

11月1日現在、鶴岡市には231人の避難者が滞在しており、福島県169人、宮城県61人、岩手県1人となっています。また、山形県全体を見ると、依然として約4,700の方が避難されています。数字だけではわからないことがあります、「皆さん帰っているんですね・・・」と気になる方もいるようです。季節の移ろいを感じながら、鶴岡での生活に少しでも慣れた自分を、ほめてあげてください。(佐)

## 庄内の新米、もう食べましたか?



鶴岡市で栽培している米の品種を、作付け順にご紹介します

今秋の米価はおちついているので、この機会にいろいろ食べてみるのもいいですね♪

### 1位 はえぬき

山形県のオリジナル品種で、県内でも一番作付けの多い品種です。食味ランキングも特Aを12年連続受賞しています。

米の粒がしっかりしているので、チャーハンにどうぞ。

### 2位 ひとめぼれ

大冷害でもおいしいお米を実らせ、冷害にも強いことで一躍作付けが増えました。

ふっくらつやのある炊きあがりを活かして、炊き込みご飯はいかが♪

### 3位 コシヒカリ

美味しい米の判断基準であるアミロースやたんぱく質などのバランスが整っています。

味・粘り気・香りのバランスが良いので、どんな料理にも合います。

### 4位 つや姫

鶴岡市の藤島地域で誕生した品種です！栽培は市へ申請した認定農家に限られ、基準にそって大切に育てられる人気上昇中のお米です。

冷めても美味しいおにぎりにどうぞ♪

## 鶴岡で「がんばっている方」をご紹介します

【お名前】 山田 千秋さん 30代

平成23年4月に、福島県福島市から母子で鶴岡へ

### 【子育て・手仕事】

これまで自分や子ども用に服づくりを楽しんでいましたが、避難をきっかけに子育てしながら家計の一助にもつながる、子ども服・大人服の製作販売業「物粒(ブツブツ)」を昨年5月から始めました。鶴岡市内のイベントに出店したり、友人・知人のオーダー服を自宅で作りお届けしています。今年からは5~6人の仲間を募り「東北グランマの仕事づくり」という受注内職も始め、メンバー達との意欲的な活動となっています。



これからもムリのないペースを保ちつつ、子育てと手仕事を両立させていきたいです。ブログ「物粒」…<http://bututubu.blog.fc2.com/>

※ 山田千秋さんへ連絡をご希望の方は、鶴岡市社会福祉協議会の生活支援相談員にお申し出ください。

☎ 0235-24-0053

## 【11・12月の予定】

11/10月
<b>11 火 避難者相談会 11:00～15:00</b> 会場：市役所大会議室東 ※ 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。
12 水
13 木
<b>14 金 編み物教室 9:30～11:30</b> 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。 <b>法律無料相談(山形県弁護士会)</b> 会場：鶴岡法律相談センター(勤労者会館内) ※ 避難者相談であることを伝えてください 16:00～18:00 (要予約) ※ 申込み) 山形法律相談センター ☎023-635-3648
<b>15 土 原子力損害賠償・廃炉等支援機構 無料個別相談会 10:00～16:00</b> 会場：にこふる3階 栄養指導研修室 ※ 原発事故の損害賠償について、弁護士がわかりやすく説明してくれます。 ※ 個別相談は、事前に予約が必要です。 ☎ 0120-330-540 予約受付時間：9:00～17:00 (年中無休)
16 日
<b>17 月 心もゆるめるヨーガ教室 10:00～11:30</b> 会場：にこふる 3階小会議室 ※ 自分にご褒美、リラックスタイムはいかがでしょうか
18 火
19 水
20 木
<b>21 金 編み物教室 9:30～11:30</b> 会場：宝田住宅集会所 <b>法律無料相談(山形県弁護士会)</b> 会場：鶴岡法律相談センター(勤労者会館内)

22 土
23 日 勤労感謝の日
24 月 振替休日
25 火
26 水
27 木
<b>28 金 編み物教室 9:30～11:30</b> 会場：宝田住宅集会所 <b>法律無料相談(山形県弁護士会)</b> 会場：鶴岡法律相談センター(勤労者会館内)
<b>29 土 ひなん女子会 10:00～11:30</b> 会場：富樫ろうそく店 ※ 今年度最後の女子会です。 ※ 細長いろうそく、丸いろうそくに思い思いの絵付けをします。 ※ 参加費：無料 ※ 申込み〆切：11/21(金) ※ 詳しいことは、支援だよりNo.152 に同封のチラシをご覧ください。
30 日
12/1 月
2 火
3 水
4 木
<b>5 金 編み物教室 9:30～11:30</b> 会場：宝田住宅集会所 <b>法律無料相談(山形県弁護士会)</b> 会場：鶴岡法律相談センター(勤労者会館内)
6 土
<b>7 日 週末寺小屋 13:30～15:30</b> 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： <a href="mailto:jjmori@hotmail.co.jp">jjmori@hotmail.co.jp</a>

