

# いどばた 第19号

発行  
2013年  
6月25日

水梨コミュニティ住宅には、皆を出迎えるキャラクターたちがいます。製作者は、この住宅にお住いの畠山 秀(はたけやま まさる)さん。3か月くらい前に、浜辺に流れている浮き球を拾い「これで何か作れないだろうか」と思ったのがきっかけだそうです。現在は3体のキャラクターたちが集会所の外に飾られ、ホヤぼーやとクマは畠山さんが、パンダは会長さんのお兄さんが作りました。それを見た子供たちはとても喜び、「自分の好きなキャラクターを作ってほしい!!」などのリクエストも来るそうです。水梨コミュニティ住宅には手先の器用な方が多くいらっしゃるの、住宅内の共同スペースなどには住民さん達が手作りした物が数多くありました(\*~)b



~水梨コミュニティ住宅~

## 浮き球アート



畠山さんは他にも浮き球で作った植木鉢や、桜の木を使ったイスなども製作しています♪

第2弾

…南気仙沼地域の記念誌を作ろう!

## 震災の教訓の語り合い



南気仙沼地区(17行政区)では、自治会長や行政委員の方々が実行委員となって、震災以前の地域の歴史や多くの行事の様子、思い出などを収めた記念誌を作成しています。6月2日(日)には気仙沼市民会館にて、写真を持ち寄って思い出を語る会を開催し、71名の方が参加されました。住民さん同士で会話を楽しまれ、地図の上に写真を貼りながらかつての地域の思い出がたくさん集まりました。この記念誌作成イベントの第2弾として、7月6日(土)には、気仙沼市中央公民館条南分館を会場とした、「震災の教訓の語り合い」の会を南気仙沼地域記念誌作成実行委員会が開催します。会場内には写真の展示もあります。どうぞみなさんご参加ください。

日時：7月6日(土) 13時30分~15時30分まで(13時開場)

場所：気仙沼市中央公民館条南分館(気仙沼市田中前4丁目8)

協力：気仙沼復興協会 福祉部・写真救済部

(飲み物の提供や持ち主不明の写真の閲覧もあります。)

南気仙沼地区の風景や行事の写真をお持ちでしたら、どうぞご持参ください!

<お問合せ>

南気仙沼地域記念誌作成実行委員会  
事務局長：熊谷義弘

TEL：090-4319-2775

事務局：NPO法人  
SEEDS Asia(シーズアジア)

TEL：080-3303-6998

# 手仕事品 展示会

☆ いどばた15号に掲載した、「手仕事品展示会」の  
詳しい商品紹介をしていきます♪今回は…こちらの2団体!!  
☆ 【今後も引き続き、取り上げていきますのでお楽しみに( ^ω^ )!】

## 布万華鏡

- ・布万華鏡(大)  
1000円
- ・布万華鏡(小)  
600円



同じ製法でも布の配色により違った模様が楽しめる布万華鏡は、コースターや壁掛けなど、使う人の自由な発想で使うことができます。まるで万華鏡のような見映えと、二度と同じ模様が作れないことから『布万華鏡』と名付けられました。作り手の方が以前、友人に教わった製法を使い、和風の生地を基調として作られています。中でも鯉縞(かつおじま)という濃色から淡色へのグラデーションを繰り返す縞模様は、多くの商品に使われています。

商品取扱店舗

南町紫市場内：みなみまち青空市

## ほどーる



ほどーるさんで作られている商品は、津波の被害を免れた着物や、皆さんから頂いた着物などを使って作られています。“ほどる”という言葉は気仙沼の方言で“温まる”という意味があり、『支援してくれた方々への感謝の気持ち』と『商品を手にとって頂いた方がホッとするように』との思いが込められています。どれもひとつひとつ丁寧に手作りされている商品です。

- ＊ ＊ ＊
- ブックカバー 1000円
- 針山 500円・700円
- 便利袋 1200円
- 糸巻き 300円
- バッグイン  
バッグ  
(大)700円  
(中)600円  
(小)550円
- コースター 300円～  
などなど
- 商品取扱店舗
- ・すがとよ酒店
- ・もめん工房
- ・南町紫市場内  
暮らし舎 麦

## ネバトロ丼

気温も高くなり、  
バテ気味になる前に!!  
ネバネバパワーで乗り切ろう★

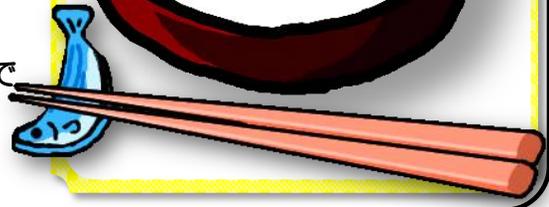
- ①鍋に水を入れ、火にかける。その間に長芋はすりおろし、万能ねぎは小口切りに切っておく。
- ②①の鍋の水が沸騰したら、オクラを入れ茹でる。
- ③茹で上がったオクラは水に取り、粗熱が取れたら小口切りに切る。
- ④器にご飯を盛り、ご飯全体にきざみのりを敷き詰め、オクラ、めかぶ、とろろをのせ、中央にマグロのたたきをのせ、万能ねぎを散らす。
- ⑤お好みの量の醤油、わさびをつけ、ご飯にかけて召し上がってください。

### ワンポイント

生のめかぶを使う場合、めかぶを千切りした後、ザルに入れ熱湯をかけます。  
色が変わったら器に移し、素早く混ぜます。  
めかぶの代わりに、昆布を使っても作れます。昆布の時は、茹でてから千切りをし、醤油にしばらくつけて味をつけて下さい。  
ご飯をうどんに代えても、美味しくいただけます♥  
うどんの時は、醤油を麺つゆに代えてください。

### ★ 材料 ★ (1人分)

- ご飯・・・1膳
- 長芋・・・100g
- オクラ・・・2～3本
- めかぶ・・・1/2パック
- マグロの  
たたき・・・50g
- 万能ねぎ・・・適量
- きざみのり・・・適量
- 醤油・・・適量
- わさび・・・適量



# 気仙沼で活動している他団体紹介

## 特定非営利活動法人 生活支援プロジェクトK



8月4日(日)  
10時～15時(予定)で  
移動動物園を開催する  
のでぜひ遊びに来て下  
さい♪  
また、健康講話・体操  
の依頼があれば出張い  
たします!!

生活支援プロジェクトKさんは、2011年8月  
から階上地区のトレーラーハウスを拠点として  
活動をしています。トレーラーハウスは、気仙  
沼地域の方が集まる交流の場として開放してい  
て、毎週水曜日は編み物講座で盛り上がってい  
ます♪現在は主に、気仙沼の方を対象に、なん  
でも相談(健康、子育て、介護等)・自治会支  
援・コミュニティ支援を行っています。

連絡先：090-4076-5071

電話対応時間：9:00～17:00

障がいを持っている方だけではなく、地域に住む  
みんなが暮らしやすいまちづくりを考えています。  
楽しいイベント等を開催していますので、ぜひ遊  
びに来て下さい。



## 特定非営利活動法人 ネットワークオレンジ

特定非営利活動法人  
ネットワークオレンジ

ネットワークオレンジさんは、2003年から  
「障がいのある人もない人も、みんながまちづ  
くりの主役だ」をテーマに掲げ、気仙沼を中心  
に活動しています。代表の息子さんが障がい  
を持って生まれ、親として息子たちが自立して暮  
らしていける環境を残していく事がつとめだと  
考えたことをきっかけとし、団体を立ち上げま  
した。設立当初は、息子たちとビーズアクセサ  
リーを製作販売し、資金を貯める活動をしてい  
ました。現在は障がい者支援・起業支援・地域  
活性化の為にイベントなどを行っています。

## 気仙沼復興支援 暮らしの無料相談



5月28日(火)に一般財団法人 ゆうちょ財団さん主催のもと、KRA(福祉部)スタッフに向けて『ライフプラン』をテーマに勉強会を開催していただきました。勉強会は、人生のイベントに必要な費用についてクイズ形式で学びました。身近なことであっても理解していないことが多く、スタッフからは、驚きの声があがりました。ファイナンシャルプランナー(生活スタイル、経済環境をふまえながら、暮らしに関わるお金のアドバイスをを行う専門家)の方に伺った中から暮らしのQ&Aを紹介します。

Q. 介護保険はいつから加入する?

A. 「介護保険」に加入するのは40歳になった月からです。

Q. 老後の生活費はいくらくらい必要?

A. 夫婦2人で老後生活を送る上で必要と考える最低日常生活費は月平均22.3万円となっています。

※一般財団法人 ゆうちょ財団さんは、KRAの活動に同行して仮設住宅にて無料相談を開催しています。無料相談が開催される仮設住宅には、チラシでお知らせします。上記の様な質問や住宅の問題、年金、相続など暮らしにまつわる相談事に対し、専門資格を有する相談員が1～2名で対応しています。

# いどばた掲載内容の訂正とお詫び

第16号掲載【「みちびき地蔵」をご存知ですか？】

第18号掲載【みんなで歩こう！ノルディックウォーキング】

に関する記事に誤りがありました。

## 16号掲載内容

みちびき地蔵の製作者としてご紹介した方のお名前に誤りがありました。

おの 小野寺 祐紀さん

正しくは「小野寺 佑紀」さんとなります。

## 18号掲載内容

協力団体としてご紹介した団体名に誤りがありました。

誤り:何でもエンジョイ面瀬クラブ  
NEOさん

正しくは「なんでもエンジョイ面瀬クラブ  
NEO」さんとなります。

取材にご協力して頂いた方々、並びに読者の皆様にご迷惑をお掛けした事を深くお詫び申し上げます。誠に申し訳ございませんでした。

# いどばた新メンバー

【いどばた】作成班に新メンバーが加わりました！！  
どうぞよろしくお願ひ致します♪



はじめまして!! KRA福祉部の“きのっぴ”です★  
いどばた19号から、新しくメンバーに加わる事になりました。  
心を込めて「いどばた」に取り組んでいきますので、よろしくお願ひします。

紹介したい情報や、おすすめのレシピがあれば是非教えてください☆  
読んでみた感想なども受け付けています。  
下記の住所、またはお近くのKRAスタッフにお話し下さい(0)／

20号の発行は  
7月下旬の  
予定です♪

## KRAってなに??

KRAとは「(社)気仙沼復興協会」の略です。気仙沼市民の手で気仙沼を復興させることを目的とし、震災による失業者を中心に結成されました。がれき撤去・害虫駆除、写真洗浄、ボランティアの受け入れ、仮設住宅や周辺地域のコミュニティ支援などの復興事業を行っています。

作成・編集

(社)気仙沼復興協会  
【KRA】福祉部

気仙沼市魚市場前7-13  
海鮮市場海の市3F  
TEL 0226-22-6211  
FAX 0226-22-6212



協力  
★SEEDS ASIA  
(シーズアジア)

★CIVIC FORCE  
(シビックフォース)

