

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：2020年1月25日 部数 2,000部

「ここに来てよかった」と思える居場所

障害福祉サービス事業 みんなの広場

今回は北山にある「みんなの広場生活介護事業所」で、所長の黒川美紀子さんと主任の千葉史彦さんから事業内容についてお話を伺ってきました。

「みんなの広場生活介護事業所」は昨年9月に開所。これまで同法人ではグループホームや就労継続支援B型事業所を運営してきましたが、利用者が高齢化していく中で、必ずしも就労が前提ではなく、本人のペースで日中活動できる場所や居場所を作ろうという思いで開所されました。

生活介護事業は、健康的で自立した生活を送ることを目標に、調理や洗濯、買い物、掃除などの生活に関する相談・助言、生産活動などの機会を提供して、身体機能や生活能力の向上に必要な支援を行う施設です。

このような事業所は仙台市内にほかにもあり、その多くは知的障害のある方が対象で、精神障害のある方を対象にしている同事業所は珍しい存在です。今は近隣の方が通っていますが、今後は受け入れできる範囲を広げていく予定です。

日中は、箱づくりや袋づくりの生産活動プログラム、買い物や調理などの生活支援プログラム、体操などの健康支援プログラムを行っています。合間に休憩があり、カフェのようなドリンクコーナーや横になって休める休憩場所も設けられています。

食事は手作りの給食で、利用されている方からも好評とのことでした。季節の行事にも取り組んでいて、「今後は地域の方と協力できることを考え、地域にも溶け込んでいきたい」とお話をありました。



調理訓練の様子

今後の施設の抱負を伺ったところ、「利用されている方がゆったりとした気持ちになり、今日ここに来てよかったと思える居場所となるような施設を作っていきたい」とのことでした。



DATA

社会福祉法人みんなの広場
障害福祉サービス事業みんなの広場(生活介護)
仙台市青葉区北山3-5-18
TEL 022-725-8778
FAX 022-725-8776

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。





「3人家で打っているの?」と先生と会話しながら対局



真剣に対局する子どもたち



先生1人に対して3人が交代で1手ずつ打つ、3対1の対局に挑戦



来年も参加したい、と子どもたち

将棋のルールと礼儀を学ぶ 将棋にチャレンジ!



小学生が地域の先生に将棋を覚えてもらえる「将棋にチャレンジ!」が12月25日、貝ヶ森児童館でありました。年4回シリーズの4回目です。参加者は小学生10人。

先生の1人、山本茂さんによれば、初心者に向けて、8種類ある駒の特性をきちんと理解して活用できるように伝えています。また、将棋をする小学生全員に、「将棋は礼に始まり礼に終わる」と毎回しっかりと話しています。勝った人も負けた人も思いやりをもって接することを大切にしています。次の手を予測するには、経験と集中力が必要です。将棋に興味をもつことで、普段の集中力を高めることも期待できるとのことでした。

この日は、先生が、ホワイトボードに貼った大きなマグネット将棋盤で駒の並べ方と先手後手の決め方を説明しました。「始める時はお互いに、『お願いします』と言います」と礼儀を教えて、子どもたち同士の対局に移ります。先生はそれを見守りながら、時折助言をし、質問に答えていました。

前から参加している子どもも多く、「やってきた成果が出てきましたね」とその上達ぶりに先生も目を細めていました。この行事に参加して将棋を覚え、小学生の将棋大会で勝てた、という子もいました。将棋が初めてという子もいますが、先生やほかの子から教えてもらえます。

1局終わったら、相手を入れ替えます。上手な子は「先生と打ちたい」と希望して、対局してもらっていました。手詰まった子には、「攻めながら自分の王様も守ること」

「次の手だけではなく、3手先くらいまでは見ておく」と先生からヒントを投げかけます。子どもたちの実力に、「すばらしい手を出しますね」と先生がうなる場面もありました。

以前から参加しているという小学4年生の男の子に取材しました。ここでの感想を「家より長い時間(落ち着いて)打てるし、将棋の先生たちが教えてくれるから覚えやすいです。やってはいけない駒の動かし方などが勉強になりました」と話してくれました。

今年度最後の開催とあって、終わりに、職員が「来年もこの行事があったら、参加したいと思うお友だちはいますか?」と聞くと、皆元気に手を挙げていました。それから、3人の先生が子どもたちにメッセージを伝えていました。「始めた頃と比べて上達している状況が目に見えてよかったです。ぜひまた頑張りましょうね」「貝ヶ森児童館で将棋を覚えたみんな、小学生の大会にも出られると思うよ。おうちでもいっぱい勉強してね」「来年度も会えるのを楽しみにしています」

DATA

開催場所: 貝ヶ森児童館
住所: 仙台市青葉区貝ヶ森 1-4-6
TEL: 022-279-6320 FAX: 022-279-6704

※来年度の日程は未定ですが、先生方は、国見地域の小学生に向けて、「初めてでも大丈夫です。将棋に興味ある人は、ぜひ参加していただきたいです」と話してくれました。

お手頃な価格で美味しく食べられるとんかつを目指して

とんかつ専門店 かつ元

今回は三条町にある「かつ元」というとんかつ屋さんを紹介します。以前取り上げたラーメン屋さん「いちもんじ」のお隣のお店です。「ここから始まっていく」という意味と「令和元年から始まった」という2つの意味から「かつ元」と名付けられました。

お話を伺ったのは、店主の榊原さん。とんかつがすきで、以前から仕事の合間に知り合いのとんかつ屋さんを手伝っていました。「いつかはとんかつ屋をやってみたい」と思っていた榊原さんに知り合いの方が背中を押してくれ、現在の「かつ元」が誕生しました。

かつ元のこだわりは「肉選び」からはじまります。肉屋さんと話し合いを重ね、休みの日はお店に直接出向いて良い肉を探しているといいます。「素材が良く、お手頃な価格で美味しいとんかつを提供したい」と榊原さんは話します。おすすめはロースかつ定食（税込960円）とヒレかつ定食（税込1,000円）です。ロースかつ定食はやわらかい肉厚な肉がサクサクの衣で包まれていて、特



製のさっぱりソースで食べるとなおおいしいです。ヒレかつ定食は、脂分が少なめで女性に人気です。

とんかつ好きの方にぜひおすすめ！気軽に足を運んでみてはいかがでしょうか。

DATA

かつ元
 仙台市青葉区三条町11-27 ハマダハイツ1F
 TEL 022-799-7243
 ○時間 11:30~14:00
 17:30~20:30
 ○定休日 火曜日 第2月曜日

ひなたごはん

12月14日(土)

12月のひなたごはんは、6人の子どもの参加があり、クリスマス間近ということでパフェとスノードームづくりを行いました。



サンタクロースとクリスマスツリーの飾りをつけた瓶の中に、各々好きな色のラメを入れて作ったスノードームは、同じ飾りでも個性あふれる作品となりました。

今回、パフェの入れ物にかわいいアンパンマンのカップを用意したのですが、参加した子どもたちから「子どもっばい。アンパンマンは赤ちゃんだ！」とまさかのブーイング・・・(笑)反省です。

パフェの味は美味しいと好評の言葉を頂き、スノードームは大切に抱えながら帰っていく姿が印象的でした。

恒例となったイベント後の遊びタイムで、盛り上がっている声を聴きながら楽しんでもらえたことを実感し、うれしい気持ちになります。今後も楽しい企画を考えていきたいと思ひます。今後ともひなたごはんをよろしくお祈ひします！

次回のひなたごはん

2月8日(土) *毎月第2土曜日開催中

*参加費 子ども(中学生以下)300円 大人500円

詳しくはひなたぼっこまでお問い合わせください。(予約不要)

TEL 022-343-1340

ひなたのさろん



12月13日(金)

今年最後のひなたのさろんは、4人の方に参加いただきました。

今回は最初に唱歌などを歌う“口とどの運動”から始まりました。自宅にいると歌うこともあまりないので「思ひのほか、声が出ないもんだね」とおっしやっていました。

その後はいつものようにDVDに合わせてながら、上半身中心に体を動かしました。

次回以降は、新聞紙やタオルなど、身近にあるものを使って体操する予定です。体の状態に合わせて無理のない体操ですので、気軽にご参加ください。

八幡和カフェ(認知症カフェ)

訪問看護師として関わる認知症の人の支援

- 日時** 令和2年2月20(木)13:30~15:00
- 会場** 彌勒院 2階 和室 (青葉区八幡1-4-19)
- 講師** 青葉訪問看護ステーション 管理者 藤本貴子さん
- 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。
- 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)

テーマ「認知症と共に生きることを支える医療」

- 日時** 令和2年3月7日(土)13:30~15:00
- 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。
- 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



葉山オレンジカフェ

口腔ケアの重要性と乾燥チェック

- 日時** 令和2年2月10日(月) 10:00~11:30
- 会場** 仙台楽生園ユニットケア施設群内 喫茶レストラン「茶楽」(仙台市青葉区葉山町8-1)
- 講師** 国見ヶ丘歯科医院 歯科衛生士
- 内容** 血管年齢測定、物忘れ測定体験
- 参加費** 無料(どなたでも参加できます)
- お問合せ** 葉山地域包括支援センター TEL: 022-273-4910



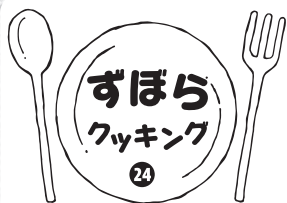
★KUNIMIX★レゴ®ムービー2



コンピュータアニメーションによる冒険・コメディ映画

- 日時** 令和2年2月15日(土) 13:45~
- 会場** 国見児童館遊戯室(青葉区国見2-16-48)
- お問合せ** 国見児童館 TEL: 022-272-1822

*乳幼児は保護者の方と一緒に来てください。都合により映画の内容が変更になる場合があります。



電子レンジでパスタポモドーロを作ろう

今回は電子レンジで簡単に作れる「パスタポモドーロ」を紹介します。本格的なパスタのメニューも電子レンジを使えば手軽に作れますよ。

《材料》1人分

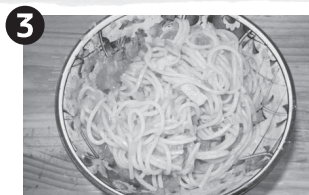
- パスタ(3分ゆでのもの)100g
- 玉ねぎ …… 1/4
- バジル …… 少量
- ☆オリーブ油 …… 小さじ1
- ☆塩 …… 少々
- ☆コショウ …… 少々
- トマト缶 …… 1/2(約200g)
- ベーコン …… 2枚
- 塩 …… 小さじ1/4
- コショウ …… 小さじ1/8
- ゴマ油 …… 小さじ1
- オリーブ油 …… 小さじ2
- 水 …… 1/2(100g)



1 玉ねぎをみじん切りにし、ラップをして500wで2分加熱する。



2 ①の器に●の材料を加え、500wで2分加熱したら、半分に割ったパスタを入れ、さらに4分加熱する。



3 取り出したあと☆の材料を入れ、味をととのえる。



4 盛り付けし、バジルをふったら完成です!

地域食堂

ひなたの夕ごはん

おとなも子どもも おしいちゃんもおばあちゃんも みんなで夕食を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 (予約不要)
- * 1食 子ども(中学生以下)300円 大人500円 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♪ 遊んでても勉強してもいいよ(放課後 18:00まで)

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