

みらいん

わかばやし

「みらいん」は、
震災からの復興に向けて
歩むまち・仙台の“ひと”と“地域”の
今を結ぶ情報紙です。



◀写真上段左から
三浦大輝さん 秋谷和希さん
二瓶泰輔さん 稲垣慶大さん
安達征生さん

下段左から
大内駿さん 齋藤美尋さん
櫻井洸さん 佐藤勝太郎さん
撮影時欠席 若生賢人さん

新入部員、随時募集中！
連絡先：荒浜ビッグウェーブ親の会
会長 安達まで
090-9038-3087

今月の
ひと

スポーツ少年団 荒浜ビッグウェーブ

住む家は離れたけれど、僕らの気持ちはひとつです！

「さあーっ、声出していこう！」

秋晴れのグラウンドで試合にのぞむ少年たちの元気な声が響き、応援する父母の顔にも汗が流れます。

創部13年目になる荒浜ビッグウェーブを率いる齋藤泰監督は、

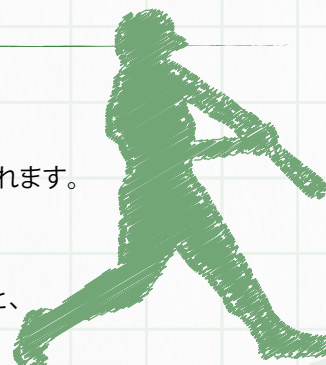
「今年は10名で活動しています。震災で勉強道具やグローブなど一切を失った子どもたちに、県内はもとより全国から支援をいただき、おかげさまで試合にも出場できるようになりました」と、感謝の言葉を口にしました。

「ただ、荒浜小学校はいまだに立入禁止になっていますし、

練習場所を工面するのが大変厳しい状況です。地域の皆さんや親の会の方々と共に、子どもたちが伸び伸び動ける日が早く来るよう願っています」とも語ります。

親の会代表の二瓶寿浩さんは

「10名の選手たちは、誰もが直接あるいは間接に震災の影響を受け、クラブの存続は難しいと思っていましたが、皆さんからの支援で何とかやってきました。これからの荒浜地区がどうなっていくのか不確かな状況ですが、次年度も子どもたちがグラウンドを駆け回る姿を見たいですね」と目を細めました。



2011

12

第1号

みんなであそぼう会

NPO法人全国コミュニティライフサポートセンター（CLC）の皆さんが、荒井小学校用地仮設住宅で毎週木曜に開催している無料のイベントです。

ちびタイム(午前)

乳幼児・未就学児とパパ・ママが対象。手あそびやわらべうたで遊べます。

ちやいるどタイム(午後)

小学生が対象。ボールやしゃぼん玉、なわとびなどいろいろ遊べます！

ゆかママ御用達

助かる！ 子育てサポート

私が利用している子育てサポートです。子どもも喜ぶし私も大助かり！



CLCはこんな子育て支援もしています！

だがし&休み処 八幡みんなの家
駄菓子屋兼子どもたちのプレイルーム。ヨガ教室やランチにおでかけなどの催しも！保育士経験の長いスタッフが、パパ・ママの悩み相談にのってくれます。



青葉区八幡1-2-7 022-738-8773
プレイルーム利用料/親子1組 1日 500円

のびすく

仙台市内に3つの拠点があり、遊び場の開放や一時預かり（生後6カ月～未就学児/要会員登録・予約制/1時間600円）などを行っています。各施設独自の取り組みもあり！

のびすく仙台

青葉区中央2-10-24 仙台市ガス局ショールーム3F
☎022-726-6181

CHECK! 仙台市内のママたちが今回の震災で経験したこと、災害時に役立つ情報をまとめた地震防災ハンドブック『大切な人を守るために今できること』を発行。のびすく仙台などで無料配布しています。



のびすく泉中央

泉区泉中央1-8-6 仙台市泉図書館3.4F
☎022-772-7341 (3Fひろば)

CHECK! 子どもと一緒にのんびりしたり、まったりしたりできる空間です。ママのためのカフェや、絵本の読み聞かせなど、イベントも充実。被災したパパ・ママのための相談にものっています。

のびすく長町南

太白区長町7-20-5 ララガーデン長町5F
☎022-399-7705

CHECK! ショッピングセンターの最上階にあります。ママと子どもと一緒に参加できるヨガやフラダンス、人気の毎月お誕生会、パパ参加のイベントが行われています。

いろんな世代の子があそびにきているよ！



児童館

赤ちゃんから18歳まで、自由に利用できる遊び場です。若林区には13の児童館があって、おはなし会やサロンなどさまざまな催しを行っています。

ゆかママが利用したのは...

若林区中央児童館 ● 若林区保春院前丁3-4 022-285-2154



窓からいっぱい光が入る、明るく広い「遊戯室」

午前中は主に乳幼児とパパ・ママ、午後からは放課後の小学生たちが遊びにやってきます。若林区中央児童館はプレイホールや遊戯室、図書室のほか、乳幼児専用の子育て支援室も備える広さが特長。地域のボランティアの協力のもと、さまざまな催しも盛んに行っています。

乳幼児&パパ・ママ対象のイベント

- おはなし会&工作
ボランティアによる絵本や紙芝居の読み聞かせ。簡単な折り紙や工作も楽しめます。
- ぽっかぽかタイム
絵本・ふれあいあそび・体操など。遊びの楽しさとママ友を見つけにいろいろ。



赤ちゃんといっぱいママ専用のお部屋「子育て支援室」

その他の若林区の児童館

- 荒町児童館
- 沖野児童館
- 沖野マイスクール児童館
- 蒲町児童館
- 七郷児童館
- 遠見塚児童館
- 古城児童館
- 南材木町児童館
- 大和児童館
- 連坊小路マイスクール児童館
- 六郷児童館
- 若林児童館

Yuka-mama Interview

Q 地震の時はどう対処した？

荒浜の自宅で被災し、当日は避難所で一泊。翌日から私の実家のある大崎市に、れなと一緒に避難しました。辛くてたいへんな日々だったけど、れながいたから頑張れました！

Q プレハブ仮設住宅の住み心地は？

6月からパパと3人で暮らしていますが、室内でも寒暖の差が激しいので、れなの体調管理に特に気をつけています。こまめに洋服で調節することと、最近では暖房ヒーターが大活躍ですね。

Q 仮設住宅での子育て、工夫ポイントは？

今後復興住宅に引っ越すことを考えて、物を増やさずママに整理をすること。最近は、れながいろいろ引っ張り出すので掃除が大変(笑)。でもつかまり立ちや手を伸ばしたりできるようになった我が子の成長はうれしい！



きちんと整理されたリビング。右奥にはれなちゃんのおもちゃスペースも！

Q 仮設住宅での子育てで助かっていること、困っていることは？

集会所に行くと必ず誰かがいて、皆さんれなを見つけると声掛けしてかわいがってくれるので、とても助かっています。欲を言うと、れなを同世代の子と、もう少し遊ばせたいな。

ゆかママ & れなちゃん

荒浜地区出身のゆかママファミリー。現在は荒井小学校用地仮設住宅で、パパと3人暮らし。れなちゃんは11月2日に満1歳の誕生日を迎えたばかり。



ゆかママの仮設住宅 子育て情報

生後四カ月の赤ちゃんと共に被災した新米ママ、ゆかさん。その後プレハブ仮設住宅に移ったゆかママ一家は、不慣れた土地で、前向きに子育てしています。



集会所で仲良くなったママ友が書いてくれた似顔絵、かわいい！

被災地レポート

取材地

リルーツ・ファーム

津波被災した三本塚の畑を借りてボランティアで農作業

荒井地区のボランティアハウスを拠点に、農地の再生を柱に活動している震災復興・地域支援サークル「ReRoots」(リルーツ、代表広瀬剛史さん)です。農地や民家のがれき撤去や泥出しなど被災者からの要望を受け、若林区内で活動している彼らは、十月中旬、被災農家か



▲1カ月で、すくすくと育っている野菜を前に。左から、代表の広瀬剛史さん、上吉原怜奈さん(東北大農学部1年)、鎌田和俊さん(東北学院法学部2年)、平松希望さん(東北大農学部1年)

ら借り受けた畑で、「リルーツ・ファーム」を始めました。

場所は三本塚中谷地区の被災畑。ボランティアが自ら農作業をする理由を、広瀬さんはこう話します。「単なる労働力の提供というスタンスだけでは、僕らが掲げる農業支援にはつながらない。農業を実際にやってみて、その苦労を経験しながら関わろうと思ったんです。地域密着の活動を末永くやっていくうえでも大切なことだと考えています」



▲リルーツ・ファームで、ぎこちないながらも真剣に畑作りに取り組む学生スタッフ

取材に訪れた十一月中旬、小松菜、ユキ菜、紫タマネギ、タマネギ、ニンニク、キャベツが植えてあり、新たに、エンドウ、ホウレン草、チンゲン菜の種まきをしました。リル

ツではこのほか、被災水田で「菜の花ファーム」というプロジェクトにも取り組んでいます。菜の花で地域の景観に潤いを与え、将来的には菜種油からバイオ燃料を作り、支援活動の各種機材に役立てるとのことです。

リルーツ・ファームに土地を提供している地主さんが、様子を見に来ていました。「本当、よくやるよなあ」と感心しながら、こう話してました。「畑を貸してほしいと言われて最初は断った。何を目的としてやるのか、いまいち分からなかったから。でも、『商売するのか?』って聞いたら『いやいや、ボランティアの仲間に分けるんです』と。彼らの熱意や一生懸命さが伝わり、貸すことにしたんです」。小松菜は年内には収穫できる見通しで、収穫祭の予定もあるとのこと。

ボランティアメンバーから皆さんにメッセージ

広瀬さんから、被災者の方々への

メッセージです。「いつも差し入れをくださったり、気持ち良く私たちが受け入れてくださりありがとうございます。私たちボランティアの役割は、復興を進めるための媒体であることです。日常的に片付け作業などを行っているですが、今後は復興の主役である地元の方々と一緒に地域づくりを考えていきたいと思っています。復旧から復興へ、そして地域おこしまで含めて中長期的に関わっていきましょう。農業の未来などに不安もあると思いますが、地元の方たちが私たちボランティアを活用し、地域おこしにつながるような相互関係をつくっていききたいと思っています」



▲被災農地での作業風景。特産の仙台曲がりネギを栽培するために、植えてあるネギを一度抜く作業だそうです

取材：大島湧未@東北福祉大

情報ボランティア@仙台 ブログでも発信中です。

「地域に根付く支援を。『リルーツ・ファーム』」<http://flat.kahoku.co.jp/u/volunteer16/>より(地域SNS「ふらっと」ブログ)

ボランティアの依頼など、リルーツへの問い合わせは、電話 022-762-8211 (FAX 兼用)、携帯 090-5402-9952

情報掲示板

仮設住宅やご近所で開催される催し物や相談会、支援団体による支援情報などを紹介します。

【ペット支援】

被災ペットの困りごとを解決

仙台市動物管理センター内にある「仙台市被災動物救護対策本部」では、震災被害を受けたペットや飼い主を対象にした多彩なサービスを展開しています。

例えば、仮設住宅内でペットと一緒に暮らす方への支援として、犬・猫の伝染病予防ワクチン注射や、フィラリア予防薬の処方・配布。そのほかペットケージ・サークルの貸し出しや、マイクロチップの装着、ペットシート・犬猫用フードの配布に飼育・健康相談など、これらすべて無料で行っています。

また震災などで飼えなくなった犬や、はぐれて飼い主が見つからない犬を新しい飼い主に引き渡す譲渡会を開催中。すでに6回ほど行われ、およそ90頭の被災犬が引き取られています。最近は猫の譲渡会も実施しています。事前に予約をすれば、どなたでも参加が可能です。



対象 どなたでも参加できます(譲渡会は要申込)

時 12月18日(日) 受付 犬/13:00~13:30
猫/10:00~16:00

所 仙台市動物管理センター(宮城野区扇町)
☎ 022-258-1626 仙台市被災動物救護対策本部

荒浜慰霊祭

12月11日(日) 14:00から、仙台市若林区荒浜海岸。東日本大震災津波で亡くなった方々の慰霊碑をたて、14時46分に慰霊祭を行います。

対象 駐車スペースに限りがありますので、ご遺族の方を中心にします

☎ 090-6062-3840 東通仮設住宅町内会(大橋)

クリスマス・キャンドルナイト

12月17日(土) 17:00~19:00、荒井小用地仮設住宅広場。家の灯りを消し、手作りのキャンドル約200個に鎮魂の灯を灯します。キャンドル持ち寄りも歓迎します。

対象 どなたでも参加できます(お車でのご来場はご遠慮ください)

☎ 荒井小用地仮設住宅集会所 事務室まで(朝倉)

クリスマスコンサート

12月18日(日) 13:00~15:30、六郷市民センター。入場無料。幼児の踊りや高校生のエレキギター、成人のジャズ演奏など。

対象 どなたでもご覧になれます。先着200人

☎ 022-289-5127 六郷市民センター

【多重債務無料相談】

ひとりで悩まず、まずお電話ください

(財)日本クレジットカウンセリング協会仙台センターは、東日本大震災の影響でクレジットや消費者金融への支払いが困難になった方の相談に応じています。協会の消費生活アドバイザーが相談に応じるほか、必要に応じ、弁護士との面談の予約ができます。

対象 多重債務に関する事なら、どなたでも

☎ 毎週月~金曜日 10:00~12:40、14:00~16:40

所 (財)日本クレジットカウンセリング協会仙台センター、
仙台市青葉区国分町1-7-18白峰広瀬通ビル6F

☎ 022-217-4014 (電話相談、面談予約とも共通)

困りごとなどの巡回相談をはじめます

12月から、被災者の方を対象に、市民センターなどを拠点とする「地域支えあいセンター」で、困りごとなどの巡回相談を受けたり、交流の場づくりなどを進めます。被災者の方向けの支援情報コーナーの設置も。お住まいの近くのどの会場でも利用できます。若林区区内の実施場所と日程は以下の通りです。(他の区での実施予定は、下記までお問い合わせください)

対象 主に借り上げ民間賃貸住宅にお住まいの方々

12月の巡回相談(9:30~16:00)

▼7日(水) 七郷市民センター

▼9日(金) 六郷市民センター

▼15日(木) 荒町市民センター

▼16日(金) 七郷市民センター

▼17日(土) 六郷市民センター

▼21日(水) 荒町市民センター

▼22日(木) 若林区中央市民センター

▼23日(金) 七郷市民センター

▼27日(火) 荒町市民センター

☎ 022-217-7234 仙台市社会福祉協議会 中核支えあいセンター

サロン友引の会

12月22日(木) 10:00~12:00、荒井小用地仮設住宅集会所。仙台市レクリエーション協会会員が、ゲームや軽いストレッチ、歌などの指導をします。

対象 概ね65歳以上の方。仮設住宅入居者のほか、どなたでも参加できます

☎ 022-778-8117 (二瓶)

クリスマスパーティー

12月18日(日) 10:00~17:00。七郷中央公園仮設住宅集会所。自治会主催。ゲーム、踊り、歌など。

対象 仮設住宅入居者のほか、近隣の借り上げ民間賃貸住宅にお住まいの方々も、どうぞご参加ください

☎ 七郷中央公園仮設住宅自治会

快適生活

このコーナーでは、身近にあるものを利用して、仮設住宅の暮らしをより快適に過ごせる工夫や”おばあちゃんの知恵袋”的な豆知識を紹介します。

ペットボトルであったか湯たんぼ

～70代女性から長年愛用しているアイデアが寄せられました～
大きいサイズの固めのペットボトルにお湯をいれ、大判タオルなどで包んでから敷布団の足元に置けば朝までムクムク快適です。足元が温かいとぐっすり眠れて免疫力もアップします。



固いペットボトル

紅茶とハーブキャンディー(のど飴)で風邪予防

温かい紅茶にハーブキャンディーをひと粒。紅茶にハーブエキスが溶けだして、のどがれや鼻炎症状がやわらぎます。実際、編集部で試したら大好評! 紅茶うがいも効果的です。



ダンボールで防音 & 防寒

壁にダンボールを貼ることで、防音と防寒の効果が期待できます。夜、寝る前に敷布団の下にダンボールを敷くと保温性も高まります。



Q ローンの返済が残っている自宅が被災し修理をしたために、いわゆる二重ローン問題で悩んでいます。最近耳にする私的整理ガイドラインとは何ですか。また、これは法的な手続とどのような違いがありますか。

A 今年の8月22日から運用を開始した「個人債務者の私的整理に関するガイドライン」(以下、「ガイドライン」といいます。)は、被災者の生活再建・事業再建支援を目的として作られた私的債務整理の方法です。このガイドラインの利用には、①債務の減免を受けられる、②信用情報登録機関に登録されないで新規融資の申し込みが可能となる、③債権者から保証人に対する請求が制限されるというメリットがあります。ただし、この制度は、個人債務者で、震災の影響で既往債務の弁済が不能又は弁済不能が確定で、債権者にとっても経済的合理性が期待できる等の要件を満たす方を対象としています。そのため、震災前に既に支払に遅れがあった方や、現状で弁済が可能な方等は対象とはならないとされています。これに対し、個人の債務整理をするための法的な手続には、債務の一部減免をする個人再生手続、債務免除(免責)を受ける自己破産手続等があります。これ

らは①の点ではガイドラインと同じ効果がありますが、裁判所への申立が必要なか②③は認められないという違いがあります。ガイドライン利用については運営委員会に専用相談窓口(TEL.0120-380-883)が設けられていますが、実際のガイドライン利用にあたっては、現時点で要件の判断や運用に流動的な面があったり、申立書類が法的整理の場合以上に多数かつ難解であったり、個別事情によってはむしろ法的な手続が抜本的解決につながるケースもあります。仙台弁護士会館の法律相談センターでは、借金の相談は、平日無料法律相談を実施しています。ご自身の現状や希望を踏まえてどの方法が最善なのか、また、そのためにどのような手続や費用が必要なのか等、まずはお気軽にご相談いただければと思います。

法律相談の連絡先

仙台弁護士会法律相談センター
仙台市青葉区一番町2-9-18
TEL: 022-223-2383(予約不要。月・木は夜間相談あり)
「みらいん」紙上で弁護士の先生に相談したい方、ぜひ困りごとの内容について教えてください。(8ページ参照)

今回の先生は・・・

たてわき さち こ
プロフィール 館脇幸子 弁護士
仙台弁護士会所属。東北大学卒。エール法律事務所。仙台弁護士会民事弁護委員会副委員長。河北新報「震災法律問題 Q&A」編集担当。宮城県男女共同参画相談法律相談員等



「強風高風」

できるなら時計の針を、あの三月十一日の、せめて正午あたりまで戻せたらなあ：と浮図思ってしまったひまですが、でもそれは逆もとてもかなはぬことです。

お釈迦様はおっしゃいました。この苦悩の人生を生きる我々は、例外なく誰しも、条件と弾みによっていつ何時どのやうな状態にでもなってしまう存在なのだ。ちよつと先のことも全く予想がつかない。だから最早、快適な生活や環境こそが私共には幸福をもたらすなどといふことは何か嘘っぱちに聞こえてきます。

起きてしまったこの現実、もう消すことも修正すらできません。ならば、各人各人の身にそのまま引き受ける以外に道はないといふのでせう。気が付けば、縁の巡り合はせのまま、どなたも重い現実を背負ひ、歩みだしたので。その道が困難であればあるほど、まるで風が強いほど風が空高く舞ひ上がるが如く。

佐藤和丸

佐藤和丸 (さとう かずまる)
若林区日辺の浄土真宗大谷派・徳照寺住職。情報誌への執筆や居酒屋での説法会などを行う、ユニークな人柄と行動力の持ち主。

次号は濱田直嗣さん(宮城県慶長使節船ミュージアム館長)にご登場いただきます。



健康ナビ

テーマ インフルエンザ

高熱、頭痛、関節痛、筋肉痛などの症状が突然現れ、幼児はまれに急性脳症、高齢の方や免疫が低下している方は肺炎を併発するなど、重症になることがあります。毎年一・二月が流行のピークですから、その前にしっかりとした対策を。

予防法 1 手洗い、うがいをマメに

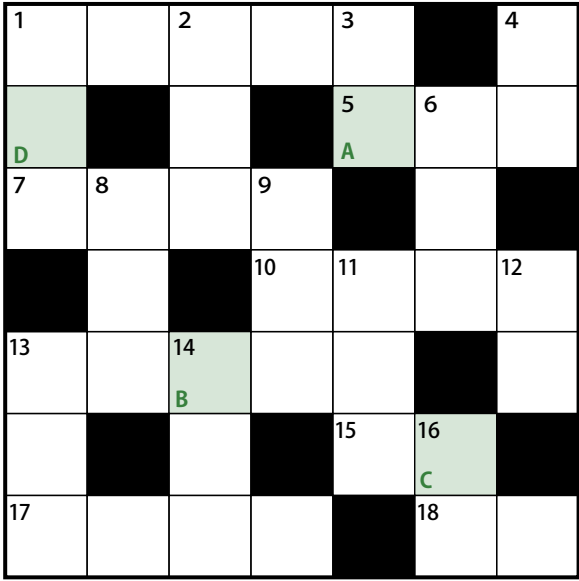
せっけんを使った手洗い、うがいを小まめに。特に外出後は習慣づけましょう。また、空気が乾燥すると鼻、のどの粘膜の防御機能が低下するので、室内は適度に加湿を。ぬれたタオルを室内で乾かすのもよいでしょう。アルコール消毒液での手もみ殺菌も効果的です。

予防法 2 予防接種で早めの対策を!

効果が出るまで約二週間かかるワクチン接種は、インフルエンザにかかった場合の重症化が防止でき、受ける方は年々増加しています。六十五歳以上で仙台市に住民票をお持ちの方は、千円の費用で接種できます。更に六十五歳以上で、被災等による医療費の一部負担金等免除証明対象の方、生活保護の方、市民税非課税世帯の方は無料で受けられます(六十五歳未満は通常二千円前後くらい)。なお、高齢の方は肺炎を防ぐ働ききの肺炎球菌ワクチンも併せて受けると、より良いでしょう。宮城県内に住む七十歳以上の方は、今年度のみ無料で接種ができます。健康にこの冬を過ぎましょう。

クロスワード パズル

出題：石田竹久



※こたえは次号に掲載します。

タテのカギ

- ①おなじみの郷土の味。ゆでた枝豆に砂糖を混ぜて作る、〇〇〇餅
- ②仙台出身の女優・鈴木京香は、1988年に水着キャンペーン〇〇〇〇に選ばれて本格デビュー
- ③派手の反対語
- ④大晦日から元旦にかけて、108回鳴り響く除夜の〇〇
- ⑥ゴルフの日本ツアーでアマチュアながらも優勝する快挙を達成した松山英樹は、東北〇〇〇大学の2年生
- ⑧学問と武芸の両面に長けた、〇〇〇両道
- ⑨コンビニって、コンビニエンス〇〇〇〇の略
- ⑩焼きすぎて黒くなったところ
- ⑫年越しとともに、ウサギからタツへ
- ⑬秋保温泉があるのは太白区、作並温泉があるのは〇〇〇〇区
- ⑭シーズン終盤、楽天の〇〇〇〇に定着した牧田明久
- ⑮冬の風物詩、石焼き〇〇

ヨコのカギ

- ①斎太郎節(大漁唄い込み)より。♪松島の～、サーヨー、〇〇〇〇〇ほどの～
- ⑤栗原市出身の歌手・高橋ジョージ。奥さんは女優の〇〇〇美佳
- ⑦テニスや卓球などで、2人对2人で戦う試合
- ⑩「永久」をかな4文字で読むと?
- ⑬多くの参拝者で賑わう定義山。そこの門前の名物といえば、三角〇〇〇〇〇
- ⑮自分の兄弟の娘
- ⑰男声で、テノールとバスとの間
- ⑱仙台出身、中高と宮城学院に通った、オペラ歌手の〇〇〇公美子

こたえ

A	B	C	D
---	---	---	---

ご近所探訪

旧養種園界限

季節ごとの散策が楽しめる

「仙台白菜」発祥の地

旧養種園跡は現在の若林区役所周辺の広い敷地一帯にあたります。第十五代伊達邦宗が、農産物の種苗・種子改良発展を企画し明治三十三年四月に開設、命名しました。特に仙台白菜の純良原種をはじめ優良種子と苗木の改良普及に努め、地域農業と市民園芸の振興に貢献。区役所や文化センターの建設で養種園は廃止となりましたが、現在は一部が公園として整備され、樹齢約三百年の枝垂桜や柳の大木、紅葉など春夏秋冬を通じて景観が楽しめます。また、園内のふるさと広場では手塚登久夫氏の彫刻「梟の森(月に吠える)」などが迎えてくれます。周辺にはカフェ&ベーカリー「ル・モンド」や、うなぎ屋「中嶋」など、魅力的な飲食店も多い地域です。



▲区役所前の七郷堀と四季を彩る木立



アクセス：
仙台市営バス/若林区役所
前バス停下車

編集後記

毎日のように仮設住宅を駆け回っていますので、顔見知りの方も増えてきました。どうぞお気軽に「きくつあんと」声をかけてください。よろしく願います。(きくち)

「快適生活」のイラストは、東北工業大学ライフデザイン学部の学生さんが担当しています。読者の皆さん含め、たくさんの方の協力を得て第一号が完成しました!(岡崎)

情報提供のお願い

「みらいん」は、皆さんと一緒に作り、歩む情報紙です。紙面に対するご感想や、紹介したい人や場所、今抱えている想いなどのコメントをハガキ、FAX、メールでお寄せください。読者の皆さんの思いを、紙面に反映していきます。

送付先：〒984-0011 仙台市若林区六丁の目西町2-12
「みらいん」編集部

F A X : 022-390-5756
e-mail : kawara@mmmm.or.jp