地の様子や雇用等について情報を提供していただきます。また、鶴岡市の防災安全課、福祉課、子育て推進課、建築課など、相談内容に応じ専門の職員が対応していただきます。もちろん、避難者支援相談員も同席いたします。

時間内であれば出入り自由で、お昼休みも OK です。福島県以外から避難されている方もどうぞお気軽においでください。

これからの相談会開催予定日です。

| 6 月 | 7 月 | 8 月 | 9 月 | 10 月 | 11 月 | 12 月 | 1 月 | 2 月 | 3 月 |
|------|-----|------|-----|------|------|------|------|------|------|
| 10 日 | 8 日 | 12 日 | 9 日 | 14 日 | 11 日 | 9 日 | 13 日 | 10 日 | 10 日 |

もし、会場においでになれないようでしたら、事前に避難者支援相談員までご連絡ください。みなさんに替わって相談し、後日その結果をお知らせします。

～～～ ヨーガ教室のご紹介 ～～～

この教室は、ヨーガインストラクターの佐藤健志さんより、避難者の方々へなにか支援が出来ないかとお申し出により始まりました。

【講師】 佐藤健志さん 通称:『ぐっち』さん (旧姓が山口さんだからだそうですよ♪)
神奈川県出身で 2011 年から鶴岡市在住 (共通の話題がありそう!)



インド政府公認ヨーガ教師・シヴァナンダ・ヨーガインストラクターとして、鶴岡市大山にある Studio Woods(スタジオウッズ)や鶴岡市道形町で、ヨーガ教室をなさっています。

ホームページ <http://shantidam.web.fc2.com>

【心もゆるめるヨーガ教室】

毎月 1 回 10:00～11:30 開催日は「鶴岡市避難者支援だより」に同封のチラシに掲載
参加費 無料

- ・参加者の体調や動かせる範囲などに合わせて行われますので、自分のできる範囲・ペースで無理なくできます。
- ・ご病気で一時的にお体が不自由になった方が参加され「病気以来、今回初めて片足で立てた！」とか、「意識してゆったりとした呼吸をすると気持ちも穏やかになるものですね…」 「気持ち良くて眠りそうになった♡」などの感想が寄せられています。皆さんもぜひ体験してみてくださいね♪

【 6 月 の 予 定 】

| | |
|---|---|
| <p>6/1 日 加茂水族館 リニューアルオープン ※ 世界最大級直径 5m の巨大水槽に、約 1 万匹のミズクラゲを展示しています ※ 問) 加茂水族館 ☎0235-33-3036 温海特産品まつり&フリーマーケット 9:00～13:00 米子漁港 ※ 温海地域の山の幸・海の幸の販売 ※ 問) 出羽商工会温海支所 ☎0235-43-2411</p> | <p>13 金 編み物教室 9:00～11:00 会場: 宝田住宅集会所</p> |
| <p>2 月</p> | <p>14 土 親子で過ごすキッズアトリエ 10:00～12:00 (時間内は出入り自由) ※ お絵かきや工作、洋書絵本の閲覧など、親子で自由に創作活動を体験できます。 ※ 参加料: 無料 ※ 問) 鶴岡アートフォーラム ☎ 0235-29-0260</p> |
| <p>3 火</p> | <p>15 日 つるおか森の時間 9:00～15:30 場所: やまがたフィールド科学センター演習林(上名川) ※ 木の伐採見学と体験や散策とクラフト体験 ※ 参加費: 大人 1,000 円 高校生以下 500 円 ※ 申込みは、6/2～6/11 に参加費を添え市地域振興課まで 問) ☎0235-25-2111 内線 586</p> |
| <p>4 水</p> | <p>16 月</p> |
| <p>5 木 大山犬まつり ※ 大山相尾神社の裏山に潜む化け物(ムジナ)を退治したメッケ犬に由来するお祭り ※ 犬みこしや化け物に捧げたという仮女房を乗せた行列が練り歩き、華やかな「からくり山車」が練り出します ※ 問) 大山観光協会 ☎ 0235-33-3214</p> | <p>17 火</p> |
| <p>6 金 編み物教室 9:00～11:00 会場: 宝田住宅集会所 ※ 編み物に加え、布地を使ったソーイングや健康相談もできます。 ※ 出入り自由です 都合のいい時間においでください ※ おしゃべりだけでも OK です。「ホッと一息」できる場所です</p> | <p>18 水</p> |
| <p>7 土 東城百合子氏講演会 10:00～12:30 「食卓からの健康づくり」 会場: いこいの村庄内(千安京田字龍花山) ※ 問) 山形自然に学ぶ会 ☎023-654-1915</p> | <p>19 木</p> |
| <p>8 日 週末寺小屋 13:30～15:30 会場: にこふる3階 栄養指導研修室 ※ 小学1年生から高校生までの学習支援です ※ 申込み、問) 子ども支援ボランティア「チーム飛躍(ひやく)」 ☎ 0235-64-1768 Eメール: ijmori@hotmail.co.jp</p> | <p>20 金 編み物教室 9:00～11:00 会場: 宝田住宅集会所</p> |
| <p>9 月</p> | <p>21 土 宅地・建物等に関する説明会 10:00～12:00 会場: 酒田市総合文化センター ※ 福島の不動産鑑定士が宅地・建物・田畑等の評価に関する説明や賠償内容の解説をおこないます。 ※ 対象: 避難指示区域に宅地等を所有している方々 13:00～16:00 損害賠償に関する個別相談</p> |
| <p>10 火 避難者相談会 11:00～15:00 会場: 市役所4階ロビー ※ 福島県職員がおいでになり、生活支援相談員等も同席する出入り自由な相談会です ※ お昼休みも OK です</p> | <p>22 日 原子力損害賠償に関する個別相談会 10:00～16:00 会場: にこふる小会議室 ADR(原子力損害賠償紛争解決センター)への申し立て方法等、原子力損害に関するすべての相談ができます。</p> |
| <p>11 水</p> | <p>23 月</p> |
| <p>12 木</p> | <p>24 火</p> |
| | <p>25 水</p> |
| | <p>26 木</p> |
| | <p>27 金 編み物教室 9:00～11:00 会場: 宝田住宅集会所</p> |
| | <p>28 土 ひなん女子会 10:00～12:00 会場: 鶴岡アートフォーラム ※ 詳細については、後日連絡いたします。</p> |
| | <p>29 日</p> |
| | <p>30 月 心もゆるめるヨーガ教室 10:00～11:30 会場: にこふる 3階栄養指導研修室</p> |