

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8月25日 部数 2,000部

共同生活を支援し心と体の
安定を目指します

サニースポット北仙台

今回は、今年3月1日に北山1丁目に開所したサニースポット北仙台にお伺いして取り組みを聞いてきました。

お話を伺ったのは、共同生活援助事業所のサービス管理責任者の照井伊智子さんです。

サニースポット北仙台には障害のある方を対象にした共同生活援助事業所と、認知症のある方を対象にした認知症対応型共同生活介護事業所の2つの事業所があります。どちらも一般的には「グループホーム」と呼ばれていますが、対象はそれぞれ異なります。

今回取材した共同生活援助事業所は、障害のある方に対して地域での共同生活を行う住居で日常生活上の相談や援助を行います。また、入浴や、排泄、食事の介助等の必要性がある方には介助サービスも提供し、孤立の防止、生活への不安の軽減共同生活による身体、精神状態の安定などが期待される事業です。(同施設ホームページより)

同事業所は、コンビニエンスストアや公園も近く、最寄りの北仙台駅は徒歩8分に立地しています。運営する㈱リビングプラットフォームでは、仙台的他に北海道や神奈川でも共同生活援助事業所を運営していますが、いずれも駅が近いなど利



調理実習で
みんなで楽しく
焼きそばを作りました

便性が高い場所に立地しており、また毎月1回利用者会議を開催して生活上の困りごとや課題、施設側に改善して欲しいことなどを話し合っているなど、生活する入居者の目線にたって運営されています。

今後コロナウィルスの影響が落ち着いたら、併設されている7月に開所された認知症対応型共同生活介護事業所に入居されている高齢者の方との交流や、施設周辺の道路や公園清掃・防災訓練等にも積極的に参加していきたいとお話がありました。

DATA

株式会社リビングプラットフォーム
共同生活援助事業所 サニースポット北仙台
住所:仙台市青葉区北山1丁目10番22号
TEL:022-342-0967
FAX:022-342-0968



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。



私はここで暮らしたい/
を地域で支える

住民による住民のための
「支え合い活動」をご紹介します

ほっと亭の厨房兼事務所。
ここで月1回の地域の食堂も開催

手づくりの温かなおいしさを届け、
高齢者の食を支え続ける

高齢者配食サービス

ほっと亭

(仙台市太白区)

「高齢者配食サービスほっと亭」(太白区)は、宮城厚生協会長町病院と協力関係にある団体の仙台南健康友の会と連携して、手づくりの弁当を配達するボランティアグループです。対象は長町周辺地域の一人または二人暮らしの高齢者で、週4日の夕食を1食あたり500円で提供しています。

管理栄養士が考えたバランスのいい献立を、地域の主婦中心のボランティアが食の安心と地域活性化のために地産地消の食材を用いて調理しています。現在は、新型コロナウイルス感染対策に、十分に喚気した厨房・配膳室で、ドアノブなど接触があるところを重点的に消毒したうえで料理しています。季節ごとに、お花見弁当やクリスマス弁当といった行事食も設けていて、利用者の誕生日にはバースデーカードを添えて祝います。

配達は男性ボランティアが車で回ります。見守りも兼ね、手渡しが基本です。曜日ごとの担当制で、利用者にも顔なじみの安心感があります。一人暮らしで、訪問時に話ができるのが楽しみという高齢者

お弁当はひとつひとつ
心を込めてつくっています



もいます。話のなかで出た「刻み食」などの要望にも個別に対応。体調面などの異変があれば、配達の責任者に報告します。本人と連絡がとれない場合、地域包括支援センターや家族に電話を入れます。配達先で、転んで動けなくなった高齢の利用者を発見し、救急車を呼んで軽傷で済んだこともあったそうです。

今年のゴールデンウィーク中も、「外出自粛で買いものに出づらく困っている人がいるはず」と配食を継続し、「すごく助かった」「買い出しに行く回数を減らせた」「温かいつくりたてを食べられる」と感謝されました。

コロナ禍で、より需要が高まっている配食サービス。高齢者の細かなニーズに応えるサービスとして、これからますます注目されていくでしょう。

配達は男性ボランティア
の仕事です



DATA

高齢者配食サービスほっと亭

TEL: 022-308-5030

配達エリア: 長町周辺地域



御菓子司 和楽



よもぎ団子 1本100円(税込)
かもめ(ねりきり) 230円(税込)

よもぎ団子はほんのり
よもぎの香りかして、すっき
りした甘さ。
ねりきりは季節ごとに柄が
変わるので要チェック!



今回は中山にある和菓子屋さん「御菓子司 和楽」を紹介します。

昭和54年に創業し、今年で41年目。お店を営むのは2代目店主の畠山康秀さん。はたけやま やすひで創業当時から、家族でお店を営んでいます。地元のものをなるべく使うようにしており、仙台味噌を練り込んだ生菓子や、近くにあるネルソンコーヒーのコーヒーを蜜にたくずきりなど目を引く品が並んでいます。

「御菓子司 和楽」のおすすめはよもぎ団子です。蔵王産のよもぎを練り込んだ団子にたっぷりあんこ

がのっています。ほどよい甘さでお茶との相性が抜群です。

昔ながらの和菓子屋さん「御菓子司 和楽」。忙しい日々もおいしい和菓子とお茶で一息ついてみませんか。

DATA

御菓子司 和楽
住 所：仙台市青葉区中山2-5-12
TEL：022-278-1786
時 間：9：00～18：00
定休日：月曜日



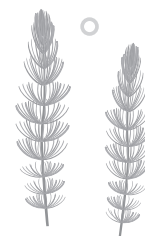
ひなたぼっこの日常

コロナ渦中でステイホームを余儀なくされましたが、うち時間を有意義なものにするためにペットを飼われた方は多いのではないのでしょうか？ひなたぼっこでも3種類の魚を飼っており、メダカ、プレコ、アカヒレと観賞用の魚たちがそれぞれの水槽で泳いでいます。

今回はひなたぼっこで飼っているメダカたちを紹介します。ひなたぼっこに来る人たちに楽しんでもらいたいという目的で花壇をリニューアルした際に、メダカたちも新しくひなたぼっこの一員になりました。飼い始めた当初は、10匹ほどいましたが現在では3匹となっていました。数匹ですが、みんな元気に泳いでいます。お近くに立ち寄りの際はぜひ、メダカたちを見に来てくださいね。



ぼくたちに
会いに来てね!



元気のでる！ 体操教室

椅子に座りながら無理なく体を動かします

日時 令和2年9月8日(火) 9:50(受付)～11:00
令和2年9月29日(火) 9:50(受付)～11:00

会場 貝ヶ森市民センター2階会議室
(仙台市青葉区貝ヶ森1丁目4-6)

参加費 無料(要予約)

持ち物 飲み物・タオル・運動しやすい服装
※感染症対策により3密を避けるため人数を調整し開催いたします
※マスクの着用、及び入室時の手指消毒をお願いいたします
※今後の情勢により、やむなく中止となる場合がございますのでご了承ください

お問合せ 国見地域包括支援センター
TEL: 022-727-8923



フードバンク仙台 食べ物の寄付のお願い

フードバンク仙台では、生活困窮者へ無償で食糧をお届けしています。ご寄付いただける食品がございましたら、ご協力宜しくお願い致します。

お問合せ フードバンク仙台 事務局 青葉区八幡 3-5-3
TEL: 070-8366-3362
*活動日は(月)(木)(金)

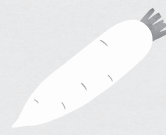


電子レンジで厚揚げのおろし煮

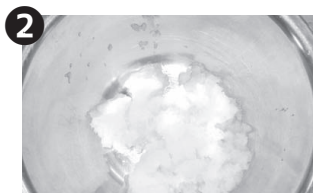
今回は電子レンジで簡単にできる厚揚げとオクラのおろし煮を紹介します。
胃の消化のはたらきを促進させる大根おろしとコレステロールを排出するオクラのねばねばで残暑を乗り切りましょう。

《材料》1人分

大根 …………… 輪切り5cm(頭の部分がおすすめ)
オクラ …………… 6本
厚揚げ …………… 1枚
昆布つゆ …………… 大さじ2
しょうゆ …………… 小さじ1
水 …………… 100cc



1 オクラのへたを切り落とし、がくを取り除いた後、塩でこすって産毛を取り除く。産毛を取り除いたオクラを耐熱皿に互い違いに並べ、電子レンジで60秒(500w)する。火が通ったら、冷ます。



2 オクラを冷ましている間に大根をすりおろす。また、昆布つゆと水も混ぜておく。



3 冷ましたオクラを輪切りにし、市販の厚揚げとすりおろした大根と一緒に耐熱ボウルに入れる。その上から②で混ぜた昆布つゆをかけ、電子レンジで3分30秒する。(500w)



4 火が通ったら皿にうつし、最後にしょうゆをかけた後完成です。

ひなたぼっこからのお知らせ 時間が変更になりました

ひなた食堂

●カレー 330円(税込)
●パスタ 330円(税込)

※テイクアウトは各350円(税込)
月～金 12:00～14:00
土、日、祝日はおやすみ



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♪

月～金 16:00～17:00(平日のみ)
土、日、祝日はおやすみ
※長期休み期間も上に同じ

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