

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/東日本大震災を語り継ぐ企画展/北海道・東北ブロック 合同視察会
- From山形 米沢友の会「野の花交流会」
- ココロとカラダとお金のメイクバランス
- みんなの声/しあわせココロのつくりかた(123)
- 「高速道路の無料措置の延長」などを政府に要望/I Tお助けコラム
- おすすめ情報
- ひと休みレシピ「ひょう干しの煮物」
- 施設紹介/天童市将棋資料館 ●編集部より



第151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



東日本大震災を語り継ぐ企画展

11月20日(日)に、共立社山形生協「東日本大震災を語り継ぐ実行委員会」主催により、「東日本大震災を語り継ぐ企画展と写真展」がコープしろにし2階ホールにて開催されました。

東日本大震災を経て、毎年11月5日が「津波防災の日」と決められました。そこで今、過去に学び、命を守ることを忘れてはいけな

いという思いからこの企画の開催となったそうです。

会場には震災写真パネルや、防災グッズ、伝承ロードパネルなどが展示されていました。また企画展に来てくれた方々のコメントが貼りだされており、震災当時の辛かった記憶、少しずつ復興してきていることへの応援メッセージ、災害への備えの大切さ、被災地へ赴き見て食べて応援、などたくさんの方の言葉が寄せられていました。

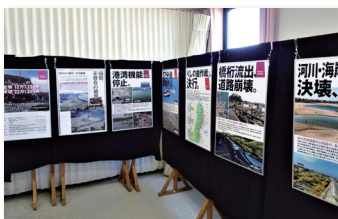
プログラムでは「体験

者が語るあの日から未来へ」と題し、語り部のコーナーがあり、やまがた気仙沼会に在籍する大学生が語り手を務めました。会場には30名程の方々が参加し、震災当時の状況や、震災後の生活、そして11年が経ち今復興について思う事などのお話を聞いた後、対談形式の話合いでは、あちらこちらです



は、泣く声が聞こえていました。想像をはるかに超えて、語り部の言葉が心に響いてきました。

この事実を風化させず、語り継ぎ、学んで命を守り、そして復興支援の為、現地に足を運ぶことも大事なのだと改めて思いました。また想定外の災害が起こりうることに對する準備が必要だということを学びました。



【お問合せ】共立社 コールセンター
TEL:0120-916-244

北海道・東北ブロック 合同視察会

10月29日(土)に(一社)東北圏地域づくりコンソーシアムの主催により合同視察会が開催され、北海道・東北各地の避難者支援団体が、川俣町・浪江町・双葉町を訪れました。仙台駅に集合し、東北中央自動車道を経由して川俣町へ。山木屋地区にある復興拠点商業施設「とんやの郷」にて特産品のアンスリウムなどを見学。その後、いまだ帰還困難区域が続いている津島地区を経由して浪江町に入り、「震災遺構 請戸小学校」や双葉町の「東日本大震災・原子力災害伝承館」を訪れました。途中「道の駅なみえ」に立ち寄りましたが、週末ということもあり多くの観光客で賑わっていました。伝承館では語り部の講話をお聞きました。南相馬市から山形県へ母子避難をされた方で、ありのままの迫真の体験談が心に残りました。



東日本大震災・原子力災害伝承館



震災遺構 請戸小学校

Fromやまがた

米沢友の会

「野の花交流会」



そうです。冷や汁にはホタテの貝柱などの高級食材を含むたくさんの野菜に火を通し、調味料と合わせます。いも煮に入れるのは、もちろん米沢牛。試食が楽しみな献立ばかりです。各グループには、野の花交流会の方が一人ずつ指導に入っていたので、初めての方もスムーズに調理することが出来ました。

感染対策をしっかりと取りながらの試食時には、相談を受けていた小林先生も加わり、22名での試食会となりました。

「米沢市社会福祉協議会主催の「この指と

まれっ」で『野の花交流会』が、11月22日(火)置賜総合文化センターで開催されました。2011年9月より東日本大震災の避難者支援として、生活に役立つ手仕事や郷土料理などを教えてくださっている野の花交流会の皆さんを講師に迎え、今回は置賜地域の代表的な郷土料理である「卵寒天」「冷や汁」「いも煮」の3品を教えてくださいました。

始めに手順をお聞きし、グループに分かれて作業開始。卵寒天は、卵を白身と黄身を別々に流し入れるタイミングがポイントだ



【お問合せ】米沢市社会福祉協議会
TEL:0238-24-7881

寄稿



ココ

と



カラダ

と



お金

のバランスク

今年はコロナ禍に加え、ロシア・ウクライナ戦争や円安などもありました。相次ぐ値上げに家計も予定どおりとはいきにくい1年だったのではないのでしょうか。「お金」の知識への関心が高い方が増えたと感じる年でもありました。不安定な時期ほど、長期的な視点で捉えたいものです。

政府は、2,000兆円を超える家計金融資産を、現預金から投資へとすすめるようしてきました。実際に少額投資非課税制度(NISA)などの制度のおかげもあり投資人口は増えてきています。今、このNISAの抜本的拡充について議論されています。現時点で、一つは、非課税で投資できる期間を無期限にし、恒久化する方針を固めました。また、非課税限度額の増額や、一般NISAとつみたてNISAの一本化などが議論されています。(11月下旬現在)NISAにもメリット、デメリットがあります。今後に注視したいところで、制度を上手に使って、資産形成を進めましょう。

あつという間に12月ですね。今年も1年間、ありがとうございました。素敵な年をお迎えください。



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

～夏にいただいたメッセージです～

仙台育英、高校野球感動しました。子供達、本当に「青春は蜜」なんです。そして大人達「壇さんも蜜なんです」 ありがとう
(山形市 30代男性)

楽しみになると良いなーと小さな畑を借り2年目の夏、形は色々だけど、自分達で作ったものは美味しい!子育ては終わったけど、野菜育てで又楽しい苦労を味わいます。山形は最高です。
(福島市→南陽市 70代女性)



コロナ感染者が増えています。職場ではテレワーク、自宅待機... 嫁からは職場に行けど... 居場所がありません...
(山形市)

この街が...
山形の人柄が「チュキ」です
(山形市)

それはNO!!
ゲームオーバー
ゲーム脳
(山形市)

仕事より
査定が厳しい
嫁決裁
(山形市)

自己中で
態度もでかい
口うるさい
(山形市)

暑い夏も終わり、また室内にこもる冬が来ます。何か新しい趣味を見つけて、外に目を向けていければ...と思います
(山形市)

山形は秋の果物が美味しいですネ。梨、ぶどう、そしてラフランスにリンゴ... これからたくさん堪能できます。楽しみです
(山形市)

びまちして
ますにゃ



「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!



しあわせココロの
つくりかた

自分の価値を外へと求めている時、人の心はどこか空虚になっている。
誰があなたの価値を認めてくれたら、心穏やかに、今生きるこの時を、
心から慈しむことができるだろう。
ここに、今、存在しているということ、それこそが偉大なる価値であることに、もう気が付けたらいいね。
それぞれが、それぞれに、この星の素晴らしさを知るために、ここにいる。
この地球星にしかない煌めきを、大自然の豊かさを、あまねく生命の尊さを、すべてを受けとめ
慈しむこの地球星の生き様を、この身をもって感じるために、ここにきたんだよ。
この地球でしか出逢えぬ存在に出会うため、この地球でしか繋がれぬ人々に、生物に、神々に
出逢うため、この星に生まれてきたんだ。
そう思うと、この私の姿形で、この名前生きていく日々が、どれほどに貴重で、特別な
時間であるかに思いを馳せることができる。
しあわせところは、光への気付きの心。慈愛の心。光は、私の心が作り出す。



令和4年10月21日 復興庁 石田事務次官に「高速道路の無料措置の延長」などを要望
(写真左から、網島 新潟県東京事務所長、平山 山形県副知事、石田 事務次官、細川 福島県東京事務所長)



「高速道路の無料措置の延長」 などを政府に要望

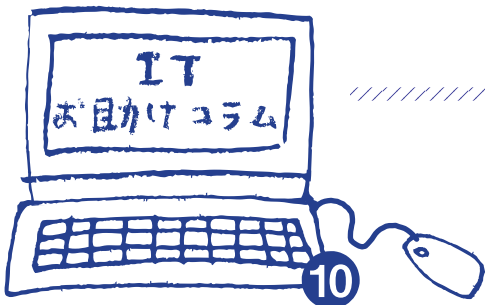
本県に避難されている皆様には、毎年、避難者アンケート調査にご協力いただきましてありがとうございます。山形県では、調査結果を踏まえ、政府に東日本大震災の対応に係る次の要望等を行っておりますのでお知らせいたします。

① 山形・福島・新潟の三県知事会議において、「高速道路の無料措置の延長」や、「子ども・被災者支援法による支援施策の充実」などの要望を取りまとめ、政府へ要望。
(令和4年10月21日、写真参照)

② 県、県議会、県内経済団体などで構成する山形県開発推進協議会が、「被災児童生徒の就学支援や、避難者の心のケアなど、避難世帯に対する経済的・精神的負担を軽減する施策」の継続などを政府に提案。
(令和4年5月27日)

山形県では引き続き、アンケート調査結果などを踏まえて、政府や避難者の自治体に対し、本県に避難されている方々のご意見・ご要望を伝えてまいります。

(山形県復興・避難者支援室)



スマホとパソコンの大掃除

年末の大掃除の時期になりました。最近はやや暖かい季節にタンスを動かして掃除をするなど、年末の負担を減らす方も多いのではないかと思います。様々なことで忙しい年の瀬は、可能な範囲で綺麗にし、新しい年を迎えられたらいいですね。

日頃使っているスマートフォンやパソコンもこの機会に、掃除するのはいかがでしょうか。外側の汚れは、クリーニングクロスか固く絞った布で優しく拭きます。中のお掃除は、スマートフォンは、バックアップを取り、不要なアプリを削除します。必要なものは再インストールもできるので、ずっと使っていないアプリを整理するとすっきりします。

常に見る必要のない写真はまとめてパソコンに移しスマホからは削除します。大事な写真は、パソコンの他DVDやUSBメモリ等にも保存し「2か所保管」します。機械は壊れるものとしての危機管理のためです。クラウド

も容量には限りがあるので、不要なものがないか確認しましょう。

最近のパソコンは大容量のディスクも多く、写真や映像を慌てて消す必要はないと思います。大掃除は、デスクトップ上にファイルがいっぱい並んでいたら、それをドキュメントに移し、探しやすくフォルダ分けします。ダウンロードフォルダの不要なファイルは削除し、ゴミ箱は空にしましょう。

質問を受け付けます!

メールで質問を受け付けますので、お気軽にお寄せください。

【お問合せ】
NPO法人Yamagata1
E-mail: mail@yamagata1.org

おすすめ情報

冬のイベント情報

第6回 ひがしねウィンターフェスティバル

イルミネーションやクリスマスマーケットなど、東根の冬の夜を彩るひがしねウィンターフェスティバル。メインとなるイルミネーションはツインタワーやLEDチューブアートをはじめ、さまざまな光の装飾が会場を彩ります。12月の週末はクリスマスマーケットを開催しています。

会場：東根市公益文化施設 まなびあテラス
期間：令和4年12月3日(土)～令和5年1月9日(月・祝)
時間：17:00～21:30

【お問合せ】
実行委員会事務局
(東根市経済部商工観光課内)
TEL:0237-42-1111



蔵王樹氷ライトアップ

「蔵王山麓駅」を経由し「樹氷高原駅」を出発すると色とりどりにライトアップされた樹氷原が眼下に広がります。ライトアップは12月24日のクリスマススイブから開始され、見頃を迎える2月には火曜日以外は毎日開催されます。

2022年12月24日～2023年2月27日(この間の45日間)
12月/24日・25日・29日・30日・31日 開催
1月/年始1日～3日、毎週金曜・土曜・日曜と月曜は30日のみ開催
2月/火曜日以外の全日開催
開催時間:17:00～21:00

【お問合せ】
蔵王ロープウェイ(蔵王山麓駅)8:30～20:00
TEL:023-694-9518



出羽三山神社の主たる祭礼行事～松例祭

毎年大晦日から、元旦にかけて夜を徹して行われる羽黒山の代表的な火祭り。平成26年3月に国の重要無形民俗文化財に指定されました。100日間参籠し、精進潔斎した2人の山伏がどちらが神意になかったかを競い合う験競べが祭りの中心。大晦日昼頃から元旦未明にか

けて合祭殿内や鏡池前広場、補屋などで、鳥跳び、国分神事など、様々の神事が行われます。中でも若者衆による迫力ある大松明引きは見どころです。

【お問合せ】出羽三山神社社務所
TEL:0235-62-2355



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

「東京電力からの賠償に納得できない」、「賠償請求が済んでいない損害がある」とお考えの方へ
ADRセンターを利用してみませんか？

◎東電福島原発事故の賠償請求について、一緒に確認しませんか？

原子力損害の賠償請求に関する
広報ホームページをリニューアルしました！

東電福島原発事故に関する原子力損害の賠償請求に関して、賠償が認められた事例も掲載しています。どのように手続きを始めたらいかがわからず迷っている方も、また、そうでない方も、是非ご覧ください！



文部科学省HP
「一緒に確認しませんか？」



ホームページでは、福島県出身で、あったかふくしま観光交流大使をされているなすびさんが、ADRセンターの調査官からお話を聞いている動画を公開しています。

◇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)
申立書はホームページからダウンロードできます
郵送をご希望の方はお電話ください



(ADRセンターHP)

ひょう干しの煮物



「ひょう干」は雑草と言われていますが中国医学では薬草「長寿草」として使われています。天然の抗生物質だそう。山形ではお正月の縁起物です。「ひょう干」といいことがありますが「よん干」ともいいます。

材料(4人分)

- ・ひょう干し(戻したもの)…300g
 - ・油揚げ…2枚
 - ・人参…20g
 - ・糸こんにゃく…1/2個
 - ・うち豆…30g
 - ・だし汁…200ml(1カップ)～
- A
- ・酒…大さじ3
 - ・みりん…大さじ3
 - ・砂糖…大さじ1
 - ・醤油…大さじ2
 - ・塩…少々
 - ・サラダ油…大さじ2

作り方

- ① ひょう干しは水から火にかけて煮立ったら火を止めて一晩そのまま汁につけておく。
- ② ①の水を取り替えてよく洗ってしぼり、ひょうを4cmぐらの長さに切る。
- ③ 油揚げはさっとお湯をかけ油抜きをして短冊切りし、人参も同じように短冊切りにする。糸こんにゃくは適当な長さに切る。
- ④ サラダ油で材料を全部さっと炒めたらだし汁とAの調味料を全部加えて汁が無くなるまで中火で煮る。

レシピ提供/在来作物案内人 鈴木 淳子さん

●ブログ「鈴木淳子の楽しむ食卓」もご覧ください♪

<https://ameblo.jp/hanamizuki-junko/>

施設紹介

天童市将棋資料館



おもな展示品
将棋のルーツ/世界の将棋/駒の制作工程/天童と将棋の歴史/
駒工人の数々の駒 など

天童市将棋資料館は将棋のまち天童のシンボルとして1992年にオープンしました。天童市の駒づくりは、江戸時代末期に天童織田藩の藩士の内職に始まったとされ、その後、昭和初期の戦時中に戦地への「慰問品」としての駒作りが盛んになりました。今では天童市の将棋駒生産量は、国内の将棋駒生産量の多くを占めています。

館内には、材料や書体も異なる様々な将棋駒の名品のほか、マスマスが600程もある泰将棋など珍しい展示品が数多く収蔵されており、時間を掛けてじっくり見学してほしいところです。また、資料館の隣には「将棋交流室」が併設されており、「将棋を指してみたい」と思ったら、どなたでも気軽に対局することができます。場所はJR天童駅の1階にあり、無料(1時間)の駐車場もあります。将棋ファンはもちろん、これから将棋を覚えたい方もぜひ一度は訪れてみてください。



- [住所] 天童市本町1-1-1
- [TEL] 023-653-1690
- [開館時間] 9時～18時(入館は17時30分まで)
- [休館日] 毎月第3月曜日(祝祭日の場合は翌日) 年末年始(12/29～1/3)
- [入館料] 大人320円/高校生・大学生210円 小・中学生100円



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

編集部だよ

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
1月18日
発行です

情報提供や寄稿は
1月4日まで
お寄せ下さい。
お待ちしております。

◆某ラーメンチェーン店のテイクアウトを初めて食べました。お店で食べるのとほぼ同じ味に感動。熱さもキープできている。アリです。ねこれは。(結)

◆今年のカレンダーも、残り一枚になりました。過ぎる時間の早さは歳のせいかしら…皆様良いお年をお過ごし下さい!(佐)

◆サッカーワールドカップ盛り上がりでしたね。あまり興味はなかったのですが、夜更かしをして見入ってしまいました。サッカーファンの仲間入りです。(奈)

◆雪が降る前にと晴れた日を狙って、山寺のルーツが隠された峯の浦(裏山寺)へ。初めて訪れた垂水遺跡の神秘的な自然の造形美に、ただただ感動しました。(森)

避難者向けフリーペーパー「うえるかむ」

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「復興ボランティア支援センターやまがた」
TEL.023-674-7311 FAX.023-674-7312

E-mail kizuna@yamagata1.jp WEB <https://kizuna.yamagata1.jp/>



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



<https://tsunagarou.net/>

「うえるかむ」に掲載された今までの記事と、リアルタイムをおすすめ情報、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。

