

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11月25日 部数 2,000部

すべての人が安心して暮らせる地域社会の実現を目指します

障害者相談支援事業所

ほっとすぺーす



今回は、三居沢にある障害者相談支援事業所ほっとすぺーすに伺い、お話を聞いてきました。

障害者相談支援事業所とは、障害のある方やご家族の日常生活全般の相談に応じているところです。仙台市から委託を受けている障害者相談支援事業所は、市内に16か所設置されており、今回取材をしたほっとすぺーすもその一つです。ほっとすぺーすでは、おもに青葉区内の方の相談を受けており、精神疾患のある方が多いそうです。

お話を伺ったのは同事業所の管理者の高梨直樹さんです。ほっとすぺーすは平成10年10月に精神障害者地域生活支援センターとして開所し、その後平成18年10月に障害者相談支援事業所へ移行しました。

相談だけでなく、障害理解にも

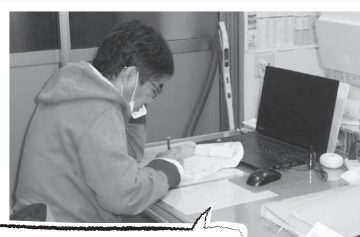
ほっとすぺーすでは、障害のある方や、その家族、地域住民の方等から相談に応じ、必要な情報の提供、障害福祉サービスの利用支援や、権利擁護のために必要な援助を行っています。電話や来所面談、状況に応じて自宅等へ訪問もしています。

また、年1回地域住民向けに障害理解を目的に講座等を開催しており、昨年は国見コミュニ

ティ・センターで「障害のある人同士の結婚」というテーマで実施しました。

障害があっても地域で孤立することなく

最近の相談傾向では、高齢化してきた両親と障害のある方の今後の生活等についての相談が増えてきているとのこと。高梨さんは、「障害福祉分野だけでなく介護保険などの施設や地域との連携を強化していきたい。障害のある方が地域で孤立しないように、困りごとがあればお気軽に相談ください」とお話くださいました。



電話相談の様子



講演会等も開催しています

DATA

社会福祉法人緑仙会
障害者相談支援事業所ほっとすぺーす
〒980-0845 仙台市青葉区荒巻字三居沢 12-1
TEL: 022-225-6551
FAX: 022-212-2520

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。



二十四節気開催の食を楽しむ・考えるイベント

量り売りマルシェ 仙台



光明禅寺向かい、たっく鍼灸整骨院となりにある「紫山のごはん会分室」で開催

北仙台駅から青葉神社に向かう道路沿いにある「紫山のごはん会分室」で、イベント「量り売りマルシェ仙台」が毎月開催されています。

国産小麦と白神こだま酵母でつくるパン、無添加で小麦粉と水、卵だけを使った生パスタ、登米市のブランド豚を長期熟成させたハム、山形県真室川町から届ける季節の野菜、伝統工程と素材が自慢の味噌と醤油、国産野菜・果物から手づくりするジャムなど、ご当地の人気店がこだわりの食材を出店しています。

必要なものを必要なぶんだけ

特長は、お客さんが保存容器などを持参し、店員に希望する分量を計ってもらい、購入できるスタイル。

毎回参加している人も多く、SNSで知ったというお客さんは、「おいしくて、いい食材を扱っているし、つくっている人の顔が見えて、何が入っているか分かる安心感があります。容器を持ってきて、必

ハムの量り売りの様子。
洗って再利用できる不
織布でお持ち帰り



要なぶんを買うスタイルも慣れてきました。そうして考えるのも好きなので、楽しんでいます」と笑顔を見せていました。

大崎市岩出山でソーセージ・ハムの製造販売を行う「ジャンボン・メゾン」の高崎かおりさんが発起人となり、食品ロスとパッケージゴミをなくすことをコンセプトに、昨年からはまったマルシェ。

主催者の一人、渡辺沙百理さんは、「環境問題という大ごとの気がしますが、日常のなかで楽しみながらやれば、続けていけると 생각합니다。生活に必要な量を考えて買いものをするのが、環境問題に視野を広げる入口になれば」と話しています。

高崎さんは、「お客様には、買い物を介して、この量り売りの活動自体にも『投資』をして頂いていると感じています。派生したイベントも出てきたと聞き、いろいろなところで取り組みが増えればいいなと思います」と期待を込めていました。

親子連れのお客さんも
多く、にぎわっていました



お客さんと店員との
交流も楽しみ♪



DATA

量り売りマルシェ仙台

現在はコロナ対策で、予約制(5組ずつ45分おき入れ替え制)で実施しています。二十四節気にあわせて毎月開催。次回は冬至の12月19日(土)を予定。

下記SNSからお申込みいただけます。

◎Instagram

https://www.instagram.com/hakariuri_marche_sendai/

◎Facebook

<https://www.facebook.com/>

量り売りマルシェ-仙台-110655107258989/



地域に安心と安全な食べものを

パン バーニャ Pain bagnat



店名のバーニャ (Pain bagnat) とは南フランス (ニース・プロヴァンス地方) のサンドウィッチをさす言葉。

地域の方々の健康を願い、年代を問わず子どもから大人まで「白米のように飽きないパンをつくりたい」と天然素材にこだわり、安心と安全な食べものを届けたいという思いで開業。オーナーの高橋淳さんは、20歳から職人として働き27歳で独立。開業した24年前、仙台には天然酵母のパン屋はなく、評判を聞いて東京から買いに来る人も多かったそうです。

バーニャでは、オーナーみずからフランスで直接粉を目利きし、輸入するというこだわりの小麦を使用しています。

人気はクロワッサン。飽きのこない食パンは「売り切れて買うことができなかった」ということがないように、一日に5回から6回焼き上げているそうです。

「フランスパンはグルテンが少なくミネラルが豊富。カンパーニュは、16世紀の冷蔵庫がない時代、常温保存が出来るようにつ



オーナーの高橋さん



たくさんの種類のパンが並ぶ店内

まちのお店たんけん



くられたパンでイースト菌を使わず、今も16世紀の製法で制作しています」など、パンの豆知識も教えてもらいました。

パンの保存方法やおいしい食べ方などのさまざまな質問にも丁寧に答えていただけます。開業当時から人気の高いシュトーレン。チーズケーキ、タルト等スイーツも充実しています。

取材中も入れ代わり立ち代わりお客さんが訪れ、所狭しと並べられたパンは次々に売り切れていきました。

DATA

Pain bagnat パンのバーニャ

仙台市青葉柏木一丁目3-29

TEL 022-272-1053

定休日 日・祝日・その他

営業時間 8:00 ~ 18:30 (土) 8:00 ~ 17:00

駐車場 お店の両隣にあります。



感染症予防のための (ワンポイント) アドバイス

今年の春頃から、店先や建物の玄関などにアルコール消毒液が置いてあるのがごく普通になっていて、みなさんもポンプを押して消毒液を手にとることが増えたと思います。そのとき、消毒液が入った容器のポンプを軽く押ししていませんか？

効果的に消毒をするための適量は、ポンプを下まで押し切ったときに出る量です。

出てくる量が多くてもったいないなあと感じるかもしれませんが、手のひらだけではなく、指先、指の間、手の甲にも塗り広げてください。盲点になりがちな親指の消毒も忘れずに！

それともうひとつ！トイレなどで手を洗ったあと、濡れたままの手で消毒をしても、消毒液の濃度が薄まって十分な効果が得られないので、ペーパータオルや、清潔なハンカチで手をしっかり拭いてから消毒しましょう。

手の消毒



ポンプは下まで
しっかり押す

手をよく拭いてから
消毒



指先や指の間も
忘れずに！

みんなの伝言板



いきいき！ 体操教室♪

椅子に座りながら軽体操を行います

日時 12月8日(火) 9:50(受付)～11:00

会場 貝ヶ森市民センター2階会議室(青葉区貝ヶ森1-4-6)

参加費 無料(必ずお申込をお願いします)

内容 健康講話・楽しく気持ちよく体をほぐしながら体操します

持ち物 マスク・飲み物・タオル・運動しやすい服装

お問合せ 国見地域包括支援センター TEL: 022-727-8923

※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、中止となる場合がございますのでご了承ください

葉山オレンジカフェ

認知症への理解を深めるカフェ

日時 令和2年12月14日(月) 10:00～11:00

会場 葉山ホール(青葉区葉山町8-1)

内容 フリートーク

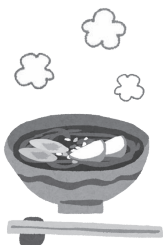
参加費 無料(どなたでも参加できます)

お問合せ 葉山地域包括支援センター
TEL: 022-273-4910



ひなたぼっこの 年越しそば

今年も やります！



12月31日(日) 12:00～14:00

1杯 300円(税込) * なくなり次第終了

毎年恒例となりました「年越しそば」を今年も作ります。何かとあわただしい年の瀬ですが、温かいそばでほっと一息つきませんか？ 皆さまのご来店をお待ちしています。

ひなたぼっこの おせち料理

2021年 1月1日(日) 12:00～14:00

1食 550円(税込) 限定10食

元旦のお昼にひなたぼっこの手作りおせち料理はいかがですか？ 皆さまのご来店をお待ちしています。詳しくはひなたぼっこまで。



電子レンジで焼きリンゴ風

今回は電子レンジで簡単に作れる焼きリンゴを紹介します。お好みでカスタードクリームやバニラアイスを添えてもまろやかでおいしいです。

《材料》(リンゴ1つ分)

リンゴ……………1つ
バター……………小さじ1と4分の1(5g)
はちみつ……………小さじ2



1 リンゴをよく洗い、へたをくり抜く。表面に切り込みを入れる。



2 へたをくり抜いた中にバターを入れ、はちみつをかける。



3 ②のリンゴを耐熱容器に入れ、ラップをして500wで5分加熱する。



4 加熱し終わったらでき上がり！
※バターが溶けて熱いので火傷には気をつけてください

ひなたぼっこからのお知らせ

ひなた食堂

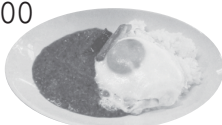
- カレー 330円(税込)
- パスタ 330円(税込)

※プラス110円で大盛りにできます。

※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

※長期休み期間も上と同じ

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