

11/27 現在、鶴岡市の避難世帯台帳には岩手県 3 人、宮城県 76 人、福島県 206 人、合計 285 人の方が在籍しています。数字だけを見ると「皆さん帰っているんですか？(・_・)」と気になる方もおられるようです。実際に被災県に戻る世帯もおられますが、山形県の内外の新たな地に移られる世帯もおられるんですよ。新しい命が誕生して家族が増えている世帯もあります。気持ちが立ち止まっているように思っても、季節の移り変わりを感じられるようになったでしょうか？ ちょっとだけ以前より鶴岡の道が分かるようになったでしょうか？ そんな自分をほめてあげてみませんか。(志)



国道 112 号月山道路の夜間工事終了予定日が早まりました！！

先週号に続き、またまた月山道路情報です(^_^) テレビのニュースや新聞でご存じの方もいらっしゃるかもしれませんが、夜間通行止めでの工事の終了予定日が早まりました！ 11/26 付記者発表は以下の通りです。

「皆様のご理解とご協力により工事が予定より早く完成する見込みのため、**12/10(火)朝 6 時をもって夜間全面通行止めを解除**することとなりました。**12/10(火)夜からは通常通りの通行が可能**となります。なお、夜間全面通行止め解除までの間は引き続き大変ご迷惑をおかけしますが、工事箇所周辺迂回路が無い場合、国道 47 号や国道 113 号等を利用する迂回にご協力をお願いいたします。

また、月山道路はすでに積雪や凍結となっておりますので、夏タイヤでの通行はできません。冬タイヤや早めのチェーン装着をお願いします。」(※誌面の都合で原文より一部割愛させていただきました)

■ 工事実施中の問い合わせ先は・・・

- 酒田河川国道事務所 0234-27-3331 (24 時間対応)
- 月山国道維持出張所 0235-57-5011 (24 時間対応)
- 日本道路交通情報センター(山形情報)050-3369-6606



← 天井板を撤去する工事の様子
(酒田河川国道事務所 HP より)

■ 詳しい工事の進み具合を見たい方は・・・

インターネットで「酒田河川国道事務所」HP → 「道路情報」 → 「工事通行規制情報」で最新をチェック！

※タイヤ交換はお済みでしょうか？ 交換したタイヤの収納などでお困りの方はこのページ最下欄の連絡先にご相談ください。



サツマイモ掘り体験しませんか～♪



12月1日(日) 10:00～12:00 高坂のサツマイモ畑

秋の味覚“サツマイモ掘り体験”しませんか？ 鶴岡市民の鈴木完司さん(みんじ)がお申し出くださいました♪ 「掘ったお芋は、そのままお持ち帰りくださ～い！」とのこと。近くに汲み上げ式の井戸水があるので、小さなお子さんでもすぐに手が洗えますヨ♪

- 場 所**：鶴岡市高坂字天王原の道路沿いの畑
(小真木原運動公園を過ぎてセブンイレブン鶴岡南バイパス店手前)
- 持ち物**：長ぐつ・手袋(芋ほり用に軍手やビニール手袋など)
タオル・レジ袋(芋を入れるため)・カップ(雨よけ)・防寒着など



問い合わせ：0235-24-0053 生活支援相談員(清水)

※当日の問い合わせは 090-6850-5720(志賀)

セブンイレブン 鶴岡南バイパス店 → 鶴岡方面 → 国道 112 号

【11～1月の予定】

30 土	週末寺子屋 in 鶴岡 14:30～15:30 冬休み寺子屋合宿説明会 15:30～17:30 学習支援
12/1 日	「自律訓練法・呼吸法体験」 (子どもの問題を考える会酒田定例会) 酒田市総合文化センター4階 13:00～ さつまいも掘り体験 10:00～12:00 小真木原
2 月	
3 火	
4 水	ひなん女子会(12/8)申込み切日
5 木	健康無料相談(老人福祉センター) 13:30～15:30(60歳以上の方対象) ホメオストレッチでストレスケア(12/15) 申込み切日
6 金	法律無料相談(山形県弁護士会) 16:00～18:00(要予約) 申込:山形法律相談センター023-635-3648 会場:鶴岡法律相談センター(鶴岡産業会館3階) 編み物教室(宝田住宅・集会所)9:00～11:00
7 土	第三回南相馬親睦会(山形市)10:30～15:00 ヒルズサンピア山形(山形市蔵王飯田637) 岩手県交流会 11:00～13:30 山形市避難者交流 支援センター(山形市落合町1、山形市総合スポ ーツセンター3階:山形自動車道[山形北IC]より 国道13号経由で約3km約10分です)
8 日	第7回ひなん女子会(週末開催)
9 月	
10 火	庄内地方避難者相談会 11:00～15:00 市役所6階大会議室西*自由来所型の相談会
11 水	
12 木	健康無料相談(老人福祉センター)
13 金	法律無料相談(山形県弁護士会) 編み物教室(宝田住宅・集会所)9:00～11:00
14 土	
15 日	ホメオストレッチでストレスケア
16 月	鶴岡市こころの健康相談(要予約) ①13:30～②14:30～「にこ♥ふる」 0235-25-2111(内線364/365)健康課
17 火	
18 水	
19 木	健康無料相談(老人福祉センター)
20 金	法律無料相談(山形県弁護士会) 編み物教室(宝田住宅・集会所)9:00～11:00
21 土	
22 日	
23 月	
24 火	庄内地方避難者相談会 11:00～15:00 市役所4階ロビー*自由来所型の相談会
25 水	
26 木	健康無料相談(老人福祉センター)
27 金	法律無料相談(山形県弁護士会) 編み物教室(宝田住宅・集会所)9:00～11:00
28 土	
29 日	
30 月	
31 火	
1/1 水	
2 木	
3 金	法律無料相談休み、編み物教室休み
4 土	
5 日	
6 月	
7 火	
8 水	

手づくりと交流

第7回ひなん女子会 in 鶴岡

12月8日(日)受付9:15～、開会9:30～「にこ♥ふる」(鶴岡市泉町5-30) 3階 大会議室

8月に開催してご好評いただいた「銀ねんどクラフト」を週末開催でも実施します！ふだんお仕事でなかなかイベント参加できない方もぜひご参加くださいね！託児・子どもコーナーも設置します。小学校中～高学年以上であれば、ママと一緒にクラフト体験に参加できます。託児・子どもコーナーのご利用、お子さんのクラフト体験どちらでも、お申込みの際にご連絡ください。
12/4(水)までお電話でお申込みください！(今年度最後の女性の交流会となります。1～3月の交流行事は性別年齢問わないものになる予定です)
申込み・問合せ：0235-24-0053 避難者生活支援相談員(志賀・清水)



ストレス対策こころのサポーター養成講座 ホメオストレッチでストレスケア

12月15日(日)10:00～12:00 出羽庄内国際村(伊勢原町8-32)和室
自分で自分を元気にする方法を覚えませんか？参加費無料、定員:先着40名

対象:興味のある方はどなたでも！打ち明け話をされやすい方、答えに困るような相談をされる方、ヘルパー、整体師、美容師など人に触れるお仕事をされる方はぜひ！(^^)/

内容:お話と実技体験 ・知っている自分とラクになるストレスのこと
・言葉の栄養について
・ホメオストレッチの実技を覚えましょう♪…等

問合せ:特定非常営利活動法人ばらんとす(担当:齋藤090-1932-2095)

申込み:FAXでの申込みとなります。FAX:0235-33-2036

「ホメオストレッチでストレスケア担当者」あてに①お名前 ②ご職業 ③ご住所 ④Eメール
⑤ストレスについて日頃感じていることを記入して送信してください。×切12/5(木)

※FAXがない方は生活支援相談員(0235-24-0053 志賀・清水)まで。

健康相談 鶴岡市こころの健康相談～ひとりで悩まずに相談しませんか？～

12月16日(月)①13:30～ ②14:30～ 鶴岡市「にこ♥ふる」

「最近眠れない日が続いている」「気分が沈んで元気がない」など、お困りの方はどうぞお気軽にご相談下さい。ご本人でなくても、ご家族やご親戚の方がご相談に来られても大丈夫です。事前に予約が必要ですので、電話で日時を予約してください。費用は無料です。(相談対応は元鶴岡病院看護師です)
予約・問合せ:0235-25-2111 内線364/365 鶴岡市健康課高齢保健係

お知らせ 鶴岡市避難者支援だよりのバックナンバーについて

平成23年11月から発行された「鶴岡市避難者支援だより」の以前のものは、以下の方法で見ることができます。

- (1) 鶴岡市立図書館(本館:鶴岡市家中新町14-7)で閲覧できます。
 - (2) パソコンやスマートフォンなどでインターネットで閲覧できます。PDFで過去の号を全て掲載しているサイトは以下の通りです。
 - ① 鶴岡市社会福祉協議会 <http://www.shk01.jp/>
「東日本大震災について」→「鶴岡市避難者支援だより」
 - ② つなごろう NET <http://tsunagarou.net/>
「おすすめ情報」→「カテゴリ」→「印刷物・ホームページのご紹介」→「新着情報」→「鶴岡市避難者支援だより」
- ※バックナンバーは未掲載ですが、最新情報を掲載しているサイト
ふくしま結ネット <http://yui.net.beans-fukushima.or.jp/>
「避難先情報」→「山形県」→「その他の地域」

印刷したバックナンバーをご希望の方は鶴岡市社会福祉協議会で差し上げることができますので、お問い合わせください。

問合せ:0235-24-0053 鶴岡市社会福祉協議会(志賀・清水)

お知らせ ごあいさつにうかがいます！

12月上旬より、鶴岡市社会福祉協議会の生活支援相談員がごあいさつにうかがいます。山形県からの大切な情報書類や粗品などを預かっておりますので、お届けする予定です。皆様の声を聞かせていただけたら、山形県や被災県におつなぎすることができますので、よろしくお願い致します。