

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: CLC / イラスト協力: むらかた みゆき

■発行日: 平成28年6月25日 部数 2,000部

社会福祉法人東北福祉会 せんだんの杜 「国見の家」



民家活用の特性を活かし自宅に近い状態で利用できます



相談員の大沼雅子さん

社会福祉法人東北福祉会「せんだんの杜」では、特別養護老人ホームだけではなく、地域のなかで介護事業を行っています。これは、介護が必要になっても住み慣れた地域で、これまでの生活に近い暮らしができるようサポートするもの。その一つが、千代田町にある「国見の家」です。民家を利用して、高齢者対象のデイサービスや宿泊サービス、ホームヘルプ、託児などを行っています。

高齢者施設は一般的に段差を解消したいいわゆる「バリアフリー」になっていますが、「国見の家」は民家活用の特性を活かし、過度にバリアフリーにはしていません。その理由を伺うと、自宅に近い状態で施設でも生活して頂き、そこから自宅での困りごと・課題を見つけ、利用者ご本人とともに解決をし、住み慣れた自宅で住み続けていくことを目指しているためとのことでした。

また本人の声だけでなく、介護している家族のこ

とも気にかけており、朝夕の送迎の際にも「何か困っていることはないですか?」と、家族の声にも耳を傾け、経験などから助言もされているそうです。

今回取材に応じてくれた「国見の家」相談員の大沼雅子さんは「国見の家では、今後とも利用される方の暮らしを重視したケアを行っていきたい」と話します。



社会福祉法人東北福祉会 せんだんの杜
「国見の家」

仙台市青葉区千代田町 4-16 TEL 022-727-8830

営業日: 月～金、託児 営業日: 月～日

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/>



私はここで暮らしたい/
を地域で支える
住民による住民のための
「支え合い活動」をご紹介します



KHKスポーツクラブASPA あおば元気パークゴルフクラブ

あおば元気パークゴルフクラブは、平成18年6月に設立され、今年の6月に10年目を迎えます。現在の会員数は45人です。会長の光谷彰（みつやしょう）さんと前会長の糺友公（ただすともなり）さんにお話を伺いました。

パークゴルフは、

- ★自然を大事にする
- ★三世代が交流できる
- ★安全なプレーで楽しくできる

ことから、健康増進を目的に、コースの工夫によりハンディもなく、老若男女が楽しめるスポーツになっています。自分でスコアもつけるので、脳の活性化にも良いかもしれません。

東北福祉大学の施設を利用して、毎週火曜日と土曜日の9時40分から12時まで練習しています。お話を伺った日は快晴で、さわやかな5月の風を受けながら25人の会員が、3～4人一組で9ホールを周り、それぞれのホールを、規定打数以下を目標にプレーしていました。打数が少ないほど良いとのこと。今までで一番良い成績は、22～23だそうです。

ひなたぼっこのスタッフも体験させていただきましたが、とても親切に教えていただき、楽しかったです。

行事の1つとして年に2回、6月と11月に競技大会があり、9ホールを3ラウンド周って、競うそうです。日ごろの練習の成果を試せる機会もあり楽しみです。練習はいつでも見学できますので、興味のある方は、気軽に体験してみたいかがでしょうか。自然を大事にしているので、シューズは運動靴を準備してご参加ください。



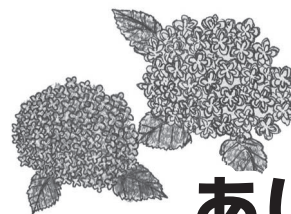
会長の光谷彰さんと前会長の糺友公さん

DATA

練習場所：東北福祉大学パークゴルフ場
（青葉区国見ヶ丘）

時間：9:40～12:00

連絡先：会長 光谷さん TEL272-9405



ひなたぼっこ主催

6月8日(水)

あじさいの うちわづくり



6月8日(水) ひなたぼっこホールで、あじさいのちぎり絵のうちわづくりを行いました。

当日は8人の参加者とともにワイワイと楽しく、大盛り上がり。皆さんの素晴らしい出来栄に感動するほどでした。途中、「ああ。血圧あがる。えらいものに参加してしまった」の声に笑いが起こるなど、笑いの絶えない時間を過ごし、素晴らしい8輪のあじさいが咲きました。

同じ図案でしたが、それぞれの個性が光り、世界で1つだけのうちわづくりとなり、皆さん満足された様子でお持ち帰りいただきました。



ひなたぼっこ
新メニュー

「ミートソーススパゲティ」

“こころや”さんのクッキーに続き、新メニューが加わりました！
今までお昼のメニューは、特製カレー(300円)のみでしたが、新たにミートソーススパゲティ(300円)が仲間入りしました。今後もメニューが増えていく予定ですので、ぜひお立ち寄りください。

✿ 熊本地震支援報告について ✿

6月3日から10日まで、ひなたぼっこの母体団体のCLCが参加している「熊本地震・共同支援ネットワーク」の活動に参加してきました。

他の団体の皆さんと、交互に入れ替わり、熊本地震の支援をしています。まだ、地震の爪あととも生々しく、倒壊した家屋がそのままの状態のところもありました。

私は、ボランティア活動者の後方支援ということで、拠点の管理が主な仕事でした。ボランティアの皆さんの熱い思いを感じることが出来た、今回の活動でした。

(Y.K)



ネットワークの現地拠点
(熊本県山都町中島西部ふれあいセンター)



みんなの伝言板

『健康ストレッチ体操・転倒予防体操』

日時 7月12日(火) 14:00~15:30
会場 新坂牽制住宅 集会所(青葉区柏木3-6)
参加費 無料
持ち物 飲み物、汗拭き用タオル、上靴
定員 15名 ※要事前申込み(椅子に座っての体操です)
問合せ先 葉山地域包括支援センター TEL 022-273-4910

『健康ストレッチ体操・転倒予防体操』

日時 7月6日(水)/7月13日(水) 14:00~15:30
会場 菊田町内会会館(青葉区北山三丁目6-12)
参加費 無料
持ち物 飲み物、汗拭き用タオル、上靴
定員 15名 ※要事前申込み(椅子に座っての体操です)
問合せ先 葉山地域包括支援センター TEL 022-273-4910

『座ってできるお手軽太極拳』

日時 7月26日(火) 10:00~11:30
会場 貝ヶ森市民センター 会議室
講師 リハビリテーション LET'S 倶楽部 高橋さゆり先生
対象 概ね 65 歳以上の方
参加費 無料
持ち物 飲み物、タオル、上靴、軽い運動ができる服装
問合せ先 国見地域包括支援センター(担当:菅原/吉田) TEL 022-727-8923



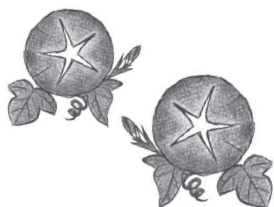
おうちで

簡単手作りコーナー②

ボタン活用アレンジ術

《用意するもの》

- ・好きなボタン
- ・接着剤



今回の主役はボタン!着なくなった洋服を捨ててしまう前にちょっとまった!よく見るとかわいいボタンがついていませんか?
 接着剤でくっつけるだけでかわいくなる「ボタン活用アレンジ術」を紹介します。
 ボタンでいろいろつくってみよう!



①画びょうにボタン

ちょっと貼るだけでお部屋のアクセントに!



②ヘアピンにボタン

貼りつけたり。通したり。ゴージャスに変身!



③ヘアゴムにボタン

ゴムを通しただけでもアイデアですよ。

他にも…

並べてくっつけてコースター。グラスに貼りつけてみたり。写真たてに飾るのもひと工夫ですよ。かわいいものやゴージャスなもののいろいろ組み合わせると楽しいです。他にもアイデア次第でかわいくアレンジ!いろいろ試してみては?

＼ 今年もやります! ／

ひなたぼっこ夏まつり

2016年 8月8日(日)

会場:ひなたぼっこホール

内容は近日公表!
 こうご期待!



昨年の夏まつりの様子

