

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1月25日 部数 2,000部



株式会社ひばり

ひばり健康体操教室の様子



三条町の事務所



代表取締役の青戸陽祐さん

今回は三条町にある株式会社ひばりにお邪魔してきました。お話をお聞きしたのは株式会社ひばり代表取締役の青戸陽祐さんです。

株式会社ひばりは、平成27年から上杉地域で訪問看護ステーションを運営しており、このほど本社機能を三条町に移しました。

事業としては、訪問リハビリ、訪問看護、精神科訪問看護を行っています。病気や障害を持った人が住み慣れた地域やご家庭で、その人らしく療養生活を送れるように、看護師等が訪問し、ケアを提供するサービスで、訪問エリアは主に、仙台市、多賀城市、利府町、塩竈市、富谷町です。

また同社では、介護予防の視点から専門分野の知識と技術を活かして、上杉コミュニティセンターで「ひばり健康体操教室」を行っています。取材に伺った日は、コミュニティセンター周辺の方が10名程参加されました。体操教室をはじめて1年ぐらいいち、最初はお互いの名前も知らなかったけれど、最近は月1回の体操が楽しみで、参加している方がお菓子を持ち寄ったり、休んだ人がいれば「今日はあの人休みなんだね」

と心配をするようになって、お互い電話で声をかけあったりするようになったそうです。「体操は一人ではしない。みんなと一緒にやるのが大事なんだ」と参加されていた方が話していました。

体操教室の他に、デッサン教室も始めたそうです。実は青戸さんは美術系の大学を卒業されているため、その指導も本格的です。

今後は本社のある国見地域にも貢献したい思いもあり、地域の他の施設等とも連携していきたいとお話されていました。

＊三条町の事務所に関するお問い合わせは下記までお願いします。

株式会社ひばり

ひばり訪問看護ステーション

〒980-0011

仙台市青葉区上杉6丁目6-47-2 Sfida上杉B 1号室

TEL 022-728-8160（代表）

FAX 022-728-8161



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。



国見コミュニティセンター ほっと☆くにみ



2017年10月から国見コミュニティセンターで始まった「ほっと☆くにみ」を、12月13日（水）に見学させていただきました。

「ほっと☆くにみ」は、月1回開かれる小学生のための放課後の居場所で、夕食付きなのが特徴です。国見地区まちづくり協議会、国見地区連合町内会、民生・児童委員、福祉委員、東北福祉大学の村山ゼミ・千葉ゼミの学生ボランティアの協力を得て始まりました。16時から18時までは、学生に宿題を見てもらったり、ゲームをして遊んだりして過ごし、18時から地域の方々が作って下さったカレーライスを全員でテーブルを囲んでいただき

ます。その後は、保護者が迎えに来るまで、各々自由に学生とゲームなどを楽しみました。この日は、4人の子どもたちが参加していました。

私たちも突然お邪魔したにもかかわらず、カレーをごちそうになりました。和やかな雰囲気の中、みんなそろって「いただきます」をして食べました。とてもおいしかったです。食材は、その都度寄付して頂いたり、補助金でまかなっているそうです。

子どもたちは、学生ボランティアにすっかり懐いている様子でした。食後は、会長と将棋をしたり、座布団を使った基地づくりなどして遊んでいました。登録制で、いろいろ試しながら反省点や改善点を見つけて取り組んでいくそうです。

DATA

場所：国見コミュニティセンター
住所：仙台市青葉区国見4丁目4番4号
TEL：022-274-6182
OPEN：毎月第2水曜日を基本として、
16時～19時に行っています

ひなたぼっこ 恒例

2017年越しそば

12月31日（日）ひなたぼっこ年末恒例の「年越しそば」を行いました。

近隣にお住いの家族連れの方に、寒い中来ていただきました。昨年も来てくださった方々でしたので、姉妹が一年でとても大きくなっていたことにビックリしました。

年末の忙しい中、少しでもゆっくりとした時間を過ごしていただけたのかと思います。



わがまち
たんけん

八幡杜の館

風情ある外観の八幡杜の館

八幡3丁目の住宅街に、鮮やかな黒塗りが印象的な、レトロな建て物があります。地域の文化活動の拠点として幅広い世代に親しまれている「八幡杜の館」です。かつての八幡町のシンボルだった「天賞酒造」を移築したもので、当時の面影を強く残しています。

天賞酒造は、大崎八幡宮の御神酒酒屋として江戸時代から栄えた造り酒屋です。杜の都の歴史を伝える遺産として、1992年には仙台市の都市景観賞も受賞しています。天賞酒造は2004年に川崎町に移転をすることになりましたが、「なんとかしてこの地域の宝を残せないか」と八幡地区の住民と行政とで話し合いが行われました。その結果、建物（天賞酒造店蔵）と庭園（天賞苑）は仙台市によって買い取られ、店蔵は移築して「八幡杜の館」として生まれ変わり、庭園は中島丁公園として整備されました。

杜の館の館内には天賞酒造を紹介するパネルや古地図、寄贈された美術品などが展示されています（入場無料）。また、一般向けに貸し出しを行っていて、常設展やワークショップ、コンサート、落語会など多様な催し物が定期的にかかれていきます。昨年10月には小学生の絵画コンクールの表彰式・展示が行われ、子どもたちや保

護者に好評でした。

杜の館の管理運営は、住民有志の「八幡杜の館運営委員会」が担い、住民ボランティアが交代で運営しています。住民の手で無理なく長期継続させていくために、開館日は週4日としているそうです。

現在は、館内で雛まつりが開催中。八幡小学校に所蔵されていた昭和初期の頃のひな飾りや八幡地区の住民有志による手づくりのつるし飾りなどを展示しています。

（1月18日から3月4日まで。開館は毎週木曜日から日曜日の午前10時から午後4時まで）



季節ごとの彩りを見せる中島丁公園



中島丁公園の春の恒例行事「さくらまつり」の光景



杜の館内部の展示コーナー

サポーター募集のお願い

『八幡杜の館』の運営は八幡地区まちづくり協議会からの交付金と、サポーターの皆様の年会費によって賄われています。

仙台市からの助成は水道と光熱費のみです。

現在は約70人のサポーターの皆様のご協力、ご協賛のもとに活動を継続させていただいていますが、安定した運営を継続させるにはまだ多くのサポーターの皆様のお力添えが必要な現実です。

仙台北西部の文化活動の拠点、地域住民の憩いの場として皆様とともに寄り添いあいながら運営していきたいと願っています。

このような趣意にご賛同いただけるサポーターの

皆様を募集しています。

年会費：一口1,000円（何口でも結構です）

サポーターの皆様には適宜、杜の館の展示、催しについてのご案内を差し上げます。また、年に一度程度サポーター交流会を開催し、運営状況、会計状況をご報告し、皆様の忌憚のないご意見をいただきながら親睦を深めます。

ご賛同いただける方は、下記よりご連絡いただきたく存じます。

TEL:022-211-7077

Mail: h.morinoyakata@gmail.com

みんなの伝言板

八幡 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
 (仙台市青葉区八幡1丁目4-19)
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



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)

認知症ってなんだろう?医師の立場から

- 日時** 2月3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



生き生き爽健会

- 日時** 2月6日(火) 13:30~15:30
 ※平成30年から日時が変更になりました。
 毎月第1火曜日 13:30~15:30
 (祝日の場合は第3火曜日 13:30~15:30)
会場 三条会館 (仙台市青葉区三条町5-13)
内容 体操・創作活動・生涯学習・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

1月・2月は千代紙を
 使った雛飾りを作ります。
 後半30分間は棒体操を
 します。お気軽にご参加
 ください。



北山ふらっとストレッチ

- 日時** 毎週木曜日 月4回 10:00~12:00
会場 北山市民センター
 (仙台市青葉区新坂町8-4)
参加費 500円/月
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



レンジで焼きそばを作ろう

電子レンジで焼きそばができる
 簡単レシピをご紹介します。
 ずぼらな私にぴったりなので、うちで
 は定番のレシピです。(笑)

《材料》1人分

焼きそば、粉末ソース…1食分 酒…15cc
 豚肉…50~70g ごま油…少量
 キャベツ、もやし…適量

*分量はお好みで調節してください。

1 つくりかた



豚肉は塩・こしょうして、キャ
 ベツは一口大に切る。

2



大容量に麺を入れ、もやし・キ
 ャベツ・豚肉の順に重ねる。

3



酒、ごま油を回しかけ、フタ
 をして電子レンジ(700w)
 で3分30秒加熱する。

4



フタを取り、粉末ソースを加え
 て全体をよくまぜる。
 *目玉焼きを乗せるのもおすすめ!

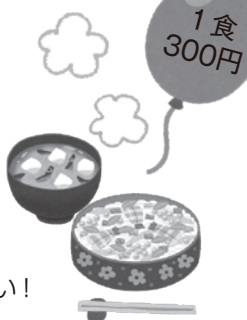
ひなたごはん 2月の予定

2月13日(火) 17:00~19:00
 油麴丼

2月27日(火) 17:00~19:00
 ちらし寿司、お吸い物

* 前日までに予約をお願いします。
 * どなたでもお気軽にご利用ください!

TEL 022-343-1340 ひなたぼっこ



S-1グランプリ 第5回いがす大賞

地方創生・一億総活躍・一般介護予防大見本市

観覧
無料

「いがす」——それは、「いいね!」「了解しました」などの意味をもつ宮城県の方言。
 「いがす!」と声に出したくなってしまう、人やまちを「活かす」、「イカす」支え合い
 活動を発表し、交流する「S-1グランプリ 第5回いがす大賞」を開催します!

2018年2月24日(土)

会場: せんだいメディアテーク 1階 オープンスクエア

詳しくは全国コミュニティライフサポートセンター(CLC)の
 ホームページをご覧ください。 <http://www.clc-japan.com/>