



なじょしたあ

「どの花見てもきれいだな」すこやかセンターの隣にあるお寺の前の掲示板にある一言です。毎月変わりますが今月はこの言葉。ご存じ童謡『チューリップ』の一節。歌詞として考えればそれだけの意味ですが、言葉として捉えると、味わい深いと思いませんか。折しも3月は出会いと別れの時。はなむけとしてもすてきですね。大きい小さいの、濃い薄い、高い低いいろいろありますが、どれもみな、キラキラ輝いているよ。

5年目を迎えて…

これまでの

感謝

これからの

願い

東日本大震災から5年。3月11日には全国各地で追悼式等が開催されます。米沢市でも伝国の杜置賜文化ホールにて「復興のつどい・追悼式」が行われます。

今回は米沢に避難されている方、避難者支援をされている方からメッセージを寄せていただいたので、一部紹介させていただきます。尚、メッセージは随時受付中です。

社会へ

山形県に受け入れしてもらい今まで避難を続けてこれたこと、子供達も学校で元気にすごせていることに感謝しています。

これからも米沢で生活していけるように頑張りたいです。

国や東電にも、もう隠している事は全て話してもらいたい。選択の自由を認めて個々に支援を続けてほしい。責任をとってもらいたい。安全だと言い続けるのはやめてもらいたい。真実を知りたい。

米沢の方へ

震災後から温かく迎え入れて下さり、やさしく明るい地域のみなさんのおかげで自然に笑顔が増えました。

社会へ

汚染水の処理など課題がたくさんあり、オリンピックの準備もいけれど、第一優先は福島復興を…と思います。忘れないことが私にできることと思います。

米沢市 30代女性

避難されて来た方へ

「きつさ万世」でお世話になっております。今年も第5回目の「夏祭り」として、流しそづめん、ポップコーン、綿あめ等のプレゼントを実施します。夏休み“7月27日”に予定していますので参加をお待ちしています。

JR東労組米沢地区OB会

避難の方へ

あれから5年なのかもう5年なのかと考えさせられます。

いつもどのように避難されている方に「よりそう」かが、永遠の課題です。

知っとく 7千まで 知識

米沢市では平成28.1.1 現在、以下の海外2都市、国内6市町と、姉妹都市提携を交わしています。

- ①アメリカ合衆国ワシントン州：モーゼスレイク市
- ②ブラジル連邦共和国サンパウロ州：タウバテ市
- ③沖縄県：沖縄市④新潟県：上越市⑤新潟県：南魚沼市
- ⑥愛知県：東海市⑦愛知県：西尾市⑧宮崎県：高鍋町

①「モーゼスレイク市」と⑧「高鍋町」について紹介します。

☆**モーゼスレイク市**：経済使節団の訪問がきっかけで、ロータリークラブが友好交流を深めたことにより、昭和55年(1980)12月に米沢モーゼスレイク友好親善協会が結成され、翌年5月に姉妹都市を提携しました。互いの名を取り、モーゼスレイク市には「ヨネザワ通り」、米沢市には「モーゼスレイク通り」があります(置賜総合支庁前)。ミス・モーゼスレイクの上杉まつりの行列参加もあります。

☆**高鍋町**：上杉鷹山公の実家、秋月家の城下町で、昭和56年(1981)4月に姉妹都市を提携しました。互いの小・中・高校生の交流も盛んに行われています。



“まちのお地藏さん” (健康一口メモ) Vol.10

『認知症にならない生き方』

仮設、借り上げ住宅を訪問させていただくと、「自分はぼけているのではないか」という不安をよく耳にします。ほとんどの場合が年齢相応の物忘れで「心配はいりません」と伝道して回っているのが実際なのです。記憶力の低下それ自体が問題なのではなく、むしろ出来事があったことを忘れて、物忘れの自覚がなくなってしまうことが問題なのです。

認知症をはじめとして、脳の変性疾患において最初期に障害される精神機能が解明されてきます。その精神機能とは

1. 自分自身を客観的に見る内省力
 2. 他者のものの見方を類推することや、他者の思いを共感的に理解する能力
 3. 現象世界のさまざまなものに挑もうとする探求心、好奇心
 4. とらわれ、こだわりから自由である柔軟性
 5. 云々の手習いならぬ、新しいことを学ぶ能力
 6. 自分のこころの出来事をながめながら周囲の出来事をながめることのできる体験の統合能力、などです。
- ということは、こうした能力を高めていくことが認知症予防になるということです。

強調すべきは、年を取ることによって高められていく精神機能です。例えば、老境にある指揮者の音楽は、才気煥発な若手の音楽の遥かな高みにあります。「ベートーベンはこう鳴り響かなければならない」という自分だけにわかるビジョンがあるのでしょうか。意識における微妙な「老いの結実」を日々傾聴させていただきありがたく思っております。

Dr. 小林 恒司

日	月	火	水	木	金	土
		1	2 きっさ万世 10:00～12:00 万世コミュニティセンター ヨーガ療法 10:00～12:00 置賜総合文化センター	3 ママカフェサロン 10:00～14:00 置賜総合文化センター	4 冒険遊び場あそべんちゃー ランド 10:00～16:00 青空保育たけの子	5 大人がいまできること 9:45～ 松川コミュニティセンター 米沢とんと昔の会 発表会 13:30～ 伝国の杜置賜文化ホール ゴスペ Minまほら 13:30～ 高島町文化ホールまほら
6 斜平山かんか渡り 8:00集合 愛宕コミュニティセンター 親子でたのしみ音楽会 14:00～15:45 伝国の杜置賜文化ホール 冒険遊び場あそべんちゃー ランド 10:00～16:00 青空保育たけの子	7	8 マザーズ おしごと相談会 セサ-11:00～, 相談12:00～ ハローワーク 米沢	9 きっさ万世 10:00～12:00 万世コミュニティセンター KMAダンス 10:30～12:00 万世コミュニティセンター	10 ママカフェサロン 10:00～14:00 置賜総合文化センター	11 復興のつどい 献花 10:00～18:00 伝国の杜置賜文化ホール 復興のつどい・追悼式 13:30～ 伝国の杜置賜文化ホール 冒険遊び場あそべんちゃー ランド 10:00～16:00 青空保育たけの子	12 つくってあそぼう おり紙10:00～12:00 米沢市児童会館 松元ヒロ爆笑ひとり 語りライブ 14:00～ 九里学園教育センターホール 冒険遊び場あそべんちゃー ランド 10:00～16:00 青空保育たけの子
13 音楽の絵本 11:00～ 米沢市市民文化会館 野鳥サイト 会と鷹匠 講演会9:00～14:00 広幡コミュニティセンター 冒険遊び場あそべんちゃー ランド 10:00～16:00 青空保育たけの子	14 ふれあいショップ 愛べがずー イオン米沢	15 生活支援相談員 企画イベント 3/15(火) この指と～まれ ピースアスレット作り 10:00～13:30 すこやかセンター ふれあいショップ 愛べがずー イオン米沢	16 きっさ万世 10:00～12:00 万世コミュニティセンター まちの保健室 10:00～12:00 万世コミュニティセンター ヨーガ療法 10:00～12:00 置賜総合文化センター	17 ママカフェサロン 10:00～14:00 置賜総合文化センター 華の会 13:30～15:30 置賜総合文化センター 原子力損害賠償個別 相談会 10:00～16:00 置賜総合文化センター	18 冒険遊び場あそべんちゃー ランド 10:00～16:00 青空保育たけの子	19 つくってあそぼう トントンもう15:00～16:00 米沢市児童会館 冒険遊び場あそべんちゃー ランド 10:00～16:00 青空保育たけの子 ふくしま就職応援センター 13:00～15:00 すこやかセンター
20 スプリングホール コンサート 14:00～ 伝国の杜置賜文化ホール 冒険遊び場あそべんちゃー ランド 10:00～16:00 青空保育たけの子	21 春分の日 つくってあそぼう おり紙10:00～12:00 米沢市児童会館 子ども狂言クラブ 春休み 発表会14:00～ 伝国の杜置賜文化ホール	22	23 きっさ万世 10:00～12:00 万世コミュニティセンター KMAダンス 10:30～12:00 万世コミュニティセンター	24 ママカフェサロン 10:00～14:00 置賜総合文化センター	25 山響親子ふれあい コンサート 13:30～ 高島町文化ホールまほら 冒険遊び場あそべんちゃー ランド 10:00～16:00 青空保育たけの子	26 ふれあいショップ 愛べがずー イオン米沢 10:30～14:00 冒険遊び場あそべんちゃー ランド 10:00～16:00 青空保育たけの子
27 お楽しみ映画会 10:00～; 12:00～ 米沢市児童会館 ふれあいショップ 愛べがずー 10:30～14:00 イオン米沢 おもちゃ病院 13:30～15:30 すこやかセンター	28 3/27 冒険遊び場あそべん ちゃーランド 10:00～16:00 青空保育たけの子	29	30	31		

☆上記予定は申込みや参加費等が必要なものもあります。

詳しくは 米沢市社会福祉協議会 生活支援相談員までお問い合わせ下さい。

TEL 0238-24-7881

編集後記

昨年のお話ですが、東京渋谷ハチ公前に、福島県某町長選立候補者の街頭演説の姿がありました。その町は全町避難指示のため、日本全国ちりぢりばらばらに。立ち止まって話を聴く人の姿がどれほどあったのかはわかりません。なぜ、東京でやらなければならなかったのかを考えてくれた方がどれほどいたのかもわかりません。が、その男性がどんな思いで立っていたのかは想像することができます。あれから5年。故郷を離れ新たな生活の場を求めた方も出てきて、一見落ち着いたかのように見えるかもしれませんが、あの日のことは、決して「なかったことに」なんてことにはできません。一人マイクを持ち街角に立つ男性の姿が脳裏から離れません。

