

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29年4月25日 部数 2,000部



3月1日に国見1丁目に開所しましたカラット国見にお伺いしてきました。お話を伺ったのは、同社の代表取締役の白井由美さんとカラット国見の教室マネージャーの佐藤睦さんです。

カラット国見は、障害のある小学生から高校生までの学齢期の子どもを対象に、放課後や長期休み等を一緒に過ごす放課後等デイサービスと児童発達支援をしています。2つの事業とも、児童福祉法に基づく福祉サービスです。

カラット国見では、体力づくりをしたくても集団行動が苦手な子ども達がのびのびと運動する機会や、成長につれて社会生活を身に着ける機会を作り出すためにさまざまなプログラムを用意しています。施設内は跳び箱等の運動器具が備わっており、イベントではポニーに乗ったり、農家で野菜の収穫体験や、外出時に1人で電車の切符を買う練習等を行うそうです。また近隣の市民センターを借りて運動会を行うことも計画されています。

名称の由来は、「いろんな体験を通して、子ども達の将来の可能性がダイヤモンドのように何カラットにも輝

くように」という思いでカラット国見という名前をつけられたそうです。

今回お話を聞いたお二人からは、「子ども達の成長に応じた支援に関わっていきたいと思いから、今後は、さまざまな事業展開も考えていきたい」というお話しがありました。

さまざまな個性を持った子ども達の輝ける居場所がココにありました。

利用スケジュール

- グループレッスン（放課後等デイサービス）
月曜日から金曜日 放課後～17:00
- グループレッスン及び個別レッスン
（児童発達支援・放課後等デイサービス）
土曜日10:00～16:00（個別に50分程度プログラムを設定）
- イベントも随時開催！

お問い合わせ先

児童発達支援/放課後等デイサービス カラット国見
〒981-0943
仙台市青葉区国見1丁目6-48国見パーソナルメインビル1階
電話：022-341-7895 fax：022-341-7988

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。





国見学区民体育振興会 インディアカ部

今回はインディアカ部部長の早坂^{つとむ}務さんにお話を伺いました。

練習は、週1回土曜日の18時から20時半まで国見小学校の体育館で行っています。メンバーは10人位で、お話を伺った日は6人の参加でした。

インディアカは、ドイツで考案されたニュースポーツで、羽のついた専用のインディアカボールを使い、ネットをはさんで相対した2チームが互いに手のひらで打ちあう団体競技です。肘より上に当たると反則となります。コートはバドミントンのダブルスと同じ広さのコートを使用し、ルールはバレーボールとほぼ同じだそうです。

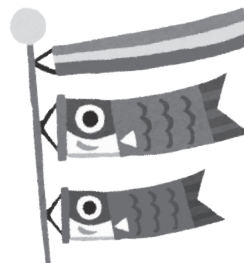
年に2回、青葉区仙台インディアカ春季大会と秋季大会があります。競技は、男女混合で4対4に分かれ1ゲーム15点（ゲームにより18点）先取で行います。

初めてインディアカを見学したのですが、思ったよりハードで体をよく使います。この日は気温が下がり寒かったのですが、3対3で試合形式で練習をし、皆さん汗をかいていました。

早坂さんは「明るく笑顔で楽しくできればいい。そして、健康にも良い」と話して下さいました。ご夫婦での参加が多く、前は学生の参加も多かったが、ここ数年は若い世代が減ってきたとのこと。和気あいあいの雰囲気、とても楽しそうに練習している様子が印象的でした。この機会にぜひ、気軽に見学や参加をしてみてください。



幅広い年齢層のメンバーがインディアカを楽しんでいます



大きな羽がついたインディアカボール

DATA

場所：国見小学校体育館

時間：毎週土曜日18:00～20:30

（変わる場合も有り）

問合せ：早坂 TEL：022-234-1884



まちのお店 たんけん
 特定非営利活動法人
 博英舎・こころや



こころやでは、季節の食材をふんだんに取り入れた日替わりメニューを提供しています。この日のメニューは、「野菜の肉みそ丼」（なめことお豆腐のお味噌汁と野菜サラダ付き）。たっぷりのお肉が食感よくジューシーで、散りばめられたグリーンピースとにんじんがさらにお肉の旨味を引き立てる一品です。パプリカとレタスのサラダは、彩りも鮮やか。メニューには「一人暮らしの方にも野菜をなるべく多く摂っていただけるように」という調理者の心づかいが込められています。300円と、価格もとってもリーズナブルです。

こころやは、障がい者の就労継続支援B型事業所として運営していますが、一般の方もランチを利用することができます。ランチをご希望される方は、当日10:30までにお電話もしくは直接お越しいただいてご予約ください。もともとはこころやが木町地域のお祭りに参加したことがきっかけで、地域の人とつながり、一緒にランチを楽しむような関係が生まれました。

食べに訪れた人たちは、「みんなで食べるから、一層おいしい」と笑顔で話します。みんなでぎやかにテーブルを囲みながら、家庭的な味わいを楽しんでみませんか。

DATA

特定非営利活動法人 博英舎こころや
 〒981-0932 仙台市青葉区木町10-3
 TEL 022-728-8343
 FAX 022-728-8156
 MAIL kokoroya-3@if-n.ne.jp
 HP <http://hkokoroya.wix.com/home>
 Facebook
<https://www.facebook.com/hakueisya.kokoroya/>
 ※こころやの手づくりクッキーは、ひなたぼっこでも好評販売中です。

ひなたぼっこ
 手作りサロン

3月22日(水)

ガラス彫刻教室 を開催しました

昨夏に行った風鈴の彫刻が盛況であったため、今回はガラス製のマグカップへの彫刻デザインを行うことにしました。

3月22日(水)に行われたサロンでは 5人の参加者とともに楽しくスタート。さまざまなデザイン例の中でも特に蝶のモチーフに人気があつまり、春に向けた華やかなものが出来上がっていました。出来上がった後はケーキとコーヒーで楽しいひとときとなりました。またぜひ一緒に楽しみましょう。ご参加ありがとうございました。



みんなの伝言板

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)

「認知症の新常識?！認知症の原因の一端解明」

- 日時** 5月13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 (駅の目の前です)
- 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



八幡^{なごみ}和カフェ(認知症カフェ)

- 日時** 毎月第3木曜日 13:30~15:00
- 会場** 彌勒院 2階 和室
- 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** 国見地域包括支援センター TEL: 022-727-8923



北山ふらっとストレッチ

- 日時** 毎週木曜日 月4回 午前10時~11時半
- 会場** 北山市民センター
- 参加費** 500円
- 内容** ストレッチ及び健康体操
- 持ち物** 上靴・飲み物・タオル
- お問合せ** 葉山地域包括支援センター TEL: 022-273-4910



葉山オレンジカフェ(認知症カフェ)

認知症の事を知りながら、介護の経験談、疑問質問、相談などを気軽に話しできるカフェです。

- 日時** 毎月第2月曜日 10:00~11:30
- 会場** 仙台楽生園ユニットケア施設内 喫茶レストラン「茶楽」
- お問合せ** 葉山地域包括支援センター TEL: 022-273-4910

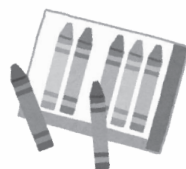
生き生き爽健会

- 日時** 毎月第2・4水曜日 14:00~
- 会場** 三条会館
- 内容** 体操・創作活動・障害学習・座談会など
- お問合せ** 葉山地域包括支援センター TEL: 022-273-4910 せんだんの丘プラス TEL: 022-719-5621

おうちで 簡単手作りコーナー⑦

マールクレヨンをつくらう

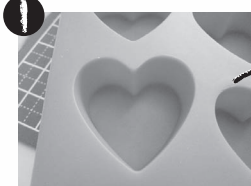
短くなって使いにくくなったクレオンはいろいろ集めてマール柄の面白いクレオンにしてしまおう。もちろんしっかり描くこともでき、組み合わせや描き方によっていろいろな色が楽しめます。想像力が掻き立てられ、ワクワクしちゃいますね。



《基本の材料》
短くなったクレオン
シリコン型(製氷皿等)

★いろいろな形の型で試してみてもね!
書く場所によっていろいろな色になって楽しいよ!

つくりかた



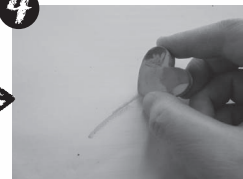
① あまったクレオンを細かく砕く。



② シリコン型に山盛りになるぐらい入れる。



③ 500Wの電子レンジで6分半チンする。



④ 室温で冷まし、型から外したら完成!

みんなであべよう ひなたごはん

5月の予定

おとなも子どももおじいちゃんもおばあちゃんもみんなで食べるとのしいね。



5月2日(火) 17:00~19:00

ちらし寿司
柏餅
お吸い物

5月16日(火) 17:00~19:00

鶏肉・大根・銀杏の炒め煮
水菜のサラダ
味噌汁

1食 300円

