



アスチカとびっくす

2020年10月31日発行 発行元 ひろしま避難者の会「アスチカ」

アスチカ = 「明日へすすむ力」。
東日本大震災・原発事故の影響により広島へ来た避難者が、避難生活を落ち着かせ次のステップに踏み出すことをサポートする当事者団体です。

〒733-0003 広島市西区三篠町2丁目15-5 tel: 082-962-8124 fax: 082-962-8125

URL: hiroshimahinanshanokai-asuchika.com email: hiroshima.hinan@gmail.com

『アスチカとびっくす』は「福島県県外避難者帰還・生活再建支援補助金」で作成されています。

アスチカおススメのお取り寄せ情報！

新米 いかがですか？

新米の季節になりました！

アスチカおススメの新米お取り寄せ情報です！

東日本大震災を経験して、生き方を変えたり、新しいことにチャレンジしたりした方は少なくありません。今回ご紹介する「高野ぼちぼち農園」さんもそんなご夫婦です。



【高野ぼちぼち農園】

東日本大震災を機に、2012 年春、関東から庄原市高野町へ移住し、ご夫婦で農園をスタートされました。

「ひとは食べたものと空気、水からしか出来ていない。人々の命を預かっている百姓として、『ひとが本当に食べるべきもの』を一人でも多くの皆様にお届けし、健康な人生を送って欲しい」との思いから、自然の仕組みを田畑で再現することで無農薬・無肥料で、米・野菜・椎茸を栽培されています。

～ 高野ぼちぼち農園さんのお米 ～

高野ぼちぼち農園さんが栽培されているのはおなじみのコシヒカリのほかにササニシキ！

ササニシキは宮城県から栽培が始まった、比較的東日本でなじみのあるお米です。もっちりしたコシヒカリに対し、ササニシキはあっさり。和食に合うといわれています。

高野ぼちぼち農園さんがササニシキを栽培する一番の理由は、「原種に近くアレルギーが出にくいお米だから」。今ではお米でさえもアレルギーが出てしまう方がいることを知りササニシキの栽培を決められたというお話は、「人々の健康な人生」を人一倍願うぼちぼち農園さんらしさを感じました。

11月上旬頃からさつまいも、里芋、生姜、にんじんも販売予定です！

ぼちぼち米 ササニシキ

【玄米】10 和 8500 円

5 和 4400 円

【七分づき】10 和 9600 円

5 和 5000 円

ぼちぼち米 コシヒカリ

【玄米】10 和 8500 円

5 和 4400 円

【七分づき】10 和 9600 円

5 和 5000 円

※送料（広島県内）812～1207 円

さらに詳しい情報・
ご注文は
こちらから→



<http://takanobbn.cart.fc2.com/>

お互いを守るため
「たわまく広場」
ご利用の際のお願い！

- ◆風邪症状のある方は来場をお控えください
- ◆入り口で手指の消毒をお願いします。
- ◆マスクの着用をお願いします。





11 月「たねまく広場」での催し

お問合せ・お申込みはアスチカ事務局まで。
Tel : 082-962-8124 Mail : hiroshima.hinan@gmail.com

お気軽にご参加ください♪

アスチカ・アスチカ会員

皆さんが広場へ足を運ぶきっかけにと企画するアスチカ主催の催しと、会員が特技を生かし開催する催しです。

第3土曜の交流カフェ

改め

いどばた交流カフェ

毎月第3土曜日はどなたでも集ってOKの「交流カフェ@たねまく広場」。新型コロナウイルス対策完了しました!“顔を合わせながら”だからその得られる楽しさ、癒しの時間になればよいと思います。

人の集い方が同じ時間に重なりすぎることを防ぐため時間設定なしで皆さまをお待ちします。それぞれご都合の良い時間にお立ち寄りください。



日時：2020年11月21日（土）

※オープン内時間設定なし

参加費：300円／人

cooking studio Reve クッキングレッスン@たねまく広場

『クリスマスランチ』

アボカドのクリームパスタ、ツリーカナッペ、サラダなどで、クリスマス気分高まるランチを作ります。12月の本番前に、予習いかがですか？



日時：11月13日（金）10:30～（2時間程度）

定員：6人

参加費：2,000円（ドリンク・ランチ代込）

講師：宮川亜由美

（「cooking studio Reve」主宰）

持ち物：エプロン・ハンドタオル・筆記用具

申込期限：開催日の2日前まで

※開催日2日前以降のキャンセルは全額ご負担いただきますので、ご了承ください

鍼灸治療@たねまく広場

【予約優先】10時より45分1コマとしてご予約を承ります。

アスチカ会員で、15年以上のキャリアを持つ鍼灸師による鍼灸治療。鍼の入門版として、お気軽にご利用ください。満席になる場合もございます。お早目のご予約をおすすめします。



日時：2020年11月18日（水）10:45～13:00 施術：山村政子（山村鍼灸治療院・アスチカ会員）
施術料：1500円（ドリンク付）／1コマ（施術30分）※美容鍼 2000円／1コマ 定員：3名

※12月の鍼灸は12月16日（水）の予定です。

*** 山村治療院 ***

広島市中区宝町 6-30 レガロ壱番館 301

TEL 080-6243-3631

広島の方が主催の催しです。広島の方が「たねまく広場」を利用してくださることで、新たな広島の方とのご縁をいただいています。

ルナさんの占い

HP「占いの花束」でも予約 **OK!** (イベント→ルナでご予約下さい。)

<https://www.urandai-hanataba.com/>

年・月・日・姓名をもとに数秘術、九星気学などの15種類の占いのエッセンスを統合した画期的な占い「心呼吸」してみましょう！

日時 : 11月18日(水) 13:30～15:30

参加費 : 1000円(ドリンク付)

占い師 : ルナ

広場利用したい方、随時募集しています！

趣味や特技を生かした教室やサロンを開きたい！

仲間とフリーマーケットなどイベントをしてみたい！ など

教室開催、イベント開催などに初めてチャレンジする方大歓迎！

お気軽にご相談
ください！

今月の一編

手がそぞろしねえ！

手が何かを欲している

何かを探しているような

何かをつかもうとしているかのような

ボクにも全くわからない

闇の中

右の手だけが

もどかしく

気弱に

蠢いている

「色のない街 フクシマからあなたへ」 藤島昌治 より

アスチカへのサポートについて

「たねまく広場」をご利用いただくことが有難いサポートです。
お気軽に足をお運びください。
また、寄附金は右記の口座でお受けしています。

◆ゆうちょ銀行◆

【記号】15150 【番号】480341

【名称】ひろしま避難者の会 アスチカ

※ 他行からの振り込みの場合は

【店名】五一八 (読み ゴイチハチ) 【店番】518

【預金種目】普通預金 【口座番号】0048034

アスチカサポート チーム 参加者募集中！

【お問い合わせ】

082-962-8124

hiroshima.hinan@outlook.jp

ひろしま避難者の会『アスチカ』や広域避難者を支えることはもちろん、さらに東日本大震災・福島第一原発事故により被災地から遠く離れ避難した「広域避難者支援」の課題や情報を共有したり、意見交換、共同イベント開催などを目指します。

「たねまく広場」

Open 月・火(第3のみ)・水・金・土曜 10:00~16:00(祝日は休み)

1. 食べ物の持ち込み自由!

※来所者の中にはアレルギーを持つお子さんがいることもあります。安全のため、お子さんへお菓子等飲食物を配られることはご遠慮ください。

2. セルフドリンク制

ウォーターサーバー(水:広島市湯来町)を設置し、セルフでご利用いただくコーヒーやお茶などご用意しています。(¥100~)

3. 大テーブルの予約利用

10時~13時/13時~16時での予約が可能です。
利用料:利用人数×¥500
(セルフドリンクコーナー使用料含む)

4. 3.11 資料閲覧

被災地の地方新聞や書籍など、被災地や被災者にかかわる資料を自由にご覧いただけます。一部、購入いただけるものもございます。

5. 物産等の販売

被災地や広島の作家さんのハンドメイド雑貨や神石高原町の物産、3.11 関連の書籍等を販売しています。

6. ミニ教室等開催できます!

大テーブルを使っていただきます。教室など開催ご希望の方はご相談ください。(セルフドリンクコーナー FREE)

7. 検索用 PC あり

無料でお使いいただけます。プリントアウト(有料)も可能です。

[\[facebook\]](#)



[\[Instagram\]](#)



TANEMAKUSU

ご来所の際は、マスクの着用や手指の消毒などのご協力をよろしくお願いいたします。

※風邪症状がある場合はご来所をお控えください。

※今後、新型コロナウイルス感染症の動向次第では短時間の開所や閉所とさせていただきます。

上:たねまく広場 下:アスチカ事務局		2020年11月の予定					10/31 現在の予定です。
月	火	水	木	金	土	日	
			休			1	休
			(戸別対応の日)	福:○	福:○相		休
2	3 文化の日	4	5 休	6	7	8	休
	休		(戸別対応の日)	福:○	福:○相		休
福:○相	休	福:○相					
9	10 休	11	12 休	13 Reve クッキングレッスン	14	15	休
	(戸別対応の日)	福:○相	(戸別対応の日)	福:○	福:○相		休
福:○相							
16	17	18 鍼灸の日 ルナさんの占い	19 休	20 お野菜の日	21 いどばた 交流カフェ	22	休
		福:○相	(戸別対応の日)	福:○	福:○相		休
福:○相	福:○						
23 勤労感謝の日	24 休	25	26 休	27	28	29	休
休	(戸別対応の日)	福:○相	(戸別対応の日)	福:○	福:○相		休
休							
30							
福:○相							

・「たねまく広場」の企画の詳細は2、3ページをご覧ください。

・「福:○」と表記のある日は福島県の県外避難者生活再建支援事業を担う拠点のオープン日です。広島・山口・島根に住む福島県からの避難者が対象です。「相」と表記のある日は相談受付窓口の開設日です。