

# うるかむ

WELCOME YAMAGATA! COMMUNICATION FREE PAPER.



山形に避難されている方へ伝えたいメッセージ

## CONTENTS

- 一面 とみおかアーカイブ・ミュージアム/やまがた文化応援キャンペーン
- From山形/花・はな会
- ココロとカラダとお金のメイクバランス
- みんなの声(キャンドルナイト「追悼・復興への祈り」の会場から)
- しあわせココロの作り方(108)
- スペシャルインタビュー/安達 智子さん
- おすすめ情報 ●ひと休みレシピ「食用菊の甘酢漬け」
- 団体紹介 ここふく@やまがた相談支援室 阿部 佳奈さん ●編集部より

# 第136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: 2100部



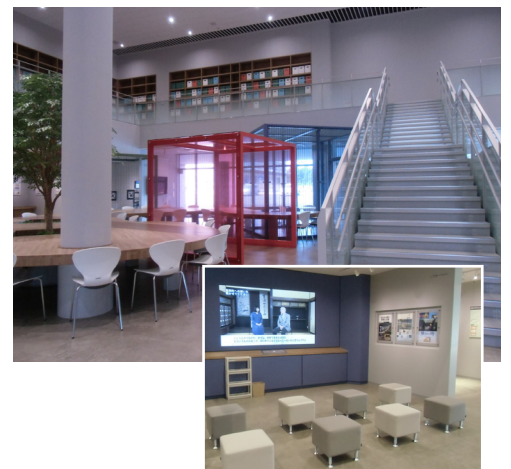
## 寄稿 とみおかアーカイブ・ミュージアム

今年の7月11日に福島県双葉郡富岡町にオープンした「とみおかアーカイブ・ミュージアム」にさつそく足を運んでみました。建物の外観はシンプルですが中に入ると、明るく賑やかな「タウンギャラリー」が広がっております。そこには三次元疑似体験システムや昭和の商店街模型等々、大人も子どもも楽しめるコーナーがたくさんありました。

そして、常設展示室へと進むこととなります。富岡町は東日本大震災と原発事故発生時、翌日の12日には全町避難という経緯がありますが、震災だけに焦点を当ててではなく、町の歴史や文化全てを知ることができる展示でした。「アーカイブ」つまり「記録保管場所」として、富岡町が古代〜現代にかけてどのように町として発展してきたのか、考古学的な資料も興味深いも

のばかりで(展示資料約430点、収蔵資料約5万点)、それらを眺めるだけでも充実した時間でした。

続いて、平成23年の東日本大震災と原発事故発生当時へと展示エリアが広がりました。複合災害がどのように全てを変えてしまったのか、震災前の生活の展示が微笑ましい平和なものだった分、余計に悲しく響くように思いました。避難を呼びかけ殉職された二人の警察官が乗っていたボロボロのパトカー。次々と時を止めたままの時計たち。パンフレットには「ご自身がお住まいの地域で: どうなるか、を想像してみてください」とのメッセージ。災害が増えている令和の時代、福島県民だけでなく誰もがこの震災の教訓を忘れずに生かしていくことが大切だと考えさせられました。(南相馬市S)



**とみおかアーカイブ・ミュージアム**  
[住所] 福島県双葉郡富岡町大字本岡字王塚760-1  
[電話] 0240-25-8644  
[開館時間] 9:00~17:00(最終入館16:30)  
[休館日] 毎週(月)、年末年始 [入館料] 無料

のばかりで(展示資料約430点、収蔵資料約5万点)、それらを眺めるだけでも充実した時間でした。

続いて、平成23年の東日本大震災と原発事故発生当時へと展示エリアが広がりました。複合災害がどのように全てを変えてしまったのか、震災前の生活の展示が微笑ましい平和なものだった分、余計に悲しく響くように思いました。避難を呼びかけ殉職された二人の警察官が乗っていたボロボロのパトカー。次々と時を止めたままの時計たち。パンフレットには「ご自身がお住まいの地域で: どうなるか、を想像してみてください」とのメッセージ。災害が増えている令和の時代、福島県民だけでなく誰もがこの震災の教訓を忘れずに生かしていくことが大切だと考えさせられました。(南相馬市S)

## お知らせ やまがた文化応援キャンペーン

新型コロナウイルス感染症により影響を受けている山形県内の文化施設・団体を応援するため、おトクな応援割を利用して出かけよう!

期間 ● 令和4年2月28日(月)まで(各施設の利用上限に達し次第終了となります)

利用施設 ● 山形県内の美術館・博物館・山形交響楽団・やまがた舞子・酒田舞娘・映画館

利用内容 ● 入館料・鑑賞券・飲食代等を適用対象とし、お支払い額500円につき100円の割引。

1回のお支払いあたり、最大1,000円の割引。複数回の利用も可能です。

利用方法 ● キャンペーン参加の施設でのお支払いの際に「応援割」を利用する旨をお伝えください。

<https://yamagatabunkaouen.jp>

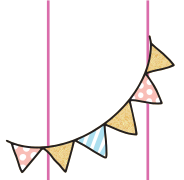
※キャンペーン参加施設、利用いただける商品などは、キャンペーンサイトよりご確認ください。

【お問合せ】

やまがた文化応援キャンペーン事務局  
TEL: 023-616-7720



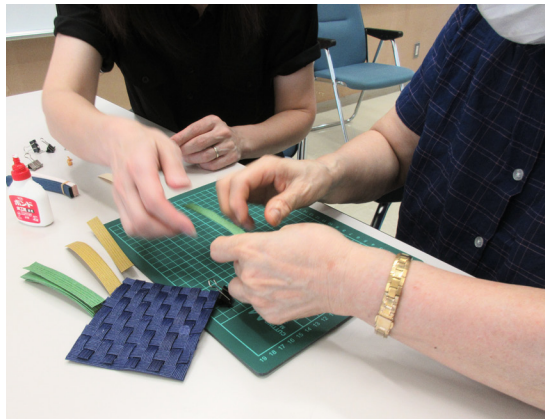
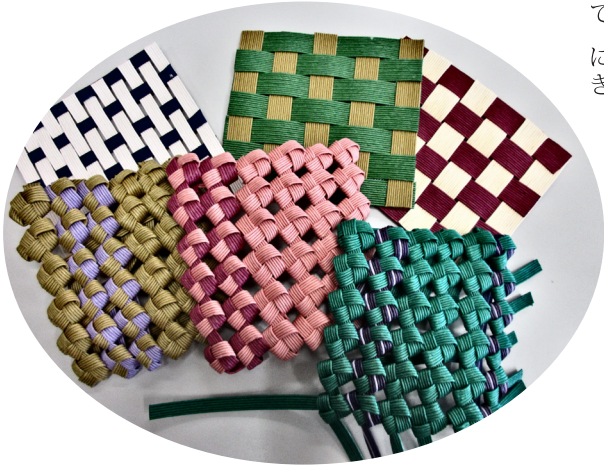
Fromやまがた



# 花・はな会

8月10日(火)に今年度2回目となる、山形市社会福祉協議会主催の「花・はな会」が開催されました。新型コロナウイルスの影響で昨年度から開催が見送られていましたが、感染に注意しながら、久しぶりの開催となりました。参加者が集まるかと心配していたようですが、「開催場所が近くなって参加できるようになった」という方もいて、4名の参加がありました。

1回目は携帯用紙石鹸作りを行い、今回はクラフトテープを使ったコースター作りをしました。昔作ったことがある方も全く初めて作るという方もいて、にぎやかに始められました。「中々むずかしい」「次はどうするの?」という声飛び交う中、限られた時間の中で完成できるか心配していましたが、編み方のパターンを覚えるとスムーズに手が動き、あっという間に作品を完成させることが出来ました。2つ3つと作った方もいて、大変喜ばれて帰りました。



### 【お問合せ】

山形市社会福祉協議会 生活支援相談員  
TEL:023-645-8061

### 寄稿



ココ

と



カラダ

と



お金

# の バ ラ ン ス ク

貧富の格差は正は以前から言われていますが、このコロナ禍で不公平感さらには高まってきていると言われてます。そんな中、相続税対策として使われることの多い、毎年110万円までは贈与税が非課税という制度がなくなるかもしれません。

相続時の財産を減らすために、相続人に財産を移行しておく生前贈与。結局のところ、同じ金額が相続人の手に渡りますが、節税という意味では長い時間をかけて贈与していった方がお得というのはどうかということのようです。実際に、欧米などでは贈与税と相続税は一体化されています。

教育資金や、結婚・子育て資金、住宅取得資金の一括贈与の特例などがありますが、いずれも「特例」なので時限的な措置です。減額や、期限の延長はなしということになります。

昨年末に発表された「税制改正大綱」では「相続税、贈与税の一体化」について触れられており、早ければ2022年度中に成立、施行があり得るとも言われています。相続税対策、贈与を検討されている方は、早めに相続・贈与に詳しい税理士さんに相談してみてくださいね。



ファイナンシャルプランナー/心理カウンセラー 庄司 あきこ  
E-mail:info@therapist4everyone.com

あれから10年なんですね…!色々なことが去来します。“幸せ”の意味を考え直す日が3.11です。

(山形市・女性)

皆様が安心して暮らせますように!!  
(山形市・女性)

3.11の経験を忘れずに日ごろから、災害に備えます。  
(山形市・男性)

長かった10年。早かった10年。震災から多くの学びがありました。  
(中山町・女性)

子供達が“夢”を持っている。明るい未来となります様に!!  
(山形市・女性)

忘れません。忘れてはいけないと思います。  
(山形市・女性)



2021年3月11日、東日本大震災から10年を迎えキャンドルナイト「追悼・復興への祈り」が山形市文翔館前広場で行われました。来場した方からのメッセージをご紹介します。(一部掲載)

### 「みんなの声」につぶやきを送ろう

あの人に伝えたい一言や、最近思う事、今の暮らしの中のつぶやきなどを募集しています。はがき、又はメールでお送りください。みなさまからの投稿、お待ちしております!



## 山形の防災を学ぼう

### ～災害への準備と対応の確認～

今年夏、全国各地で大雨による水害が発生しております。昨年の夏は、最上川が氾濫し大きな被害が出ました。

山形市防災対策課 防災アドバイザー(佐藤氏)を講師に、山形市内でも発生するかもしれない災害に備え、防災について学びます。是非、ご参加ください。

〈日時〉10月19日(火) 13:30～15:30  
〈場所〉山形市総合スポーツセンター3階 第一会議室  
〈締切〉10月9日(日)  
〈講師〉山形市防災対策課 防災アドバイザー(佐藤氏)  
※新型コロナウイルス感染拡大状況によって延期・中止となる場合があります。  
※マスク着用でご参加ください。

【お申込み・お問い合わせ】  
山形市避難者交流支援センター  
TEL:023-625-2185



### つしあわせココロの

今日の私は 昨日の私ではなく  
明日の私も 今日の私ではありません。  
見た目変わらないし 気持ちも変わってないのにと  
思われるかもしれませんが細胞レベルでは まるっきり違う存在になっているのですって。  
私たちは外からの強い刺激に繰り返し晒されると  
それに振り回され自分自身を見失ってしまいがちです。  
けれど 自分自身が変わり続けているように世界は常に変わり続けています。  
変わり続けている世界に、自分を適応させて生きてきた結果が、  
人間を含めた今の地球の生き物たちです。  
たぶんわたし達は右往左往しながらも、  
この難局を乗り越えていく種族の一つなのでしょう。  
だからこそ 今 ここに生きている自分は、  
自分の意思で生きながらも、たくさんの命に支えられて  
生かされていることを、忘れてはならないと思うのです。

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  
カウンセリング・ルーム メール相談/ryokusuinomori@yahoo.co.jp  
ブログ「しあわせこころのつくり方」<https://nekota-nekokichi.hatenablog.com/>



## special interview



南陽市社会福祉協議会

あだち ともこ  
生活支援相談員 安達 智子さん

Q 相談員になつたきっかけを教えてください

東日本大震災発災後、「何かボランティアをしたい」「力になりたい」と考えていました。ハローワークで相談員募集を見たときは「これだ」と思いました。平成24年2月に南陽市社会福祉協議会に入職し、4月から相談員としての活動を始めました。当初は訪問対象世帯が47世帯しかありませんでしたが、地図を片手に家を探し回りました。ただ地図が古くて畑の真ん中に住所があることも多く、探し当てるのがとても大変でした。一緒に訪問していた相談員が避難者の方で、集合住宅や子供の学校関係で顔を知っている人が多く、とても助かりました。

Q 行政との連携について教えてください

市との関係は良好だと感じています。訪問対象外世帯からの相談が県を通じ増えてきて、現・総合防災課に相談したところ情報の共有をすることにになり、全世帯への訪問が可能になりました。問題のあるケースが増えてきた時、訪問対象外世帯が多かったため情報の共有は大切だと感じました。市との連携はとても難しいと言われていますが、南陽市では東日本大震災の際、避難所を設置、運営した経緯があり、「交流のひ



AM カフェ・ルーシーダットン



ビーズプレスレット作り

ろば」は当初、市が主催でした。そして開催場所を社協が入っている健康長寿センターにしてくれたのは、相談員が参加しやすいようにとの配慮で、現在は市と共催で開催しています。また、イベントにも参加してくれました。その結果、市では避難者の顔が見える関係になり支援しやすく、避難者も市の担当者との面識があり、相談に行きやすいという声が聞こえてくるようになってきました。

Q 南陽市の水害について教えてください

平成25年26年7月は、2年続けて水害に遭い、災害時は健康長寿センターにいましたが、川の近くに住んでいる世帯や高齢者世帯には電話で安否の確認を行いました。そんな中、ボランティアとして避難者も手伝いに来てくれたのはとても嬉しく思いました。

で」という想いから多くの方が支援に駆けつけてくれたことに、とても感動し感謝の気持ちでいっぱいになったのを忘れることが出来ません。

Q 今感じていることを教えてください

皆さんが抱えている悩みは年を追うごとに複雑化していますが、相談をしてくれる人が少しずつ増えてきたことは、絆ができたと感じています。専門的な資格も無く、心無い言葉をかけてしまうのではという心配が常にありました。それは現在も感じていて、大きな事案が出た時など、私が相談を受けて良いのかという思いもありました。しかし傾聴し、各機関とのパイプ役になることで、5年後10年後、南陽市に避難して良かったと思ってもらえる活動をしていきたいと思っています。

また、浪江町から寒河江市に避難していた方がボランティアに参加してくれ、南陽市に避難している浪江の方に連絡を取り交流を図ったこともありました。高齢のおばあちゃん地元の話ができて、とても喜んでいました。現場が混乱していて本当に大変な中、東日本震災で被害にあった方が「東日本大震災の時にお世話になったの

おすすめ情報

## 山形国際ドキュメンタリー映画祭2021

今年はオンライン開催です！  
視聴はこちらから→[yidff.jp](http://yidff.jp)

1989年の第1回から隔年で10月に開催している山形国際ドキュメンタリー映画祭。今年の第17回目は、オンラインでの配信上映となります。

今年も東日本大震災特集プログラム「ともにある Cinema with Us」にて、2011年の震災とその後の人々の生き方や暮らしをじっくり見つめた、優れたドキュメンタリー映画を4本ご紹介いたします。

**オンライン開催期間/10月7日(木)～14日(木)**

映画祭の公式ウェブサイト [yidff.jp](http://yidff.jp) から、オンライン映画祭特設サイトにアクセスいただき、チケット購入ののち作品を見ていただけます。作品詳細、チケット料金、配信スケジュールは今後発表予定です。日時指定配信となりますので、チケットご購入の際は配信スケジュールを必ずご確認ください。

### 「ともにある Cinema with Us 2021」上映作品



1 『千千里の空とマドレーヌ』(監督:我妻和樹/112分)  
10/10(日) 14:00

(あらすじ) 震災から1年後の宮城県南三陸町。被災した町に残った一軒のペンション。そこで「お菓子で人を笑顔にしたい」と被災から立ち上がりお菓子づくりを再開したひとりのパティシエと、彼の夢に共感し、町の復興を応援しようと集まったボランティアたちとの関わりを追う。



3 『ナオト、いまもひとりっきり2020』  
(監督:中村真夕/95分)  
10/11(月) 15:00

(あらすじ) 原発事故後、全町避難となった福島県富岡町で、捨て置かれた動物たちの世話をしながら一人暮らし続ける松村直登さん。彼の暮らしぶりを記録した『ナオトひとりっきり』(2015)の続編である今作は、2013年以降8年間の国や町の変化と、徐々に数が減っていく動物たち、変わらぬナオトさんと隣人夫婦、そして桜の姿を時の流れに沿って提示していく。

他にも「アジア千波万波」部門では、岩手・大船渡に生きる「おんば」たちの詩、言葉を記録した『東北おんばのうた一つなみの浜辺で』(監督:鈴木余位、80分)も配信されます。ぜひチェックしてください！



2 『10年後のまなざし』  
(オムニバス映画 監督:村上浩康、山田徹、我妻和樹、海子揮一/総分数 86分)  
10/10(日) 17:00

(あらすじ) 「震災10年という時間について考える機会を作りたい」と「みやぎシネマクラドル」が4人の作り手によるオムニバス映画を制作。大槌町に暮らす義父とのひとときを記録した『冬歩き』、帰還困難区域にある実家への思いを抱えた老母と息子夫婦の物語『あいまいな喪失』、あるボランティア男性の生き様を綴る『微力は無力ではない～ある災害ボランティアの記録』、被災地の人々を見守った「灯台しっくい」の存在を知る『海と石灰』の4作品。



4 『ふるさとに旅する』(オムニバス映画 監督:岩崎孝正/101分)  
10/11(月) 18:00

(あらすじ) 2015年より継続して作品を発表している監督のオムニバス3部作。「自然と兆候/4つの詩から」は、オーストリアの映画撮影クルー、そして日本と韓国の二人の写真家が福島を撮るさまを追う。「Memories」は、福島から東京へ移った記憶喪失の男と女の会話。「カツテノミライ」は、かつて公害を被った、水俣、阿賀野、四日市、富山、相馬を旅し、それぞれの土地で仕事に携わる人々に出会う。

【映画祭、作品等に関するお問い合わせ】

認定NPO法人山形国際ドキュメンタリー映画祭 事務局  
TEL: 023-666-4480 Email: [info@yidff.jp](mailto:info@yidff.jp)

## 文部科学省 原子力損害賠償紛争解決センター(ADRセンター)からのお知らせ

「東京電力からの損害賠償に不満がある」、「東京電力へ賠償請求すべき損害がまだある」とお考えの方へ  
ADRセンターを利用してみませんか？

### ADR(裁判外紛争解決手続)の特徴

- 裁判より簡単、手続非公開
- 手数料無料(郵送費用、通信費用は自己負担)
- 弁護士を立てず個人での申立て可能
- 中立・公正な仲介委員が賠償金額をあらためて算定
- 2万5千件以上の申立てのうち、約8割で和解成立



(左から、竹之内室長補佐、豊澤調査官)

当時の状況を詳しくお伺いして、丁寧に対応します！

### ～和解事例紹介～

#### 避難に伴う賠償の増額<和解事例1498>

福島市から母子が山形県内に避難し、父が福島市内に継続して居住した申立てについて、母の就労不能損害並びに二重生活に伴う生活費増加分、避難雑費、子が幼稚園を転園したことによる保育料の差額全部及び転園先の幼稚園で必要とされたスキーウェア代の一部等が賠償されました。(ホームページでは他の事例も紹介しています。)

●迷っている方、お早目の申立てをお勧めします。

●原発事故から10年たちましたが、これからも申立てを受け付けます。

◇申立てに関する問い合わせ窓口◇

文部科学省原子力損害賠償紛争解決センター  
TEL 0120-377-155(平日午前10時～午後5時)

申立書の書式は、ホームページからダウンロードいただくか、お電話いただければ、郵送いたします。





### 材料

・菊の花(黄菊・もって菊)  
…各300g

合わせ酢  
 ・酢…200ml  
 ・砂糖…2/3カップ  
 ・塩…小さじ2

### 作り方

- ① 菊の花びらをむしっておく。
- ② 鍋にたっぷりの湯を沸かし酢を加える。
- ③ ①を②に入れて素早くサッとゆでて水に取り冷ます。
- ④ 鍋に分量の合わせ酢を入れ火にかけてとかし冷ましておく。
- ⑤ 菊の花びらを容器に移し④をかけそのまま冷蔵庫に保存する。

※ゆでた菊のはなびらは手で強く絞らない。菊のシャキシャキ感を生かします。特に「もって菊」の花びらは筒状になっています。

レシピ提供/在来作物案内人 ●ブログ「鈴木淳子の楽しむ食卓」もご覧ください  
鈴木 淳子さん <http://ameblo.jp/hanamizuki-junko/>

## 団体紹介

ご相談のある方は  
電話・メール・来所など  
お気軽にお問い合わせください。



### ここふく@やまがた相談支援室 相談員 阿部 佳奈さん

6月より「ここふく@やまがた相談支援室」の相談員として勤務し、避難者の皆様へブログでの情報発信や、交流会の企画、相談員の業務などを担っています。

東日本大震災の時は、翌日の結婚式の準備のために訪れていた美容室で大きな揺れに遭い、とっさに自分の身を守る事で必死でした。揺れがおさまり、店員さんの手厚いサポートのおかげで混乱することもなく、無事に帰宅することができました。残念ながら停電のために翌日の結婚式は延期になってしまいましたが、被災地の方々のお気持ちを考えると胸が痛くなりました。当時はドラックストアに勤務しており、買い物に来る避難者の方のお話を聞き、皆様が大変な思いをしながら山形に避難していることを知りました。

最近は、相談を受ける機会も増えてきました。これまでの経験を活かし皆様の気持ちに寄り添い、安心して山形での生活がおくれるようにこれからもお手伝いをさせていただきます。

10月30日(土)山形市男女共同参画センターファアールで交流会を開催する予定です。年に1度の特別版として現在企画をしていますので、皆様のご参加お待ちしております。

### 【お申込み・お問い合わせ】

ここふく@やまがた相談支援室  
(NPO法人山形の公益活動を応援する会・アミル)  
山形市双葉町2-4-38 双葉中央ビル3階  
TEL:023-674-0606  
E-mail:soudan@amill.org

うるかむダウンロードはこちらから <http://kizuna-yamagata1.jp>

編集部だより

みなさまからの情報をお寄せください!  
詳しくは復興ボランティア支援センターやまがたへ



次号は  
**10月20日**  
発行です

情報提供や寄稿は  
10月6日まで  
お寄せ下さい。  
お待ちしております。

◆世間であり運転が問題になっているせいか、道を譲ってくれる方が増えた気がする。心が広い運転を心がけよう。(結)

◆夏の疲れは顔にも出てきます。私のお勧めは石膏パックです。フェイスラインを引き上げ小顔効果バツグンですよ。(青)

◆今年もやってきました食欲の秋。何から食べようかと思案中!ダイエットはちょっとばかり先送りになりました。(奈)

◆遠出できない分、映画をたくさん観ました。こんなにも人を深く愛せるって素敵なことだなあと、未だに余韻に浸っているのが『キネマの神様』。オススメです!(森)

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3丁目14番69号「復興ボランティアセンターやまがた」  
TEL.023-674-7311 FAX.023-674-7312  
E-mail/kizuna@yamagata1.jp WEB/http://kizuna.yamagata1.jp/

twitter



facebook



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

つながろう NET

<http://tsunagarou.net/>

「うるかむ」に掲載された今までの記事と、リアルタイムなおすすり情報、イベント情報、支援団体情報などを掲載しています。ぜひご覧ください。

