

# ひざし

発行：みやぎ北若者サポートステーション

TEL0229-21-7023 FAX0229-21-7023

開所日時：月曜日～土曜日 10時～18時

## 第9号

通常勤務に加え、震災の対応をしていらっしゃる若者自立支援ネットワークの方々も多いかと思えます。サポステも少しずつではありますが前へ進んでいます。

皆さんと共に歩む事が出来るよう頑張っておりますので、サポステスタッフ・利用者共々、今後ともどうぞ宜しくお願い致します。本日も皆さんの心に温かい“ひざし”が降り注ぎますように…。

## 炊き出しボランティアに参加しました！

みやぎ北サポステは石巻をはじめとする沿岸被災地から近いということもあり「少しでも被災された皆さんのチカラになりたい」という思いで、連日利用者のみなさんが震災復興ボランティアへ参加してくれています。みやぎ北サポステの運営をしている労協センター事業団の神奈川や埼玉方面の仲間達が、5月中旬から石巻市内の復興が遅れている地域で毎週土曜日に炊き出しと支援物資配給の活動を実施しており、今回はサポステ利用者3名が参加しました。炊き出し担当1名、支援物資配給へ2名の利用者が配置され、初夏の強い日差しの中で参加したひとりひとりが担当した



(約400名)の住民が集まった混雑の中で、臨機応変さが求められる場面でも上手く対応し、それぞれがやりきった充実感に満たされた一日となりました。

美味しい焼きそばが出来ました

暑さに負けずに

## 菜の花刈り 菜の花刈り

毎年恒例となりつつあるボランティアとしての菜の花刈りを6月15日(水)に行いました。

参加者はサポステの利用者5名、スタッフ5名、運営団体である労協センター事業団からは3名、地元の住民が4名の合計17名で気温が高い中、汗を流しながら全て手作業で行いました。

作業中は時折心地いい風が吹いていたので作業としてはやりやすかったと思います。菜の花が植えてある面積は18haだったので手刈りが出来る限界の規模だったと思います。昼食休憩の為に女性陣がカレーを



作ってくれました。もちろんサポステ利用者もカレー作りに参加し、日頃調理実習で磨いている腕を惜しみなく披露してくれました。

昼食後、また作業に取り掛かり15:30には刈り取る事が出来ました。この作業はやり始めと終わった後では風景(畑の)が全く違う為、やりきったという達成感を全員が味わう事が出来たと思います。

刈り取った菜の花は次回の作業で脱穀をし、脱穀した種を油(食用菜種油)にして完成となります。

この菜の花の取り組みは環境保全や耕作放棄地対策にもなるので継続的に続けていきたいと思っています。



今回から【ちよいまコーナー】がはじまりました♪ こちらは サポステの

利用者さんが担当してくれます。みなさん是非ご覧ください!!



# 新ジャガとタコの煮つけ



**材料** ジャガイモ(中4個) 湯でタコ(250gくらい)  
(4人前) ダシ(4カップ800cc) しょうゆ(大さじ7)  
みりん・酒(大さじ2) サトウ(大さじ6)

1. ジャガイモの皮と芽を取り1個のジャガイモを4等分にしタコは、一口たいにぶつ切りにします。
2. 鍋にジャガイモとダシを入れ火をつけ強火にしダシが煮たったらタコを加えてサトウ、みりん、酒を入れ落として中火で5分煮ます。アクが出たらその度アクを取ってください。5分たったら最後にしょうゆを入れ弱火で15分煮たら完成です。

**ポイント!** ダシの分量は、水4カップにダシのモト小さじ7です。

アルミホイルに何個か  
すき、  
タコを閉じ落とす



煮成した新ジャガと  
タコの煮つけです。



テレビで見た新ジャガとタコの煮つけを作ってみたら簡単で冷えてもおいしかったのでちよいま1回目に書いてみました。作り方や味つけの所をテレビでしっかり見なかったのがオリジナルと多少味がちがうかもしれませんが最後にちよいまの担当になった鈴木です。よろしくお願ひします。

## はじめましてのご挨拶

ひのかずゆき  
日野和行 (アウトリーチ担当)



はじめまして! 元ロッカーの

日野です。その後の人生、山あり谷あり大変でしたが、バンドをやっていた事を後悔はしていません。だって熱い時間を過ごせたもの。一度ロッカー日野と話して見ませんか? ヨロシク!

いたがきゆか  
板垣佑果 (広報担当)

はじめまして! この度サポステに仲間

入りしました板垣と申します。皆様に少しでも早く顔を覚えていただけるよう、暑さに負けずに頑張っております。どうぞ、よろしくお願い致します!



## ◆サポステ利用状況◆

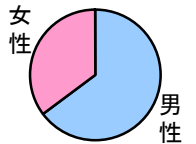
- 【 来所者のべ数 138名 】
- 【 新規登録者数 8名 】
- 【 進路決定者数 7名 】

平均的に男性が多かったのですが、最近では女性も増えてきております。

★進路決定者数割合 (開所～23年5月) ★

	新規登録者数	進路決定者数	割合
サポステ	411	206	50.1%

利用者男女比率  
(開所～23年5月)



※みやぎ北若者サポートステーション(H19.7.1開所) 支援対象地域:大崎市外ほか12市町

## ～サポステからのご案内～

ひとりで悩んでいませんか!?

- 【個人相談】 要予約/相談無料 日程: 月曜日～金曜日 対象: 本人・保護者
- 【こころの相談】 要予約/相談無料 (相談員と面談後、必要に応じて予約)
- 【出前相談】 要予約/相談無料 場所: 登米(8/12) 栗原(8/25)  
(個別相談 時間10時~/11時~/13時~/14時~/15時~ 一人50分間)
- 【支援プログラム】 月額3,000円 日程: (各セミナーによって日時が変わりますので、詳細等は面談の際にお問い合わせ下さい)

TEL0229-21-7022 ※予約受付は平日の9時半～17時までとなります

