

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10月25日 部数 2,000部



9月28日、仙台市立国見小学校の2年生の子ども達が授業の一環で来訪しました。生活科の授業で、自分たちが住んでいる地域の人や場所、自然に関心を持つために、実際に地域に出て自分たちの行ってみたい場所(探検先)に行きインタビューをするという内容でした。

7人ぐらいの子ども達が、先生と保護者ボランティアの方に引率されて来訪。「いつからひなたぼっこがオープンしたの?」や「メニューはどれくらいあるの?」などの質問を受けました。

また、今年の夏休みに「ひなたぼっこの寺子屋」として食堂を開放していましたが、「お姉ちゃんが夏休みに来ていたことがある」などの話が出て、「僕たちも遊びにきてもいい?」「いい場所だね~落ち着くよね」「特製カレーを食べにきてもいい?」という声も寄せられました。

後日談ですが、その時にきた子ども達が実際に遊びにきたり、お母さんと食事をしにきたりと新たな地域とのつながりができています。

今後も子ども達が安心して地域で暮らせるように、子ども達の居場所づくりを検討していきたいと思います。

◎小学校等の長期休暇期間中は、今年の夏休み同様に子ども達が自由に来所することは可能です。夏休みの開放の時の様子は「みんなのわ」76号をご参照ください。



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/>



「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 卓球部

リオデジャネイロオリンピックで男女ともに盛り上がりを見せ、見事メダル獲得となった卓球。卓上の激しいラリーに目が釘付けになってしまったという方も多かったのではないのでしょうか？

今回はKHKスポーツクラブASPAの卓球部にお邪魔しました。体育館ではピンポン玉の跳ねる音がリズムカルに響き渡ります。こちらで活動をされている部員の林恒司さんにお話を伺いました。活動は、貝ヶ森小学校跡施設の体育館で、毎週木曜日の午後7時～9時まで行われています。現在、部員は15人でメンバーは中学生から70代までと幅広い年齢層で構成され、卓球を通してさまざまな世代で交流ができるのも魅力のひとつです。

こちらはチームとして試合に出場するのではなく、自主的な活動が目的とされています。練習内容としては、初級者と中・上級者に分けた練習や、シングルス・ダブルスなどの練習試合を行いながら、個人のスキルアップを図るというものです。また、東北福祉大学の卓球部の学生が指導を行う日を設け、より専門的なアドバイスを受けることができます。実力のある大学生に指導してもらえということもあり、部活動で力を発揮したい中高生にはとても良いトレーニングですね。評判を聞きつけて他の地区から参加した方もいらっしゃるそうで、学区や地区を問わず一緒に活動できる方なら大歓迎だということです。

日頃の運動不足の解消や健康増進など、スポーツの秋の到来に合わせて気軽に卓球を始めてみませんか？



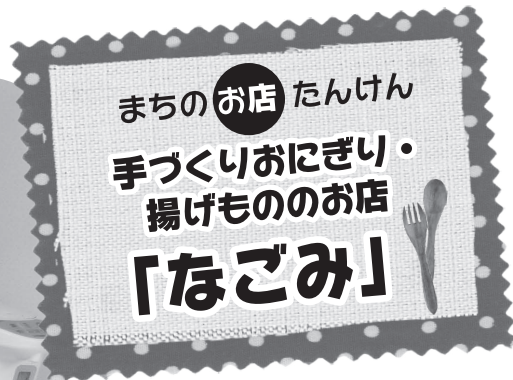
幅広い年齢層のメンバーが卓球を楽しんでいます



部員の林恒司さん

DATA

活動日時：毎週木曜日 午後7時～9時
場所：貝ヶ森小学校跡施設体育館
連絡先：秋村さん 022-279-6954



お電話1本で、揚げもの1個でも
お届けします！
お気軽にご連絡ください！



今年9月4日に三条町でオープンした「なごみ」は、手づくりおにぎり・揚げもののお店です。おにぎり30種、お弁当26種、フライなどの揚げ物27種、フランクフルトなどファストフード8種、パック入りお惣菜20種と、豊富なメニューは毎月入れ替わります。1番のこだわりは、くずれてしまわない程度にやわらかく握ったおにぎり（70円～）。お米をつぶさず、ふんわりと仕上げます。揚げものは各家庭で調理する機会が減っているかもしれませんが、好みのものを必要な量だけ購入できますし、冷たい飲みものや、インスタントのお味噌汁などもそろえてあるので、忙しくて料理に手間と時間をかけられないときでも十分な食事を用意できて、とてもありがたいですね。

中学生や高齢者など、お客さんの層は幅広く、「年齢などに関わらず、誰にでも喜んでもらいたい」「個人商売だから融通がききます」と、オーナーの石田さん。前もってご連絡すれば、子ども会や会合に合わせた大量発注もできますし、自宅などへの配達も可能です。

「〇百円で見つくるって」とお願いすれば、設定額に合わせておにぎりとおかずを用意してもらうこともできます。「メニューなどの要望も気軽に相談してほしい」と、お客さん思いの柔軟なサービスで地域の声に応えます。

「どんな人が調理しているかを知って、安心して食べてほしい」と、石田さんはなるべく調理場から顔を出してお客さんに声をかけるようにしているそう。お顔が見たい人は、ぜひなごみさんにお立ち寄りください。おしゃべり好きで明るいオーナーや、たくさんのできたお惣菜がお待ちしています。

DATA

「なごみ」

〒981-0935 仙台市青葉区三条町12-3-102

TEL・FAX 022-725-7450

平日 11:00～20:00

土曜日 11:00～19:00

日曜・祝日 10:00～19:00

定休日 毎週火曜日

みんなの伝言板

武者クリニックバザー開催のお知らせ

日時 11月11日(金)10:00~12:00
会場 武者クリニック
内容 衣類・日用品・手工芸品・野菜の販売
 無料喫茶コーナー、レコードコンサート
 もあります。是非お立ち寄りください！
 その他、ゲストショップの参加で、花・
 手作り菓子・野菜等販売します。
お問合せ 武者クリニック
 住所：仙台青葉区子平町8-12
 TEL：022-728-7228 担当：澁谷

これだけは知っておきたい成年後見制度&遺言

日時 11月11日(金)14:00~15:30
会場 千代田町内会集会所
 (仙台市青葉区千代田町5-11)
講師 High Field 司法書士法人 司法書士
参加費 無料
対象 概ね65歳以上の方
**お申込み
お問合せ** 葉山地域包括支援センター
 TEL：022-273-4910



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)

家族の介護に直面 そのときどうする？
日時 11月5日(土)13:30~15:15ごろ
会場 東北福祉大前駅 ステーションカフェ
 (駅の目の前です)
講師 北川瑞穂さん(せんだんの杜 社会福祉士)
参加費 無料(コーヒー、紅茶、お菓子を用意します)
お問合せ 国見地域包括支援センター
 TEL：022-727-8923



冬の寒さは危険!体を温める生活の工夫

日時 12月3日(土)13:30~15:15ごろ
会場 東北福祉大前駅 ステーションカフェ
 (駅の目の前です)
講師 小野咲子さん(せんだんの丘 作業療法士)
参加費 無料(コーヒー、紅茶、お菓子を用意します)
お問合せ 国見地域包括支援センター
 TEL：022-727-8923



★申し込み、予約は特にいりません。誰でも参加できます。

おうちで 簡単手作りコーナー④ ストローで作る ヒンメリ

《用意するもの》

・ストロー 8cmに切ったもの 12本
 ・紐 約2m

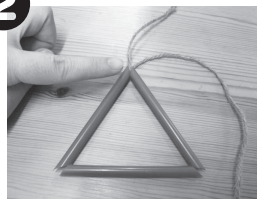
今回は余ったストローで「ヒンメリ」
 を作ってみようと思います。
 「ヒンメリ」とは、太陽神の誕生祭や
 収穫祭などの装飾品として、フィンラン
 ドに古くから伝わる麦わらのモビール
 のこと。12月の収穫祭やクリスマス、お
 祭りの装飾品として親しまれ、今もクリ
 スマスや結婚式などの装飾に使われ
 「幸運のお守り」とも言われています。

1



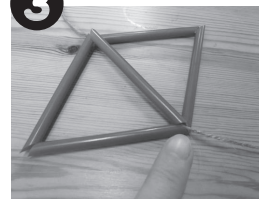
ストローの両端を斜めにカット
 (仕上がり具合が変わります)

2

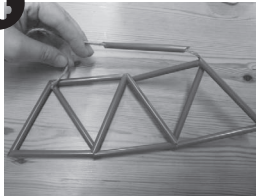


3本通して3角形を作ります。 2本通して結ぶを繰り返す。

3

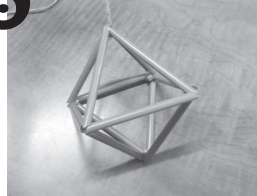


4



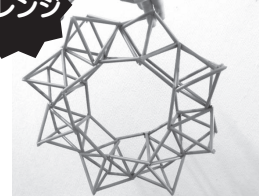
5つの三角形ができた後最後の
 1本をとおして最初の結び目と
 結びつける。

5



残りの角を結んだらダイ
 ヤの形の出来上がり。

アレンジ



今回はクリスマスも近いとい
 うことで、つないでリースにしてみ
 ました。いろいろつなげて楽し
 んでみてはいかがでしょうか。

9月26日(月) ふれあいバザー を開催しました



ひなたぼっこホールにて、ふれあいバザーを
 開催しました。
 皆様のご協力もあり、今年も多く品物でに
 ぎわい、来てくださったお客様たちも楽しん
 でいただけた様子でした。
 品物を提供してくださった皆様、来てくだ
 された皆様など多くの方々に感謝でいっぱい
 です。ご協力ありがとうございました。

