

# 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9月25日 部数 2,000部



みんなのわ創刊号(2010年5月発行)

## 「みんなのわ」100号発刊致しました!!

この度、コミュニティマガジン「みんなのわ」の発刊が100号を迎えることができました。2009年12月にひなたぼっこが開所し、翌年5月に「誰もが地域で豊かに暮らせるための地域のつながりづくりの一助となる広報紙を目指して、「みんなのわ」を発刊してから8年余りが経ちます。

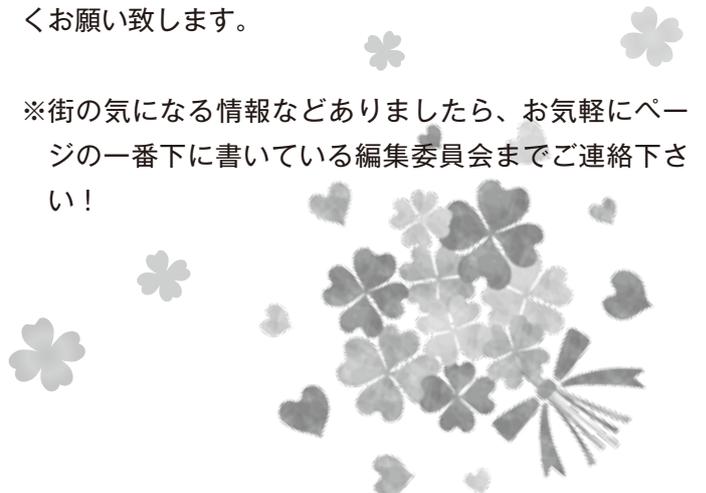
100号の発刊にあたり、配布にご協力頂いている国見地区連合町内会の皆さま、これまで取材や配布作業にご協力いただいたボランティアの皆さま、取材にご協力いただきました地域の商店、事業所や個人の皆さまに厚く感謝を申し上げます。

これからも、地域の皆さまに役立つ情報紙として活用して頂けるような紙面づくりを心がけていきたいと

思います。

今後も地域の皆さまからの情報の提供をお待ちしております。あわせて取材のご協力なども、何卒よろしくお願い致します。

※街の気になる情報などありましたら、お気軽にページの一番下には書いてある編集委員会までご連絡下さい!



編集委員会  
連絡先

国見・千代田のより処「ひなたぼっこ」

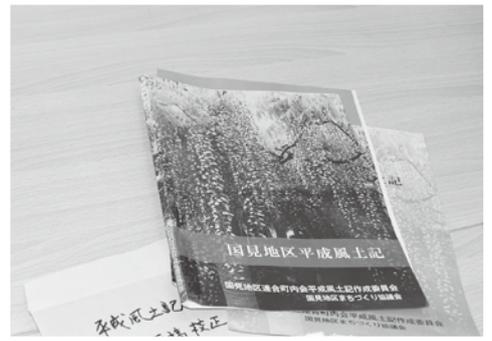
〒981-0936 仙台市青葉区千代田町 1-13

TEL 022-343-1340 FAX 022-301-8821

<http://www.clc-japan.com/hinatabokko/>

\* バックナンバーをご希望の方はお問い合わせください。





国見地区の過去・現在・未来が見える

## 「国見地区平成風土記」

「歴代藩主のお狩り場であり御覧場であった国見。伊達政宗公も御覧場から城下を見下ろし、町づくりを描いたと思われます」（「発刊にあたってより」）

一皆さんは、お住まいの国見地区がどんな歴史をたどってきたか、ご存知ですか？

この度、国見地区のことが手に取るようにわかる住民のための風土記「国見地区平成風土記」が、「郷土に対する愛着心を育み、ふるさとの貴重な財産を後世に語り継ぐこと」を目的として、来年1月に発行されます。

内容は、「国見地区の沿革、歴史、自然」、「各町内会・国見連合町内会の成り立ちや現在の様子」、「文化施設や関連団体の紹介」、「東北福祉大学・東北文化学園大学からの未来への提言」と四部構成となっています。

編集は、町内会役員や町内の歴史に詳しい方等15名で構成された「国見地区平成風土記作成委員会」が担当。二年前から毎月2回、集まって会議を開いてきました。一年目は、作成計画からはじめて、取材、収録および資料収集にあたり、二年目となる今年は、情報・資料を補足しながら、編集に取り組んできました。

今年8月に行われた、編集会議にお伺いしました。この日は、出来あがったサンプル誌をもとに、表紙デザインや参考文献の表記などについて話し合いました。

「参考文献は、個々の章末に入れるべきか、巻末にまとめるべきか」

「質問などに対応するには、一か所に参考文献をまとめたほうがいい」等

時に意見は二つに分かれることもありましたが、いずれも、国見地区と風土記を思う強い気持ちが根底にある点は変わりません（議論の顛末がどう反映されたかは、完成誌でお確かめください）。

会議の場で、議題を提示し、意見をとりまとめるなど、進行役を務めていたのが、委員長の吉澤秀晃さん（国見地区連合町内会会長）です。吉澤さんは、風土記編纂への思いを「いいものができてきている感じがしますね。いわゆる歴史書のように堅苦しいものではなく、わがまちの様子を楽しんで知ることができる。これを読めば、まちの成り立ちや昔から住民が大切にしてきたものが良く分かります」と話してくれました。

国見地区を思う人たちの気持ちが形になった「国見地区平成風土記」。皆さんも、ぜひ一冊いかがでしょうか。

### DATA

国見地区平成風土記

編者：国見地区平成風土記作成委員会

発行者：国見地区連合町内会・いきいき青葉区推進協議会

定価：1000円（税込）

申込み先：国見コミュニティセンター TEL 274-6182

（午前中のみ受付）販売予約受付は来年1月15日より行います。

（品切れ重版予定なし。お早目にお求めください）

# すし居酒屋しぶ谷

三条町にすし居酒屋のお店「しぶ谷」が、今年4月にオープンしました。親方の渋谷栄二さんは、すし歴35年の職人さんです。屋号は名字の渋谷からきています。漢字にすると堅苦しいイメージがあるので、どなたでも気軽に入っていただけるようなすし居酒屋にしたいという思いから、ひらがなで「しぶ谷」と付けました。

店内には親方自慢の全国のお酒が30本ほど、壁の棚に並んでいて、なくなり次第（お酒の種類に執着せず）お酒が変わります。

席は座席12席とカウンター2席が準備されています。明るく落ち着いた雰囲気でおしゃれな感じの店です。四季折々の食材を取り入れた料理を味わっていただけます。これからの季節には、親方が力を入れて作るはらこめしを是非どうぞご賞味ください。

昼のランチと、コース料理があります。

昼のランチは特製メニューとして税込1,500円と税込1,000円があります。

コース料理は予約になります。

宮城野コース 税込3,500円

（お通し、酢物、焼物、茶碗蒸し、寿司5貫、お椀）

青葉コース 税込5,000円

（お通し、小鉢、酢物、刺身、焼物、すし5貫、お椀、デザート）

お店のイチオシは、刺身はもちろんのこと、しぶ谷独自の大根の皮の酢漬け（税込108円）です。安くて、おいしくて、お客様に喜ばれています。

おみやげには太巻き（税込1,000円）が人気です。



親方の渋谷栄二さんと奥さん

毎朝中央卸市場と朝市場で仕入れた新鮮な食材を使用しています。お客さんは親子、家族連れなど、近所の方々に来てくれます。近くの北山市民センターの帰り道にお寿司を食べながら会話が弾んでいます。「一休みの場所としても利用していただけたら」と、親方は話していました。

かもめーる（夏限定のくじ付きハガキ）を2回ほど、三条町のお客様には送っています。「はがき」を持ってきた方には、もれなく「ビール」か、飲めない方には「ウーロン茶」をプレゼントしています。

明朗会計で注文しやすいように値段はすべて明記され、1個税込108円～となっています。

「地域の方、お客様には敷居の高い店としてではなく、親しみやすい店として安心して御来店して頂ければと思います。心よりお待ちしております」と親方は話していました。

## DATA

すし居酒屋 しぶ谷

営業時間 昼11:30~15:00 夜17:00~21:00

定休日 毎週月・第三日曜日

## ひなたごはん

毎月第2土曜日のひなたごはんはイベントの日！

9月8日に第2回目を開催しました。今回は「卵のまんまプリン」を作りました。今回も子ども6人、大人2人の参加者とともに楽しく行いました。宮城大学の学生ボランティア2人の手伝いもあり、試作や作り方の説明などの準備から当日のサポートまで、とても活躍していただきました。

たまごに自分のしるしを書いたり、たまごを遠心力の力で殻の中で混ぜるため割れないように回す作業が楽しく、遊びながらの参加となったようです。

出来上がりを待つ間にお昼のサンドイッチの具を自分の好みで作り、みんなで食べました。「みんなで食べると楽しい」「いつもよりたくさん食べられる」などとおかわりする子どもも多く、出来上がったプリンをみんなで食べて終了となりました。

終わった後はお友達同士楽しく遊ぶことも楽しみの一つとなっているようでした。



## 次のひなたごはん

今回は10月13日(土)に開催する予定です。

\* 参加費 子ども(中学生以下)300円 大人500円

\* 予約不要

詳しくはひなたぼっこまでお問い合わせください。

TEL 022-343-1340

## 土曜の音楽カフェ

### 認知症について学ぶカフェ(認知症カフェ)

「認知症と共に生きるご本人から話を聞こう!」

- 日時** 10月6日(土) 13:30~15:15
- 会場** 東北福祉大前駅 ステーションキャンパス  
(仙台市青葉区国見1丁目19番1号)
- 参加費** 無料(コーヒー、紅茶、お菓子を用意します)  
申し込み、予約は特にいりません。  
どなたでも参加できます。
- お問合せ** 認知症介護研究・研修仙台センター  
022-303-7550(平日 9:00~17:30)  
国見地域包括支援センター  
TEL: 022-727-8923



### 認知症サポーター養成講座

認知症のこと、理解を深めていきませんか?

- 日時** 10月23日(火) 14:00~15:00
- 会場** 貝ヶ森市民センター2階 会議室(貝ヶ森1丁目4-6)
- 対象** 概ね 65 歳以上の方 ※参加費は無料です
- 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

有料老人ホームやサービス付高齢者住宅等の違い

- 日時** 10月15日(月) 10:00~11:30
- 会場** 仙台茶生園ユニットケア施設内喫茶レストラン「茶楽」(葉山町8-1)
- 参加費** 無料
- お問合せ** 葉山地域包括支援センター TEL: 022-273-4910

### 介護予防教室

椅子に座ってストレッチや転倒予防体操等を行います

- ① **日時** 10月12日(金) 10:00~12:00  
**会場** やまて会町内会集会所(山手町24-28)
- ② **日時** 10月19日(金) 10:00~12:00  
**会場** 三条会館(三条町5-13)
- 参加費** 無料
- お問合せ** 葉山地域包括支援センター TEL: 022-273-4910



### シニア世代向け栄養講座

栄養講話と調理実習

- 日時** 10月22日(月) 10:00~11:30
- 会場** 荒巻コミュニティセンター中会議室(青葉区あけぼの町12-20)
- 参加費** 材料費 500 円
- お問合せ** 葉山地域包括支援センター TEL: 022-273-4910



### 電子レンジでサラダチキンを作ろう

最近よく見かけるダイエットの味方「サラダチキン」今回は簡単においしくできるサラダチキンの作り方を紹介します。普段のサラダにももの足りなさを感じている方はぜひ試してみてくださいはいかがでしょうか。

#### 《材料》1人分

- 鶏むね肉…200g
- 料理酒…大さじ1杯(水でも可)
- 下味塩コショウ…お好みの量(ハーブやカレー粉でも可)



#### 《つくりかた》



鶏むね肉についている皮を剥がし、厚みが半分になるように2つに切りわけます。



フォークでプスプスと鶏むね肉に穴をあけ、塩こしょうをします。



ジップロックに重ならないように入れて、料理酒を入れ、すきまを開けて閉じ、皿に乗せます。

※ジップロックをしっかり閉めると爆発する恐れがあります。



電子レンジに入れ強(500w)で4分半ほど加熱したら粗熱がとれるまでレンジの中で冷まし、ジップロックから出して完成。

## 地域食堂

### ひなたの夕ごはん

おとなも子どもも  
おいしいちゃんもおばあちゃんも  
みんなで夕食を食べるとたのしいね。



- \* 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
- 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♪  
遊んでても勉強してもいいよ(放課後 18:00まで)



お問合せはひなたぼっこまで TEL 022-343-1340