秋田県内避難者支援情報紙

スマイル通信

第109号
12月
令和2年

『いものこ汁交流会』にお邪魔しました♪

11月21日（土）に秋田県南連絡協議会（子育てサポートはぐ・ゆざわフレンズネット）主催の『いものこ汁交流会』にお邪魔しました♪毎年、楽しい企画を立てていただいてます。今回ご参加いただけなかった方へ、『いものこ汁交流会』の開催内容をお伝えします！

表情筋エクササイズ体験しました！

講師の中川佳子さんより、表情筋を動かすことで、口角が上がり美表情でいられるコツを教えていただきました。顔の表情筋は20数種類もあるそうです！あまり使われていないと運動不足で硬くなってしまいます。表情筋を動かし、顔のこりや癖をリセットし、頬があがるようになれば、口角が上がり美表情でいられるそうです！！

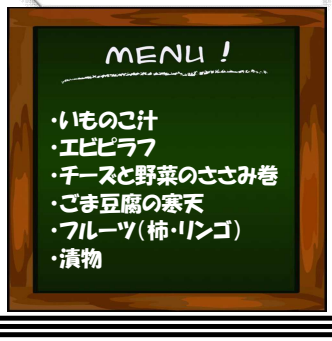
調理体験しました！

講師の佐藤ヒデ子さんより、メニューの紹介と作り方の説明を受けました。チーズと野菜のささみ巻では、作り方のコツを教わり各自具材を巻き蒸しました。
限られた時間内に作るため、佐藤ヒデ子さんが事前に下準備をしてくださり、参加者へレシピを配布してくださいました。

ささみ肉の上にラップを敷き、平らなコップの底でトントン叩くと、均一にささみ肉が広がり、具材が巻きやすくなります。

料理の盛り付けや配膳、テーブルの配置など、参加者で協力しました。

横手市の旭ふれあい館にて開催。
旭ふれあい館は広い和室と調理室が備わっています。



ゆずり葉の会在宅保健師による、健康相談会も同時開催。相談者に寄り添い、健康相談や血圧測定などしていただきました。

食事の時はできるだけ無言で、料理を堪能し、食事後にマスクをし距離を保ち、参加者同士会話を交わし、楽しく交流しました♪

コロナウイルス感染症予防として、検温・手洗い・消毒・部屋の換気・調理時の使い捨て手袋の使用するなど、徹底した対策をとって開催していただきました。
秋田県南連絡協議会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

新型コロナウイルス感染予防のためセンターでは御食事を遠慮いただいておりますのでご協力下さい。

避難者交流センター入り口に消毒を設置しておりますのでご利用ください。
また、感染症予防のためマスクの着用や、体調が悪い時はご遠慮いただくなど、ご協力いただけますようお願いします。

当面の間１２時～１３時までの時間を消毒・換気時間とし閉館します。

【お知らせ】

今年度は火曜日もお休みとなり、開館時間は９時半～１２時、１３時～１６時半へ変更しました。
新型コロナウィルス感染症予防対策のため臨時休館する場合は、ホームページに掲載しますので「秋田県被災者受入支援室」と検索いただくか、被災者受入支援室（０１８-８６０-４５０４）へ電話確認しご来場ください。

年末年始の休館日
１２月２５日（金）～１月５日（火）まで休館します。

開 館 日：**毎週水～土曜日（日・月・火・祝日休館）**
他、生涯学習センター休館日も休館します
開館時間：午前９時半～午後４時半
住　　所：秋田市山王中島町１－１（秋田県生涯学習センター３F）
Ｔ Ｅ Ｌ：**080-2812-5987**

おたがいさま掲示板

「ゆずってください。」「ゆずります。」それが**『おたがいさま掲示板』**です。
皆さまからお寄せいただいた声を、避難者交流センター内に掲示しています。
避難者交流センターに来場するのが難しい方は、お電話で対応いたします。

クリスマス交流会

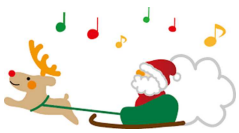
令和２年度　福島県県外避難者への相談・交流・説明会事業

森のめぐみのクリスマスリースづくり

～自然からの贈り物を材料にしてリースを作ります～

日　時：令和2年12月20日(日)
13:00～15:00 リースづくり
15:00～　　交流会
参加費：無料(花切鋏のある方はご持参下さい)
定　員：20名
※申込締切 12月11日(金)
会　場：秋田県ゆとり生活創造センター「遊学舎」多目的工房
主　催：NPO法人あきたパートナーシップ

人数制限を設け、新型コロナウイルス感染防止策をしっかり取って開催します。広い会場で、ゆっくりと楽しい時間を一緒に過ごしましょう。



当日はマスクの着用をお願いします！

※詳細は先月送付したチラシでご確認ください。

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）

ちくちくの会

支援相談員と一緒にぞうきんを縫いませんか？
皆さまに心を込めて作っていただいたぞうきんは、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２年１２月１０日（木）．１７日（木）
令和３年　１月　７日（木）．１４日（木）．２１日（木）．２８日（木）
午後１時～４時　お好きな時間にお越しください。

募集中！ ちくちくの会では、ぞうきん作成のためのタオルを募集しています！
ご自宅に眠るタオルを寄付(提供)してくださる方がいらっしゃいましたら、是非ご一報ください。

お茶っこタイムいいねが♪

※『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、お茶を飲みながら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２年１２月１７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♪」

学習支援

小中学生対象とした学習支援を行います。教員免許を持つ相談員が、
宿題の丸付けや家庭学習のサポートをします。

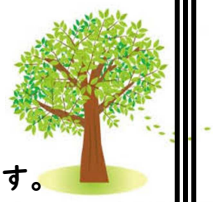
開催日時　：　令和２年１２月１９日（土）午前１０時半～正午　,午後１時半～午後３時
令和３年　１月　９日（土）午前１０時半～正午　,午後１時半～午後３時
※新型コロナウイルス対策のため、開催時間を変更しています。
また、１２時～１３時までの時間は消毒・換気の時間とし閉館します。

持ち物　：　宿題などの学習用具・筆記用具
※３密を避けるために定員があります。事前申込みをして下さい。

申込先　：　秋田県被災者受入支援室　０１８－８６０－４５０４

こころの寄り添い事業

１２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 お待ちしています

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２年１２月１８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。
※　静かにお話ししたい方には、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

「あれから 10 年！これからも続くよ、みんなの輪」！

今年も「そば」の刈取が終わりました。天候の不順で作柄が心配されましたが、何とか例年並みに収穫できました。私もまだ味わっていません、皆さんと一緒に食することを楽しみに、じっと我慢します。
なお、準備の都合が有りますので、下記まで、ご連絡いただければ幸いです。

【１２月の交流サロンの日】

【日 時】　令和２年１２月２７日（日）
　　午前 10 時～午後 3 時
【場 所】　地域交流センター「はぴねす大仙」
【小教室】　「そば打ち」体験
【昼食代】　大人　300 円（小学生以下無料）
　　準備の都合があります。連絡ください！

昨年の様子！

「はぴねす大仙」大仙市幸町 2-70
電話　0187-88-8722

※大曲駅通路の展示作品を募集しています！手作り作品がある方は連絡ください♪

連絡先
大仙フレンズ（事務担当；高橋）　TEL 090-9670-2852

横手・湯沢避難者交流サロン

１２月の横手・湯沢交流サロンは『クリスマス調理体験』をします♪

今年最後のサロンです。参加お待ちしております！

【開催日】令和２年１２月１８日（金）１０：００～１４：００

【会　場】旭ふれあい館（横手市猪岡座水上９１－２）

保健師による相談会も開催します！～ご自身の体調管理をしましょう。血圧測定はいかがですか？

【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

お仕事情報

令和３年１月からの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、離職された方、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者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っ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。

令和３年１月までに申込の訓練　すべてハローワークにお申し込みいただく訓練です

公共職業訓練

実施時期	訓練科名	定員	実施場所	地域	訓練期間	申込期間
１月	パソコン初級科	１５名	大曲技術専門校	大仙	令和３年　１月２６日(火)～ 令和３年　４月２２日(木)	令和２年　１１月２５日(水)～ 令和２年　１２月２５日(金)
	パソコン初級科	１５名	鷹巣技術専門学校	大館	令和３年　１月２７日(水)～ 令和３年　４月２３日(金)	令和２年　１１月３０日(月)～ 令和２年　１２月２８日(月)
２月	金属加工技術科	１０名	ポリテクセンター秋田	秋田	令和３年　２月　２日(火)～ 令和３年　７月３０日(金)	令和２年　１１月２７日(金)～ 令和２年　１２月２３日(水)
	住宅リフォームデザイン科	１５名	ポリテクセンター秋田	秋田	令和３年　２月　２日(火)～ 令和３年　７月３０日(金)	令和２年　１１月２７日(金)～ 令和２年　１２月２３日(水)
	電気設備エンジニア科	１５名	ポリテクセンター秋田	秋田	令和３年　２月　５日(火)～ 令和３年　８月３１日(金)	令和２年　１１月２７日(金)～ 令和２年　１２月２３日(水)
	介護職員初任者研修科	１５名	秋田技術専門校	由利本荘	令和３年　２月１６日(火)～ 令和３年　５月１８日(火)	令和２年　１２月　８日(火)～ 令和３年　１月１４日(木)
	介護職員初任者研修科	１５名	大曲技術専門学校	大仙	令和３年　２月１６日(火)～ 令和３年　５月１８日(火)	令和２年　１２月２１日(月)～ 令和３年　１月１９日(火)
	介護職員初任者研修科	１５名	鷹巣技術専門学校	能代	令和３年　２月２５日(木)～ 令和３年　５月２６日(水)	令和２年　１２月２８日(月)～ 令和３年　１月２６日(火)

求職者支援訓練

実施時期	訓練科名	定員	実施場所	訓練期間	申込期間
１月	２ヶ月で学ぶパソコン基礎科	１５名	OA ステーション秋田校（秋田市）	令和３年　１月１８日(月)～ 令和３年　３月１７日(水)	令和２年　１１月２５日(水)～ 令和２年　１２月１６日(水)

就職氷河期世代活躍支援プラン

厚生労働省では、雇用環境が厳しい時期に就職活動を行い、現在も様々な課題に直面している方々【就職氷河期世代（３５歳～５４歳）】の支援を行っています。

＊就職氷河期世代の方々の就職・正社員化や社会参加を実現するに当たっては、ご家族の皆様からの支援も重要です。

ハローワーク秋田では、就職氷河期世代の方で、正社員就職を目指す方をサポートする窓口があります。

ミドル世代応援コーナー

⑦～⑩番窓口　「求職者担当者制」による個別支援で様々な支援メニューでサポート

職業訓練

就職氷河期向けの短期資格等習得コース事業

訓練目標:大型バスに必要な運転免許得、バス会社に正社員就職すること
募集定員:　99人
募集期間:令和2年8月12日～令和4年11月30日
訓練期間:令和4年12月21日～12月31日

トラックドライバーになるための運転免許取得支援プログラム

訓練目標:運転免許の取得、座学訓練の受講　正社員としての就職を目指す
募集定員:　99人
募集期間:令和2年9月15日～令和4年12月15日
訓練期間:令和5年1月1日～3月1日

移住・定住　市町村ガイド

秋田県２５市町村には、それぞれに移住・定住に向けた支援制度があります。秋田県移住ガイドブック「秋田暮らしはじめの一歩」でどんなサポートや特典があるかチェックできます。

【移住相談窓口】
（公財）秋田県ふるさと定住機構
TEL　０１８－８２６－１７３１

＊秋田暮らしの魅力紹介
＊秋田への移住を考え始めたら･･･
＊住まい探しをお手伝い！
＊移住体験住宅のご案内
体験ツアーや、６ヶ月以内の入居期間のある体験メニューなど、市町村に問い合わせできます。

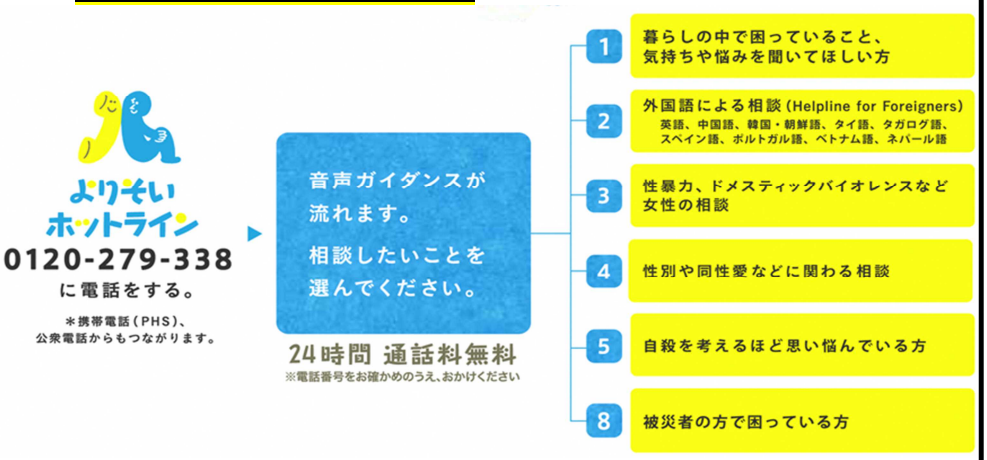
体験助成･･･移住体験に要する交通費や滞在費等の助成があります。
引越助成･･･引っ越しに要する費用の助成があります。
住宅助成･･･住宅の購入費用やリフォーム費用の助成があります。
空き家バンク･･･空き家バンク制度を整備しています。
＊助成対象の詳細については各市町村にお問い合わせください。

	市町村	問い合わせ先	電話番号	体験助成	引越助成	住宅助成	空き家バンク	◎主な移住・定住支援制度
県北エリア	鹿角市	総務部企画課　鹿角ライフ促進班	0186-30-0208	○	○	○	○	引越費用最大９万円補助
	小坂町	総務課　企画財政班	0186-29-3907	○		○	○	固定資産税５年間減免
	大館市	観光交流スポーツ部　移住推進係	0186-43-7149			○	○	商品券 世帯上限 30 万円
	北秋田市	総合政策課　移住・定住支援室	0186-62-8002	○	○	○	○	中学生まで医療費無料
	上小阿仁村	総務課　企画班	0186-77-2221	○		○	○	小中学校給食費全額免除
	八峰町	企画財政課　企画係	0185-76-4603			○	○	町の物件家賃最大３万５千円
	藤里町	総務課	0185-79-2111	○	○	○	○	高校卒業まで医療費無料
	能代市	移住定住相談窓口	0185-89-2163	○	○	○	○	奨学金返還助成
	三種町	企画政策課　企画係	0185-85-4817	○			○	高校生まで医療費無料
県中エリア	男鹿市	企画政策課　移住定住促進班	0185-24-9122	○		○	○	本市下見交通費を助成
	大潟村	総務企画課　企画財政班	0185-45-2111			○	○	25 万円商品券（最大４人）
	五城目町	まちづくり課	018-852-5361	○		○		移住者先輩による企業支援
	八郎潟町	産業課	018-875-5803			○	○	就職支援金交付
	井川町	総務課	018-874-4411			○	○	高校生まで医療費無料
	潟上市	企画政策課　企画政策班	018-853-5302			○		空き家最大 40 万円助成
	秋田市	人口減少・移住定住対策課	018-888-5487	○	○	○	○	生活必需品などの費用補助
	由利本荘市	移住まるごとサポート課	0184-24-6247	○	○	○	○	中学生まで医療費無料
	にかほ市	商工政策課　ふるさと創造班	0184-43-7600	○		○	○	定住奨励金最大 100 万円
県南エリア	大仙市	移住・定住総合支援室	0187-63-1111	○	○	○	○	創業費用一部支援
	仙北市	地方創生・総合戦略室	0187-43-3315			○	○	固定資産税３年間助成
	美郷町	商工観光交流課　交流・商工班	0187-84-4909	○		○	○	企業経費最大 200 万助成
	横手市	総務企画部　経営企画課	0182-35-2164			○	○	改修費最大 100 円補助
	湯沢市	協働事業推進課	0183-55-8274			○	○	奨学金返還一部助成
	羽後町	企画商工課	0183-62-2111			○	○	住宅所得推奨金最大 100 万
	東成瀬村	企画課	0182-47-3402			○		商品券一人上限５万交付

＊秋田県移住ガイドブック「秋田暮らし」は交流センターにもあります。
欲しい方には郵送いたしますのでお問い合わせください。　秋田県被災者受入支援室　018-860-4504

よりそいホットラインでは、
全国に避難している方々への
専門回線を設けております。
電話番号は、
０１２０－２７９－３３８
ガイダンス８番フリーダイヤルで１０時～２２時年中無休で受付しております。
※よりそいホットラインは２４時間受付しておりますので、２２時以降は、ガイダンス１番をご利用ください。

よりそいホットラインの紹介



よりそいホットラインが運営する新しいみなさんのネット上の居場所をオープンしました。
https://hisai.moyaroom.jp/

チャットルームの参加方法
①新規登録をクリックしていただき、項目を入力し、確認を押してください。
②登録したメールアドレスに仮登録完了のお知らせが届くので、本登録手続きをしてください。
③本登録が完了すると、メールアドレスとパスワードを入力するとログインできます。メールアドレスは、登録時に入力したものです。パスワードは自由に設定してください。
④オープンしているルームに入ってみてください。チャットでのお話ができます。
⑤ルームオープンの予定も表示していますので、チェックしてみてくださいね。

ルームの入り口のイメージ
いろんなテーマのルームがあります。ルームには、ルームオーナーがいますので、安心して参加してみてください。
※『ずっとあいているよ！いつでも書き込めるよページ』もありますので、ルームが空いていない時も自由に書き込めます。

ルームの入り口の下に掲示板があります。ここには、ログインされた方へのメッセージを書いています。情報提供や今月の予定などを書いていますので、チェックお願いします。

予期せぬ災害が起こると、だれもが様々な悩みを抱えてしまうことは当然です。一人一人の悩みはそれぞれ違いますが、一人で抱え込まないでください。同じような気持ちを持つ人たちが出会い、つながり、支え合えるようなネット上の居場所を作りました。安心・安全なチャットルームで一緒にお話ししませんか？
★毎週水曜日または木曜日の９時～１２時、毎週金曜日の２０時～２２時にオープンしています★
★チャットルームがオープンしていない時は、『ずっとあいてるよ！いつでも書き込めるよ』ルームを常時オープンしていますので、いつでもチャットへ自分の気持ちを書き込むことができます★
オープン日時が変わることもありますので、掲示板をチェックしてくださいね。
チャットではなく、電話で相談したいときは、よりそいホットライン　まで・・・
『情報がほしいよ・・・』というときは、よりそいホットライン困りごと情報提供　まで・・・

12月 スマイル通信 イベントカレンダー【R2.12～】

あんべいいな 秋田県

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
29	30	12/1	2 菊地相談員	3 只野相談員	4 石川相談員	5 松田相談員
【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 （避難者交流センター）		
6	7	8	9 石川相談員	10 菊地相談員	11 松田相談員	12 只野相談員
【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 （避難者交流センター）		
13	14	15	16 石川相談員	17 菊地相談員	18 松田相談員	19 石川相談員
【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 「お茶っこタイムいいねが」 13:30～15:30 （避難者交流センター）	「保健師による定期相談会」 13:00～16:00 （避難者交流センター） 「横手・湯沢避難者交流サロン」 ※保健師相談会 ※クリスマス調理体験 10:00～14:00 （横手市旭ふれあい館）	「学習支援」 10:30～12:00 13:30～15:00 （避難者交流センター）
20	21	22	23 石川相談員	24 松田相談員	25	26
【避難者交流センター休館日】 「クリスマス交流会」 《クリスマスリースづくり》 13:00～15:00 《交流会》15:00～ （遊学舎）	【避難者交流センター休館日】	【避難者交流センター休館日】			交流センター休館	
27	28	29	30	31	1/1 元旦	2
「交流サロンin大仙」 ※そば打ち体験 ※保健師相談会 10:00～15:00 （はぴねす大仙）	交流センター１２／２５～１／５まで休館します。					

フリートーク

師走を迎え、本年もたくさんの感謝や反省をして振り返る時期となりました。今年４月に転入してきましたが、皆様のご理解ご協力いただきまして、ここまでやってこれました。改めて感謝申し上げます。

さて、先月２１日に我が家に新しい家族が誕生しました。驚くことは長女（５歳）がかいがいしく弟の面倒をみようとすること。長男（８歳）は慎重に触っているのは微笑ましいのですが、次男（４歳）が「おっぱいあげるの」とシャツをまくり上げてスタンバイしております。（三浦）

次号スマイル通信 1月8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２年　１２月　７日　第１０９号
秋田県企画振興部総合政策課被災者受入支援室
〒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