

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9月25日 部数 2,000部

エバーグリーン・キタヤマ

今回は、北山3丁目の羽黒神社の入り口近くにあるエバーグリーン・キタヤマにお伺いし、お話を聞いてきました。エバーグリーン・キタヤマは「居宅介護支援事業所」という介護保険サービスの事業所です。

そもそも居宅介護支援事業所とは、65歳以上の高齢の方で要介護(1～5)の認定を受けた方が、最適な介護保険サービスを受けることができるようサポートをする介護支援専門員(ケアマネジャー)が属するところです。

今回お邪魔したエバーグリーン・キタヤマでは4人のケアマネジャーが所属しており、介護保険サービスの調整だけではなく、地域で暮らすための介護や福祉の相談を受けたり、利用者の方から「あの人が困っているから、(介護の相談等)お話を聞いてください」との相談を受けたり地域包括ケアセンターとの関係を含め、多種多様な相談が寄せられているそうです。

お話を伺った、所長の木村寛子さんと村上理恵さんは、より地域と密接に関わっていきたいと考えているそうで、「介護している人の不安を少しでも軽減して、介護している人、介護を受けている人それぞれが元気に暮らせるように応援していきたいと日々感じています。私たちが地域に溶け込んでいかなければならないと思い、町内会・羽黒神社の行事、地域の防災訓練や救命講習に参加しています。地域のつながりで、人と人とのあたたかさや大切さをしみじみと感じています。気軽に相談して頂き、地域の皆さまが元気に暮らせるように活動していきたい」と話してくださいました。



村上理恵さん(左)と所長の木村寛子さん(右)



DATA

医療法人 松田会
居宅介護支援事業所 エバーグリーン・キタヤマ
所在地:仙台市青葉区北山2丁目9-21
TEL:022-234-6226

「社会的孤立」や「制度のはざま」を考えるセミナー

～いま、なぜ「つながれる場」と「緊急時の一時生活の場」が必要か?～



日時 2016年10月16日(日) 13:00～17:00

会場 仙都会館(8階会議室)

参加費 1,000円(資料代込)

主催 全国コミュニティライフサポートセンター

申込み FAXまたは郵送にてお申込みください。
CLCのホームページからも申し込み可能です。

<http://www.clc-japan.com> TEL 022-727-8730 FAX 022-727-8737

全国での先駆的事例の紹介

- *にしはらたんぽぽハウス(熊本県)
- *石巻・開成のより処 あがらいん(石巻市)
- *国見・千代田のより処 ひなたぼっこ(仙台市青葉区)

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/>



学び合い 育ち合って 支え合う地域に



仙台学童ホーム 心 cocoro

今回は柏木にある学童保育施設「仙台学童ホーム心」を訪ね、お話を伺いました。

こちらは今年の4月にオープンしたばかりで、午後は学童保育、午前はフリースクール（土曜、長期休み等は午前から学童保育）を行っています。また、習い事のコースも設けており、本格英語・中学受験・ピアノ教室・学習サポート教室があり、これは学童保育利用者以外でも通うことができます。

通常、民間の学童保育は料金が高いというイメージがありますが、こちらでは仙台市の「放課後児童健全育成事業」の助成を受けているため、児童館とほぼ変わらない料金で利用することができます。対象は小学校1年生～6年生までです。さらに時間帯を延長したコースもあり、両親がお仕事をされているご家庭にはとても助かるサービスですね。

また、保護者の負担を考慮し、就学援助家庭には料金の減免を設定するなど多くのご家庭に利用頂けるよう工夫されています。通町小・木町通小・八幡小・国見小・荒巻小・上杉山通小など、どの学区の小学生でも利用可能です。また、今後の展開として16:00～17:00には無料開放し、友達と遊んだり、読書や宿題をするなど自由に過ごす場所としての「じどう広場」を検討しているそうです。

スタッフの一人は「子どもたちの生活は学校と家庭の往復というパターンが多く、ストレスを抱えた場合には居場所が限られてしまう傾向がある。そこで、学区問わずに子どもたちが集まることで新しい友達を作る場として、また安心していただける居場所としてこの場を提供していきたい」と熱い思いを語って下さいました。

料金（一部抜粋）

- ①放課後～18:15「学童保育」 月3,000円（保険料込）
- ②放課後～19:15「学童保育」 月4,000円（保険料込）
- ③放課後～20:00「学童保育」 月5,000円（保険料込）

*利用を検討したい方は料金体系や時間帯など詳しくはホームページをご覧ください。下記へお問い合わせください。



DATA

仙台学童ホーム心 cocoro

代 表：神原 康

場 所：〒981-0933 仙台市青葉区柏木 1-9-26 1階

連絡先：学童 TEL022-272-7712 学童携帯 080-9072-9315

ホームページ：http://sendaigakudo-cocoro.jp

ひなたぼっこ寺子屋を行いました



「ひなたぼっこ寺子屋」を夏休み期間中の月曜日～金曜日に行いました。

ホールを無料開放し、10:00～17:00までの間ならいつ来ても、お弁当を持参して食べても、もちろん勉強してもOK!! でも、みんな早々に夏休みの宿題を終わらせていて、「あと自由研究だけ!」という子がほとんどでした。

延べ52人の子どもたちが遊びに来てくれた「ひなたぼっこ寺子屋」。子どもたちの居場所づくりとして展開していきたいと思います。



まちの
お店たんけん



ここに真の中華料理が
あります。一度、確か
めに来て下さい！



日本語が流ちょうな、社長のソウ・ギョウグン
さん(左)と料理長のカク・ホウさん(右)

小中華郷土料理

今年7月7日に三条町にオープンした中華料理屋さんがあります。日本に移り住んで6年目という中国ご出身の料理長カク・ホウさんと社長のソウ・ギョウグンさんご夫婦が営んでいる「小中華郷土料理」さんです。

留学中の身でもあるカクさんが、「近くにはあまり中華料理屋がないけど、ほかの留学生仲間などに美味しい中華料理を食べさせてあげたい」という思いから、中国の飲食店で働いていた経験を生かして、お店を開くことにしたそうです。中国各地で親しまれている故郷の味や名物料理が再現されています。

「日本になじんでいる中華料理とは異なりますが、責任をもって一品一品をお出しすれば、仙台に本当の中華料理が広がるはず」と話すカクさん。中国と日本の間には、香辛料の使い方など、食文化の違いもありますが、日本人向けに大きく味付けを変えたりはせず、本場の調理方法・味付けを基本としながら、地域の人たちの趣向に合い、よく好まれるメニューを残しながら、毎月新しいメニューを出していくそうです。

今のおススメ、新規郷土料理メニュー第二弾の担々麺(980円)は、山椒が強めで香りがしっかりとした、スープの少ない、汁なし担々麺。香辛料がやみつきになるかもしれません。ほかにも手間のかかる、凝った伝統料理を食べられます。

よく来るお客さんは、だいたい社会人と学生が半数ずつ、男女の比率も同じくらいです。料理の感想も好評のようで、開店から1か月ですでに常連さんもいます。「中華料理が苦手な人にもたくさん来てもらえるようになりたい」と言うカクさんがつくる本格中華料理を、ぜひ皆さんも味わってみてください。

DATA

小中華郷土料理

営業時間 11:30 ~ 22:30 / 定休日 毎週木曜日

住所 〒981-0944 青葉区三条町12-3-101

TEL・FAX 022-343-5539

駐車場 あり(1台分) 店内では無料でWi-fiに接続できます。



味噌玉ってご存知ですか？

《基本の材料》

- ・味噌 120g
- ・顆粒だし 小さじ1
- ・かつお節 1パック

※量はお好みで調節してください

味噌汁が飲みたいけれど、自分1人だし、我慢しようかな。そんな葛藤を繰り返した私が見つけた味噌玉というもの。興味本位で調べていくといろいろなレシピがたくさんあるではありませんか。お家の味をインスタント味噌汁にしておもうというもののなのですが、冷蔵庫で1週間。冷凍保存すれば1か月は保存可能。時間のある時につくっておくと便利です！



①全ての材料を混ぜる。



②サランラップに12~13gずつ分け、空気を抜いて包む。



③輪ゴムやリボンなどをして、タッパーにいれて冷蔵庫で保存する。

あとは、飲みたい時に合わせ味噌玉をカップにいれて熱湯を150cc注ぐだけ。いろいろな種類の味噌玉をお試しください。

例) ・基本の味噌×乾燥わかめ×お麴

・基本の味噌×乾燥ネギ(小口切りをしたネギを半日乾燥)

・基本の味噌×乾燥わかめ×油揚げ(油揚げはレンジにカリッとするまでかけてカット)

※野菜を入れる場合は あらかじめ小さくカットしたり、炒めるなど火を通してください。

みんなの伝言板

外出サロンのお知らせ



日帰り温泉ミステリーツアー

2016年 10月24日(月)

集合時間 9:00 ひなたぼっこ集合

申込締切 10月17日(月)

参加費 2000 円位 (交通費込) * 食事は現地で各自チケット購入

ヒント ① 山形県との県境
② 3つの泉質が1つに混ざり合う奇跡の湯
③ 飲むことができる温泉 効能に期待大!と評判です。

**お申込み
お問合せ** ひなたぼっこ
TEL 022-343-1340



『介護予防教室』

日 時 10月21日(金)10:00~11:30

会 場 柏木市民センター 会議室
(仙台市青葉区柏木3丁目3番1号)

講 師 ラヴィフォーレ
健康運動指導師

参加費 無料

対 象 概ね 65 歳以上の方

持ち物 飲み物、タオル
軽い運動ができる服装

ストレッチ、モビ
バンを使用したトレ
ーニング、ロコモ体操
などを行います。

**お申込み
お問合せ** 葉山地域包括支援センター
TEL 022-273-4910
FAX 022-273-4919



表情筋で口角アップ!『秋の健口教室』^{けんこう}

日 時 10月13日(木)14:00~15:00

会 場 八幡杜の館 2階
(仙台市青葉区八幡3丁目1-11)

参加費 無料

対 象 概ね 65 歳以上の方

持ち物 筆記用具

**お申込み
お問合せ** 国見地域包括支援センター
担当: 菅原・吉田
TEL 022-727-8923
FAX 022-727-8924

せんだんの丘歯科衛生士
の先生から、お口の機能
の事や正しいケア、口腔
体操などについてお話を
伺います。



楽しく笑顔に『秋の健康教室』

日 時 10月25日(火)10:00~11:30

会 場 貝ヶ森市民センター 会議室
(仙台市青葉区貝ヶ森1丁目4番6号)

参加費 無料

対 象 概ね 65 歳以上の方

持ち物 飲み物、タオル
軽い運動ができる服装

**お申込み
お問合せ** 国見地域包括支援センター
担当: 菅原・吉田
TEL 022-727-8923
FAX 022-727-8924



訃報のお知らせ

ひなたぼっこの大家さんである、堀 保さんが去る
8月11日(木)享年91歳で永眠されました。堀さん
にはひなたぼっこの立ち上げから、これまで多大な
ご理解とご支援を頂き、大変お世話になりました。
職員一同、深謝の念を捧げるとともに、心よりご冥
福をお祈りいたします。