

# 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3月25日 部数 2,000部

## 社会福祉法人みんなの広場 工房きまち

今回は青葉神社の近くにある「就労継続支援B型工房きまち」にお邪魔してきました。お話をお伺いしたのは副所長の黒澤尚樹さんです。

就労継続支援B型事業所とは、働くことを希望している障害のある方が、一般就労に必要な知識や技術などを高める障害福祉サービスの一つです。利用するには障害福祉サービス受給者証が必要となります。

工房きまちで行っている作業については、印刷業者さんからの依頼で、菓子箱組み立て、印刷物の丁合・封入・封緘、割り箸の袋詰めなどです。また、太白区茂庭の農家から仕入れた市場ではあまり出回っていない珍しい野菜などの直売所の運営や区役所・市民センター・イベントなどでの販売、岩沼市の企業での肥料や建築資材の袋詰め、北山周辺でのメール便の配達作業、北山にある寺院の境内の清掃作業などを行っており、作業で得た工賃は月末に支給されます。

そのほか、悩みごとの相談、健康管理、同事業所へ通うことができなくなった場合の訪問支援、求職活動の支援も行ってくださるそうです。

取材時には試供品となるゴミ袋の折り方と袋詰め作業をされていて、皆さん真剣に作業をされていまし



た。メール便の発送作業なども行われており、どの作業も責任をもって取り組んでいるように感じられました。

副所長の黒澤さんからは、「今後は地域の方から作業などの依頼があれば、できるだけお応えできるようにしていきたい」とお話しがありました。



副所長の黒澤尚樹さん

社会福祉法人みんなの広場 工房きまち  
仙台市青葉区北山1-10-15

TEL 022-275-2101 FAX 022-275-2101

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。



まちの  
お店たんけん



## フレッシュベーカリー マルフジ

北山3丁目に、創立1935年の老舗パン屋さんがあります。学校の給食や売店でもおなじみのフレッシュベーカリーマルフジです。人気のあのパンが売り切れないように、お昼時に売店に駆け込んだーそんな学生時代の記憶をお持ちの人も多いのでは。

マルフジは毎朝つくりたてのパンを提供しています。香ばしく、もちりとした食感がやみつきになることでしょう。

パンづくりは、夜も明けきらぬうちからスタートします。毎朝4時から仕込みを始め、食パンであれば4時間ほど発酵をさせて中種をつくります。それから、約1時間砂糖やマーガリンを入れてこねながら、形を整えます。最後に、180～200℃の高温の釜で、およそ40分の時間をかけて焼成。そうして、午前10時ごろには、焼き立てホカホカのパンが店頭に並びます。市内のスーパーや学校、病院などへも卸しています。

代表取締役社長の伊藤淳一さんは、パンづくりでたいせつにしていることとして、「できたてのパンをその日のうちに届けること。いい食材を使えば使うほど、日もちしないんです。たとえば、脂肪分の高い生クリームほど早く悪くなりますよね。だから、何よりも衛生面に気をつけて製造・販売しています」と、話してくれました。

マルフジは、現在40～50種類のパンをつくっています。なかでも、売れ行きの良い商品はメロンパン（税込129円）、バターラスク（129円）、りんご&クリーム（151円）、メープル & マーガリン（151円）、チョコデニッシュ（151円）、クッキー（プレーン、チョコ、レモン、アー

モンド、コーヒーの5種類 各172円）です。近くに住む主婦の方や、学校帰りに立ち寄る学生の方など、幅広い世代に常連のお客さんがいて、「とってもおいしい」と女性や小さなお子さんにもよろこばれています。

長年地域で愛されてきたフレッシュベーカリーマルフジは、毎月の新商品開発など新たな挑戦も行いながら、変わらぬおいしいパンを提供していきます。

この記事を読んで興味をもたれた方は、ぜひお気軽にお店にお立ち寄りください。



### DATA

フレッシュベーカリーマルフジ

営業時間 午前9:00～午後5:00

所在地 仙台市青葉区北山3丁目1-17  
(飛田歯科隣り)

# 先行被災地の生活支援コーディネーター 情報交換と視察研修



3月12日(月)、熊本県内の生活支援コーディネーターやその関係者10人が、ひなたぼっこに視察にいらしていました。これは、日本郵政の助成を受けて今年度CLCが実施している「熊本被災現地支援関係者のための東日本大震災被災地視察・交流事業」の一環です。東日本大震災で被災した宮城県内市町村における7年間の経緯と、現在の生活支援コーディネーターの活動状況に関する情報提供を行い、復興と地域づくりに取り組む熊本地震被災地の生活支援コーディネーターの活動に寄与することを目的として、亘理町や石巻市、女川町、多賀城市などを巡る2泊3日の行程で行われました。

ひなたぼっこには、視察1日目に、亘理町の復興状況と亘理町的生活支援コーディネーターの活動などを視察した後、立ち寄られました。ひなたぼっこのこれまでの取り組みや、東日本大震災時の取り組みなどを説明した後、コーヒーで歓談しながら質疑応答を行いました。視察団は、熊本地震で被災した益城町、御船町、大津町、山都町など7町10人で構成。熊本での今後の支援の参考となれば幸いです。

ひなたぼっこ  
手作りサロン

## エコなランプを作ろう

2月28日(火)今年度最後の手作りサロンを行いました。参加者は13人です。

にぎやかに楽しく行われた今回のサロンは、普段ゴミで出してしまう空き瓶を活用。

瓶の中に造花とLEDのワイヤーライトを入れただけの簡単なランプづくり。同じ内容の材料でも配置が違っただけでさまざまな作品に出来上がりました。作りながらご自宅にある瓶や造花が話題となり、「今度、造花をじっくり見てみよう!」「あの瓶で作ってもいいかも!」など帰ってから楽しもうという内容の話が多く出ていました。自分だけの素敵な作品ができるといいですね。ご参加ありがとうございました。



作りながらいろいろなアイデアが湧いてきます



素敵な作品がたくさんできあがりました

# みんなの伝言板

## 八幡<sup>なごみ</sup>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)

「よくわかる!認知症の人の心理~心理学の立場から」

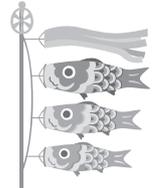
- 日時** 4月7日(土)13:30~15:15
- 会場** 東北福祉大前駅 ステーションキャンパス  
(仙台市青葉区国見1丁目19番1号)
- 参加費** 無料(コーヒー、紅茶、お菓子を用意します)  
申し込み、予約は特にいりません。  
どなたでも参加できます。
- お問合せ** 認知症介護研究・研修仙台センター  
022-303-7550(平日9:00~17:30)  
国見地域包括支援センター  
TEL: 022-727-8923



## 生き生き爽健会

- 日時** 4月3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

カラオケのあと  
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



## レンジでエビチリを作ろう

最近の私のお気に入りにはワンポール調理。  
簡単で火を使わないので是非お試しく  
ださい。今回はエビチリです。

### 《材料》1人分

- |              |               |
|--------------|---------------|
| 海老・・・小さめ12尾  | 醤油・・・大さじ1/2   |
| 白ネギ・・・好きなだけ  | 片栗粉・・・小さじ2    |
| ケチャップ・・・大さじ2 | 酢・・・小さじ1      |
| 酒・・・大さじ2     | おろしにんにく・・・少々  |
| ごま油・・・大さじ2   | おろし生姜・・・少々    |
| 砂糖・・・大さじ1    | 鶏がらスープの素・・・少々 |
- \*分量はお好みで調節してください。

### 1 つくりかた



エビは背わたを取り、調味料を混ぜ合わせる。

### 2



すべての材料をよく混ぜて、耐熱ボウルに入れる。

### 3



ラップをしてレンジで約3分加熱する。

### 4



お皿に盛りつけてできあがり!

## みんなてたべよう ひなたごはん

おとも子どももおしいちゃんもおはあちゃんも  
みんなて食べるとたのしいね。

- \* 毎週月曜日~金曜日の  
17:00~19:00(土・日・祝日を除く)
- \* 1食 子ども(中学生以下)300円 大人500円
- \* 前日の12:00までに予約をお願いします  
TEL 022-343-1340 ひなたぼっこ

## ひなたくらぶ

ひなたぼっこホールを無料開放しています♪  
遊んでも勉強してもいいよ  
放課後 17:00まで/春休み中 9:00~18:00

宿題をしても  
いいよ♪

お弁当を持ってきて  
食べてもいいよ♪



お問合せはひなたぼっこまで TEL 022-343-1340