



山形に避難されている方へ伝えたいメッセージ

CONTENTS

- ・一面 知事と震災避難者との意見交換会
- ・福島県 耳つぼ！リフトアップ体験
- ・宮城県 講演「わたしが震災まんがを描いたわけ」
- ・山形県 絆サロン／新春餅つき交流会 ・ままカフェのご案内
- ・今月のキーワード 「ウェルビーイング」
- ・みんなの声 ・おすすめ情報 ・団体情報
- ・しあわせココロのつくりかた® ・編集部より

第46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：4,200部

知事と震災避難者との意見交換会

たことは、借り上げ住宅の延長や住み替えのお願い、母子避難者への高速道路無料措置の期限延長などでした。「山形県に面倒を見てもらって本当に感謝しています」との山形県へのお礼の言葉も多く聞かれました。(多田)



12月18日(米沢市)、1月23日(山形市)に、山形県知事と震災避難者5名による意見交換会が開催されました。
参加した方々は、母子または父子避難の実態、山形で新たに子どもが生まれた中での悩みや支援活動を行う中での意見など、それぞれの状況を知事や市長、関係者に伝えました。
米沢市と山形市の両会場で話題になっ

参加者の感想

■米沢市避難者支援センター「おいで」職員 上野寛さん(南相馬市出身)
山形県には、多くの避難者を受入れて頂き、心から感謝致します。国に要望した県外避難者の声を聞く場を、定期的に行うこと等が実行される様、山形県にご協力頂きたいです。

■浪江町復興支援員 佐藤真敏さん(浪江町出身)
震災から3年近くが経ち、心のケアが必要な避難者が増えてきています。今回その現状を伝えられた事は良かったです。引き続き山形県には心のケアについての協力をお願いできればありがたいです。

■齋藤千春さん(伊達市出身)
借り上げ住宅や保育園の支援がないと、福島に帰らざるを得ない状況です。緊張しましたが、きちんとその想いを伝える事が出来て良かったです。

■川井敦子さん(福島市出身)
不安の中にいた福島の生活から、山形の皆さんのおかげで今はようやく落ち着いて暮らしをする事ができるようになりました。本当に感謝の気持ちでいっぱいです。
今回はこの気持ちを伝える事ができて、良かったと思います。



復興ボランティア支援センターやまがた



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

福島県双葉郡から避難されている皆さまへ

困ったことがあればまずはご相談ください！

私たち相双ボランティアは、全国に避難されている皆さまの困り事にわずかでもお役に立つため、立ち上がった地元双葉郡住民有志を中心とする任意団体です。

<作業例> 次のような方、是非ご相談下さい！

- 自宅の片付け清掃を手伝ってもらいたい
 - 帰って片付けたいがクルマがない
 - 家具が重くて動かせない
 - 引っ越し、宅配業者が引き受けてくれない
 - 草がポウポウで家に入れない
 - 高齢者、または家族がいないので一人ではどうにもできない
 - 自宅近辺の線量がわからない。怖い
 - ネズミや動物が怖い
 - 帰還困難区域であっても、家はきれいにしておきたい
- ※旧警戒区域以外でも、避難先でも同様の手伝いをします。



お手伝いの申込は、下記の連絡先より、電話かメールにてお申し込み下さい。まずは気軽にご相談ください。

【お問合せ・お申込み先】
相双ボランティア準備室 担当：平山
福島県いわき市平字三倉 57-3 ホワイトビル 101
TEL 0246-38-7512 FAX 0246-38-7513
E-Mail info@nomadic.to
WEB http://sosovolunteer.com/

From 福島

耳つぼ！リフトアップ体験

子ども達の冬休みも終わり、何かと慌ただしかったお母さんもひと段落。「顔の凝りを解消し、素敵な笑顔で一年をスタートしましょう」と、Momi's cafe「耳つぼ！リフトアップ体験」のワークショップが1月9日に二本松市民交流センターの創作スタジオで開かれました。

講師は、リンパセラピストの沢田さん。自分でも気軽にできる耳つぼのリフトアップを詳しく紹介していただきました。

つま楊枝のうらを使って、鏡を見ながら自分で耳のつぼを刺激します。参加したお母さん達のほとんどの方が、耳つぼのほどよい刺激の気持ち良さを初体験。

キュッと顔の筋肉も引き締まり「目元があがって見える」とママ達のおしゃべりも弾みました。ひとつの



耳には、なんと約100カ所のツボがあるそうです。眼精疲労、肩こりなど、疲労回復の耳つぼの場所も教わり、ツボ知識も同時に学べてとても有意義な時間を過ごしました。(榎井)

From 宮城

“ありのまま”を描いて伝える 講演「わたしが震災まんがを描いたわけ」



みやぎのボランティア・市民活動情報誌「月刊杜の伝言板ゆるる」の創刊200号を記念し、仙台市在住でノンフィクション漫画家・コラムニストの井上きみどりさんによる講演「わたしが震災まんがを描いたわけ」が2月1日に開催されました。

自らも被災した井上さんが、被災地域で活動しているボランティアや被災した人たちの様子をまんがで描いた『わたしたちの震災物語』。このまんがでは、震災や原発事故により苦悩する大人の姿や、不安や苦しさの中で希望を見出そうとする人たちの様子などが、ストレートに描かれています。

講演では、取材や制作過程で、複雑な心の動きを表現する難しさや自らの心の葛藤などもお話しいただきました。参加された方が、生の原稿を直接手にする貴重な体験もできた1時間。「悩み、苦しみ、それでも歩み続けている東北の人たちの物語を描いて伝える、ただそれだけです」という言葉が心に残りました。

■井上さんの著書「ふくしまノート」は、「すくパラ倶楽部」のサイトで無料でご覧いただけます。

URL http://sukupara.jp/plus/mag_top.php?manga_id=37

シアワセコラム

しあわせココロのつくりかた⑱

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

「優しいね」と言われると、ほんわか心地よいものです。優しい自分でいられると気持ちがラクでいられます。では、自分の中に嫌な部分を見つけた時はどうでしょう？怒ってばかりの自分に気付いた時は？

大概の人は、そんなダメな自分を見つめて、影をどんどん大きくしてしまいます。そこには優しい自分も存在していたはずなのに、まるで優しい自分はいなかったかのように打ち消してしまうことも。反省のし過ぎから自己否定に陥り暗い顔で過ごしていると、誰かが幸せになれるか？きっと、周りの人も自分自身も悲しみいっぱいになってしまうはず。どんな状況になったとしても、優しい自分は必ず心のどこかに住んでいます。優しい私を知っていることは、周りの人も自分をも幸せにしていく鍵のひとつです。



カウンセリング・ルーム メール相談：ryokusuinomori@yahoo.co.jp

☆毎週金曜日14：00～16：00は「復興ボランティア支援センターやまがた」にいらしてください♪

※駐車場はFM山形ビル裏の2台分、大通り向かい側「ラーメン玄龍」裏に3台分（看板あり）があります。



絆サロン

上山市南部地区公民館で、毎月1回避難者同士の茶話会「絆サロン」が開かれています。

結成されたのは2013年1月のこと。上山市で避難生活をおくる大迫さんと笹原さんが「避難者同士、話し合える場があれば」とNPO法人育児サークルランドの協力を得て「絆サロン」を立ち上げました。

参加者は、お孫さんを連れたいおじいちゃんおばあちゃんや親子など、幅広い世代の人達が集まっています。

1月24日(金)は、折り紙の会と題して折り紙をあしらった箱や傘を製作しました。作業しながら自分たちの近況報告をしたり、世間話をしたりなど楽しい談笑の時間となり、皆さん気持ちもリフレッシュして帰られました。

参加者の方は「月1回同じ避難者同士が集まるのは心強い。今住んでいる上山に知り合いがいなかったらので毎月楽しみにしています」と話していました。



次回は2月28日(金)、羊毛を使ったマスコット作りを予定しています。(なつ)

新春もちつき交流会&寒鰯まつりツアー



地域の文化に親しむ機会を持つことができました。

前半「ゆうあいプラザかたぐるま」で避難者と支援ボランティアの皆さん98名が集って餅つき、福島の郷土食じゅうねん餅などいくつかの味付けをして、食べながらの茶話会、後半はバスで銀座通りに移動し日本海寒鰯まつりに参加しました。

当日立ち並ぶ屋台の中には、庄内名物寒鰯汁は当然のこと、石巻の物産屋台もあり、宮城県から避難した皆さんは懐かしい味と再会できました。寒い屋外での「寒鰯まつり」は初めてと言う方も多く「参加して良かった」との声が聞かれました。

まもなく震災から三年、鶴岡・庄内の文化をいろいろ体験しつつ、新しい節目を迎えることができましたらと思います。(S)

山形大学農学部インドネシアの留学生たちも交流会を手伝ったり、自分たちで作ったカップ漬けを届けてくれました。



鶴岡市では毎年1月中旬に「銀座通り」商店街を歩行者天国にして「日本海寒鰯まつり」が開催されます。今年

は1月19日(日)でしたが、同日、避難者・地域交流「新春もちつき交流会&寒鰯まつりツアー」も開催し、避難者同士の交流と、地

～避難先から福島に戻ってきたママ達へ～

「ママカフェ」のご案内です♪

久しぶりの福島での生活の事、お子さんの事、ママ自身の事も含めて、みなでおしゃべりしませんか。

お子さんには楽しく遊べる場を、ママたちにはあたたかいお茶とお菓子を、心和むひとときをご用意しました。いつ来ても、いつ帰ってもOK!お気軽にお越しください。

【お問合せ先】

東日本大震災中央子ども支援センター福島窓口

TEL: 024-573-0150 FAX: 024-573-0151

WEB: <http://ccscd.beans-fukushima.or.jp/>

☆ママカフェ@ふくしま

日時; 2月28日(金) 10:00~12:00

3月28日(金) 10:00~12:00

場所; 福島市保健福祉センター4F

第2保健指導室(4Fに場所が変わりました)

参加費; 無料

☆ママカフェ@こおりやま

日時; 3月13日(木) 10:00~12:00

場所; 特定非営利活動法人 子育て支援コミュニティプチママン

(福島県郡山市富田町大徳南2-23)

参加費; 無料

※いわき市、白河市でも開催しています。



「うえるかむ」45号に掲載しました記事「公開シンポジウム in 福島大学」の文中に事実と異なる部分がありました。「ママカフェの中でも」ではなく「福島のお母さん達の中でも」の誤りでした。ママカフェでは、放射能への不安や子どものあそび場など、様々な悩みを語り合っています。関係者の皆様にお詫び申し上げます。

今月のキーワード ウエルビーイング を高める

前号に続き、今回も心の問題に関するテーマです。冬は特にこもりがちになる季節。避難している人も支援活動をする人も、気分が落ち込んだり思い悩んだりしていませんか？

今回は、早稲田大学総合人文科学研究センターの松村治さんに、「ウエルビーイング」を高めるためのポイントを教えてくださいました。寒い冬もあと少し、みんな元気に春を迎えましょう！（海谷）

ウエルビーイングとは、健康のもとである「いきいきと生きている感じ」（健康感）のことです。収入や仕事などは直接健康に影響を与えませんが、それらの身の回りの環境すべてが、ウエルビーイングには大きな影響を与えます。

震災と原発事故を経て避難生活を迎えた方々は、短時間で身の回りのことが一変しました。ウエルビーイングの低下した状態では、元気が出ない、気持ちが沈むといった状態が続くのは、むしろ人としてごく自然な、当り前のことだと思えます。

しかし、長い期間、ウエルビーイングの低下した状態にあることは辛いものです。その状態は活動を鈍らせ、そのことでまた気持ちが沈むという悪循環におちいりがちにします。仮に問題がすぐに解決されないとしても、よりよい毎日を送るために、悪循環を良い循環に変えるように努力してみませんか？



ポイント1 ライフスタイルをととのえる

- ① 一に睡眠、二に栄養
- ② 自然とふれあう
(緑の多い近所の公園を散歩するなど)
- ③ 人の話を聞く時間、自分が話す時間を作る
- ④ リラックスした状態になることを心がける

ポイント2 1日の生活を考える

- ① これまでどんなことをやってきたか、何ができたかを振り返る
- ② 今の生活の中で、新たにできることを考える

ポイント3 生活に目標をもつ

- ① 地域の中で活動し、やりがいのあることをみつけていく
- ② 今住んでいる地域を生活の基盤と考え、できるかぎり活動を広げていくことを生活の目標にする

穏やかな気分を得るためには、適度な運動（ストレッチ、ヨガ、太極拳）が効果的です。身体を動かすと、自分でも意外なほど気持ちが晴れる時もあります。その他に瞑想も気持ちを落ち着かせます。

また、何かを「したい」と思う気持ちは、大きな原動力になります。したいと思うことを始めるのはとても楽しいものです。はじめの一步を踏み出してみませんか？

ウエルビーイングを高めることは、今日からでも始められます。急がずにひとつずつ、自分のできるところから試してみてください。

motto みんなの声

kizuna@yamagata1.jp

- 年内に帰る事を決めただけど、本心ではないのでやっぱり帰りたくない、と悩む日々です。ようやく上山の生活にも慣れたので、ギリギリまでここにいたい（福島市→上山市）
- 福島市の伊達市から避難をしてきて2年が過ぎました。「山形に来て良かったなあ」とつくづく思います。虫をつかまえたり、石を拾ったり、たくさん自然と触れ合っている子どもはイキイキとした姿を見るのが今、一番嬉しいです。（伊達市→山形市）
- 米沢に避難してきて思った事は子供が多すぎです。見ず知らずのおじさんおばさんが子ども達に声をかけてくれたり、時には注意をしてくれたりありがたく思います。米沢は子どもを大切にしてくれる優しい町です。ありがとう。（福島市→米沢市）
- まわりの友達が次々と帰福してしまい、福島のことについて話せる人がいなくなり、とても孤独を感じています。（二本松市→山形市）
- ここ福島では、これから生まれてくる赤ちゃん達にとってもあまり空気がいいとは言えない。こんな事になってしまっって若い人達を思うと、不憫でならない。（福島市在住おばあちゃん）
- とうとう長女の高校受験の季節。山形の高校受験を決めました。少なくともあと3年、お世話になります。（福島市→山形市）

「みんなの声」を こぶやきを送ろう

あなたの今の気持ちを送ってみませんか。

kizuna@yamagata1.jpまで、タイトルに「みんなの声」と入力して送信してください。以前と今のお住まいの市町村も添えていただければ幸いです。うるかむへの要望や意見、質問なども受け付けています。



おすすめ情報

【村山地区】

■からだところの緊張を解きほぐす

アロマハンドトリートメント体験と助産師子育てアドバイス

アロマの知識を持つ助産師が、骨盤底筋運動などのセルフケアやストレス解消法を伝授します！

日時・会場：3月8日（土）

① 10:00～11:30

山形国際ホテル
（山形市香澄町3丁目4-5）

② 13:00～14:30

天童市市民文化会館2階
（天童市老野森1丁目1-1）

参加費：無料／託児付（先着10組）

【申込み】山形ボランティア隊 E-mail: yv@gensai-lab.org



【最上地区】

■借金に関する巡回無料相談会【相談無料・秘密厳守】

1人で悩まず、お気軽にご相談ください。

- 返しきれない借金や生活資金不足により返済困難な方
- 震災により住宅や車の二重ローンを抱える方

日時：3月27日（木） 11:00～15:00

会場：最上総合支庁5階505会議室
（新庄市金沢字大道上2034）

締切：3月25日（火） ※要予約※

【予約・問合せ】東北財務局 山形財務事務所 理財課

電話番号 023-641-5201（直通）

受付：月～金（祝日除く）8:30～17:15

電話相談は随時受付しています。相談会へお越しいただけない方は常設窓口へお電話下さい。

震災から3年を迎え・各地の追悼祈念行事

【村山地区】

■東日本大震災追悼・復興祈念事業（山形会場）

東日本大震災から3年目となる3月11日（火）に、犠牲者への追悼と東北の復興を願ってキャンドルナイトを開催します。

避難されている方、一般県民の方、避難者支援団体の方のご来場をお待ちしております。

日時：3月11日（火）17:00～20:00

（16:00～キャンドル製作）

場所：文翔館前広場（山形市旅籠町三丁目4-51）

【問合せ】実行委員会 事務局（山形県復興・避難者支援室）

TEL: 023-630-3100

主催：「東日本大震災追悼・復興祈念事業（山形会場）」実行委員会



【最上地区】

■祈り～ツナガル

「遺体・明日への十日間」上映会・祈りと誓いの集い

日時：3月8日（土） 14:00～上映

16:00～インタビュー（君塚良一監督・千葉淳氏）、
復興支援ソングコンサート、追悼慰霊復興祈願法要

場所：新庄市民文化会館（新庄市堀端町4-67）

料金：前売一般1,000円（当日1,200円）

前売券のお求めは丸井八文字屋、もがみ物産館等にて

備考：有料託児室 400円/人 ※3日前まで要予約

（託児ルーム HUG / TEL: 090-2028-9465）

【問合せ】山形県曹洞宗青年会 TEL: 0233-22-2545

プライマルプロジェクト TEL: 0233-22-6155

【庄内地区】

■Candle Night from 庄内 ～つながる灯火 on3.11～ 3年目のCandle Night

◇鶴岡会場◇

日時：3月11日（火）10:00～20:00（予定）

場所：鶴岡アートフォーラム（予定）

内容：キャンドル作成ワークショップ、
防災用品の展示、キャンドル設置、点灯、黙祷

【問合せ】山形大学農学部 菊池研究室

菊池俊一 TEL/FAX: 0235-28-2880

◇酒田会場◇

日時：3月2日（日）ワークショップ11:00～16:00

場所：さかた街なかPR館 ※ペットボトルでキャンドル
スタンドを作り、被災地へのメッセージを書きます。

日時：3月11日（火）18:00～20:00

場所：酒田市 中町通り

内容：キャンドル設置、開会セレモニー、キャンドル点灯

【問合せ】生涯学習施設 里仁館 TEL: 0234-61-4361

【置賜地区】

■平成25年度東日本大震災復興祈念事業（米沢会場）

◇シンポジウム「あの日（3.11）」

～全ての思いを若い世代へ～

日時：3月8日（土）13:30～16:00（予定）

場所：九里学園教育研究所ホール

◇東日本大震災復興祈念事業

日時：3月11日（火）10:00～18:00（予定）

場所：伝国の杜「置賜文化ホール」

プログラム：献花受付開始（開場）10:00

第1部 追悼式 14:00～15:15

第2部 コンサート 15:30～16:50

第3部 大抽選会 17:00～

献花受付終了 18:00

【問合せ・事務局】置賜総合支庁総務課防災安全室

稲村、我妻 TEL: 0238-26-6007

主催：平成25年度東日本大震災復興祈念事業（米沢会場）実行委員会



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／百目鬼温泉／真宗大谷派山形教会／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【上市市】上市市社会福祉協議会／上市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】甌葉プラザ【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／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／万世コミュニティセンター／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】道の駅いでめでさみの里観光物産館【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】東北自動車道管生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

とり肉のカリカリ焼き もって菊添え

<材料> 6人分
鶏もも肉 3枚

☆つけだれ
にんにく 2片
塩こうじ 大さじ3
コショウ 少々

油 大さじ1
もって菊 100g
黄菊 100g

☆ソース
バルサミコ酢 (又は黒酢) 100ml
油・塩・コショウ 各少々
ミニトマト 12ヶ
セリ 又は お好みのハーブ 適宜

<作り方>

- ① 鶏もも肉に塩こうじ、コショウ、おろしにんにくを摺り込む。
- ② フライパンを熱して、油を敷き、①の鶏肉の皮を下にして中火で焼く。均等に焼き目を漬けて、そのまま返さずにじっくりと火を通す。よく焼けたら、表面がカリッとなるまで焼き上げる。
- ③ ソースを作る。ミニトマトは4等分に切る。②のフライパンにバルサミコ酢を入れて煮詰め、トロリとなったら、油、塩、コショウを入れ、最後にミニトマトを加えてさっと合わせる。
- ④ 菊は花びらを散らし、酢を加えた湯で色別に茹でて、水気を切って添える。



レシピ提供：在来作物案内人 鈴木淳子さん



山形県映画センター・

団体紹介

認定 NPO 法人山形国際ドキュメンタリー映画祭

私たち2つの団体は震災直後から、映画応援団「シネマエール東北」～東北に映画を届けよう！プロジェクトの活動を、全国の映画関係者や配給会社のご支援ご協力をいただきながら、山形県、福島県、宮城県の一部地域の仮住宅集会所やコミュニティーセンターなどを会場に「映画で笑顔を、元気を、そして心に希望の灯をともして明日への一步を踏み出してほしい」と願って映画上映を続けてきました。



最近、東京や福島の支援団体と連携しながら、監督を招いてのトーク上映会や作家さんとのコラボ上映なども行っています。山形県内でも、いろいろなカタチの上映会が可能です。お気軽にお声掛けください。

お問い合わせ
はこちら

山形県映画センター 担当：宮沢啓

〒990-0039 山形市香澄町2-8-1
TEL 023-641-0343
E-mail eigacenter@forum-movie.net

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3月19日発行です

情報提供や寄稿は、
3月3日までにお寄せ下さい。
お待ちしております！

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/>



- * 雪が降るよりも、冷たい風が強く吹く二本松。早く暖かい春にならないかなあ。(まき)
- * 気温が暖かく感じられると、春が待ち遠しい。でも花粉の時期でもあるからちよっぴり複雑！(じゅんちゃん)
- * 樹木のライトアップへ行く予定です。山形にいたる間は冬も楽しみたいと思います。(なつ)
- * 久々に雪が降った日、ふなっしーの雪像に挑戦しました。長方形から作れば、以外にカンタンかも！(多田)
- * 去年は避難されている方と米沢で雪灯ろうを作りました。今年は20名で雪灯ろうを見に行きました。楽しかった(くまモン)
- * 今年は雪が少なくて、もう春みたいですね。嬉しいけど物足りないような気も... (サチ)
- * 蔵王で樹氷を見て来ました。すごく大きくてびっくり。山は雪がたくさんでも、山形市街地は雪が少なくて嬉しいな。(石山)
- * 周りのママ友たちも子どもの進学や就職で、新生活にむけて忙しそう。我が家も同じく、です。春はもうすぐ？(海)

☆山形市教育委員会様が、今年の新成人の皆様より集めた書き損じハガキを切手に替え、80円切手54枚を寄贈くださいました。大切に使用させていただきます。ありがとうございました！