

みんなのわ

- 編集：「みんなのわ」編集委員会
- 配布地域：国見・八幡小学校区、木町周辺
- 発行：全国コミュニティライフサポートセンター（CLC）
- 発行日：平成30年5月25日 部数 2,000部

サービス付き高齢者向け住宅 国見幸迎館



今回は国見ヶ丘 5 丁目にあります、サービス付き高齢者向け住宅「国見幸迎館」にお邪魔してきました。

そもそも「サービス付き高齢者向け住宅」はどのような施設かという、60 歳以上の高齢者またはその方を含む夫婦世帯を対象に、「安否確認」「生活相談」サービスの他、ご自身の要望に合った食事や介護等を受けられる、高齢者向けの賃貸住宅のことをいいます。

お話を伺ったのは、国見幸迎館の副館長の久本瞳さんです。お話をお聞きする前に館内をご案内しましたが、館内に入って直ぐにカルチャールーム（写真 A）、カラオケルーム（写真 B）、麻雀ルーム（写真 C）がありました。ちょうどお邪魔した時にカラオケルームでは入居者の皆さんが、自慢の歌声を披露しており、とても楽しそうに歌われていました。またカルチャールームでは、地域の方が講師としてボランティアに来てくださり、絵手紙や習字教室など行われているそうです。またどの部屋も地域に方にも開放しており、近隣のマンションの方が、時折会議などで借りたりされているそうです。

その後、入居者の方の生活スペースになっている食堂やお部屋に案内して頂きました。食堂やラウンジにはミニキッチン（予約制）が備え付けられており、ミニラウンジで食事を作ったり、外からお弁当などを注

文し食べることも可能です。また食堂で軽食（麺類・カレーライス）等も食べることもでき、こちらも入居者以外の方も食べることは可能です。居室はシックで落ち着いた色合いの部屋で、単身用・世帯用の各部屋を見せて頂きましたが、十分な広さがあり、浴室・トイレ・洗面台・ナースコール等の設備も充実していました。なによりどの部屋も景色がよく、北側は夜景・南側は緑豊かな山々が窓から望めることができました。

施設での暮らしも自由度が高く、もし介護が必要な方でも、これまで利用してきたホームヘルパーやデイサービスを引き続き利用することが可能です。

入居している方同士の交流も盛んで、入居者の方が自主的クラブ活動を立ち上げる動きもあるそうです。また入居者の方や施設側も積極的に地域と交流の機会を設けていきたいとのことでした。



(写真A) カルチャールーム



(写真B) カラオケルーム

将棋の相手を
 募集中です!



(写真C) 麻雀ルーム

お問合せ先
 医療法人社団泉翔会
 サービス付き高齢者向け住宅 国見幸迎館
 仙台市青葉区国見ヶ丘5丁目43-1
 電話 022-725-5315
 FAX 022-725-5325

編集委員会
 連絡先

国見・千代田のより処「ひなたぼっこ」

〒981-0936 仙台市青葉区千代田町 1-13
 TEL 022-343-1340 FAX 022-301-8821
<http://www.clc-japan.com/hinatabokko/>



USA USED Item Vintage *Mellow Classic* 八幡



SEIYUや生協の近くにあるため、買いものついでに立ち寄る人も



ヴィンテージものから流行りものまで取りそろえる。レディース古着も充実。



コレクターにはたまらないFire-Kingなどのアメリカンアンティーク雑貨がそろう



やわらかな笑顔で迎えてくれる店長の岩脇善太さん

Mellow Classic八幡は、大崎八幡宮やみやぎ生協八幡町店の並ぶ県道31号線沿いにある古着屋さんです。赤字に白抜き英字をあしらった看板が、オシャレで目を引きまします。2000年にオープンして、今年で18年目を迎えました。

アメリカのフリーマーケットなどで直接買い付けた古着を主に扱っています。ほかにも、オリジナルブランドの洋服やコースターやキーホルダーなどの雑貨、ピアスやイヤリングなどのアクセサリもそろえています。店内にはクラシカルかつスタイリッシュなアイテムの数々が並び、海外のお店に来たような素敵な雰囲気を醸し出しています。

店長の岩脇善太さんは、「古着ならではの味わいがあり、流行に関係なく長く着ることができます。一点もの、唯一無二のアイテムなので、特に思い入れを感じられると思います」と古着の魅力を語ります。岩脇さんは、90年代の古着ブームの頃に学生時代を過ごしたこ

とで、自然と古着好きになり、この道に入られたそうです。いまの若い人たちにも、古着の良さを知ってもらい入口になればと話します。

来た人に楽しんでもらえるようなお店がMellow Classic八幡のコンセプト。常連のお客さんも多く、老若男女幅広い世代に愛されているお店です。「とにかく気軽に立ち寄ってもらえたら」と岩脇さんはにこやかに語ってくれました。

掘り出しものを探すワクワク感、お気に入りの一品に出会えたときのよろこびをここで体感してみませんか。

DATA

Mellow Classic八幡

Address/宮城県仙台市青葉区八幡3丁目1-1

(西友八幡店向かい)

Tel/022-266-0913

Open/PM12:00~18:00 (年中無休)

ひなたぼっこ カラオケサロン

ひなたぼっこに通信カラオケがやってきました！
そこで毎週水曜日カラオケサロンを開催することになりました。

4月11日（水）にお披露目会として開催し、近隣にお住まいの方々を中心に、11人の参加者で盛り上がりしました。平均3曲から5曲のペースで歌うことができ、個々に歌う楽しみはもちろんのこと、みんなで歌う楽しみかたもあり、時には全員での大合唱の声も聞こえてきます。

参加費はおひとり様 500円。どなたでも参加自由です。楽しいひと時をみんなで過ごすことができるひなたぼっこカラオケサロンに是非一度参加してみたいかがでしょうか？皆様の参加お待ちしております。



ひなたぼっこカラオケサロン

毎週水曜日 14：00～16：00

参加費：500円

会場：国見・千代田のより処ひなたぼっこホール
※カラオケ機器を使ったホールの貸し切り予約も承っております。

お気軽に下記連絡先までお電話ください！

国見・千代田のより処 ひなたぼっこ
TEL 022-343-1340

黄色いレシートキャンペーン贈呈式

昨年度、イオン中山店で行われていた黄色いレシートキャンペーンに参加しました。ひなたぼっこの活動に賛同頂き、投函された黄色いレシートの金額の1%にあたる16,500円分のギフトカードを先日贈呈式で頂きました。

寄せられた善意は、大事に使わせて頂きます。ご協力頂いた皆さま！ありがとうございました！

なお、今年度も同キャンペーンに参加していますので、イオン中山店でお買い物をされ、黄色いレシートが出た際には、ご協力の程よろしく願いいたします。



みんなの伝言板

元気のでる! 体操教室

座りながら無理なく体を動かします

- 日時** 6月13日(水) 13:30(受付)~15:30
- 会場** 角五郎市営住宅1号棟 集会室(前NTT社宅)
(仙台市青葉区角五郎2丁目10-15)
- 講師** せんだんの丘ぶらす 佐藤ゆう子先生
- 参加費** 無料
- 持ち物** 飲み物・タオル・運動しやすい服装
- お問合せ** 国見地域包括支援センター
TEL: 022-727-8923



葉山オレンジカフェ

認知症の理解を深めるカフェです

- 日時** 6月11日(月) 10:00~11:30
- 会場** 仙台楽生園ユニットケア施設群内 喫茶「茶楽」
(仙台市青葉区青葉区葉山町8-1)
- 内容** ペッパーちゃんと
いっしょに脳トレ
一緒に認知症予防
プログラムをしましょう!
- お問合せ** 葉山地域包括支援センター
TEL: 022-273-4910



簡単クッキング 栄養教室

朝食の大切さと身近な食材を使った調理を学びます

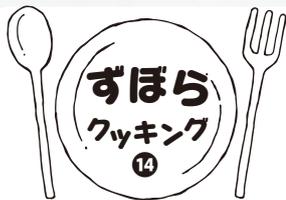
- 日時** 6月19日(火) 10:00~11:30
- 会場** 貝ヶ森市民センター 2階会議室兼調理室
(仙台市青葉区貝ヶ森1丁目4番6号)
- 講師** 高橋由美子先生(管理栄養士)
- 参加費** 無料
- 持ち物** 筆記用具・エプロンがあれば尚可
- お問合せ** 国見地域包括支援センター
TEL: 022-727-8923



はつらつ健康講座

認知症ってどんな病気?

- 日時** 6月20日(水) 14:00~15:30
- 会場** 荒巻コミュニティセンター 1階大広間
(仙台市青葉区あけぼの町12-20)
- 参加費** 無料
- 講師** 野村宏脳神経内科クリニック
院長 野村宏先生
- お問合せ** 葉山地域包括支援センター
TEL: 022-273-4910



レンジで青椒肉絲を作ろう

今回のワンボールレシピは「旬の食材
たけのこを使ったチンジャオロース」
レンジで簡単にできるので皆さんも試
してみたいかがでしょうか。

《材料》2人分

- 牛薄切り肉…150g
- (または豚肉生姜焼き用)
- しょう油…大さじ1
- 酒…大さじ1
- 片栗粉…大さじ1
- たけのこの水煮…150g
- ピーマン…3コ
- *下味(A)
しょう油…大さじ1
- 酒…大さじ1
- オイスターソース…小さじ1
- 砂糖…小さじ1
- にんにくのすりおろし…小さじ1/3

*分量はお好みで調節してください。

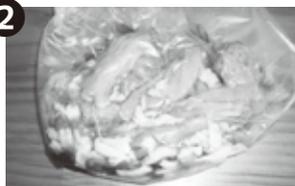
《つくりかた》

1



肉、ピーマン、たけのこは5mm
幅の細切りにします。

2



肉に下味(A)の材料をもみ込む。
(ビニール袋を使うと便利です)

3



直径20cmくらいの耐熱皿に
たけのこ、肉、ピーマンの順に
のせ合わせ調味料をかけ、ラ
ップをふんわりかける。

4



電子レンジ(500w)で3分30
秒~4分加熱し、出来上がり

*材料は耐熱皿に平らに広げるの
がしっかり火を通すポイント

♪みんなであべよう♪

ひなたごはん

おとな子どもも
おじいちゃんもおばあちゃんも
みんな食べてるとたのしいね。



- * 毎週月曜日~金曜日の
17:00~19:00(土・日・祝日を除く)
- * 場所 ひなたぼっこホール
- * 1食 子ども(中学生以下)300円 大人500円
- * 前日の12:00までに予約をお願いします
TEL 022-343-1340 ひなたぼっこ

ひなたくらぶ

小中学生にひなたぼっこホールを
無料開放しています♪
遊んでも勉強してもいいよ
放課後 18:00まで

宿題をしても
いいよ♪

おやつやお弁当を
持ってきて食べても
いいよ♪



お問合せはひなたぼっこまで TEL 022-343-1340