

いよいよ市街地でも雪がちらつく季節となりました。冬のお支度は進んでいるでしょうか？お車をお持ちの方はとにかく早く冬タイヤに交換なさってください！ 足元のご準備はいかがでしょうか？あたたかい靴下や防寒靴のご準備もお忘れなく！ 雪やみぞれの天気にも備え、長靴もご用意なさってくださいね！長靴はひざまでの長いものがオススメです(^\_^)/

## 交流会レポート特集♪

11月下旬に2つの避難者の皆さんの交流イベントを開催いたしました！そのようすをレポートしたいと思います。

### ひなんオヤジの集いin鶴岡

平成 24 年 11 月 23 日(金・勤労感謝の日)



熊野神社関係者の皆様大変お世話になりました。

「にこ♥ふる」で集合しバスで温海方面へ出発！まずは熊野神社に向かい、新嘗祭の神事・巫女舞・獅子舞(←写真)などを見学。ご祈祷もしていただきました。ふるまいのつき立てお餅をいただいた後はかけ流し温泉に入れる寿海荘に移動、海産料理をいただきながら地酒の試飲。震災とその後や鶴岡での暮らしと、お酒の入った方はもちろん入らない方も歓談を楽しみました！庄内の海岸線の景色を楽しみながら移動、加茂水族館でクラゲに癒され、車内でも歓談を楽しみ、温海トライアスロン実行委員会



や市民の方からのプレゼントをお土産にお持ち帰りいただきました。「また参加したい」との声を全員からいただきました！

### 鶴岡の食文化体験 第三弾 羽黒の郷土料理教室

平成 24 年 11 月 27 日(火)



「にこ♥ふる」3階調理室での開催も3回目、前回で顔見知りになった人たちの再会がある一方、今回が初参加という方も何人かおられ、避難元に関係なく和やかに調理と合間の会話を楽しみました！菅原先生の親切丁寧なご指導と助手を務めてくださった羽黒の

地元の主婦の太田さん、加藤さんにも助けられながら、羽黒の郷土料理「胡麻豆腐(あんかけ)」「芋っこぼたもち(お汁)」「柿の白和え」の三品を無事時間内で作り、先生を囲んで楽しく会食することができました。こちらの参加者の方にも温海トライアスロン実行委員会や市民の方からのプレゼントをお土産にお持ち帰りいただきました！アンケートでは「交流を楽しめた」との声が多数寄せられ、挑戦したい料理としては庄内の食材を使ったスイーツや正月料理等々、いくつかのリクエストが寄せられました！今後の開催の参考にさせていただきたいと思います。またぜひご参加下さい！



交流企画「あなたに贈る心の歌ハーモニーコンサート」申込開始しました！(裏面に詳細を記載) ささやかなプレゼントなどもご用意しておりますので、お手数ですがぜひお申込みください！

【 12月の予定 】

12/1	土 鶴岡養護学校わくわくバザー 10:00~11:00 鶴岡養護学校0235-24-5995
2日	おもちゃ病院 13:30~16:00 無料また部品代でおもちゃ修理を依頼できます。 中央児童館(苗津町1-1) 0235-24-4608
3月	
4	火 カラフル毛糸で遊ぶプローチ作り (12/26 14:00~16:00)申込受付開始日 鶴岡アートフォーラム 0235-29-0260
5	水
6	木 健康無料相談(老人福祉センター) 13:30~15:30(60才以上の方対象) 「あなたへ贈る心の歌」コンサート」申込〆切
7	金 法律無料相談(山形県弁護士会) 16:00~18:00(要予約) 申込:山形法律相談センター023-635-3648 会場:鶴岡法律相談センター(鶴岡産業会館3階) 編み物教室(宝田住宅・集会所)9:00~11:00
8	土 「あなたへ贈る心の歌」コンサート♪ Sing For Tohoku 避難者・支援者の皆様へ東京から歌のプレゼントの集いです♪ 14:30~15:45 会場:第6学区コミセン 参加申し込みが必要です! 0235-24-0053
9	日 ピラティス&ヨガレッスン 9:30~11:30 小真木原運動公園内朝陽武道館柔道場 鶴岡芸能大会 10:30~津軽三味線、民謡、フラ、他楽しめます! 避難者招待券ありますので0235-24-0053 志賀までお電話下さい。
10	月
11	火 庄内地方避難者相談会 11:00~15:00 鶴岡市役所*自由来所型相談会です。福島県以外の避難者の方もどうぞ!
12	水 第3回ひなんママの集い in 鶴岡 〆切日
13	木 健康無料相談(老人福祉センター) 13:30~15:30(60才以上の方対象)
14	金 法律無料相談(山形県弁護士会) 16:00~18:00(要予約) 申込:山形法律相談センター023-635-3648 会場:鶴岡法律相談センター(鶴岡産業会館3階) 編み物教室(宝田住宅・集会所)9:00~11:00
15	土 第3回ひなんママの集い in 鶴岡 9:30~にこ♥ふる大会議室
16	日
17	月
18	火
19	水
20	木 健康無料相談(老人福祉センター) 13:30~15:30(60才以上の方対象)
21	金 法律無料相談(山形県弁護士会) 16:00~18:00(要予約) 申込:山形法律相談センター023-635-3648 会場:鶴岡法律相談センター(鶴岡産業会館3階) 編み物教室(宝田住宅・集会所)9:00~11:00
22	土
23	日
24	月
25	火 庄内地方避難者相談会 11:00~15:00 鶴岡市役所*自由来所型相談会です。福島県以外の避難者の方もどうぞ!
26	水 カラフルな毛糸で遊ぶプローチ作り 14:00~16:00 中学生以上対象、費用1,000円、エプロン、裁縫道具、毛糸 鶴岡アートフォーラム 0235-29-0260
27	木 健康無料相談(老人福祉センター) 13:30~15:30(60才以上の方対象)
28	金

相談 **無料** 人権なんでも相談所 (第64回人権週間)

12月4日(火)9:00~16:00 (最終受付 15:30 まで)

場 所: 山形地方法律局 鶴岡支局(鶴岡市大塚町 17-27 合同庁舎)

相談できる内容: 夫婦・家族間のいざこざ、夫やパートナーからの暴力、老人・子供の虐待、遺産相続、いじめ問題、近所とのトラブル、騒音・悪臭などの公害、土地の問題、震災に伴う人権問題、その他なんでも

ひとりで悩まず、まずはおいでください! 秘密厳守・どうぞお気軽にご相談ください!

※法律局鶴岡支局以外の以下の会場・時間でもご相談できますので、お気軽にどうぞ!

藤島ふれあいセンター 12月4日(火)13:00~16:00(最終受付 15:30 まで)

温海ふれあいセンター //

三川町社会福祉センター12月4日(火)13:30~16:00(最終受付 15:30 まで)

櫛引公民館 12月6日(木)13:00~16:00(最終受付 15:30 まで)

主催・お問い合わせは 0235-22-1003 鶴岡人権擁護委員協議会

避難者慰問演奏会「あなたに贈る心の歌」Sing For Tohoku コンサート♪

12月8日(土)開場 14:00 開演 14:30 (15:45 終了予定) 入場無料

第6学区コミュニティ防災センター大集会室(鶴岡市みどり町 22-28)

被災地での慰問演奏活動や東京での震災チャリティコンサートを開催してきたアカペラコーラスグループ Sing For Tohoku(シングフォー東北)が、鶴岡市に避難しておられる皆さんと支援者の皆さんのために歌います! 予定曲目:青葉城恋歌(さとう宗幸)、ありがとう(いきものがかり)、時代(中島みゆき)、川の流れのように(美空ひばり)、アンパンマン、等々

入場無料ですが、会場準備等の都合のため、お申し込みが必要です。ご希望の方は

- ①申し込み代表者氏名 ②連絡先電話番号 ③参加人数(避難者以外の市民の方も参加可能です) ④お子さんの年齢などを☎0235-24-0053(志賀・山本)、またはメール kyouko-siga@shk01.jp でお申し込みください。

健康作り 山岡式エクササイズ ピラティス&ヨガレッスン

12月9日(日)9:30~11:30 鶴岡市朝陽武道館 柔道場(小真木原2-1)

健康・体づくりのため誰もができるヨガやピラティスを活用したエクササイズ教室です。参加料無料、運動できる服装でおいでください。(内履き不要) 定員 100名 お申込み・お問い合わせ:0235-25-8131 鶴岡市教育委員会スポーツ課

避難者招待 鶴岡芸能大会

12月9日(日)10:30 開演(終了予定 16:00) 鶴岡市文化会館(馬場町 11-60)

民謡、津軽三味線、踊り(フラダンス含む)、他、様々な芸能を堪能できます。招待券付プログラムがありますので、お申し込みください。

お申込み・お問い合わせ:0235-24-0053 担当:志賀・山本

健康作り 健康料理教室~高血圧を予防しよう~ 先着 30名

12月12日(水)9:45~14:30 「にこ♥ふる」(泉町 5-30)3階

高血圧予防について調理実習や試食をとおして楽しく学びましょう! 家庭の汁物の塩分測定、軽体操なども行います。参加費 200円。持ち物はエプロン、三角巾、筆記用具、内ズック、家庭の汁物少量(測定用)です。申込〆切 12月7日(金) お申込み・お問い合わせ:健康課(にこ♥ふる1階)内 0235-24-0053

鶴岡市食生活改善推進協議会事務局(内線 367)

避難者交流 第3回ひなんママの集い in 鶴岡

12月15日(土)9:30~11:45 「にこ♥ふる」(泉町 5-30)3階 大会議室

今回は避難者・支援者のためのフリーペーパーうえるかむ 25号にも紹介されたカウンセラー志村友理さんをお迎えし、避難してこられた女性が抱えやすい心の動きのケアについてお話をお聞きすることができます。震災後、すでに村山・置賜地方の女性避難者の心のケアを支援してこられた志村さん。鶴岡市に滞在なさっている女性の皆さんも、ふだんからご相談してみたいことがございましたら、参加申し込みの時にご連絡いただければ、志村さんに事前にお伝えすることもできます。

参加お申込み・お問い合わせ:0235-24-0053 担当:志賀、山本まで

雪対策



雪片付け用に角スコップの貸し出し開始します!

昨年貸し出した角スコップを、今年も無償貸し出し致します。貸し出し期間は、貸し出し日から来年の3月末までです。ご希望の方は、鶴岡市ボランティアセンターでお申し込みください。

貸し出しお申込み・お問い合わせ 0235-23-2970(担当:今井)