



山形に避難されている方へ伝えたいメッセージ

CONTENTS

- ・一面 夏の冒険サバイバルキャンプ
- ・福島県 もうすぐ2周年! 久之浜「浜風商店街」
- ・宮城県 東松島ふれ愛いちば まちんど
- ・山形県 JCN全国会議/耳を澄まそう/「物粒(ぶつつぶ)」
- ・団体紹介 ・今月のキーワード「伊達市避難者相談員」
- ・みんなの声 ・おすすめ情報 ・ひと休み
- ・しあわせココロのつくりかた⑫ ・編集部より

第40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: 4,000部

夏の冒険 サバイバルキャンプ

「大自然の中で思いっきり遊ばせてくれた中、いろいろな制限を強いられている子ども達も、大人と一緒に協力して火おこしをしたり、ピザやスープを作ったり、テント張りを手伝ったりと、普段できない事を体験し、遊びながらも自然の中でたくさん学んでいました。」



7月20日〜21日、米沢市のわんぱく広場「ソドデアソビダイベシタ」にて、サバイバルキャンプが開催され、福島からの親子と山形に避難している親子などたくさんの方が集いました。
天気も良く、子ども達は川で蛙やヤゴなどを捕まえたり、山の方へ行つてはトンボを捕まえたりと大はしゃぎ。大きなトランポリンでみんな仲良くジャンプして遊ぶなど、思い思いに楽しい時間を過ご

☆第3回目サバイバルキャンプのお知らせ☆

8月31日〜9月1日 (バス利用)

31日 8:45 福島駅西口バスロータリー集合
→ 9:00 福島駅発

1日 14:00 プログラム終了・ベシタ発
→ 17:00 福島駅着・解散

※自家用車による現地集合・解散も可
予約日程; 8/15 ~ 23日 (15時締切・先着25名)



今回福島から参加しました」と3人の息子さん達を笑顔で見守りながら参加した父親が話してくれました。
夜にはみんな大好きな花火で盛り上がりました。
父親・母親の方々も、初めて会う人達とゆっくり話ができて、また子どもたちがのびのびと遊ぶ姿を見て、気分的にもリフレッシュできたキャンプとなったようです。(安斎)

[お問合せ] 予約電話 070-5473-8543 (米沢市ふわっと 平日のみ)

E-mail little_fukushima_in_oitama@yahoo.co.jp

復興ボランティアセンターやまがた



@fukkou_center



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

山形県に避難しているすべての方へ



http://tsunagarou.net/

「うえるかむ」に掲載された今までの記事のすべてと、リアルタイムなおすすめ情報、イベントカレンダー、うえるかむスタッフや支援グループのブログなどを掲載しています。ぜひご覧ください!

モバイル、スマホOK!



伊達市避難者相談窓口からのお知らせ

子どもの医療費助成申請書を、伊達市相談窓口にてお預かりして伊達市へ一括送付するサービスを開始しました。

山形市及び近隣の方は、NPOりとする福島事務所で、米沢及び近隣の方は、ふわっと(おいたまサロン2F)へお持ち下さい。相談日以外でも随時受付しております。

[お問合せ先]

・山形市窓口 TEL: 070-5474-0455 (NPOりとする福島事務所)

・米沢市窓口 TEL: 070-5473-8543 (ふわっと)

★伊達市避難者相談窓口についての詳細は4ページをご覧ください。

From 福島

もうすぐ2周年！
久之浜「浜風商店街」



福島県いわき市の久之浜「浜風商店街」は、震災による数々の苦難を乗り越えて、もうすぐ2周年を迎えます。「津波で店を失いましたが、震災直後から『またやってもらわない』という周囲の人の言葉もあり、3月下旬に商工会から話をもちかけられた時には、すぐに店を出そうと決めました。」と語るのは、商店街会長の遠藤勝さん。経営するスーパー「はたや」では、野菜や肉などの食品のほか、手作り惣菜とお弁当が人気です。

商店街には、遠藤さんの店を含む9つの店舗と商工会、そして震災の被害を伝える「ふれあい情報館」が設置されています。訪問する人々から「皆さん明るいですね」と言われることが多いそう。「覚悟というか、続けようという気持ちしかありませんからね。」と遠藤さんは笑顔で語ってくれました。「山形にいる皆さんも、『福島が好き』という気持ちを持ち続けている人が多いと思います。その気持ち嬉しいです。」

9月7日(土)の浜風商店街2周年祭では、熱気球体験やプロレスリングなど多彩な催しを計画中です。(海)

■いわき市久之浜「浜風商店街」
福島県いわき市久之浜町久之浜字糠塚15 (久之浜第一小学校グラウンド)
<http://hisanohama-shops.com/>

■久之浜町商工会
TEL: 0246 - 82 - 3131
<http://www18.ocn.ne.jp/~hisahama/>

From 宮城

東松島ふれ愛いちば まちんど

「ふれ愛いちばまちんど」は、東松島市キヤ

ラクターグッズをはじめ、市の特産品、仮設住宅で制作されたグッズ、再開した漁師が収穫した海産物、農家が持ち寄る新鮮野菜などを販売しています。



場所は、大曲市民センターの敷地内。店舗としているプレハブは埼玉県東松山市が提供してくれました。また、各地でおこなわれるイベントなどへも出向き、東松島市の特産品を販売しています。友好姉妹都市の東根市でも、さくらんぼマラソンなどのイベントで献上海苔や牡蠣を販売したそうです。最近では、今年3月末に帰還し、日々上空を飛び回っている航空自衛隊松島基地所属の「ブルーインパルス」グッズを販売していますが、テレビドラマの影響もあって大人気だそうです。



「まちんど」は、『海の人も里の人も街の人も未来に光を届けた』という東松島市のみんなの思いを一つにして、復興へ向けた様々な取り組みを宮城県内外へと発信し続けています。(石山)

■ふれ愛いちば まちんど (不定休)
宮城県 東松島市大曲字寺沼194
TEL 0225-25-6676

シアワセココロ

しあわせココロのつくりかた ⑫

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

人との距離をうまく図れない方が増えています。気になってしまう人がいると、どうしてもその人のことばかり考え悩んでしまう。誰かに話してスッキリした気分になっても、いざ家に戻ると、悪口を言ってしまったように感じ、自分を嫌いになってしまう。

こんな状態に陥っている時はストレスが相当溜まっているのです。そんな時は『私は今、すごく疲れているんだ』と認識することが大事。疲れに気付いたら、その疲れをとってあげましょう。お部屋に綺麗な花を飾ったり、美容院やマッサージなどでリフレッシュもいいかも。いつもとちょっと違う時間や空間を自分にプレゼントしてみてくださいね。

あなたはもともと優しい人。誰も悪意を持っているわけじゃないということを知っておくだけでラクになりますよ。



「物粒(ぶつつぶ)」 ステキ工房です♪

幼子を抱えての避難生活を送る家庭では、仕事探しにご苦労なさっているケースが多いと聞きます。鶴岡市に避難しているご家庭でも、お仕事を探している方は少なくありません。



そんな中、福島市から母子避難している山田千秋さんは、今年5月から手作りの洋服(ママと子ども用)のお店を開業しました。店舗はかまえず、インターネット上にブログを開設し、商品のご案内や商品にまつわるエピソードをご紹介しています。(※「物粒」で検索するか<http://bututubu.blog.fc2.com/>ご覧いただけます)

洋服だけでなく、帽子やスタイ、シュシュなどの小物も製作しています。当初は、夜に子どもが寝てから作業を始め、オーダーをこなしてきました。

避難者支援関係のイベントなどでも販売コーナーを設置することができ、イチオシ商品の「移動ポケット(ポケットのないパンツやスカートにつけられる小物入れ)」は好評につき完売しました(写真左)。



今後の避難生活がどうなるかはまだはっきりしませんが、山田さんは「着る人が笑顔になれる洋服を提供していきたい」と願っています。(鶴岡市S)



■「物粒」ブログ

<http://bututubu.blog.fc2.com/>

今起きていることに、耳を澄ませよう



「今起きていることに耳を澄ませよう」南相馬はいま『福興浜団』の2年間」は、7月19日の米沢市開催を皮きりに、20日は鶴岡市、21日は山形市で開催されました。

主催は「みみをすまそうプロジェクト」。代表の安部明子さんは、以前から福島県南相馬市へ足を運び続け、数々の支援活動を行ってきました。そこで出会った「福興浜団」代表の上野敬幸氏と、映像ディレクターの笠井千晶氏が今回のゲストでした。

笠井氏が撮り続けて来た映像が上映された後、上野氏より、震災当初から今までの経緯が語られました。行方不明となった我が子の捜索活動。地震、津波、原発事故で一変した生活。復興への重い足どり。そして「今」。

上野氏は最後に「こうやって人の前で話すとは、以前は考えられなかった。いつも来てくれる安部さんや笠井さんに支えられて、自分も話してみようと思えるようになった」と仰っていました。「呼んでいただけたらどこへでも話しに行きます」と、主催の安部さん。耳を澄ませることが出来る貴重な機会をこれからも作ってくれそうです。(海)



【問い合わせ先】 安部 明子
TEL 090-2985-5578
E-mail akopyzzzz@gmail.com

JCNの広域避難者支援に 向けた取り組み



JCN(東日本大震災支援全国ネットワーク)では、避難先での暮らしに少しでも役立つ情報をお届けすべく、福島県「県外避難者支援運営支援事業」を受託し『避難されている方々へ』(<http://fukushima.jpn-civil.net/>)のウェブサイトを新設しました。このサイトでは民間が実施している支援情報を中心に、全国各地の交流施設やイベント情報等を紹介しています。

また、先月24日には東京にて、全国版としては初めての『広域避難者支援ミーティング』を開催し、76団体120名の皆さんと情報交換を行いました。

この事業の担当者として各地に計11名の地域調整員がおり、東北ブロックは私たちNPO法人山形の公益活動を応援する会・アミルが担当しています。未掲載の情報がありましたらぜひ気兼ねなくお寄せ下さい。

東日本大震災支援全国ネットワーク
(JCN)
東京都千代田区大手町2-2-1
新大手町ビル245 JNPOC 気付
Tel. 03-3277-3636
<http://www.jpn-civil.net/>

【地域調整員・東北ブロック担当】
NPO法人
山形の公益活動を応援する会・アミル
(担当:花屋)
山形市双葉町2-4-38-3階
法人携帯:090-6688-5992
E-mail: mail@amill.org
<http://www.amill.org/>



携帯からもご利用可

今月のキーワード
伊達市避難者相談窓口

山形と伊達市をつなぐ架け橋
伊達市避難者相談員

今年7月に開設された伊達市避難者相談窓口。福島県伊達市では、「山形県へ避難している方を支援したい」と山形市・米沢市に相談窓口を設置しました。

伊達市からNPOりとする福島が委託を受け、山形市は「りとする福島事務所」、米沢市は、おいたまサロン2F「ふわっと」にて相談窓口を開いています。「伊達市とのつなぎ役として精一杯できる事をしていきたい」と、NPOりとする福島代表の佐藤洋さん。

相談員は避難してこられたお母さんで、同じ立場で親身に話を聞いてくれます。

伊達市と連携しながら週2回相談会を実施しており、生活相談や医療費精算の郵送など伊達市の方にとって利用しやすい支援ができました。帰還が決まっている方にも帰還後の



山形市相談員

不安・問題を解決しようとする生活や学区の相談も応じるそうです。
山形市相談員の齋藤さんは「山形の生活で困って



米沢市相談員

に頑張ります！」

米沢市相談員の池田さんは「伊達市からいらしての方々のために、出来る限りの事をするので相談のある方もない方も足を運んでいただけると嬉しいです。ふわっとで美味しいランチとコーヒーを用意して、皆様がいらっしゃるのをお待ちしております」と心意気を感じた。

今後、両市別々に「伊達市中心とした交流会」を実施し、第1回目は9月に開催予定です。飲食を兼ねた交流会で伊達市の方と友人の参加もよいので、伊達市の方は参加して下さい。

る、悩みを抱えている、伊達市の情報が欲しい等、どんな事でも結構です。相談者の方にとって、少しでも役に立てるよう

motto
みんなの声

- 帰福するので荷物を片付けていると、やはり寂しくなります。山形の方には大変お世話になりました。ありがとうございます。(山形市→二本松市)
- 保養に出ようと思っても、微妙に日程が重なって結局どこにも行けそうにありません。(郡山市)
- 今住んでいる川西町にあるダリヤ園は、本当にダリヤがたくさんで見ごたえがあります。今年も8月頃からオープンするので是非たくさんの方に見てほしいです！(福島市→川西町)
- 冬の間は山道が怖くてあまり福島に帰れませんでした。暑くなってきたと行き来する事が多くなりました。あまり帰るのも心配ですが、福島は好きな場所も多いので時々行ったり来たりしようと思います。(福島市→米沢市)
- 山形の自然を満喫している子ども達。福島に戻りたいと思う反面、このような遊びを思いっきりさせてあげられないのは、親としても子供もストレスになるし、でもパパと一緒に暮らしたい。そこをずっとさまよっています。(福島市→山形市)



<相談窓口>

- 山形市
場所：NPOりとする福島事務所
住所：山形市城西町1-7-19
山形県NPO支援センター2F
TEL：070-5474-0455
日時：毎週火曜日・金曜日
9:30~15:30
- 米沢市
場所：ふわっと
住所：米沢市門東町3丁目3-7
おいたまサロン2F
TEL：070-5473-8543
日時：毎週火曜日・木曜日
9:30~15:30

「みんなの声」に つぶやきを送ろう

kizuna@yamagata1.jp
に、タイトル「みんなの声」で送信してください。以前と今のお住まいの市町村も添えてね。

うるかむへの要望や意見、質問なども受け付けています。
ホームページのメールフォームからも送信できますので、お気軽にご利用ください!!

モバイル、スマホOK!



おすすめ情報

[全ての地区]

■全国の小児科医による ふくしまこどもワクチン基金事業 ロタワクチン無料接種事業が延長されます。

ロタウイルス胃腸炎は、吐いたり、下痢をしたり、脱水症状で入院になったりすることもある重症化しやすい病気です。WHO（世界保健機関）ではワクチン接種を推奨しています。接種は生後6週から24週（または32週）までのあいだとなります。

- 対象者：福島県の津波被災の方、避難区域の方、自主的避難の方
- ・福島県内において津波被災により住宅が全半壊した家族より被災後出生した生後20週未満のお子様
 - ・東京電力福島第一原子力発電所事故により避難区域に指定された区域に住所を有する世帯にて事故後出生した生後20週未満のお子様
 - ・上記避難区域以外の福島県に住所を有し事故後自主的に避難した家族より出生した生後20週未満のお子様

期間：平成24年11月15日～平成25年9月13日
(ただし、予算終了まで)

申込方法：

- ・小児の予防接種を行っている医療機関であれば、全国どこでも接種可能です。
- ・住民票あるいは保険証、罹災証明書、健康保険一部負担金等免除証明書等の証明できる書類等が必要となります。

[問合せ] 福島県小児科医会事務局
(竹内こどもクリニック内)

TEL：024-533-4150

HP：<http://ped-fukushima.jp/>



■善意の家電をおつなぎします

世界中からの善意により寄贈され、新たな生活のために不要となった家電製品を有効活用いたします。

一時お預かりし、新規の避難者や週末リフレッシュ保養施設、山形県内外の公益性のある団体や生活困窮者、水害被災者等にお届けします。ご連絡ください。

[問合せ] TEL：090-6626-4794

(山形市 遠藤)



[村山地区]

■「マリンバ ピアチェーレ 音楽でめぐる世界の旅」 演奏会へのご招待 先着20名様！

9月8日(日)に山形市民会館大ホールで開催される「マリンバ ピアチェーレ 音楽でめぐる世界の旅」に、東日本大震災で山形に避難されている方をご招待させていただきます。

日時：9月8日(日) 14:00開演(13:30開場)

場所：山形市民会館 大ホール

出演：マリンバ ピアチェーレ

プログラム：トリッチ・トラッチポルカ、アフリカブルース、

狂詩曲スペイン、もがみ川～そのいのちに寄せて～、ラテンメドレー、ウエストサイドストーリー (ほか)

・先着20名様をご招待致します。お電話にて下記の連絡先までお申し込みください。

・チケットは当日に受付にてお渡し致します。お席は自由席になります。ご連絡をお待ち致しております。

[連絡先] NPO法人 Mプロジェクト

TEL：090-5234-1223 (木村)

主催：山形市民会館管理運営共同事業体

<(有)山形総合舞台サービス・(株)山形ビルサービス>

協力：NPO法人 Mプロジェクト 楽器提供/こおろぎ社



■南相馬親睦会 芋煮会のお知らせ

南相馬市から山形県内に住む方を対象とした芋煮会を開催し親睦を深めます。参加ご希望の方は郵送にてご連絡ください。詳細は追ってご連絡します。

日時：9月29日(日) ※予定

開催場所：上山市須川河川敷

[問合せ] 〒999-3146 上山市松山3丁目2-18

NPO「化石の森」のかい 堀江 光夫 宛

[置賜地区]

■福幸大作戦 in アルカディアⅡ 参加者募集

「農」を通して、地元の方と、また避難している方同士で交流し、一緒に楽しいひとときを過ごしませんか？親子参加&地元の方大歓迎！

<★稲刈り体験交流会>

秋空の下で稲刈り体験を行います。刈った稲は昔ながらの杭がけで天日に干します。お昼は秋空の下でおにぎりを食べましょう。

日時：9月28日(土)

10:00～14:00 ※雨天順延有

場所：福幸ファーム水田(長井市 中央公民館向かい側)

参加料：無料

<★レインボーブラン発 浪江焼きそばおふるまい>

青空フェスティバルの会場で、レインボーブラン野菜を使ったカレー、浪江焼きそばを市民の皆さんにふるまいます。是非食べに来てください。

日時：10月6日(日) 10:00～13:00

場所：もとまち青空フェスティバル会場
(長井市十日町周辺)

参加料：活動支援のカンパをお願いします

[問合せ・申込み]

(特)レインボーブラン市民農場：遠藤浩司(南相馬市出身)

TEL：090-1935-1609 FAX：0238-88-2260

MAIL：ncjcw627@ybb.ne.jp

主催：NPO法人 レインボーブラン市民農場



うるかむは各地に設置しています

【山形市】復興ボランティア支援センターやまがた/村山総合支庁/山形県庁1Fロビー/山形市内の公民館・コミュニティセンター(28施設)/山形県立博物館/山形市避難者交流支援センター/山形市総合福祉センター/山形テルサ1F/百鬼温泉/真宗大谷派山形協会/立石寺華蔵院/ままカフェ@home/福山ひろば/ふくしま子ども未来ひろば/あいびい保育園/りとる福島事務局/山形市市民活動支援センター/チェリア/イオン山形南店/生活協同組合共立社(CO-OP)(山形県内)/ひまわりマッサージ【天童市】天童市避難者サロン・AtTendoひろば【寒河江市】寒河江市社会福祉協議会/フローラSAGAE 1F 避難者交流ひろば/村山総合支庁西庁舎/寒河江市立図書館/寒河江郵便局/ゆ〜チェリー【上山市】上山市社会福祉協議会/上山市まちづくりセンター「ござってえ」/長屋門ギャラリー【東根市】東根市タントクルセンター【村山市】笹葉プラザ【米沢市】置賜総合支庁/避難者支援センターおいで/米沢市社会福祉協議会/米沢市すこやかセンター/アクティヴ米沢/米沢市立児童会館/ハラク書店/鷹山の湯/おいたまサロン・ふわっと/moto808【南陽市】南陽市社会福祉協議会【飯豊町】道の駅いででめぎみの里観光物産館【高島町】高島町役場1F/浜田広介記念館/永和軒【川西町】おきたまネットワークサポートセンター/おもいで館【鶴岡市】鶴岡市立図書館/フクシマの子どもの未来を守る家【酒田市】酒田市ボランティアセンター/酒田市公益活動支援センター/NPO法人にこっと【庄内町】庄内町社会福祉協議会【三川町】庄内総合支庁/イオンシネマ三川【新庄市】最上総合支庁【金山町】山形県遊学の森「木もれび館」【福島県】元気玉プロジェクト推進本部/うつくしまNPOネットワーク/NPO法人福島ライフアイド/NPO法人シャローム/子どもたちを放射能から守る福島ネットワーク【宮城県】東北自動車道菅生PA上下/東北ろっけんパーク【秋田県】道の駅せんなん

ひと休み

シャキシャキ感がたまらない♪ オカヒジキのごま和え

<材料>

オカヒジキ 200g
 [A] 白すりごま 大さじ 3
 白ねりごま 大さじ 1
 しょうゆ 小さじ 1
 砂糖 大さじ 1
 みりん 少々

<作り方>

- ① オカヒジキは葉先をつんで、塩少々入れて色よく茹でる。
- ② [A] 衣を作る。
- ③ ①を②でさっと混ぜて和える。

レシピ提供：
 在来作物案内人 鈴木淳子さん



団体紹介

自然と人間を学ぶ会

「自然と人間を学ぶ会」は、平均年齢約 60 歳の会員 72 名で構成され、日頃は歴史や自然を学ぶ学習会やイベント行事などを行っています。

2012 年 4 月から避難されている方へ畑を開放し、畑の作業を通じた交流事業や、芋煮会、子供遊び、懇親会などで避難されている方々をお迎えしています。

嫌になる事や苦しくなる事、絶望したくなる事、人生には色々な事が起こるけれど、物質面ではなく、精神的に希望や勇気を持つ事につながるような、山形の人と福島の人との心がお互いの心の鎧をぬいで、真に通い合える関係を作っていきたいと思っています。

畑の会には 15 ~ 30 人の避難されてきた方が既に携わっています。新たに参加する方、イベント行事に参加してみたいという方も、いつも歓迎しています。興味のある方は気軽にお電話ください。



■ 避難されている方との

今後の活動予定 ■

- ・ 10 月 19 日 (土) 芋煮会
- ・ 11 月 10 日 (日) 木の実と紅葉を楽しむ会
- ・ 12 月 1 日 (日) 忘年会

※天候により、日時は変更になる場合があります。まずはお問い合わせいただくか、ホームページをご覧ください。

お問合せ
 はこちら

自然と人間を学ぶ会 佐藤清道
 TEL : 023-641-7140
<http://www.geocities.jp/shizentoningen/>

みなさまからの情報をお寄せ下さい!



避難されている方に伝えたいメッセージ、サービス、イベントなど、避難されている方からの声や要望など、みなさまからの情報をお待ちしています。「復興ボランティア支援センターやまがた」まで、ぜひお寄せください!

メールでの情報提供は kizuna@yamagata1.jp

FAXでの情報提供は 023-674-7312



支援センターのサイトをご覧ください → <http://kizuna.yamagata1.jp/>

編集部より

次号は 9 月 18 日発行です

情報提供や寄稿は、
 9 月 1 日までにお寄せ下さい。
 お待ちしてまーす!

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 山形県山形市松山三丁目 14 番 69 号
 「復興ボランティア支援センターやまがた」
 TEL 023-674-7311 FAX 023-674-7312
 E-mail kizuna@yamagata1.jp
 WEB <http://kizuna.yamagata1.jp/>

- * 福島では時々豪雨になりますが、みなさん大丈夫ですか? (まき)
- * 夏の夜は、涼しい山頂で満点の星空を見たくありません。今年は娘たちに見せてあげたいなあ☆ (じゅんちゃん)
- * 夏休みですね。この夏は、アートと音楽による女神の祭典、石巻メガフェスに行く予定、楽しみです。(石山)
- * この大雨の被害で宮城、福島、岩手……各地から「お願いだから恩返しをさせてください!」と連絡が相次ぎました。東北人は義理がたいですね。ありがとうございました。(ただ)
- * 南陽市の豪雨被害。ボランティアに行きたいが移動の車がない……高齢で役にたてるか……避難されている方から、そんな声を聞くことつなくなりそうです。お気持ちだけでも私たちの心は温かくなり、ありがたく感じました。(くまもん)
- * 夏にかかせないチューペット。我が家ではポッキンアイスと呼んでますが、皆さんは何と呼んでますか? (なつ)
- * 花火に登山にアイス、夏満喫中です! (サチ)
- * 音楽の癒し、笑いのパワー、大好きなあの人。元気になるるきっかけは、いつもすぐ近くにある♪ (海)