

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 きらやかスタジアム見学会/河原一面に咲く立谷川の芝桜
- From山形/ポーセラーツ交流会を開催しました
- 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(104)
- シリーズ/東日本大震災「写真で振り返る10年」2019年・2020年
- おすすめ情報 ●ひと休みレシピ「さばのねぎ塩ステーキ」
- インタビュー～ともにあゆむ～/菅野 耕也さん ●編集部より

第132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



きらやかスタジアム見学会

この日は雲一つない晴天に恵まれ、園内の木々も緑まぶしい景色の中、球場へ向かい、入り口で感染対策を施し、球場の職員さんに中を案内していただきました。観客席は内野のイス席に8千人、外野には4千人が収容でき、グラウンドの内野は土、外野には



4月27日(火)に山形市避難者交流支援センターの主催で、避難された方を対象に「きらやかスタジアム見学会」を行いました。同スタジアムは山形市総合スポーツセンターの敷地内にある野球場で、地元のきらやか銀行が命名権者となり2017年にオープンしました。避難者交流支援センターの窓からはいつも見える大きな球場ですが、なかなか中に入る機会もなく、今回初めて見たという方も多かったです。



人工芝が使われています。野球好きの方の話によると、水分が少ない人工芝は転がるスピードが速くなるため、試合展開に大きく影響するそうです。また、屋内練習場にも人工芝が使われており、サッカー・バレーボール・グラウンドゴルフなどでも利用されています。その他、場内放送をする放送室や審判室、来賓用の応接室なども限なく案内していただきました。”山形のY“の形をしている照明や、案内の一部に山形弁の表記があるなど、随所にご当地ならではの工夫が施されていますので、訪れた際にはぜひ探してみてください。

参加者にとっては久しぶりの散策となり、野球やサッカーなどの話題に花が咲きました。球場からの眺めも素晴らしく、東には蔵王山、西には月山などの山々を鮮やかに望み、自然の良さも再確認する絶好の機会となりました。

【お問合せ】
山形市避難者交流支援センター
TEL:023-625-2185



河原一面に咲く立谷川の芝桜

4月23日(金)、山形市と天童市を流れる立谷川の河畔に、斜面を覆い尽くすように、芝桜が色鮮やかなピンクのグラデーションで咲き誇っていました。残雪が美しい雄大な月山と立谷川の静かな水の流れ、一面をピンク色に染める芝桜の見事な競演で、約6万人の見物客が訪れる観光地となりました。

この場所は、以前は不法投棄のゴミなどが散乱し荒地となっていましたが、2006年、当時天童市在住の方が一人で整備し5年後には河原一面に芝桜を咲かせました。その後、賛同する地元有志でボランティア団体「立谷川の花さかじいさん」を立ち上げ、整備活動に取り組んでいます。

ボランティアのみなさんの努力で整備されたこの地は、まだまだ知名度は低いですが、これから隠れた名所になる事でしょう。





ポーセラーツ交流会を 開催しました



子ども達が春休みに入った3月25日(木)、今年度最後の交流会をコロナウイルス対策をしっかりと取りながら開催しました。子ども達6人の参加があり、「楽しみだった！早くやりたい！」とワクワクしている姿がとても可愛らしく嬉しくなりました。

最初に先生から一連の流れを説明して頂き、その後自分好みのデザインを決めて、シールを水に浸し白い陶器に貼っていきます。最後にゴムベラで空気を抜いてきれいに仕上げました。

今回初めて参加された方は先生から丁寧に教えて頂き、2回目以降の皆さんも真



【お問合せ】長井市社会福祉協議会
TEL.0238-87-1822(直通)TEL.0238-88-3711(代表)

剣に取組み、自分のオリジナル作品を写真のようにステキに完成させていました。親子で参加された方やお孫さんと参加された方が多く、思い出に残る貴重な時間を過ごされたのではないのでしょうか。
また、今回都合で参加できなかった方には、自宅で作り社協に届けてもらいました。後日、熱処理された完成品を4月6日の訪問時に渡すことが出来、作品の話題で盛り上がりました。
ポーセラーツは人気の交流会で、皆さんに楽しんで頂けた有意義な交流会になりました。



聖火リレーがスタートし、来月には山形にも聖火がやってくる予定です。昨年から様々な変化がありました。感染症に気をつけた生活スタイルや、働き方、コミュニケーション、人々の意識、家族の在り方などこれからも変化をし続けるでしょう。それに伴って、経済も変化します。そこで、毎年ライフプランを見直すことをお勧めします。

特に、人生の三大支出といわれる、住宅・教育・老後資金は、いかに早くから備える事ができるかということが重要です。さて、今回は、その中でも老後資金についてのお話です。

「今の生活に追われていて、老後を考える余裕がない」、「先のことを心配しても仕方ない」と言われることが多く、五十代、六十代の退職間近、もしくは、退職後に考え始める方も少なくありません。将来年金だけで生活できるのか、足りない分は如何に補うのかはできるだけ早く確認しておきましょう。特に、iDeCoや、個人年金などは加入できる年齢に制限があります。また、公的年金

以外で一生受け取ることが出来るのは、現段階では国民年金基金だけです。年齢によって掛金が違ってくるので、ぜひ調べてみてくださいね。



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

震災の時高3だったので、あれからもう10年も経ったのかと驚いている
(山形市・男性)

3.11忘れない!助け合う心を常に持って!
(天童市・男性)

幸あれ
(山形市・男性)

3.11忘れない!震災と復興写真展 ずっと続けてもらいたい!
(山形市・女性)

震災の直後に買ったホットケーキミックスがいまだに残っています。いつまでも忘れない。
(男性)

気仙沼で震災を体験した当時小学4年の私は、現在山形で夢をかなえるためにがんばっています。離れていても気仙沼が大好きです
(山形市・女性)

風化させてはならない、帰還困難区域の方々の一刻も早い安全安心な帰還を、脱原発、自然エネルギー普及の達成が進みますように
(山形市)

みんなが安心した生活を送れる日が早く来ますように
(山形市・女性)

共に
(山形市・男性)

震災を後世に伝えるのが、我々若い世代の役目である
(山形市・男性)



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!



先月、一通のメールが届きました。ご本人にご承諾を得たので、みなさまにも幸せのお裾分けをさせていただきます



しあわせ
つくりかた
ココロの

かれこれ10年、毎月届くしあわせこころの記事を切り抜き、ノートに貼り付け、何度も読み返してきました。未来に希望を描きながら、今にのみ意識を向けて生きることを学んだのです。小生、現在83歳。あの日より最期を独りで迎える覚悟をしてきたのですが、なんと昨年、新しい恋に出会い、先月、再婚いたしました。すると、震災で亡くなった妻が、初めて笑顔で夢に出てきてくれたのです。安堵したのでしょう。私の愛する美しい妻の笑顔でした。二度と人を愛することなどないと思っていましたが、こんな晩年になり、思いもかけない幸せを作ることができました。人はいくつになっても学ぶことができ、幸せを作ることができる!感謝。



\ NO.5 /
📷

東日本大震災 写真で振り返る10年

2019年~2020年



2019~2020年は、8回目の山形県知事との懇談会が開催されました。
また、避難者数が減少し参加者の数も減る中、支援者団体の工夫が随所に見受けられました。
当センターでは10年間の支援記録として「未来へ伝えたい 東日本大震災 山形の支援活動10年のあゆみ」を発行しました。
※以下の写真は、過去のうえるかむで取り上げたものを再掲載しています。



2019年

3月3日/楽しい茶道教室



2020年

1月11日/東日本大震災アーカイブシンポジウム



2019年

5月11日/県知事と避難者との懇談会



2020年

4月17日/冒険遊び場



2019年

8月1日/カヌー教室



2020年

7月12日/珈琲講座

おすすめ情報

令和3年度 福島県奨学資金《震災特例採用》奨学生募集案内

福島県教育委員会では、原子力災害被災地域において被災し、経済的理由により修学が困難となった高校生を支援するため、福島県奨学資金《震災特例採用》の奨学生を募集します。

対象者 ※1年生以外の学年の方も応募できます。

- ・保護者が福島県内に住所を有する高校生、専修学校生(高等課程)、特別支援学校高等部の生徒
- ・勉学に意欲があり、学業を確実に修了できる見込みがあると学校長が認める生徒
- ・原子力災害被災地域において被災し、下記のいずれかの事由により修学が困難で、生徒の生計を主として維持する方の所得金額が所得基準額以下(※)であること。



※所得金額:総収入金額から必要経費及び特別控除額を差し引いた額(目安:父・母・高校生・中学生の4人世帯の場合の所得基準は、給与所得者の場合785万円以下、給与所得者以外の場合330万円以下)

- ①警戒区域又は計画的避難区域内に居住して避難した場合
- ②緊急時避難準備区域、屋内退避指示が出た区域等に居住して市町村の判断により避難した場合

賞与月額

	自宅通学	自宅外通学
国公立	18,000円	23,000円
私立	30,000円	35,000円

※保護者と同居の場合は自宅通学扱い

賞与期間

令和3年4月～令和4年3月

賞与方法

採用決定後、年2回(令和3年9月末と令和4年1月末)に分けて奨学生本人の口座に振込み

利子

無利子

保証人

連帯保証人1名(原則保護者)

返還

- ・卒業から6ヶ月経過後より7～8年間で返還
- ・ただし、卒業後の奨学生本人の年収が300万円以下の場合は願出により、最大5年まで返還を猶予することができます。(卒業した学校種にかかわらず同じ基準)
- ・また、卒業から5年経過後も年収300万円以下の場合は願出により返還義務を免除します。

申込方法

願書に必要書類を添付し、在学する学校へ申し込んでください。申込み手続き等については、学校へお問い合わせください。

申込締切

学校への申込締切 各学校の指定する日
学校から県教育委員会への提出締切/令和3年7月30日(金)必着

【お問合せ】福島県教育庁高校教育課 TEL:024-521-7775

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

Q. 申立って難しくそう。何を書いたらよいかわからないし…

A. 申立書は損害項目ごとに記入できるので、書き方がわからず不安な方も、項目を選び、空欄に必要な事項を記入することで申立書を作成できます。また、お電話いただければ、申立書の書き方をご説明します。

TEL 0120-377-155
(平日午前10時～午後5時)

- 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。
- 迷っている方、お早目の申立てをお勧めします。



(左から、松井室長補佐、堀内調査官、杉田調査官)

申立書に書ききれなかったことも、丁寧にお話を伺います!

◇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。



さばのねぎ塩ステーキ



材料

- ・さば…8切
- ・塩…少々
- ・サラダ油…小さじ2

(ねぎ塩)

- A
- ・長ねぎ…3本
 - ・塩…小さじ1
 - ・こしょう…少々
 - ・酒…大さじ1
 - ・ごま油…大さじ2
 - ・鶏がらスープの素(顆粒)又は本だし…小さじ1

- ・レモン…1個
- ・ミニトマト…16個
- ・一味、七味…お好みで

作り方

- ① サバは塩をふり15分おく。
- ② 長ねぎは粗みじん切りにし、Aの調味料を合わせておく。
- ③ ①のさばの水分を拭き取り、フライパンに少量の油を熱して、皮目の方から先に入れ、中火で両面焼く。
- ④ ③の油を軽く拭き取り、この中にAのねぎ塩を加える。少しとろっとしたら、すぐ、火を止める。
- ⑤ 器に盛り付け、くし型のレモンとミニトマトを添える。



レシピ提供/在来作物案内人 鈴木 淳子さん

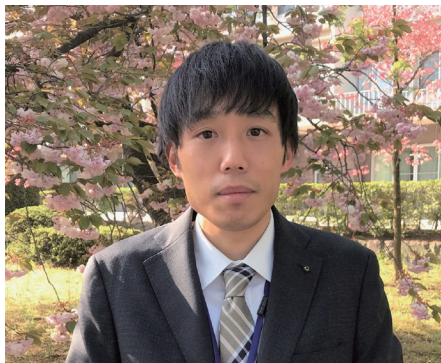
●ブログ「鈴木淳子の楽しむ食卓」もご覧ください♪

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



福島県避難者支援課
山形駐在

かんの こうや
菅野 耕也さん



【お問合せ】

福島県避難者支援課 TEL:024-523-4157

今年4月より山形駐在として着任しました。出身は福島市で、大学1年の時に東日本大震災に遭いました。津波や原発事故の様子を見てとても衝撃を受けました。大学では地域経済を専攻し、授業で南相馬市などを訪れ、被災地についての学びもありました。中学からハンドボールをしています。小学生に教える機会があり、震災後は自由に外遊びができない子供達も多く、何か役に立ちたいとの思いもあり公務員を志望しました。

初任地はいわき地方振興局で税務関係を担当しました。いわき市では、海の美しさに感動し、海岸線を走るフルマラソンにも挑戦しました。その後、避難者

支援課に配属されて3年目になりますが、これまでは埼玉県の駐在員を2年間担当し、復興支援員とともに戸別訪問をするなど、避難された方々の相談対応や交流を深めてきました。

山形は自然豊かでさくらんぼや芋煮など郷土料理がおいしいという印象があります。銀山温泉なども訪れたことがあります。四季折々の景色が素晴らしいと思っています。今はコロナで移動が自由にできない状況ですが、避難された方々のお話を丁寧にお聞きし、生活再建のお力になりたいと思っています。お会いした際にはお気軽にご相談ください。

うえ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
6月16日
発行です

情報提供や寄稿は
6月2日まで
お寄せ下さい。
お待ちしております。

◆ 燃料費の高騰に頭が痛い。ステイホームを狙ったような値上げ。冬場も乗り切ったし、できることから節約しよう。(結)

◆ 楽しみにしていた連休も、外出自粛で巣ごもり生活になってしまいました。毎年こんな連休になってしまうのでしょうか…(奈)

◆ 先日、米沢市と高島町の境にある一念峰に登りました。山頂の景色は絶景でしたが、往復2時間のコースですっかり筋肉痛になりました(正)

◆ 見て楽しむ桜の季節が終わったと思ったら、次は食べて楽しむ山菜の季節到来♪こんな時期だからこそ四季を感じたいですね(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。

