

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6月25日 部数 2,000部

仙台市社会福祉協議会 青葉区事務所 コミュニティソーシャルワーカー (CSW)を紹介します!

今回は国見を飛び出し二日町にあります仙台市社会福祉協議会青葉区事務所にお邪魔しました。

仙台市社会福祉協議会は、仙台市における地域福祉の推進の中心となっている団体です。市内104か所(平成28年7月現在)に結成された地区社会福祉協議会や町内会、民生委員児童委員などの地域の関係者、福祉団体・施設、ボランティア等に協力をいただきながら、行政機関等と連携して市域におけるさまざまな福祉事業を進めています。

様々な取り組みを行っているなかで、今回はコミュニティソーシャルワーカー(以下、CSW)について、同区事務所CSWの竹本さんにお話を伺ってきました。そもそもCSWとは、日常的に地域の状況を把握し、地域の福祉的課題解決やより良い地域社会づくりに向けた活動を支援し、地域の力や関係者のネットワークで解決を進める役割のことをいいます。仙台市社会福祉協議会では、CSWを、震災直後の平成25年から各区事務所に配置し、復興公営住宅の自治会や住民同士の交流の場の形成等に取り組み、平成28年からは、復興公営住宅以外の地域での住民主体の地域づくりの支援等にも取り組んでいます。国見地区で行われている「ほっと★くにみ」(小学生のための夕食付きの放課後



コミュニティソーシャルワーカーの竹本さん

の居場所※みんなのわ 2018年2月号掲載)の立上げの際にも、助成金の活用や周知方法などについて助言されたそうです。

竹本さんからは、「今後も自分たちの暮らしている地域をより良くしたい」「地域でこんな楽しいことができるんだね」「ずっとこの地域で暮らし続けるために地域を盛り上げていきたい」という思いをもつ人たちの活動を応援できるように、さまざまな社会資源につなげていきたいとお話がありました。また地域でのどこに相談したらいいかわからないという困りごとにも丁寧に耳を傾けていきたいと話されていました。

連絡先

社会福祉法人仙台市社会福祉協議会 青葉区事務所
〒980-0802
仙台市青葉区二日町4-3 二日町分庁舎1階
TEL 022-265-5260(代)
FAX 022-265-5262
aoba@shakyo-sendai.or.jp
利用時間 月～金曜日：午前8時30分～午後5時
休所日 土、日、祝日、年末年始(12月29日～1月3日)



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。





土曜の音楽カフェ♪

5月12日に、東北福祉大学ステーションキャンパス3階ステーションカフェで、認知症カフェ「土曜の音楽カフェ」が開催されました。同カフェは、吹奏楽の生演奏をBGMに、お茶やお菓子がふるまわれ、住民同士や専門職の人といろいろな話をする事ができる場です。合間には講話もあり、認知症について学びを深められます。月一回の開催で、認知症の当事者や家族はもちろん、誰もが無料で参加できます。地域団体の方々と専門職がともにボランティアとして協働で運営しています。国見地域包括支援センター所長の千葉万里子さんは、「私たち専門職は、来て下さる方々と会話をしながら、その方の思いを受け止め、内容によっては相談にも応じています」と話してくれました。参加者は徐々に増え、スタッフを含めて80人以上が集まることもあります。リピーターも多く、「ここに来ることが楽しみ」と話しているそうです。

そもそも、認知症カフェは、認知症の当事者とその家族が悩みごとを相談する場所として全国的に普及しました。土曜の音楽カフェは、オランダのスタイルを取り入れています。事前申し込みが不要で、誰でも参加でき、途中で講話を挟むのがその特徴です。毎回ゲストを招き、ためになるお話を聞くことができます。

5月12日には、認知症介護研究・研修仙台センター研修部長の矢吹知之さんが、「やさしくわかる認知症の最新情報」というテーマで講話を行いました。

認知症になると、「確かさがなくなる」と感じるそうです。これは、認知症研究の第一人者で、自らも認知症になった長谷川和夫さんの言葉です。「自分が本当にこれをやったのかな」と常に不安がつきまとうようです。それでも、「認知症を運命として受け入れる」と長谷川さんは向き合っています。矢吹さんは、「長谷川先生が

『認知症とは何か』がわかっているからこそおっしゃられた言葉だと思います。周りの人や自分自身への偏見をなくすためにも、学ぶことがたいせつ」と強調します。「健康が保たれないと、社会的なつながりも維持されない。早いうちに、病院に行きましょう。ただ、そうするとピンピンコロリは保障できません(会場笑)。そこは矛盾してしまう」。海外のケースにもふれながら、日本の健康事情を説明。ユーモアも交えた語り口に参加者は引きこまれていました。

最後に、矢吹さんは「認知症の方の介護をされていて感じる不安を、ご近所やご家族に話してもなかなか理解されにくいと思います。そういう気持ちをぜひわれわれ専門職に話してください」と結んで、専門職の活用を呼びかけました。

このカフェは、認知症について新たな気づきが得られ、ポジティブに捉えるきっかけになるのではないのでしょうか。



認知症介護研究・研修仙台センター
研修部長の矢吹知之さん

DATA

東北福祉大学ステーションキャンパス
仙台市青葉区国見1丁目19-1(仙山線東北福祉大駅正面)

7月のカフェは 7月7日(土) 13:30~15:15開催。

「どう気づく?間違えない認知症の兆候」というテーマで、エバーグリーン・キタヤマの皆さんの講話も行います。ぜひ お気軽にご参加ください。

(事前申し込み不要。参加費無料)



ボリュームたっぷり3品のくまプレート1,380円



Cafe&market くまと文鳥



くまと文鳥は、今年2月に、八幡町に新しくオープンしたカフェ・レストランです。大崎八幡宮や宮城生協が並ぶ県道31号線（旧国道48号線）沿いにお店はあります。

看板には、買い物袋を抱えたくまとその肩に乗った文鳥のかわいらしいイラストが描かれていて、遠くからでも目を引きます。店内は、ランプのやさしい灯りがとまり、シンプルなデザインで統一されたイスとテーブルが、落ち着いて上品な雰囲気を醸しています。

くまと文鳥のランチは、「市場でつくるランチ」がコンセプト。その日仕入れたばかりの新鮮な野菜をふんだんに使ったメニューが楽しめます。お米メインのくまプレート(サラダ、スープ、スイーツ付き)(1380円)とマフィン/キッシュの文鳥プレート(サラダ、スープ付き)(980円)の2種類から選べます。約10種類の野菜を使ったヘルシーなメニューは、彩りも鮮やかで「インスタ映え」することでしょう。その季節の旬の食材にこだわり、2週間に一回はプレートの内容が変わります。香り立つ挽きたてのハンドドリップコーヒーもとてもおいしく、料理に合います。ほかにも、店内では、手づくりのおはぎやおせんべい、小物入れやハンカチ、コップ、コースターなどの日用雑貨や衣類なども販売しています。

「時間をかけて、気持ちを込めていてねいに料理をつくっています」と話す店主の川又保さん。柔和な笑顔が印象的な川又さんは、秋田県出身の元保育士です。子

もたちをはじめ、地域に住む誰もが気軽に立ち寄れるような居場所をつくりたいと願って、このお店を始めました。生産者の思い・こだわりを届けたいと、農家にも直接足を運んでいるそうです。元・同僚でもある近藤南美さんと一緒にお店を切り盛りしています。まだオープンして5か月あまりですが、八幡小学校の子どもたちが愛らしい看板のイラストに惹かれて顔を出したり、病院帰りの高齢者の方が休憩に利用したりと、既に幅広い世代から親しまれています。

ちなみに、「くまと文鳥」の由来をお二人にお伺いしたところ、「インスピレーションで決めました」とのこと。くまと文鳥は森のお友だちで、お店に通っているというコンセプトがあるようです。ほっこりとしてきますね。

今後は、店内でのワークショップやイベントの開催も視野に入れているそうです。「まずは、気軽に遊びに来ていただきたいです」と川又さんと近藤さん。皆さんも、ここで、ゆったりとした心安らぐひとときを共有してみませんか。

DATA

Cafe&marketくまと文鳥
宮城県仙台市青葉区八幡2-2-8 仙台グローバルビル 1F
HP: http://cafe_and_market.くまと文鳥.site
Facebook、Instagramもやっています。
開店時間：雑貨／10:00～19:00
ランチタイム／11:00～15:00
カフェタイム／14:00～17:30(ラストオーダー)
休み：金曜日

ひなたぼっこ
手作りサロン

6月7日 クラッシュビー玉づくり

以前お家で工作のコーナーでもご紹介したクラッシュビー玉を使ったアクセサリー作りを行いました。

今回は3人と少なめの参加者となりましたが、携帯ストラップと指輪をつくり、会話を楽しみながらの作業となりました。後半はコーヒーを飲みながら出来上がった作品について盛り上がり、「眺めているだけでもきれいだわ。」「ダイヤ

の指輪に見えるかしら?」「見せびらかすようにつけようかしら(笑)」などと楽しい時間を過ごしました。

追記・・今回のコーヒータイムには4ページでご紹介しているロックキャンデーをマドラーと砂糖の代わりにつけ、コーヒータイムの彩に一工夫したことでより楽しんでいただけたように思います。次回の手作りサロンもお楽しみに!



みんなの伝言板

楽しく笑顔に 体操教室

椅子に座って無理なく身体を動かします

- 日時** 7月24日(火) 10:00~11:00
会場 貝ヶ森市民センター2階 会議室(貝ヶ森1丁目4-6)
対象 概ね 65 歳以上の方 ※参加費は無料です
お問合せ 国見地域包括支援センター TEL: 022-727-8923

からだスッキリ体操教室

椅子に座りながら体操をします

- 日時** 7月25日(水) 9:45(受付)~11:00
会場 国見五丁目町内会館(国見5丁目2-8)
対象 概ね 65 歳以上の方 ※参加費は無料です
お問合せ 国見地域包括支援センター TEL: 022-727-8923



元気のでる!体操教室

座りながら身体を動かします

- 日時** 7月11日(水)/7月25日(水) 13:30(受付)~15:30
会場 角五郎市営住宅1号棟集会所(角五郎二丁目 214-2)
対象 概ね 65 歳以上の方 ※参加費は無料です
お問合せ 国見地域包括支援センター TEL: 022-727-8923

認知症サポーター養成講座

認知症の理解を深めましょう

- 日時** 7月27日(金) 14:00~15:00
会場 八幡杜の館 2階 (八幡3丁目1-11)
対象 概ね 65 歳以上の方 ※参加費は無料です
お問合せ 国見地域包括支援センター TEL: 022-727-8923

みんなで体操

軽体操・筋力トレーニング・スクエアステップなど

- 日時** 7月10日(火) 13:30~15:30
会場 千代田町好日庵(千代田町5-11)
持ち物 飲み物・タオル・運動しやすい服装
お問合せ 葉山地域包括支援センター TEL: 022-273-4910

介護予防教室

身体を動かしましょう

- 日時** 7月18日(水) 13:30~15:30
会場 好日庵北山東部老人クラブ(北山1丁目1-4)
持ち物 飲み物・タオル・運動しやすい服装
お問合せ 葉山地域包括支援センター TEL: 022-273-4910

おうちで

簡単手作りコーナー⑭ ロックキャンデーを つくろう

《用意するもの》

- *水 400g
- *グラニュー糖 480g
- *着色料 適量
- *竹串、スティックなど 数本

簡単に出来てキラキラ綺麗なロックキャンデーをご存知ですか? コーヒーに入れても、そのまま食べてもおしゃれでかわいいです。

《つくりかた》



鍋に水を入れて沸騰させ、砂糖を加えて焦がさないように弱火で、軽くとろみが出るまで溶かす。

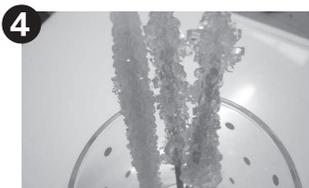


着色料を入れて色をつける。



しっかり冷ましてからコップや瓶に入れ、スティックを入れ固定する。

- *スティックを少し濡らして砂糖をまぶしておくとうまく固定しやすい
- *スティックがコップ等に触れていると成長した結晶がコップにくっついて取れなくなるので注意!



1週間ほど暖かいところで放置したらできあがり



♪みんなでたべよう♪

ひなたごはん

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)
- * 場所 ひなたぼっこホール
- * 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

小中学生に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 18:00まで)
夏休みもやってるよ!

宿題をしても
いいよ!

おやつやお弁当を
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