

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。

第8号



◀おもいでかえる写真洗浄
会場にて
「興味のある方は、まずは
お茶を飲みながら見学し
ていってください」
お問い合わせ
070-5473-3585
10:00~16:00
ホームページは
おもいでかえる で検索

今月の
ひと

津波で汚れた思い出の写真をきれいにして届けたい

写真洗浄ボランティア団体の副代表

被災された方と気持ちを共にする、思い出届け人

津波被災地で回収された写真の洗浄をするボランティア団体「おもいでかえる」で副代表を務めるのは、自らも津波によって、実家に保管していた思い出の品を失ったという、千葉香織さんです。

昨年、写真洗浄の活動を開始した当初は「泥で汚れた写真を見ることが辛かった」といいます。

折れそうな心を支えたのは、全国から駆けつけたボランティアの一生懸命な姿でした。

その姿に背中を押された千葉さんにとって、さらに活動を続ける意志を決定づけたのが、

今年3月に行われた洗浄した写真の展示です。会場で懐かしい顔と再会し喜ぶ方々の姿を見て、

「写真をきれいにして届けるだけではない、離ればなれになった人たちの再会の機会になっているんだ」と、自分たちの活動に新たな意義を見いだしました。

「千葉さんは、1人ひとりと丁寧に接していました。被災された方と気持ちを共にしているからでしょう。

僕では、気づかない所にも気づいてくれる。なくてはならない存在です」と、

代表の金谷さんも頼りにするかけがえのない存在となりました。

「現在も『被災地のために何かしたい』と日々20人前後の人が全国から写真洗浄に訪れています。

皆さんの活動する姿をぜひ、被災された方にも見てほしいです」と千葉さん。

引き続きボランティアも募集中。「おもいでかえる」と千葉さんの活動はまだまだ続きます。

2012

7月

遊びのサポート

遊びの材料を満載して、毎週やって来ます！

冒険あそび場-せんだい・みやぎネットワーク

「オカーン、今日は何するーっ」小学生の男子は、自転車から降りるか降りないうちに、プレリーダー(あそびのサポーター)の佐野さんに話しかけます。NPO団体の冒険あそび場-せんだい・みやぎネットワークが定期的で開催している「あそび場」活動は、震災で使用できなくなった海岸公園冒険広場のスタッフが、プレハブ仮設住宅や借り上げ民間賃貸住宅に入居している子どもたちとの関係を継続する為に、六郷七郷地区の公園などを利用して、子どもたちが自由に遊べる場を作っています。「自分の責任で自由に遊ぶ」がモットーで、プレリーダーが子どもたちに「あれをしよう、これをしてはいけない」と口を出す事はありません。楽しく遊ぶための素材や道具を揃えて、遊びの環境を整えているだけです。あそび場に集まった子どもたち

は、各々が工夫したり協力したりして、その日の遊びに集中しています。佐野さんは「冒険広場の活動から始まった子どもたちとのつながりを大事にしたいから、震災後も移動あそび場を設けることにしました。子どもたちが自由に遊べる環境づくりが、子どもたちの心のケアにつながっていくと思います」と語ってくれました。

- 冒険あそび場(連絡先:070-6492-6232)**
- ニッペリアクラブハウス 毎週木曜日 14:00~17:00
 - 荒井2号公園 毎週水曜日 10:00~17:00
 - 荒井4号公園 毎週土曜日 10:00~16:00
 - 六郷小学校 毎週日曜日 10:00~16:00
- ちびひろ(幼児連れの親子のためのあそび場)**
- 上荒井公会堂 毎週木曜日 10:00~12:00

よく遊びよく学べ そして元気に育って欲しい!

仮設住宅の生活は、さまざまな不便や我慢を強いられるものですが、大人以上に我慢をしているのが子どもたちかもしれません。そんな子どもたちに対する支援活動をご紹介します。いずれの活動も子どもたちとの信頼関係づくりを第一として、それぞれの子どもたちが持っている個性を活かして更に伸ばしていけるように考えられています。これからも子どもたちを温かく見守って、支えていきたいものです。

学習のサポート

勉強だけじゃなく、子どもとのつながりを大事にしているんです！

NPO法人アスイク/自立支援ネットワーク 若林ヘルプ

「『お母さん、もう時間だよ！ 今日学習サポートの日だよ！』と、子どもから急かされて通っているんです」と話してくれたのは、荒井小学校用地仮設住宅集会所の学習サポートを利用している松木さんです。

仮設住宅集会所に、夕方になると集まってくる子どもたちがいます。大学生を中心に行われている「学習サポート」を受けるためです。震災後、避難所で生活する子どもたちの勉強を手伝ったり、一緒に遊んだりして、窮屈な環境でも明るく健康的に過ごせるように支援をしたグループが、仮設住宅へ入居した後も是非継続してほしいという子どもや親の声に応えるべく、「学習サポート」をしています。

学習サポートを受けている子どもたち

- 畠山颯汰くん(小学校3年生:JR南小泉アパート)**
もともと勉強が好きなので、週に1回先生がきてくれて、とてもうれしい。
- 二瓶わたるくん(小学2年生:JR南小泉アパート)**
学校でわからなかったことを教えてもらっている。授業が一番好きなのは図工だけど、ここでは算数をもっと覚えたい、教えてもらいたいと思っている。先生はわかりやすく教えてくれる。
- 澁谷葵くん(中学3年生:JR南小泉アパート)**
おもに宿題や学校の授業でわからなかったことを教えている。先生とはプライベートなことも話している。この間修学旅行があったのでその話とか。先生はおさんみたいいな存在。

「放課後個別学習サポート」(アスイク)

借り上げ民間賃貸住宅にお住まいの方が対象
 泉区/イトーヨーカドー泉中央店 5階会議室
 毎週月・水曜日 18:00~20:30
 宮城野区/榴岡
 毎週火~金曜日 19:00~20:30

学習サポート実施先

- 荒井小学校用地仮設住宅 毎週水曜日18:00~19:00(若林ヘルプ)
- 荒井小学校用地仮設住宅 毎週木曜日19:00~20:00(アスイク)
- JR南小泉アパート仮設住宅 毎週月曜日18:30~19:30(アスイク)
- 卸町5丁目公園仮設住宅 毎週金曜日19:00~20:00(アスイク)

問い合わせ先 NPO法人アスイク 仙台市宮城野区榴岡5-3-21 コーポ小松101 TEL:022-781-5576
 自立支援ネットワーク 若林ヘルプ 仙台市若林区伊在字東通34番地 仮設住宅1号棟1号室 TEL/FAX 022-390-5006

心の健康サポート(グリーンケア)

心に悲しみをしまったままの子どもたちを支えるために！

仙台グリーンケア研究会/あしなが育英会東北事務所

仙台グリーンケア研究会は、大切な人を亡くした子どもを対象に、「遊び」と「お話」を中心とした「仙台ワンデイプログラム」をあしなが育英会東北事務所との共催で毎月1回開催しています。昨年の震災によって、多くの子どもたちが近親者を失うことになりました。毎日の生活では健気に振舞っている子どもたちも、自分では解決出来ない大きな悩みを抱えている事が想像されます。保護者としても対応に苦慮する事柄ですが、このような「心の健康」に関するサポートを利用することも選択肢の1つです。

また、あしなが育英会東北事務所では、東日本大震災・津波遺児支援を行っており、今年3月までに

2,055人の津波遺児に対し特別一時金として1人あたり200万円を給付しています。この特別一時金給付制度は、一時金の給付はもちろんですが、対象となる遺児の所在を確認して、長期的な精神的支援を行うことが大きな目的となっています。子どもたちが心の底に深く仕舞い込んでいる悲しみが緩和されるには長い時間を要します。そのサポートを継続的に行うことが出来るように、あしなが育英会では、津波遺児の心のケアセンター「東北レインポーハウス(仮称)」を仙台市内に、そのサテライトの設置を岩手県・宮城県・福島県の4カ所に計画しています。

仙台ワンデイプログラム

- 日時 毎月第3土曜日 集合/13:00 終了/16:30
- 場所 仙台市内(主に、仙台青葉学院短期大学)
- 参加対象 保護者や兄弟姉妹、祖父母など、大切な人を亡くした子ども
- 参加費 無料
- 申し込み 仙台グリーンケア研究会事務局
TEL:080-1833-6570 E-mail:sendaiguriken@gmail.com

あしなが育英会東北事務所 仙台市若林区新寺1-7-21新寺KSビル3F TEL:022-299-2418

*注 グリーンケアとは「グリーン」は「悲嘆」という意味で、近しい人を亡くした人がその悲嘆を乗り越えようとする心の努力。死別に伴う苦痛や環境変化などを受け入れようとするのをグリーンワークと言い、これを支援するのが「グリーンケア」です

4日(金・祝) 笹屋敷deすずめ踊り
(いこいの郷・エマオ笹屋敷)



笹屋敷町内会と被災者支援センター・エマオが主催するすずめ踊りのイベントに参加。地元七郷の祭連がすずめ踊りの基本を教えてくださいと参加者も一緒に楽しくすずめ踊り。花*花のこじまいつみさんによるミニコンサートでは、会場中が一体となって盛り上がりました。

18日(金) お礼の贈り物は復興風船
(七郷中央公園仮設住宅)



自治会長の佐藤さんが持っているのは、よさこい踊りの鳴子の形をした復興風船。住民有志で作られたものです。昨年からの支援を続けていくという埼玉県坂戸市のYOSAKOI合同チームへ、支援へのお礼として感謝状とともに贈られました。

19日(土) 2年目の東北コットンプロジェクト本格始動(荒浜)



昨年より規模を拡大してスタートした今年の綿花栽培。この日は、県内外から駆けつけたボランティアおよそ350人の手によって種付けが行われました。無農薬栽培のため、今後は雑草除去に人手が必要になるそう。ボランティアしてくれる方を募集しているとのこと。

19・20日(土・日) すずめが舞い、グッズも盛況
(第28回仙台・青葉まつり)



今年の青葉まつりは大にぎわいでした。卸町5丁目公園仮設住宅自治会有志がすずめ踊りに参加したり、市民広場に設けられた手仕事元氣アトリエでは、日辺グラウンド仮設住宅、荒井小学校用地仮設住宅、卸町5丁目公園仮設住宅の手作りグッズ販売がありました。また、青葉まつり常連の六郷すずめつこは迫力ある演舞を披露しました。



▲荒井小学校用地仮設住宅有志



▲日辺グラウンド仮設住宅有志

20日(日) 打った!走った!
(秋保の湯元公園野球場)



仙台市春季学童軟式野球大会が開催され、若林区代表の荒浜ビッグウェーブが出場しました。1回戦は宮城野区代表の岡田小クラブとの沿岸対決。結果は2対7で岡田小クラブの勝利でした。

22・23日(火・水)

はるばるきたぜ箱庭
(若林区仮設住宅5ヵ所)

大分市の造園会社から贈られたのは素敵な箱庭。大分市からトラックに載せられ遠路はるばるやってきた箱庭は若林区内では5ヵ所の仮設住宅に設置され、早速お住まいの方々に癒しを提供しています。



23日(水)

被災者健康診査結果説明会
(六丁の目中町西公園仮設住宅)

日常のカロリー摂取について説明が終わると、庄子会長曰く「今、お団子1本のカロリーを消費するには40分歩く必要がある」とのお話を聞いたばかりですが、本日のお茶受けはおいしいドラ焼きです!



26日(土) ゴザinわかばやし
(若林区役所南側 ふるさと広場)



色とりどりのイラストが描かれた紙コップ。実は灯ろうになっていて、子どもたちの夢がしたためられています。灯りがともされると、八軒中学校合唱部や歌手が歌を披露。会場では卸町5丁目公園仮設住宅の手づくりクラブなどが出店する手づくり市も開催され、多くの人でにぎわいました。

27日(日)

楽しく笑って元気に!
(荒井7号公園仮設住宅)

どじょうすくいで大爆笑の集会所。この日は「杜の都の笑楽隊」の公演です。小学生の女の子はその姿にびっくりして逃げ出しちゃった! ほかに宮沢賢治作品の朗読や昭和歌謡が披露されました。



まちの語り場

集団移転、単独移転、現地再建...。沿岸部にお住まいの方は今、お住まいの再建に向けて地域ごとに話し合いを進めています。このコーナーでは、それぞれの団体に話し合われている内容についてお知らせします。

荒浜再生を願う会

荒浜に戻って生活再建を目指す住民有志が中心となって活動しています。



▶荒浜の将来像について造成地模型を前に語り合う皆さん

6月11日(月) 定例会議

- 内容 ●荒浜小学校の清掃活動について報告
●荒浜再生の将来像について協議

当日の様子 6月10日の荒浜小学校清掃活動には、荒浜住民と仙台市教育委員会や荒浜小学校職員、学生ボランティアなど約180名の参加があり、1階から4階までの廊下や階段を中心に約2時間の清掃を行ったことを報告しました。今後の予定として7月1日に深沼海岸の清掃活動を行うことを決めました。荒浜の将来像についての話し合いでは、造成地の模型を前にして活発な協議になりました。

問い合わせ先: 代表 貴田喜一 090-8254-4270
定例会議: 毎週月曜日 19:00~ 荒井小学校用地仮設集会所

荒浜移転まちづくり協議会

集団移転の早期実施と移転後の荒浜の地域コミュニティ再生を目的としています。



▶移転先の図面を前に協議する皆さん

5月18日、6月1日、6月8日(金) 定例会議

- 内容 ●5月18日
○荒井西地区について協議
●6月1日
○荒井南地区について協議
●6月8日
○活動拠点の設置と助成事業について

当日の様子 5月18日は荒井西地区の土地区画整理組合準備委員会との協議内容について報告しました。6月1日は荒井南地区の地盤整備などについて説明しました。6月8日は復興まちづくり助成事業を利用して、サンピアの会議室を協議会事務所として活用する事などを協議しました。さらに、被災者交流活動助成事業助成金の交付が決定したことを報告しました。

代表 末永薫(問い合わせがある場合は直接定例会議においてください)
定例会議: 毎週金曜日 19:00~ 荒井小学校用地仮設集会所

読者からひとこと

●家屋基礎撤去の立ち会いのため、1年ぶりに荒浜の“自宅”へ。ふと表門があった場所に目をやると、毎年きれいに咲いていた仙台萩の花が1輪だけ咲いていました。もう戻れない場所だけど、来年も咲いてほしいと願いました。

太白区/鈴木さん

●ゆっくりとしか歩けないので、買い物に行くのが大変です。でも、移動販売で魚屋さんとおひさま市場さんが来てくれるので助かっています。移動販売のお店がもっと増えたらうれしいですね。

若林区/濱口喜代子さん

●仮設住宅集会所の縫い会や編み会に参加させてもらっています。この間はイチゴ柄の生地でティッシュカバーを作ったの。85歳だけど、皆と一緒にできるのはうれしいですね。7月には8人目のひ孫が生まれる予定で楽しみです。

宮城野区/遠藤きよさん

明日の二本塚を考える会

東六郷地区における農地と宅地の一体的な整備や住民主体のまちづくりを目指しています。



▶モダンにリフォームされた遠藤さんの自宅で普段以上に熱の入った話し合いになりました

6月13日(水) 定例会議: 三本塚 遠藤さん宅

- 内容 ●三本塚の農業の現状について聞き取り
●第4回学習会について

当日の様子 今回は三本塚現地で自宅を再建した遠藤さん宅を会場として、農業再開の現況や圃場整備の実際、更に現地再建の問題点を話し合いました。また、6月30日に六郷市民センターで開催する第4回学習会の内容について協議しました。小野代表からは、移転に向けたスケジュールの確認と2回目の意向調査の分析報告があり、次回聞き取り調査の役割分担などを協議しました。

問い合わせ先: 代表 小野吉信 090-3122-4843
会議、学習会は自由参加、随時開催

被災地レポート

取材地

水耕栽培のトマト農場 (下飯田地区)

被災水田を利用し トマトを水耕栽培

「やっつと、ここまでできました」。下飯田地区に広がる水田の一角に立つ大規模なビニールハウスの中で、菊地さんはそう言っています。一棟三十坪の広さで栽培されている計六種類のトマト約六千株。真っ赤に熟し、出荷を待つばかりのトマトを見つめる菊地さんの表情は、充実感にあふれています。

イタリア料理チェーンの「サイゼリヤ」(埼玉県吉川市)が出資し、関連会社の白河高原農場(福島県白河市)が一・六畝の水田に、養液栽培用のビニールハウス四棟(計一・二畝)を建てて整備したトマト農場。菊地さんは、トマトを栽培するために白河高原農場の研修生として雇われた二十代〜四十代の若手農家十人を束ねるリーダーです。全員が地元、あるいは近隣地区で被災した方で、菊地さんは震災前、井土地区で十代以上続く専業農家の跡取りでした。



美味しそうなるトマトに成長しているハウスの中

トマトを栽培しているビニールハウス。通常サイズの6棟が連なり「1棟」の特殊構造です

二〇〇四年に農業関連会社「六郷アズリファーム」を設立した菊地さんは、ラジコンヘリコプターによる肥料、農薬の散布や地域の農家と連携して野菜の直売を手掛けていました。「作った野菜をデリバリーできない五十世帯以上の農家さんから野菜を集荷して売っていくシステムでした。かなり評判で、これからもっともっと頑張るぞ！」と、意気込んでいた矢先の震災でした。津波に



トマト畑の中で満面の笑顔を浮かべる菊地さん

よって自宅が流され、田畑は壊滅し、一緒に会社を切り盛りしていた一番下の弟・由樹さんを亡くしました。悲しみから立ち上がろうとする菊地さんに、震災後ほどない昨年四月、サイゼリヤから声が掛かりました。「当時は正直、辛くてどうしようもなかった。でも、いつまでも下を向いているわけにはいきません。俺にできることは、生きている人たちのために精いっぱい働くことしかないんです」。仲間集めから土地、資材確保、建設、栽培と、トマト農場プロジェクトを、現場で最初から指揮してきた菊地さん。「いろんな方々と知り合いになって、いろんなことを学べて感謝しています。自分が考

地域の付加価値を高め 故郷を活性化したい!

菊地さんはトマト農場での仕事のかたわら、地元の井土浜を農業で活性化する活動にも熱心に取り組んでいます。「震災前からやっていたことなんですが、津波でなにかもなくなりましたからこそより熱い思いでやっています。井土浜という土地そのものをブランドにしたいんです。あと、『井土浜農園』というものも作りたい。地元の農家の人たちにこの話をしたら、『久々に夢のある話を聞いた』って言われました。そこで俺は気づいたんです。将来に向けて明るい希望を持てる、夢のある話をしないと立ち直れない人がたくさんいるって」

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。

-被災地の記憶を想う- 「RE:プロジェクト」記録展

東日本大震災により甚大な被害を受けた地域で紡がれてきた豊かな記憶を、写真と言葉で振り返る記録展です。入場無料。

- 対象 どなたでもご覧いただけます
- 時 開催中(7月27日(金)までの平日9:00~17:00)
- 所 仙台市役所1階ギャラリーホール
- 内容 写真・証言パネル約150点の展示など
- 問 022-301-7405公益財団法人仙台市民文化事業団事業課 Eメール: info@sendaicf.jp

巡回相談

地域支えあいセンターによる巡回相談です。生活上の困りごとなどの相談に応じています。

- 対象 主に借り上げ民間賃貸住宅にお住まいの方
- 巡回相談(7月10日~8月10日 9:30~15:00)
- ▼七郷市民センター 7月13日、20日、27日 8月3日、10日
- ▼若林市民センター 7月24日
- ▼沖野市民センター 7月21日
- ▼六郷市民センター 7月11日、18日、25日 8月1日、8日
- ▼荒町市民センター 7月18日、8月1日
- ▼JR南小泉アパート(10:00~15:00) 7月28日
- ※常設の「支えあいセンターわかばやし」もご利用ください
- 住所 若林区中央市民センター別棟2階(保春院前丁3-4) 022-781-0559(開所時間/8:30~17:00、相談受付/9:30~15:00、休/日・月曜日、祝日の翌日、年末年始)
- 問 022-217-7234仙台市社会福祉協議会 中核支えあいセンター

多重債務無料法律相談会

借金・多重債務問題の相談を、弁護士が無料でお受けします。予約制です(30分間)。

- 対象 市内在住、在学または在勤している方
- 時 7月26日(木)、27日(金)10:00~12:00、13:00~16:00
- 会場 仙台市消費生活センター
- 申込方法 7月9日(月)から7月20日(金)までに、電話でお申し込みください
- 問 022-268-7867 仙台市消費生活センター 青葉区一番町4-11-1 141ビル5階(受付9:00~18:00)

仕事に就きたい方をサポートします

仕事探しを総合的にサポートする就労支援相談センター「わっくわあく」が誕生しました。企業と求職者をつなぐことはもちろん、日常生活のサポートや就労前トレーニング、就職後まで継続的に支援します。利用無料。

- 対象 震災で職を失った方や、能力・経験不足・ブランクなどで就労が難しいと感じている市内の仮設住宅にお住まいの方
- 支援内容 はじめに面談を行います(要予約)。その後個別のサポート計画を作成し支援を実施します
- 受付時間 9:30~17:00(土・日曜日、祝日、年末年始は休み)
- 問 パーソナルサポートセンター就労支援相談センター「わっくわあく」 青葉区二日町6-6 シャンポール青葉2階 予約専用電話/022-395-6323

復興バザー・フェスティバル

多数の品物を安価で提供する復興バザー、久しぶりの出会いに和む喫茶コーナー、似顔絵師の登場やミニコンサート、子ども遊びのコーナーなどが開かれる3日間のバザー・フェスティバルです。家族連れでどうぞ。

- 対象 どなたでも参加できます 所 七郷市民センター
- 時 7月13日(金)~15日(日)10:00~15:00
- 【ボランティアも同時募集】
- イベント運営の簡単なお手伝いをしてくれるボランティアを募集しています。事前に連絡をいただくか、当日会場の総合案内所に申し出てください
- 問 090-3385-5567六郷・七郷コミネット 復興バザー・フェスティバル運営委員会(長山)

健康相談などのお知らせ

電話：022-282-1111(若林区家庭健康課・障害高齢課)

相談名	開催日	時間	会場	内容	担当	問合先
母と子の健康相談	7月27日(金)★	13:30~14:30	若林区役所3階	育児の心配や母と子の健康についての相談 ★保健センターでの歯科相談は隔月で行います	保健師・栄養士 ★の日は歯科衛生士もおります	家庭健康課 内線6772
	7月10日(火)	9:30~10:30	七郷保健センター			
	8月3日(金)	9:30~10:30	六郷保健センター			
子どものこころの相談室	7月12日(木)	午後・予約制	若林区役所3階	震災後の子どものこころの健康に関する相談(要予約)	児童精神科医	家庭健康課 内線6785
	7月26日(木)					
健康づくり講話 健康づくり相談	7月18日(水)	13:30~14:30 14:30~15:30	若林区役所3階 健康教室	「頻尿・尿失禁などの悩みについて」 健康相談	河原町泌尿器科 医師 保健師、栄養士、歯科衛生士	家庭健康課 内線6785
こころの健康相談	7月11日(水) 7月19日(木) 7月24日(火) 8月2日(木) 8月8日(水)	13:30~16:00	若林区役所3階	こころの健康に関する相談(要予約)	精神科医師、精神保健福祉相談員、保健師など	障害高齢課 内線6752
震災こころの相談	随時(土日祝日除く)	8:30~17:00	若林区役所1階窓口など	震災によるストレスやこころの相談		
高齢者総合相談	随時(土日祝日除く)	8:30~17:00	若林区役所1階窓口など	高齢者の健康や介護・福祉の相談	保健師など	障害高齢課 内線6307
認知症高齢者の家族交流会	7月13日(金)	13:30~15:00	若林区役所3階 健康教室	認知症の方を介護している家族の交流会	保健師など	

「いい加減」は「良い加減」

五月で米寿を迎えた母はダンスが大好きです。女学校時代に体操選手だった母ですが、戦争、引き揚げ、病氣、子育てと運動には無縁でした。ダンスを始めたのは七十歳のころです。体力が少し衰えた最近の口癖は「いい加減」。母が心配で「大丈夫？」と声をかけると「大丈夫、いい加減にするから」と返ってきます。母の「いい加減」は自分のための加減、「良い加減」を意味しています。

「他の人と同じにする」「最後までやる」のが当たり前だった私たちは、途中で止めたり、休んだり、人と違う行動をすることは、いけないことと感じてしまいます。「皆それぞれ」と言われても、人と違う行動をとると、何か悪い事をしているような後ろめたさを感じてしまいます。また、それを行うに移す時にはかなりの勇気が必要です。呪文のように、「いい加減は、良い加減」と唱えながら、「私はいい加減だから」と言い訳し、気兼ねなくさまざまな事を加減できれば、自分の楽しみを長い間続けていけるのではないかと思います。ちょっと緩めて「いい(良い)加減はいかがですか?」

(財)仙台市健康福祉事業団 健康増進センター

健康増進課課長 入江徳子

入江徳子 (いりえ のりこ)

健康運動指導士として震災後、避難所や仮設住宅集会所で指導を行っている健康増進センターのリーダー

クロスワードパズル

出題
石田竹久

こたえ

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

1		2		3	4
		5		6	
7			8		
		9			10
11	12			13	14
			15		
16					17

タテのカギ

- ①仙台七夕の7種類の七夕飾りのうち、なんといっても中心はこれ
- ②「○○を取らない」は、劣らないとか負けないという意味
- ③8月15日に○○○町の荒浜漁港周辺で開催される、「○○○ふるさと夏まつり」
- ④1割の百分の1は、1○○
- ⑤7種類の七夕飾りのうち、学問や書の上達を願うのは?
- ⑥仙台七夕といえば、○○○○四大祭りのひとつ
- ⑦仙台七夕の代表的なイベント。かつては「動く七夕パレード」、現在は「星の○○まつり」
- ⑧絵灯ろうの幻想的な雰囲気の中、夜店などでにぎわいを見せる、丸森町の「○○○幻夜」
- ⑨初心者への教えや手ほどき
- ⑩仙台市のアーケード街などの道路には、七夕飾りを立てる専用の○○が開けられているのがおなじみ

ヨコのカギ

- ①7月16日開催の「塩竈みなと祭り」は、日本三大○○祭りのひとつ
- ②8月1～16日に大崎市三本木地域で開催、42万本が咲き乱れる「○○○○まつり」
- ③仙台七夕のメイン会場には、10㎡以上の○○を使った七夕飾りがたくさん
- ④仙台市を代表するグルメ、牛○○
- ⑤プロ野球で毎年表彰されるベスト○○○。楽天からは昨年、マー君だけが選出されました
- ⑥寄席で最後に登場する出演者
- ⑦6月に「大道芸フェスティバルinとおがった」が開催された○○○町
- ⑧本格的に作る前に、ために作ること
- ⑨七福神のひとり。大きなおなかと、袋を背負っていることが特徴
- ⑩眠気に襲われて、つい大きく口を…
- ⑪この夏もコンサートやスポーツなどでにぎわう、セキスイハイムスーパー○○○○
- ⑫ライオンやヘビなどが持つ、長く鋭い歯

前回のこたえ

A ガ B ン C ツ D キ

でした。

1	カ	2	ミ	3	ア	シ	4	ナ	5	ミ
6	マ	コ	7	ロ	ン	8	ス	ナ		
	ボ		9	マ	イ	10	ゴ	11	ツ	
11	コ	12	ン		13	ホ	14	ツ	キ	
				15	ド	ウ	16	キ		
16	ホ	17	モ	ン	18	ミ	19	ソ		
	ヤ		20	サ	コ	ツ				デ

編集後記

「男の料理教室」のお知らせ! 六郷地区にお住まいの30～50歳代男性を対象として、六郷市民センターで7月28日(土)16時～19時開催。参加費500円、申し込みは7月10日から同センターへ。(きくち)

田畑が少しずつ復旧。精を出す皆さんの姿を追いかけ、土に触れる機会も増えてきました。でも私、言葉では表せないほど虫が苦手なんです。克服法を知っている方、教えてください。(佐藤)

●●● お住まいを移転される方へ ●●●

お住まいを移転されると、移転先に「みらいん」が届かなくなる可能性があります。引越後もひき続き購読を希望される方は、編集部までご一報ください。

宛 先: 〒984-0011 仙台市若林区六丁の目西町2-12 「みらいん」編集部
TEL: 022-390-5755
FAX: 022-390-5756 e-mail: kawara@mmmm.or.jp