



少しの節約・豊かなこころ

♪ <弘前友の会>の鳴海さんにお話を伺いました♪



東日本大震災発生時、弘前でも停電し、その後しばらくは物流の滞りにより、ガソリンや食べたい物が手に入らないなど不便な思いをしました。各家庭でも節電や節約を心掛けたようですが、最近忘れかけてはいませんか。

<友の会>は1930年にジャーナリストで教育者の羽仁もと子を中心に《婦人之友》の読者によって生まれ、日本全国から海外まで約20,200人が在籍している団体です。そのうち<弘前友の会>は現在40人で、震災以前から常に節約を心がけ、良い家庭から良い社会を作るため共に学び励みつつ活動をおこなっています。

震災後、弘前友の会は胸当てエプロン50着を被災地に送り、その後盛岡友の会の後方支援として、物資の仕分けや全国友の会から送られてきたエプロンの検針やアイロンがけの手伝いをしているそうです。

昨年度、被災地の新入学児童のために袋物を6枚1組セットで20人分作成（本年度は10人分作成）。20組同じ生地は使わない、同じ生地を使った場合でも、ひもの色を変えて付けるなど、ひとりひとりの親になった気持ちで、心を込めてひと針ひと針丁寧に仕上げました。120枚もの袋を作り上げたのですから根気のいる作業だったと思いますが、裁縫の得意な年長者が先生となり、また会員同士が教え合い充実感も得られたとの事でした。

今後も盛岡や仙台友の会の後方支援として、主に被災者の方に楽しんでもらう手芸教室に使う材料を小分けして、キットを作る作業などをしていくそうです。



最後に「友の会に入って良かった事は」と聞いてみました。

「ありふれた家事や暮らしの価値を知った事。羽仁もと子の言葉に出会えた事。」と穏やかに話してくださった顔は、長年家事をきちんとしてきた貫禄が漂っていました。

羽仁もと子の言葉に「4分の3で暮らしましょう」「家庭は簡素に社会は豊富に」があるそうです。震災後の不便さを今一度思い出し、ほんの少しの節約を心がける事で被災地や社会の支援につながればいいなと感じました。

鍋帽子（鍋の保温カバー）

昨年の市民ボランティア交流まつりでも紹介しましたが、友の会では鍋帽子を使って節約を心がけています。

鍋帽子は保温効果が高く、火を止めてから鍋にかぶせておくだけで柔らかく煮え、発熱の損失も少なく、味もしみ込み、まるで魔法の調理器具です。

鍋帽子に調理をまかせて、外出や時間も有効に使うことができ、とても便利です。（これからの時期は長時間のかぶせすぎに気をつけてくださいね。）

何より、ガス・電気の節約から二酸化炭素の排出の削減など、地球にやさしい優れものです。

※毛布等で包んでも同じ効果が得られます。一度お試しあれ。



バリアフリー調査隊発足

はじめまして。バリアフリー調査隊 Lier (リエ) です。Lier は 1 年前に発足した団体で、フランス語で「つなぐ」「結ぶ」という意味があります。架け橋のような存在になりたいという願いを込めて Lier という名前をつけました。

主な活動内容は、弘前市内のバリアフリー情報を調査、発信、そして啓発の 3 つを基本としています。最近の活動は 3 月 2 日、弘前文化センターで開催した、NPO 法人伊勢志摩バリアフリースターセンターの中村元理事長をお迎えし講演会を開きました。「観光とバリアフリーを合わせると、まちづくりが変わる」という内容です。ご希望の方には DVD をお貸しします。(送料自己負担)

講演会を終え、次の Lier の活動はバリアフリー情報を盛り込んだ土手町紹介の冊子作りを考えています。私達と一緒に自分達の手で弘前の為に活動しませんか? Lier は新しい団体だけに色々な可能性があり、自由度もあります。「楽しい」を合言葉に弘前と Lier をあなたの手で形作りませんか? 気持ちさえあれば誰でも大丈夫。メンバー募集しています。

《問い合わせ》

Mail hirosaki_lier@yahoo.co.jp

Facebook [facebook.com/hirolier](https://www.facebook.com/hirolier)

Twitter [hirosaki_lier](https://twitter.com/hirosaki_lier)

バリアフリー調査隊 Lier (リエ) 隊長: 森下亜紗美



「ほっと・ぼらんていあ」に参加して

3 月 16 日「自分を好きになる魔法のレシピ」という題で、青森県若者サポートステーションの吉町友美さんがお話をしてくださいました。

自分を好きになるということは、簡単そうに思えますが、難しいと感じる人もいます。人と人を繋ぐものが何であるか気づくことで、前に進む事が出来るのです。

当日は若者から年配者までの幅広い世代が集まり、言葉がけや気遣いについて学びました。「心地よい言葉」をかけられて、どう感じるかのワークショップや体験も行いました。自分にとっての心地よい言葉をグループ全員から呼びかけてもらおうと、始めは気恥ずかしく感じますが、こだまのように聞こえてくる言葉は、聞いているうちに、まるで魔法のように人を元気づけるものでした。当たり前のことですが、人は“言葉”で繋がっているのです。そこに気付くと、自分からも言葉をかけてみようという考えが湧いてきます。この事はとても大切なことと思いました。

「ほっと・ぼらんていあ」は「そうなのか! ぼらんていあ」でもありました。

ボランティアスタッフ 1



豆知識



知っているようで知らない弘前

弘前市の木は<りんご> 弘前市の花は<さくら>
(ちなみに青森県の花はりんご) ということは皆知っていると思いますが、弘南鉄道大鰐線の電車のつり革のリングは、りんごの形をしていることを案外知らないのではないのでしょうか。ひとつだけあるという、ハートの形のつり革に巡り合えたら超ラッキー♥
又、中三弘前店の屋上のどんぶりのような巨大なオブジェは、縄文土器をモチーフにデザインされたそうです。そう思っ

編集後記

～ボランティア支援センター職員のご紹介～

春の異動でこちらに参りました三上と申します。まだこちらに来て日も経っていませんが、ボランティアスタッフの皆さんや、センターに訪れる方々の中に、懐かしい顔を見付け、ほっとしたり心強い思いを感じています。

今後は、様々な方たちとの「つながり」を結んでいけたらと考えています。よろしく願いいたします。

三上光子



<製作> 市民ボランティアスタッフ <製作協力> 弘前市ボランティア支援センター
〒036-8355 弘前市大字元寺町 1-13 弘前市民参画センター 2 階
TEL: 38-5595 FAX: 36-1822
H P: <http://www.hi-it/vsc>

情報紙についての意見・感想をお待ちしております。