

うるかむ

WELCOME YAMAGATA! COMMUNICATION FREEPAPER.



山形に避難されている方へ伝えたいメッセージ

CONTENTS

- 一面 わくわくのたねの会～初夏の花の寄せ植え体験～/kaorino herb garden
- 大堀相馬焼「大せとまつり」
- 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 (163)
- 山形県 150年の路/ITお助けコラム
- おすすめ情報
- 旬なお野菜&くだもの通信
- 白鷹町歴史民俗資料館「あゆみしる」 ●編集部より

第191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: 1900部



Fromやまがた

わくわくのたねの会 ～初夏の花の寄せ植え体験～

6月7日(日)に健康長寿セン
ターにて「ここふく@やまがた相談
室」の主催による花の寄せ植え体
験が開催されました。寄せ植えは
以前よりリクエストがあり、同市
社会福祉協議会の協力のもと開催
が決まり皆さんと
ても楽しみにして
おられました。

講師には山形
市の「花のひこう
き」オーナー戎野
日出男氏を迎え、
6種の花々が用意
されました。爽や
かな青色の「ブ
ルーサルビア」と
銀白色の葉が美し
い「シロタエギク」
は地植えで長く育
てられる品種とし
て好まれます。ま
た、丸く可愛い
「千日紅」に黄色
の「メランボジュ
ム」と青紫の「スカ
エボラ」は花が多
く付きボリュームの
変化を楽しめ、
そして葉の色が珍
しい「銅葉ベコニ
ア」と、色とりど
りの花を前に皆さ
ん既に満面の笑顔
。

【お問合せ】生活再建支援拠点
「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内)
TEL 023-674-0606

面を決め、それぞ
れの形を活かし



た配置を考えることが重要なポイ
ントと作業の説明を聞きました。
参加者はさつそく花を手に向きを
考え、お隣の方と相談しながら根
を崩さないよう丁寧に作業を進め
ていました。

もあり、和やかなひと時となりま
した。

完成した寄せ
植えは、講師から
今まで開催した
教室の中で一番
の出来と大絶賛。
同じ花でもそれ
ぞれの配置で鉢
の表情が異なり、
皆さん大満足の
作品となりました。
親子で参加さ
れた方はお子さ
んの出来栄に
驚かれ、嬉しそ
うに眺めておら
れました。その
後の
お茶会では、「こ
うした手仕事の
交流会が私に
とってほっとす
る時間です」との
声

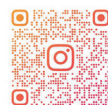
Fromやまがた

kaorino herb garden



川西町の線路沿いに広がる「kaorino herb garden」は、置賜公園ハーブの会会長を務めた安部かおりさんが約8年前から丹精込めて造り上げた癒やしの空間です。100種類以上の植物が植えられ、毎年6月と7月にオープンしハーブの摘み取りも楽しめます。足元には可憐な花、そしてミツバチが集う豊かな環境が広がり、鑑賞用のほか食用ハーブやベリー類も植えられ、訪れるたび新たな発見に出会えるのが魅力です。

散策後は特製ハーブティーで心安らぐひとときを。「ハーブを難しく考えず、綺麗な葉だな、良い香りだな、と思うだけで十分」と語る安部さんの言葉通り、楽しみ方は自由そのもの。体も心もリフレッシュし、来年ぜひ足を運んでみてはいかがでしょうか。



KAORINO HERB GARDEN

↑お問い合わせはこちら

Fromふくしま



大堀相馬焼「大せとまつり」

6月6日(土)・7日(日)の2日間、浪江町大堀の陶芸の杜おおぼりにて、「大せとまつり」が開催されました。大堀相馬焼協同組合が主催し、震災後、令和5年に復活し今回で4回目の開催です。初日は霧雨交じりの曇天でしたが、駐車場には県外ナンバーの車もいて、相馬焼を求めに来る多くのお客様で賑わいました。

相馬焼は国の伝統工芸品にも指定され、青ひびや保温性の高い二重構造などが特徴で、野馬追の馬を絵付けた湯呑みが有名です。かつては大堀地区に複数あった窯元も震災で移転を余儀なくされましたが、各地で窯元を再開し相馬焼を守り続けています。



今回は7つの窯元が出店し、勘治郎窯は震災以降16年ぶりの出店となりました。会場では食器や湯呑み、花瓶などそれぞれ趣向を凝らした作品が展示・販売され、店主と会話をしながら好みの作品を探す人や、フードコーナーではなみえ焼きそばに列が出来ていました。

かつて山形市で開催された相馬焼体験で講師を務めて頂いた京月窯の近藤さんもお会いできました。接客に笑顔もほころび、懐かしいお客様との再会に話が弾んでいました。

「大せとまつり」は例年6月上旬頃に開催されています。近くなったら検索し、ぜひ訪れてみてください。

寄稿



と



と



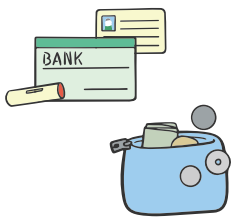
の
メ
ラ
イ
ン
ス
ク

最近、大きな地震や水害のニュースが多いですね。ここ山形も、山形盆地断層帯の地震発生確率が、今後30年以内で「0.003〜8%」と発表されており、国内での地震発生確率の高いグループに属しています。水や食料、懐中電灯などの防災グッズの備えは、ばっちりという方も多いのではないのでしょうか。では、「お金の防災」はできているでしょうか。

お金の防災は、停電や通信障害でキャッシュレス決済が使えない時のための現金。保険証券や通帳の置き場所も家族で共有しておくこと。いざというときに持ち出したものをリストアップしておくことなどです。家財や貴重品、部屋の写真をスマホで撮っておくことも、万が一の手続きに役立つことがあります。

また、地震を原因とする火災は、火災保険で補償されないの、地震保険の加入も検討しましょう。地震保険は、被災後の生活安定が目的です。家を再建というよりも生活の再建のためとして考えるのが現実的です。

未来の自分と家族のために、お金の防災も話し合ってみてくださいね。



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

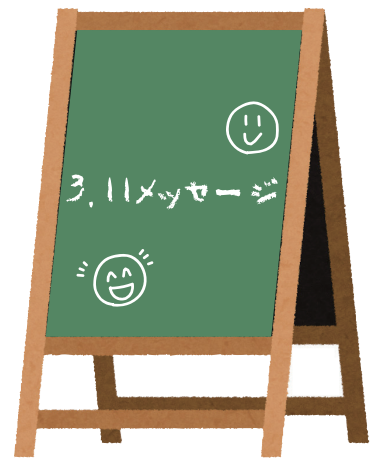
みんなが幸せでいられますように
(仙台市)

2才のときに関東で大きくゆれたこと、今でも覚えています。1人1人様々な経験をしていると思います。この悲しみを繰り返したくないです。
(神戸市)

東北愛してる!!
(山形市)

普通の生活が送れることが1番
幸せなのだと実感できるのが
3月11日です。
毎日感謝の気持ちを忘れずに
生きていきたいです。
(米沢市)

自然は美しいけれどとても怖い。でも人間は
どんな時も立ち上がり、明日を作っていく。
人間てすごい!!
(山形市)



2026年3月11日、東日本大震災から
15年を迎えキャンドルナイト
「追悼・復興への祈り」が
文翔館にて行われました。
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。
みなさまからの投稿、お待ちしております!



ご投稿はこちら



この頃、老眼が進んで手元のものが見えにくいのですが、
さらに乱視が入ってきて、遠くのものが三重に見えるのです。
夜空に輝く一つの星が、なんと縦に三つ並んで見えているので、
空にはたくさんの星が輝いているように見える!お得感満載でしょう?
歳を重ねると、今までとは違った風景に出会います。
自分の体も思ったようには動いていなくて、
きっとこれから出来ないことが増えていくのでしょう。
そういえば、子どもの頃も出来ないことがたくさんありました。
あの頃は、出来ないことがあると出来るまで何度でもチャレンジしていましたが、
今は、出来ないことがあっても「まあいいか」と手放していくような、
自分を赦していくような、そんな感覚が生まれているように感じます。
いくつになっても、新しい感覚は生まれ、
新しい発見があるものだなと思う日々です。

Fromやまがた

山形県 150年の路

山形県立博物館では山形県政150周年・昭和100年を記念し、特別展「土木インフラストラクチャー」県土に路を拓く」を開催中です。

明治9年の現山形県誕生直後、初代県令の三島通庸は最初のインフラとして東京への道路整備を進めるべく、現在の国道13号線の基礎となる「万世大路」の建設に着手しました。福島県境の険しい栗子山にトンネルを掘り、難工事の末に明治14年に開通。当時のトンネルは廃道になりましたが、国道13号線は東日本大震災で物資輸送や避難路として大きな役割を果たしました。

見どころは、普段見られない地層の標本や数々のジオラマ。中でも個人が4年をかけ細部までこだわり抜いた炭鉱時代の舟形町のジオラマは圧巻です。映像



や貴重な資料から、道路・鉄道に加え、事前の地質調査から施工、災害対策まで幅広く学

べ、歴史や鉄道、ミニチュア好きの方も大満足の展示です。
来場特典として、インフラの秘話や近代の歩みを詳しく解説したパンフレットを配布しています。展示とあわせて、ぜひお楽しみください。



〈開催期間〉
令和8年8月30日(日)まで
〈休館日〉月曜日
〈無料開館日〉
8月7日(金)・8日(土)

記念イベント

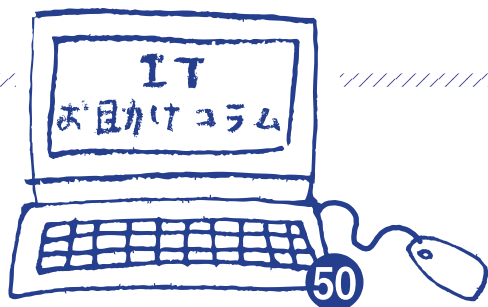
「地質学者の第一歩ハンマーで岩石を割ってみよう」

※ほか様々な記念イベントも開催しております。



詳しくはこちら⇒

【お問合せ】山形県立博物館 TEL:023-645-1111



画面の向こうに何があるのか？ 5年後の情報との付き合い方を 考えてみよう！

今回は少しだけ先のお話です。みなさんは、スマートフォンを開いたとき、目当てのアプリをすぐに見つかりますか？
気がつけば画面はアイコンだらけで、「あれ、どこだったかな」と探し回った経験は、きっと一度や二度ではないはずです。

インターネットが普及した1990年代から30年、私たちの情報環境は激変しました。検索エンジン、SNS、動画配信と、変化のたびに「情報を正しく使う力(情報リテラシー)」が問われてきました。そして今、AIの登場によって、その変化はさらに加速しています。技術の最前線に目を向けると、ChatGPTを開発したOpenAI社が、iPhoneのデザインを手がけた元Appleのデザイナー、ジョナサン・アイブ氏と組んで、スクリーンのないAIデバイスの開発を進めています。アプリを開かなくても、AIに話しかけるだけで用事をこなしてくれる世界が、

5～10年後には現実になるかもしれません。

それでも、道具がどれだけ賢くなっても、「誰を信頼し、何を自分で判断するか」は、人間にしかできないことです。震災を経験した地域に根付く、顔の見える人と人のつながりは、AIには決して代わりが務まらない力です。情報リテラシーとは、難しい技術を覚えることではなく、目の前の人を信じる力のこともかもしれません。

[文責 加藤 清輝]

質問を受け付けます！



↑ご質問はこちらから

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

おすすめ情報

ヒーリングハート プラネタリウム

〈上映プログラム〉

『五色の宝玉』

～大自然根源、地球の煌めきをあなたへ～



日頃の喧騒を忘れ、癒しの空間へ…
皆様のご来場を心よりお待ちしております。

日 時：8月21日(金) 19:00～19:40

会 場：米沢市児童会館プラネタリウム室

対 象：19歳以上の方

定 員：70名

観覧料：無料

受 付：当日(プラネタリウムのみ)

※事務室で開始30分前より受付します

【お問合せ】米沢市児童会館 TEL:0238-23-0161

山の恵みの映画たち2026 プレイベント上映会

〈上映作品〉「イヨマンテ 熊おくり」

制作/小泉修吉 演出/姫田忠義 1977年(103分)

アイヌ民族にとって、熊は重要な狩猟対象であるとともに神であり、親しみと畏敬の対象でした。大切に育てた熊を神に捧げる儀式「イヨマンテ」の三日間に及ぶ貴重な記録映画を是非ご覧ください。

●両回上映後、(一社)民族文化映像研究所理事 姫田蘭氏によるトークを予定しております。

日 時：8月11日(祝火) 10:30～/14:00～
(2回上映/開場15分前)

会 場：山形ドキュメンタリーフィルムライブラリー
試写室(山形ビッグウイング3階)

鑑賞料金：前売券 1,000円/当日券1,200円



お申し込みは
こちら⇒



【お問合せ】山形国際ドキュメンタリー映画祭
TEL:023-666-4480

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

■最近公表となった和解成立案件をご紹介します

令和7年6月27日成立 和解事例2183

自主的避難等対象区域(郡山市)から避難した被相続人(申立人らが相続)について、**要介護状態で避難生活を送ったこと等を考慮**して、**精神的損害**(平成23年3月から同年12月まで)として20万円(直接請求手続での既払金を控除した額)の賠償が認められた。

(和解金額合計 **30万円**)



原発事故の賠償請求は まだ間に合います

専門家と話ができる「平日夜間・土曜窓口」もご利用ください
ご自宅や避難先から お電話でも利用できます

詳しくはこちらから↓

8月・9月の開設日時

- 8月1日(土)…13時～17時
- 9月2日(水)…16時～20時

ご利用は
無料

ご予約は電話にて

☎024-941-0164

受付時間/平日10時～16時



◆お問い合わせ窓口◆

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10時～17時)



旬なお野菜&くだもの通信

うどがわら

今回は、酒田市に古くから伝わる在来野菜「鵜渡川原きゅうり」をご紹介します。
鵜渡川原きゅうりは、酒田市亀ヶ崎地区で受け継がれてきた伝統野菜です。庄内弁で「小さい」を意味する「めっちえこ」にちなんで、「めっちえこきゅうり」として商標登録されるほど、果実は5cmほどで、その愛らしい姿が親しまれています。

昔ながらの黒いイボきゅうりで、先端に向かって少し白っぽくなるのも特徴です。一般的なきゅうりに比べて独特のほろ苦さがありますが、漬物にすると歯切れが良く、パリッとした食感と深い味わいが楽しめます。酒田では夏の味覚として親しまれています。

現在、このきゅうりを栽培しているのは、酒田市亀ヶ崎地区の限られた生産者のみ。きゅうりは、鮮度の低下が早く、収穫後すぐに出荷しなければならないため、気温が下がる早朝と夕方の1日2回収穫するなど、多くの手間がかけられています。伝統を守りたいという、そんな生産者の想いによって受け継がれてきた、希少な夏の味覚。かわいらしい見た目と昔ながらの味わいを、ぜひ楽しんでみてください。



その36 鵜渡川原きゅうり

野菜ソムリエ上級プロ・食育指導士 山口 美香

(株)グリーンショップはらだHP

<https://greenshop-harada.com/company/>



白鷹町歴史民俗資料館「あゆみしる」



住所 / 西置賜郡白鷹町大字十王2558-1

開館日 / 金・土・日 9時～17時

観覧料 / 一般200円、中学生以下無料、
団体(10名以上)100円

【お問合せ】

・白鷹町教育委員会 TEL:0238-85-6146(月～木) ・白鷹町歴史民俗資料館 TEL:0238-88-7160(金～日)

白鷹町歴史民俗資料館は白壁に可愛いロゴが映える建物で、令和4年にグランドオープンしました。コンパクトながら町の歴史や生活文化が分かりやすく展示され、古くは縄文土器から始まり、民具などは直接触れて体験できるところが魅力です。希望があればスタッフから解説を聞く事もでき、展示物の面白さをより一層学ぶことができます。

かつて盛んだった養蚕の歴史を伝えるジオラマは必見で、機織り体験もおすすめ。また町では国内でも希少な野生の蚕(天蚕)の飼育が行われ、福島県の「りょうぜん天蚕の会」と20年以上の交流があり、互いに希少な文化の継承に取り組んでいます。

企画展も定期開催しておりワークショップも楽しめますので、ぜひ気軽にお立ち寄りください。



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

2026年

8月19日

発行です

情報提供や寄稿は
8月5日まで
お寄せ下さい。
お待ちしております。

◆初夏のサクラソボの時期も終わり、これからフルーツ満載の時期です。先日、友人から沖縄産の手でちぎって食べられるスナックパインをいただき感激しました。コレおすすめです。(茂)

◆ジメジメした梅雨の時期となりました。爽やかにスッキリ生活したいですね。我が家の給湯設備は壊れる寸前です。壊れる前に新しい給湯器に変えて欲しい!と熱望していますが、この希望は放置され…毎日ココロもジメジメです。(本)

◆友だち夫婦と夏の蔵王へ。刈田岳→熊野岳→地藏岳へと稜線を歩く馬の背縦走コース。エメラルドグリーンの神秘的なお釜と、ちょうど見頃の可愛いピンクのコマクサ群生地、上空をダイナミックに流れる雲の様子も圧巻で、自然をダイレクトに感じられました。(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、リアルタイムなおすすめ情報、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。

