

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。

本年もよろしくお願ひ申し上げます
2013年元旦
みらいん編集部

第14号



◀「デザインって、人の頭の中にあるイメージを具現化する作業なんですよ」と語る中島さん。現在は、八木山に住まいと仕事場をかまえて、遠く荒浜の海を眺める毎日です

今月の
ひと

「前進」仙台から全国・世界へ発信するメッセージ

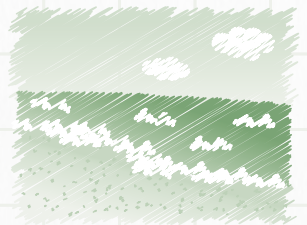
デザインウィーク in せんだい 実行委員会 運営議長

「仙台の感性でデザインすること、仙台だから出来ること」を大事にしたい

「今回は自分がやらなきゃいけないな、と思ったんですよ」と語るのは、平成24年12月に開催された、デザインウィークinせんだい2012で運営議長を務めた中島敏さんです。インダストリアルデザイン（工業デザイン）の会社を立ち上げて順調に業績を伸ばしてきた6年目に津波により、若林区荒浜の自宅と名取市閑上の事務所を失いました。

「それでも、震災後間もない4月3日には、何とか仕事らしいことができるようになりました。パソコンも機械類も全て失いましたが、とにかく動かずにはいられませんでしたからね」発足時から関わっていた「デザインウィークinせんだい」で運営議長を任されたのも、そんな中島さんの姿を、関係者たちがよく見て、知っていたからです。

「今回は『前進』というテーマで、デザインを通じて仙台の自然豊かな環境を発信することを目標としました。100万都市の中心部から、東西に30分車を走らせれば清水湧く里山があり、太平洋に面する里海がある。そんな仙台だからこそ、暮らしの中からあふれ出るアイデアがあり、豊かなイメージを表現できるはず。以前は、仕事に疲れるとよく深沼の海岸を散歩したものです。不思議なくらいスッキリするんですよ」と話しながら、「今回は、特に沢山の若者に参加してもらいました。彼らが担う未来へ向って、とにかく前進ですよ、前進」と前を向く中島さんです。



2013

1月

自立へ向けて

生活再建にあたり、住宅の問題と併せて重要視されている就労の問題。「経験が足りない」「年齢制限が心配」など、求職者が抱える問題はさまざまです。そこで今回は、就労支援に取り組む団体をご紹介します。

あなたに合った相談先は??

各支援団体の特徴をご紹介します。「どこに行けばいいの?」とお困りの方、参考にしてください。

■ お仕事探し応援センター

- 市内に住む 15~60 歳の被災者の方
- 自宅周辺など、相談場所を選びたい方
- 就職活動を何から始めていいかわからない方

■ 宮城県シルバー人材センター連合会

- 55 歳以上の方
- 完全無料で技能を身につけたい方
- 同じ目標を持った同年代の仲間を見つけたい方

■ ハローワーク仙台 (仙台公共職業安定所)

- 働く意欲のあるすべての方
- 雇用保険受給の手続きをされたい方
- 雇用保険などを受給しながら、技能を身につけたい方

■ 就労支援相談センター「わっくわあく」

- 働く意欲のある被災者の方
- 生活のサポートも希望する方
- 職業体験実習などで、少しずつ働くことに慣れたい方

ハローワーク仙台 (仙台公共職業安定所)

求人情報 職業紹介 雇用保険 職業訓練 個別相談

ハローワーク仙台では、求人情報の提供および職業紹介の他、雇用保険業務などを行っています。各種支援については、求職申し込みの上、ご相談ください。全国各地のハローワークと情報を共有しているため、ハローワーク仙台以外で求職登録をしている方も仕事の相談が可能です。個別の職業相談やカウンセリングで、求職者の就職活動をさまざまな面からサポート。職業訓練の受講案内や申し込み受け付けもしています。

求人票閲覧だけでも、お気軽にどうぞ

職業訓練って?

職業訓練とは、仕事に必要な技能や知識を習得する訓練のことです。ハローワークでは希望職種に就くための訓練科目や施設を案内しています。雇用保険を受給しながら受講できる「公共職業訓練」のほか、雇用保険を受給できない方も職業訓練受講給付金を受給(要件あり)しながら受講できる「求職者支援訓練」があり、受講料は無料です(テキスト代・各種試験受験料は別途)。

専門家による個別相談を毎週実施しています

- 月曜日…税金関係の相談(担当:税理士)
 - 水曜日…社会保険関係の相談(担当:社会保険労務士)
 - 金曜日…メンタルヘルスの相談(担当:臨床心理士)
- ◎いずれも電話にて要予約(求職中の方に限ります)



▲パソコンで求人情報を調べながら、企業について相談中

データ
宮城野区榴岡 4-2-3
仙台 MTビル 3・4・5 階
TEL 022-299-8811
業務取扱時間
8:30~17:15
(土日祝日休み)



ハローワーク仙台 統括職業指導官の加藤雅敏さん(写真右) 石垣博之さん

出張相談もしています

お仕事探し応援センター

出張個別相談 セミナー

NPO 法人 POSSE が運営するお仕事探し応援センターでは、必要な場合はご自宅への戸別訪問による相談も行っています。生活面の不安から、将来のキャリアプランまで、多岐に渡り相談に応じています。ゲーム感覚で働き方を学べるセミナー「ジョブクラブ」も月に1度開催しています。



▲履歴書の書き方なども相談に応じています

支援事例の紹介

Aさん(20代、シングルマザー、市外から転居)の場合 Aさんは子どもの預け先がなく、求職活動もままならない状態でした。相談を受けたセンターでは空いている保育園をAさんに紹介し、その後、ハローワークの所在地や求人票の取り方など求職活動のアドバイスをして、就職につなげることができました。

データ

青葉区本町 1-14-20 本町キクタビル 6 階
TEL 022-266-7630
受付時間 9:00~18:00 (土日祝日休み)

お仕事探し応援センター事務局の渡辺真人さん

就労支援相談センター「わっくわあく」

求人情報 職業紹介 個別相談 生活支援



▲プライバシーを大切に、担当員が親身に相談に応じます

「わっくわあく」は、子ども支援やホームレス支援などを行っていた12のNPOで構成されている一般社団法人パーソナルサポートセンター(PSC)が運営しています。

構成団体の専門性を活かし、相談者の状況に合わせて幅広くサポート。生活再建や仕事探しの相談の他、求人情報の提供と紹介も行っています。

手仕事・就労体験をサポート

PSCが運営するコミュニティワークサロン「えんがわ」では、就労準備段階の支援を行っています。手仕事や就労体験を通して、少しずつ働くことに慣れることができます。

データ

青葉区二日町 6-6 シャンポール青葉 2 階
TEL 022-395-6323
相談時間 9:30~12:00 / 13:00~16:00
予約受付時間 9:30~17:00 (土日祝日休み)

生活面もサポートします

わっくわあくスタッフの白岩徹さん

55歳からのやる気を応援しています

宮城県シルバー人材センター連合会では、55歳以上の方を対象とした、受講料・テキスト代無料の資格・技能習得講座、就業体験などの講習会を開催しています。同年代が集まっているので仲間ができやすく、過去には受講生たちが集まって起業したこともあるそう。受講にはハローワークでの求職登録が必要です。

仙台市シルバー人材センター

連合会に所属する仙台市シルバー人材センターは、高齢者の生きがいを目的として、会員の方に筆耕や除草など臨時的・短期的な仕事を紹介しています。年会費は2,000円で、対象は仙台市内に住む60歳以上の方です。入会説明会を開催していますので、日時等はお問い合わせを。
問 仙台市シルバー人材センター TEL: 022-214-6262



▲訪問介護員2級養成研修の様子。講師の先生の見本を受講生は真剣な眼差しで見つめます

データ

青葉区本町 1-13-19 クリスタルパレス第 2 本町ビル
TEL 022-797-8035
業務時間 9:00~17:15 (土日祝日休み)

無料講習会

宮城県シルバー人材センター連合会

セミナー・イベント情報 仙台市内で開催される無料のセミナー・イベントをご紹介します。

介護と看護の就職面接会

介護・看護など福祉の仕事に就職希望の方を対象とした就職面接会を開催します。事前申込不要、入場無料です。

日時	1月24日(木) 13:00~16:00
場所	ネットU仙台市情報・産業プラザ AER5階
参加事業所	福祉関連事業所30社予定
持参するもの	①受付票、②専用応募票または履歴書 ※①②はハローワークまたは宮城労働局ホームページから取得できます。
問い合わせ先	ハローワーク仙台・福祉人材コーナー TEL 022-299-8821

シルバーのための合同就職面接会

正式応募前の仮面接会です。気になる企業と直接話ができるチャンス!

日時	2月14日(木) 13:00~16:00
場所	ネットU仙台市情報・産業プラザ AER5階
対象	55歳以上の方
定員	制限なし ※申し込みは不要です。
問い合わせ先	公益社団法人宮城県シルバー人材センター連合会 TEL 022-797-8035

2日(金)

あらはまサロン
(サンピア仙台)



この日、荒浜移転まちづくり協議会女性部「あらはま」のサロンで行われたのは、折り紙の万華鏡づくり。複雑な工程に四苦八苦しながらも「頭の体操になるね」と、前向きな皆さん。作品完成後はお茶飲み話を楽しみました。

4日(日)

市民の声でまちづくり!
(せんだいメディアテーク)



「市民まちづくりフォーラム」が開催され、荒浜から貴田喜一さんと佐藤正人さんが参加しました。防災対策や農業施策について意見を交わした後、短い時間でしたが奥山市長と談話する事ができました。

17・18日(土・日)

収穫祝い、多くの人出
(農業園芸センター)



地産地消をコンセプトに開催された「仙台市収穫まつり」へ。採れたて野菜や、加工品の直売、はっと汁などの食べ歩き即売コーナーでは、被災から立ち上がった生産者の姿も見られました。

18日(日)

若松会秋祭り
(蒲町コミュニティ・センター)



名古屋市から訪れたミュージシャンの演奏や、アイドルグループを模したダンスがお披露目されたこのイベントは民間賃貸住宅住民グループ「若松会」の秋祭りです。子どもたちは粉だらけになりながら、カステラの生地づくりに一生懸命。この生地は大きなフライパンで巨大カステラに焼き上げられ、会員の皆さんでおいしくいただきました。

22日(木)

継続する支援を(山形県新庄市)



災害支援ネットワーク47の開催する「語る会—聞く会」に荒浜再生を願う会の貴田代表と明日の三本塚を考える会の小野代表が出席し、新庄市の支援者と交流しました。参加者から「今後、どのような支援を望みますか」と問われると「これからも、見守っていただく事が一番です」と答える2人でした。

24日(土)

あそびクルマが走る(卸町イベント倉庫)



2台の車と長い布が2枚置かれた倉庫では、横浜市で活動しているアーティストのロコ・サトシさんとマイティサミット2012さんが冒険あそび場を使用する車(あそびクルマ)をにぎやかに彩色していました。大きな布には子どもたちが自分の体を縁取りして思い思いの絵を描きました。この車と布の絵が、あそび場の新しい目印になります。

7日(水)

虫との格闘?
いよいよ野菜づくりです(荒浜)



荒浜新町の自宅跡で野菜づくりに精を出す安達董さん。ところが、今年は青虫の異常発生で葉物がほとんど食べられてしまったのだそう。この日も白菜についての青虫を手作業で駆除しました。お住まいの仮設住宅では、集会所で自慢の歌声を披露している安達さんですが、「やっばり土をいじっているときがホッとすね」と、教えてくれました。

17日(土)

2年目の綿花の収穫を祝う
(荒浜)



ボランティアさんをはじめ、県内外からおおよそ300名が参加した、2年目の綿花収穫祭。コットンボールの収穫の後は、中学生やゲストによる余興が行われました。昨年よりも多い収量が見込まれる2012年度のコットンプロジェクトでは、どんな綿商品が生まれるのか今から楽しみです。

●元はラーメン店をやっていた。ほかの被災地でやっているような、仮設店舗を仙台でもやってもいいですね。厨房機器は手元に置いておいて、プレハブでも店舗さえあればすぐに始められますからね。 若林区/種田さん

●また冬が来るんだねえ。地震が起きてからもうすぐ2年になると思うと、時間が経つのは本当に早く感じるよ。いい加減、仮設住宅から出て行きたい気持ちはあるけど、行き先がねえ。来年の今ごろはどうなっているのかな。 太白区/Sさん

●今日は庭の菊が育ったので慰霊塔にお供えにきた。毎日蒲生干潟の方まで散歩してると、鳥を眺めたり船の汽笛を聞いてると落ち着きますね。近所は家が少なくなつて寂しいけれど、少しずつ慣れてきたかな。 宮城野区/千年房子さん

読者から
ひとこと

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。



▶鈴木復興事業監へ要望書を手渡すメンバー

11月30日(金)仙台市役所で要望書提出

内容 ●仙台市へ要望書を提出

当日の様子 貴田代表他7名が市役所を訪れ、奥山市長宛の要望書を提出しました。要望の内容は、「避難施設としての機能を有する盛土による居住地の設置と、災害情報伝達体制の構築ならびに高台避難所の設置」です。市担当者からは、回答書は後日としながらも、危険区域の指定を解除する事は考えていないこと、また、避難施設の設置に関して計画を進めている事の説明がありました。

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

東六郷移転推進協議会

種次中野地区にお住まいだった方が中心となり、浸水区域から六郷地区への集団移転に向けて先駆的に活動しています。



▶仙台市担当者を変え、移転計画の再確認をするメンバー

11月25日(日)、12月8日(土)会議

内容 ●仙台市による移転事業手続きに関する説明 ●開発許可申請・資金計画の確認

当日の様子 11月25日は仙台市都市整備局、復興事業局の担当者を変え、移転計画の全体像を確認しました。市からは市街化調整区域の開発工事に関し、被災された方の移転について緩和措置が認められたことなどを報告。会側からは金融機関との融資相談に用いるための開発許可通知証明の要請などがなされました。12月8日の会議では、開発許可の申請時期や資金計画について確認、協議されました。

問い合わせ先:代表 落合義光 090-4882-3368

定例会議:随時開催

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。



▶荒井西土地区画整理組合の役員を交えて意見交換をするメンバー(12月14日)

12月7日(金)定例会議

内容 ●仙台市へ要望書を提出

当日の様子 11月30日に仙台市役所にて奥山市長へ提出した要望書の内容は、1.集団移転における借地料免除期間をせめて住宅ローン完済期間の意味も含めて最低でも35年以上にすること、2.復興公営住宅の家賃を10年間免除すること、3.被災者生活再建支援金制度における支援で、津波被災者(建物流失者)の区分と追加支援項目を設定すること、の3項目になる事を報告しました。

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でください)

定例会議:毎週金曜日19:00~ サンピア2F 会議室4

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。

12月6日(木)定例会議

内容 ●町内全体会の報告 ●聞き取り調査の報告

当日の様子 11月18日の町内全体会で話し合われた事項の説明がありました。町内会参加者も行政側も少し緊張していた様子であったため、次回からは和やかな雰囲気をつくる工夫が必要である事が確認されました。また、三本塚復興まちづくりを進めるために、シンポジウムの開催や地区内移転に向けた計画の作成、行政とのヒアリングなどを重ねる事が協議されました。12月には移転希望地に関して土木コンサルタントと話し合いをする事、1月にはヒアリング調査、2月には学習会の開催も検討されスケジュール化するよう話し合われました。ヒアリングから出た意見としては、自分たちの世代だけではなく、次世代の事も考えて三本塚のまちづくりを協議する事の必要性が確認されました。

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

浄土寺（荒浜地区）

仮本堂で仏事を行う 災害危険区域内の寺院

深沼海水浴場のすぐそばにある浄土寺は、災害危険区域内にある仙台市内唯一の寺院です。八百坪の広々とした境内にあった本堂や庫裏、客殿など約四百年近くの歴史ある寺の品々はすべて津波で流されました。約八百基あるほとんどの墓石がなぎ倒され、いまだ三分の一程度しか修復されていません。「こういう状況ですから、長い目で見るしかないんです」。二十八代目の住職、中澤秀宣さんはそう話します。



「浄土寺」と刻まれた石表札。残された石造物に立てかけられています。右のコンクリート部分は、かつての本堂に続く参道

浄土寺は一六二五年三月十四日に創建され、地元荒浜地区の檀家数は約四百五十戸、そのうち約百四十人が震災の犠牲になりました。庫裏で生活していた中澤さん家族も同じ被災者であり、昨年四月から市内中心部に近い借り上げ民間賃貸住宅に住んでいます。寺の復旧作業は思うように進みませんでした。今年二月に宗派の支援でプレハブの仮本堂と仮設トイレを現地に設置することができました。仮本堂で営まれるのは小規模の法事に限られますが、仮設とはいえ菩提寺の復旧の意味は、地域の住民にとって小さくありません。「供養に必要なものは、いろんな方から譲っていただいた。本当にたくさんの方々から支援していただき、感謝しています」

住職の仕事と並行して 皆を元気づける催しを

震災当時、七郷市民まつりの実行委員を務めていた中澤さんは、会議が終わって車で家に向かっていく途



現在でも、津波で倒壊、流された墓石の復旧はままならない状況です

中、激しい揺れに襲われました。「自宅には女房と次男がいたから、早く帰らなきゃと急ぎました」。自宅に着くと、近隣住民が駆け付けて来て、避難を促されました。妻と次男を車に乗せ内陸に向かい始めて間もなく、海岸沿いの松林が真っ黒い波でなぎ倒されていく光景を見ました。「ガサガサガサ……って音を立てて次々に倒されていった。もう必死で何度もハンドルを切りながら、農道を脇目も振らず逃げました」。死者を弔い、供養するのが住職の務め。自身も被災者でありながら、

震災後すぐに活動を始めました。「最初の枕経の相手は、寺の庫裏を造ってくれた同級生の大工さんでした。あれは、悲しかった……」
荒浜西地区は水道が復旧しておらず、公共交通機関も震災前の運行に戻っていません。「早く檀家さんを安心させてあげたい」。そう話す中澤さんですが、寺院復旧の先を見通すことができません。しかし、落ち込んでばかりはいられません。中澤さんは、寺院の営みとは別に、被災された方々に楽しんでいただけるような催しを考えています。「健康を維持し、住職としての仕事を遂行していきながら、被災地を元気づけることができたらうれしいですね」。そう言いながらほほ笑む中澤さんの姿に、和尚さんの包容力を感じました。



震災前に空撮された「浄土寺」の様子。右のバネルが本堂や庫裏があった場所で、左が墓地

取材：梅村雅@東北学院大学
情報ボランティア@仙台 ブログでも発信中です。
「災害危険区域内のお寺「浄土寺」和尚 中澤秀宣さん (63)」 <http://flat.kahoku.co.jp/u/volunteer16> より (地域SNS「ふらっと」ブログ)

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。

赤い羽根 地域ボランティア活動支援事業 第6次応募の受付を開始します

宮城県共同募金会では赤い羽根「災害ボランティア・NPO活動サポート募金」助成事業として、東日本大震災被災地の地元住民グループなどによる被災者支援を目的としたボランティア活動を支援する助成金の第6次応募を受け付けます。
対象 宮城県で地元住民のグループなどによる、助け合い活動を行う住民団体やボランティアグループ、NPO法人など、県民5名以上で構成される非営利団体
対象事業例 ①引っ越し・片付け、見守り訪問などの生活支援活動 ②季節の行事、住民交流などのサロン活動 ③子どもの学習支援や一時預かりなどの子ども支援 など
配分金額 1団体1回につき10万円まで
応募受付期間 第6次応募：2月1日(金)～2月28日(木)必着。助成決定平成25年3月下旬
応募方法 各団体から市町村共同募金委員会を通じ申請します。仙台市内の団体は下記にお問い合わせください
☎ 022-223-2026 仙台市社会福祉協議会地域福祉課地域福祉係

多重債務でお悩みの方はいませんか？

東北財務局では、専門相談員を配置し、自らの収入で返済できないほどの借金を抱え、お悩みの方からの相談に応じています。相談者の抱える借金の状況丁寧にお聞きするとともに、必要に応じて弁護士・司法書士などの専門家に引継ぎを行います。相談無料、秘密厳守。
対象 多重債務でお悩みの方(自営業者も含む)
時 月～金曜日(祝日、年末年始除く)9:00～17:45
問 東北財務局 金融監督第三課
青葉区本町3-3-1 仙台合同庁舎4階
022-266-5703(直通)、022-263-1111(内線3080)

下荒井育児サロン「お茶を飲みにきてください」

育児の楽しいこと、大変なことを、お茶を飲みながら話してみましょ。きっと元気のもとを持ち帰れますよ。
対象 0～就園前の乳幼児と保護者
時 2月8日(金)10:30～11:30
場所 下荒井公会堂(若林区荒井字新屋敷9)
申込不要、直接会場へ
持ち物 保護者のお茶飲み用カップ
☎ 022-282-1111(内線6772)「輪っ!かばやし子育て応援団」事務局(若林区家庭健康課内)

支えあいセンターからのお知らせ

借り上げ民間賃貸住宅(以下、みなし仮設)にお住まいの方を支援する支えあいセンター主催の、おすすめサロン・イベント情報です。すべて参加無料。

サロン・イベント名	対象	時	時間	会場	内容	申込	問い合わせ
いくねおちゃっこの会	六郷地区にお住まいの方、元六郷地区の方	1月11日(金)	14:00～16:30	六郷市民センター	韓国伝統舞踊鑑賞、茶話会	要(電話)	支えあいセンター わかばやし 022-781-0559
懐かしいレコードを聴きながら音楽を楽しみましょう	泉区のみなし仮設にお住まいの方	1月18日(金)	10:00～12:00	泉区中央市民センター	懐かしいレコードを聴きながら音楽を楽しんで、交流の輪を広げましょう	不要	支えあいセンター いずみ 022-772-5755
お茶っご交流会	宮城野区のみなし仮設にお住まいの方	1月19日(土)	10:00～12:00	仙台市中央市民センター(仙台駅東口)	秋保民話の会の皆さんによる、地域の民話を聴くサロン	要(電話)	支えあいセンター みやぎの 022-292-0990
遠者DEサロン	中田周辺のみなし仮設にお住まいの方	1月22日(火)	10:00～12:00	中田市民センター	折り紙でハートボックス等を作成します	要(電話)	支えあいセンター たいはく 022-217-7234
2013年カレンダーづくり	福沢市民センター周辺にお住まいの方などたても	1月22日(火)	13:00～15:00	福沢市民センター	皆で手づくりの卓上カレンダーを作成します	不要	支えあいセンター あおば 022-217-7234

※その他の交流サロンについては、支えあいセンターからのダイレクトメールでご確認ください

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	時	時間	会場	内容	担当	問い合わせ
母と子の健康相談	1月25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
	1月8日(火)	9:30～10:30	七郷保健センター			
子どものこころの相談室	1月11日(金)★	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
	2月1日(金)					
健康づくり講話	1月10日(木)	13:30～14:30	若林区役所3階	家庭でも続けられる脂肪燃焼のための運動	運動指導員	家庭健康課内線6785
健康づくり相談	1月22日(火)	14:30～15:30				
こころの健康相談	1月10日(木)、16日(水)、24日(木)、25日(金)★、2月7日(木)	13:30～16:00 ★の日は9:30～12:00	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	保健師など	障害高齢課内線6307
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	高齢者の健康や介護・福祉の相談	保健師など	
認知症高齢者の家族交流会	1月11日(金) 2月8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	

新年を迎え誰もが平等に、一歳年を重ねます。ところで、皆さんは年齢を気にする方ですか？ 私はあまり年齢を気にしない方ですが、これまで普通にできたことが、出来なくなったり、新しい事にチャレンジしようと思ったのに、無理かなと考え諦めるなど、日常の様々な場面で「年齢を意識するようになり、最近では「年だから」が口癖のようになりました。また、時には「年だから」を言い訳として便利に使うことも覚えました。

ただ、私は「年だから」と言いつつも、自分以外の人が考える概念や枠の「年齢」のなかで、生き方や行動を決めたくないと考えています。人生の折り返し地点を過ぎ、ここからだもちよっとした不具合や痛みを抱えています。上手にケアしながら、年だからこそ自分らしく自分が望む生き方や行動をしたいと考えています。一度しかない限りある人生です。先日、還暦を迎えた夏木マリさんのメッセージを見つけました。

「気持ちよく生きましよう。年齢なんて記号を気にしないで、前向きに生きましよう」とありました。素敵な一年になりますように。

(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的存在

クロスワードパズル

出題
石田竹久

こたえ

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

1		2		3		4
5	6	A		7		
8			9			
	10					11
12			13			E
C						
		14				15
		B				16
17						18

タテのカギ

- ①青葉山公園にある〇〇〇沼は、日本のフィギュアスケート発祥の地といわれます
- ②布地の全体が一色で、模様のないこと
- ③国分町中心部にある、〇〇〇小路には、ひっそりとお社が
- ④仙台市民におなじみの泉ヶ岳スキー場。土曜、休日には、〇〇〇〇スキーで夜のゲレンデを堪能できます
- ⑥1月13、20日、八木山動物公園では、焚き火や〇〇〇〇〇に遭遇したサルたちがどう反応するかを観察できるイベントが
- ⑨学ぶことの基本、〇〇〇〇そろばん
- ⑩経験を積んで、悪がしいこと
- ⑫仙台市役所前の市民〇〇〇〇に行って、特設リンクでスケートを
- ⑭アメリカ生まれの動画共有サービス、〇〇チューブ
- ⑯最上がピンなら、最低は？

ヨコのカギ

- ②1月24日に石巻市雄勝町で行なわれる祭り「おめつきは」、県の〇〇〇民俗文化財
- ⑤感謝の言葉
- ⑦かつてのレコード大賞歌手、フランク〇〇〇は現在の大崎市出身
- ⑧古事記と日本書紀のこと
- ⑨能力を最大限に発揮しようとするのは、腕に〇〇をかける
- ⑩12月のフィギュアスケートのGPファイナルで、2位になった羽生選手は、仙台市〇〇〇区出身
- ⑪自動車のオートマチック、Sはセカンド、Lは？
- ⑫糸よりは太くて、綱よりは細い
- ⑬ことわざ。〇〇〇は寝て待て
- ⑭2月2～3日、加美町で宮城県〇〇合戦大会が開かれます
- ⑮冬の味覚を堪能。2月2～3日、松島〇〇祭りが開催される予定
- ⑰太平洋が一望できる、仙台市のスプリング〇〇〇泉高原スキー場
- ⑱どんと祭といえば、おなじみの裸〇〇〇。大崎八幡宮のは特に有名

前回のこたえ

A ハ B ツ C ユ D キ

でした。

1	ハ	2	ゼ	3	マ	イ	ナ	ス			
5	ツ	ウ	6	シ	ン		メ				
7	ウ	ス	メ		8	マ	タ	9	ギ		
	リ		10	ナ	ナ	11	ツ		ム		
			11	テ	ワ		12	カ	13	メ	
			14	シ	ユ		15	イ	ワ	16	マ
			17	オ	サ			18	キ	ロ	

編集後記

「けんこうコラム」の執筆者入江徳子さんが在籍する「仙台市健康増進センター」の復旧工事が完了し、この1月から事業を再開します。詳しくは同センター 022-374-6661までお問合せを(きくち)

「あけましておめでとうございます」このフレーズを用いるのは、2年ぶりです。復興2年目の今年、若林区はどんな変化を迎えるのでしょうか。皆さんと一緒に見届けさせてください。(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。引越後も引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@mwww.or.jp