

スマイル通信

新しい年を迎えて早10日が経過しましたが、いかがお過ごしでしょうか。
今年も皆様へ様々な情報をお届けしますので、ご覧くださるようお願いいたします。



こころの寄り添い事業

くらしと健康の訪問相談のお知らせ



生活するうえで困っていることや不安に思っていること、ひとりひとりの状況や抱える問題に沿って、専門家が一緒に考えるお手伝いをします。

専門家との相談をご希望の方は、下記までお気軽にお問い合わせください。

社会福祉士

老後の介護の不安、障害、社会参加など日常生活で心配がある方に対応します。

精神保健福祉士

気持ちが落ち込む、不安で落ち着かないなど、漠然とした不安や悩みがある方に対応します。

保健師

健康診断の結果が良くなかった、気持ちが落ち込むなど心身の健康上の不安や心配がある方に対応します。

◆訪問する日程等について◆

- 皆さまとお会いする際は、事前にお電話で日程を調整します。
- 面会場所（お仕事の近く、避難者交流センターなど）や時間（お昼休みなど）は、可能な限り、ご都合に合わせます。
- 基本は平日の8時30分～17時までとしますが、土日祝日をご希望の方はご相談ください。



ひとりで悩まず、抱え込まない。解決できるよう一緒に考えます！



どの専門家に相談したら良いのかわからない場合は、支援相談員にご相談ください！



《お問い合わせ先》

秋田県総務部 総務課 被災者支援班

TEL 018-860-4504



開催した交流会・講座の様子をお知らせします♪

避難者交流センターイベント

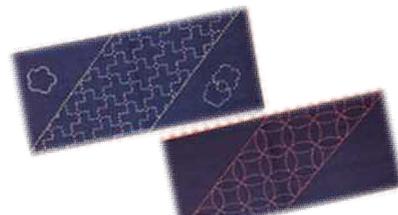
刺し子フックカバー作り

11月25日(木)
避難者交流センターにて



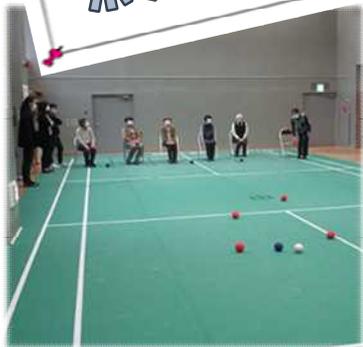
5名の方にご参加いただきました！生地プリントされたお好みの柄を選び、線の通り縫っていただきました。「縫い始めはどこから？」と、始めは戸惑いもありましたが、布に針が入ると皆さん慣れた手つきで縫われました。完成度も素晴らしい！自分で作った物は愛着が湧きますね。参加された皆さんに喜んでいただきました。

↑フックカバーを見開いた状態の完成品です

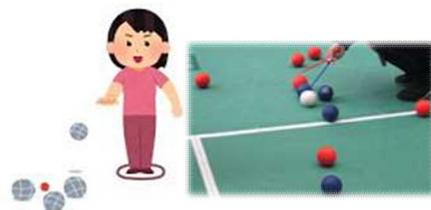


ポッチャ体験

12月2日(木)
生涯学習センター1階
障害者スポーツスペースにて



「思ったより柔らかいのね」と皆初めてボールを触るところからスタート。シンプルなルールなのでボーリング感覚で楽しめました。皆さんのコントロールの良さに驚きながら、回を重ねる毎にポッチャの魅力も知りました。卓球バレーも初体験。失敗も笑いながら楽しみ、終了後はパラリンピックの話題から障害者スポーツにも関心を持つ機会となりました。外は雪の中、スポーツを通し心も体も暖まった交流会となりました。



しめ縄飾り作り

12月25日(土)
避難者交流センターにて

しめ縄飾りキットに付属している飾りのほか、庭の南天など、自然をちょっといただいて乾燥し、飾りました。最初は何を飾ろうか、どんな雰囲気にしようか、迷っていた様子でしたが、黙々と制作し、出来上がった作品は、個性あふれる華やかな作品となりました。皆さんさすがです。

しめ縄飾りに参加された方々の作品です。

とっても素敵 (*^o^*)



そば打ち交流会に参加しました



12月12日(日)秋田県ゆとり生活創造センター「遊学舎」食工房にて、そば打ち交流会が開催されました。



生地を打つところから茹でるところまで本格的な手打ちそば作りを体験。「年越しそばも作れそうね」などと話しながら一つ一つの工程を楽しみました。自分で作った出来たての美味しいそばを食べながら、会話が弾み和やかな交流会となりました。主催のあきたパートナーシップのみなさん、そば作りを教えていただいたサラザンのスタッフのみなさん、ありがとうございました。



避難者交流センター

皆さまのくつろげる場所、情報収集の場としてご利用ください。感染症予防対策にもご協力お願いいたします。

避難者交流センターには相談員が当番制で在室しております。裏表紙のカレンダーにて当番相談員をお知らせしています。お気軽にお立ち寄りください。



遠方の方や、交流センターを訪れることが難しい方も、お電話で気軽にご相談ください。

「ただ話を聴いてほしい」
「ちょっと誰かと話したくなった」
などのお電話でも大丈夫です。

開館日 **水・木・金曜日 土曜日(第2・第4)**

(祝日、生涯学習センター休館日は休館します)

開館時間 午前9時半～午後4時半

場所 秋田市山王中島町1-1
(秋田県生涯学習センター3F)

TEL **080-2812-5987**



おたがいさま掲示板

「ゆずります」「ゆずってください」両方の声を避難者交流センター内に掲示し、譲り合いのお手伝いをしています。

譲りたいものがある場合は、交流センターに写真をお持ちいただくか、被災者支援班 E-mail: hisaisya-shien@pref.akita.lg.jp に画像データをお送りください。

ゆずります

- ・そろばん 
- ・鉛筆 (柄は色々あります)
- ・こども名作全集 (全14巻) 
- ・男性用 ジャケット・スラックス 
- Yシャツ (半袖、長袖 Lサイズ)
- ・女性用 コート (Lサイズ)
- ・折りたたみ式ベビーカー (コンパクトサイズ)



全14巻

◆ お問合せ先: 被災者支援班までご連絡ください
TEL 018-860-4504
※ 写真等をご覧になりたい方は、避難者交流センターにございます。
(写真がほしいものもお持ちください)

ゆずってください

- ・自転車 (26インチ) 2台 
- ・ベビー服 
- ベビー用品
- ・八橋小学校体操着 (150cm以上)
- ・冬用ブーツ (20cm～)
- ・冬用ブーツ (28cm)
- ・スキー用手袋
 女の子用
- ・スキー用手袋
 男の子用 (4歳～) 
- ・スニーカー (20cm～)
 男の子・女の子用
- ・スニーカー (27～28cm)
- ・洋服 (130cm以上)
 男の子・女の子用
- ・洋服
 男性用 Lサイズ

イベントのお知らせ

秋田県避難者交流センター(秋田県生涯学習センター3F、5F和室)

ちくちくの会

支援相談員と一緒にぞうきを縫いませんか？
皆さまに心を込めて作っていただいたぞうきは、被災3県などにお届け
しています。どうぞお気軽にご参加ください。

令和4年 1月 6日(木)、13日(木)、20日(木)、27日(木)
2月 3日(木)、10日(木)、17日(木)、24日(木)

午後1時～4時 お好きな時間にお越しください。

報告

これまでの累計4102枚！
心のこもったぞうきは、たくさんの方のお役に立っています。
多くの方のご参加をお待ちしています!!



お茶っこタイムいねが♪

『いいねが♪』は秋田弁で「いいじゃない♪」を意味します。
好きなことをして過ごしましょう♪

ゆっくりと雑誌を読んだり、編み物や裁縫に熱中したり、おしゃべりを楽しんだり、各々好きなことを
して過ごしています。

交流センターには毛糸やかぎ針、裁縫道具やミシンもあります。

どうぞお気軽にお立ち寄りください(^_^)

【開催日時】 令和4年 1月20日(木) 午後1時30分～3時30分

【参加料】 無料

【サークル名】 お茶っこタイム「いいねが♪」

ハンドメイド講座「刺し子」

寒の入りとともに、寒さもいよいよ厳しくなる季節となりました。
今回のハンドメイドは、第2弾として、刺し子のお弁当包みを作ります。
布地の色も水色、オレンジ、ピンク、赤、黒から選べ、刺し子の伝統柄が楽しめます。
(柄はプリントされているので、どなたでも挑戦できます。)

糸、針等はこちらで準備しますの
で、手ぶらでいらしてください。
皆さんの参加お待ちしております。

【開催日】 令和4年2月12日(土)

【開催時間】 午後1時30分～3時

【会場】 生涯学習センター 5F 和室

【参加料】 無料

【定員】 10名

【申込期限】 令和4年2月8日(火)

【申込先】 秋田県総務課 被災者支援班
018-860-4504



布地サイズ 約43cm×47cm

※開催日当日のお問い合わせ先
避難者交流センター 080-2812-5987

こころの寄り添い事業

1月 保健師相談会



秋田県避難者交流センターにて、保健師による『こころの寄り添い相談会』を開催しています。
相談内容は厳守しますので、安心してご利用ください。

保健師が
お待ちしております

皆さまが毎日を快適に過ごせるように、健康相談や子育てに関する相談などを行っています。その場で血圧測定もでき、生活の相談にも丁寧に応じます。

【開催日時】令和 4年 1月21日（金）午後1時～4時

【相談員】在宅保健師（ゆずり葉の会）

※終了時間の30分前までにお越しください。

※静かに話したい方には、個室をご用意します。

交流サロン(in 大仙市) 毎月第4日曜日開催

大仙フレンズより

「笑顔と元気で、風化させない想いをつなげよう！」

謹賀新年 今年も「交流サロン in 大仙」をよろしくお願い致します。

新型コロナの終息も近いのではと期待していましたが、今度は、オミクロンなる新たな変異株の出現、とにかく、感染予防に努めて、今年を乗り切りましょう!!



【1月の交流サロンの日】

【日時】 令和 4年 1月23日（日）

午前10時～午後3時

【場所】 地域交流センター「はびねす大仙」

【内容】 被災県と秋田の郷土料理作りを行います。

是非、ご参加ください!!

【参加費】 大人 300円（小学生以下無料）

連絡先

大仙フレンズ（事務担当；高橋）

TEL 090-9670-2852



はびねす大仙



「はびねす大仙」

大仙市幸町2-70

電話 0187-88-8722

保健師による相談会も開催します！健康に不安なこと、保健師にご相談ください！

横手・湯沢避難者交流サロン

避難されてきた方同士、ふるさとへの思いを語り合ったり、また地域の支援サポーターから情報を得たり、県南区域で安心した生活を送るお手伝いをします。みなさまのご来場をお待ちしております。

【会場】 横手市高齢者センター内1F（横手市条里二丁目2番52号）

【開催日】 令和4年 1月21日（金）おしゃべりサロン

【時間】 午前10時～午後3時



保健師による相談会も開催します！

健康に不安なこと、保健師にご相談ください！



【お問合せ先】 事務局 秋田県南 NPO センター（担当 今） 〒013-0046 横手市神明町1-9

TEL 0182-33-7002（毎週木曜日休館） FAX 0182-33-7038 メール konkon@biscuit.ocn.ne.jp

令和4年2月～令和4年4月までに開催される 職業訓練をお知らせします！

※ハローワークで掲示している情報になります。詳細はハローワーク窓口でお問い合わせください！！



公共職業訓練

国や県の制度の中で、退職された方、転職される方を対象として、経験のない新たな職業への就職を希望する方の職業適応能力を促すためのもので**主に雇用保険を受給している求職者の方を優先対象**に、就職に必要な技能及び知識を習得するための訓練を無料（テキスト代等は自己負担）で実施しています。また、在職労働者や高等学校卒業の方などを対象とした高度な技能及び知識を習得するための訓練も実施しています。（原則、有料）

求職者支援訓練

雇用保険を受給できない求職者の方に対し、無料の職業訓練（求職者支援訓練）を実施し、本人収入、世帯収入及び資産要件等、一定の支給要件を満たす場合は、職業訓練の受講を容易にするための給付金（**※職業訓練受講給付金**）を支給します。ハローワークが中心となつてきめ細やかな就職支援を実施し、安定した「就職」を実現するための制度です。

公共職業訓練

実施時期	訓練科名	人員	実施場所	地域	訓練期間	申込期間
2月	医療事務科	20名	(株)ニチイ学館 秋田支店 秋田校	秋田	令和4年 2月15日(火)～ 令和4年 5月18日(水)	令和3年12月10日(金)～ 令和4年 1月17日(月)
	パソコン・事務習得科	15名	OAステーション湯沢校	湯沢	令和4年 2月15日(火)～ 令和4年 5月18日(水)	令和3年12月20日(月)～ 令和4年 1月19日(水)
	パソコン初級科	15名	本荘パソコンスクール	由利本荘	令和4年 2月22日(火)～ 令和4年 5月25日(水)	令和3年12月21日(火)～ 令和4年 1月21日(金)
3月	テクニカルオペレーション科	15名	ポリテクセンター秋田	—	令和4年 3月 2日(水)～ 令和4年 8月30日(火)	令和4年 1月 5日(水)～ 令和4年 1月28日(金)
	介護職員初任者研修科	15名	(株)ニチイ学館 秋田支店 秋田教室	秋田	令和4年 3月10日(木)～ 令和4年 6月 9日(木)	令和4年 1月 7日(金)～ 令和4年 2月10日(木)
	パソコン・事務習得科	15名	OAステーション大曲校	大仙	令和4年 3月10日(木)～ 令和4年 6月 9日(木)	令和4年 1月11日(火)～ 令和4年 2月14日(月)
	パソコン・事務習得科	15名	(有)三國剛俊商店 みくにコンピュータースクール 大館支社(秋鶴ビル)	大館	令和4年 3月17日(木)～ 令和4年 6月16日(木)	令和4年 1月20日(木)～ 令和4年 2月17日(木)
4月	パソコン・事務習得科	20名	トラパンツコンテンツスクール 本校	秋田	令和4年 3月23日(水)～ 令和4年 6月21日(火)	令和4年 1月21日(金)～ 令和4年 2月22日(火)
	木造建築科	10名	秋田県立鷹巣技術専門学校	北秋田	令和4年 4月 1日(金)～ 令和5年 3月31日(金)	令和4年 1月 4日(火)～ 令和4年 2月 3日(木)

求職者支援訓練

実施時期	訓練科名	人員	実施場所	地域	訓練期間	申込期間
2月	Excel 実践科(短期間・短時間)	15名	トラパンツコンテンツスクール本校	秋田	令和4年 2月15日(火)～ 令和4年 3月14日(月)	令和3年12月24日(金)～ 令和4年 1月19日(水)
	介護職員初任者養成科(短期間・短時間)	15名	介護労働安定センター秋田支部	秋田	令和4年 2月16日(水)～ 令和4年 4月12日(火)	令和3年12月28日(火)～ 令和4年 1月21日(金)



雇用保険を受給できない求職者のための支援制度があります！詳しくはお近くのハローワークまで



一般社団法人 ふくしま連携復興センター

相談窓口「生活再建支援拠点」のご案内



◆東日本大震災により広域避難されている方のための相談窓口です。皆さまの悩みや不安に、**特定非営利活動法人 あきたパートナーシップ**のスタッフがていねいに対応します。

秋田杉をふんだんに使った秋田県の市民活動拠点「遊学舎」の施設内に設置しています。避難生活のことはもちろん、日々の困りごと、子育ての悩みや不安など、さまざまなご相談に応じます。個人情報厳守します。気軽に立ち寄り、気軽にお話ができる居場所として利用してください。お待ちしております。

住 所： 〒010-1403 秋田市上北手荒巻字堀切24-2 遊学舎内

電 話： 018-829-2140

相談用アドレス： info2340@akita-partnership.jp

時 間： 午前10時～午後6時

開 設 日： 月曜日～金曜日

遊学舎は、セミナーやイベント、サークル活動等に利用され、どなたでも自由に入出りできる施設です。

広報誌



をご覧ください。

「cocconimoふくしま」は、全国各地の「生活再建支援拠点」の情報、交流会や相談会などのお知らせを皆さまにお届けするために生まれました。

お気軽にご相談ください。

皆さまに寄り添う存在となり、少しでも生活再建に向けたお役に立つものとなれば幸いです。



もったいない野菜のこと



使い切れなかった野菜は冷蔵庫で保存。保存していたことを忘れ、行方不明に、力の抜けた野菜になっていた、なんてことはないですか？
少しでも食品ロスをなくすために、野菜の保存方法の記事を見つけました。参考まで!!



もやしの保存方法

- ◆生のまま水にさらし保存
 - ・保存容器にたっぷりの水ともやしを入れて冷蔵庫へ。(4～5日もつ) 生のまま炒めものなどに。
 - ◆茹でて、少量の酢を振りかける。
 - もやし1袋をさっと茹でて水をきり、保存容器に入れて、酢を大さじ1～2杯、円を描くようように振りかけて冷蔵庫へ。(サラダ、ラーメンの具などに)
- ※ 他の茹で野菜も同様に。



青菜の保存方法

- ◆小松菜、ほうれん草はさっと洗い、湿らせた新聞紙で包んでビニール袋(青菜が入っていた袋)に入れて、根を下にし冷蔵庫に(1週間もつ)。
- ◆茹でて食べやすい大きさに切り、塩と好みの食用油で和えると、付け合わせやスープの具などにも(4～5日もつ)。



残り野菜はひとまとめに

◆料理後に余った野菜は、ひとつの密閉袋(容器)に入れます。(なるべく3日以内に使う)。味噌汁やスープの具に入れたり、細かく切ってかき揚げや、いろいろ野菜の卵とじなど、一品にします。



婦人之友 より

※ 婦人之友は避難者交流センターでもご覧になれます。ご利用ください。





スマイル通信 イベントカレンダー(R4.1~)



日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
26	27	28	29	30	31	1/1 元旦
1月4日まで交流センター休館						
2	3	4	5 只野相談員	6 矢澤相談員	7 石川相談員	8 菊地相談員
→				「ちくちくの会」 13:00~16:00 (避難者交流センター)		
9	10 成人の日	11	12 矢澤相談員	13 只野相談員	14 菊地相談員	15
【避難者交流センター休館日】	【避難者交流センター休館日】	【避難者交流センター休館日】	「ちくちくの会」 13:00~16:00 (避難者交流センター)			【避難者交流センター休館日】
16	17	18	19 菊地相談員	20 只野相談員	21 石川相談員	22 矢澤相談員
【避難者交流センター休館日】	【避難者交流センター休館日】	【避難者交流センター休館日】	「ちくちくの会」 13:00~16:00 「お茶っこタイムいしやが」 13:30~15:30 (避難者交流センター)			「保健前こよる定期相談会」 13:00~16:00 (避難者相談センター) 「横手・湯沢交流サロン」 ※保健前相談会 ※おしゃべりサロン 10:00~15:00 (横手市高齢者センター)
23	24	25	26 矢澤相談員	27 菊地相談員	28 石川相談員	29
【避難者交流センター休館日】	【避難者交流センター休館日】	【避難者交流センター休館日】	「ちくちくの会」 13:00~16:00 (避難者交流センター)			【避難者交流センター休館日】
「交流サロン in 大仙」 《郷土料理体験》 10:00~15:00 (はびねす大仙)						

フリートーク

新年あけましておめでとうございます。

皆さんはどのようなお正月を過ごされましたか？我が家では手作りのおせち料理を用意してお正月を過ごしました。子どもの頃、祖母が毎年おせち料理を作っていたのでお手伝いをしながら覚えたものです。既製品も一部ありますが、昆布巻、栗きんとん、煮物など手作りでした。祖母の教えを伝授し、子どもたちに食べさせたいという気持ちで作るのですが、今の子どもたちはあまり好まないようです。やっぱり「肉！」だそうです。子どもたちに、おせち料理に込められた由来を知ってもらいつつ、今年も健康に過ごせることを願っています。
(只野)

次号スマイル通信
2月4日発行予定



【スマイル通信】(秋田県内避難者支援情報紙)
令和 4年 1月11日 第122号
秋田県総務部総務課被災者支援班
〒010-8570 秋田市山王四丁目1-1
電話 018-860-4504
E-mail: hisaisya-shien@pref.akita.lg.jp