

からだスッキリ 軽体操教室

椅子に座りながら簡単な体操を行います

日 時	6月15日(火) 13:45(受付)～15:00
会 場	国見五丁目町内会館 (青葉区国見5-2-8)
講 師	国見ナーシングホーム翔裕園 理学療法士 佐藤正人先生
参加費	無料 (必ず事前に申し込みをお願いします)
持ち物	飲み物・タオル・動きやすい服装、上靴 ※マスクの着用をお願いします。
お問合せ	国見地域包括支援センター TEL:022-727-8923

いきいき身体作り教室

椅子に座りながら無理なく身体を動かします

日 時	6月18日(金)14:15(受付)～15:30
会 場	国見町内会会館 (青葉区国見6-8-11)
講 師	せんだんの丘ぷらすより講師をお迎えします
参加費	無料 (必ず事前に申し込みをお願いします)
持ち物	飲み物、タオル、運動しやすい服装、上靴 ※マスクの着用をお願いします。
お問合せ	国見地域包括支援センター TEL:022-727-8923

いきいき健康アップ 認知症・あたの体操

認知症について理解を深め、こころをリフレッシュ!

日 時	6月15日(火)9:45(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)
講 師	西仙台病院より講師をお迎えします
参加費	無料 (必ず事前に申し込みをお願いします)
持ち物	飲み物・タオル・動きやすい服装、上靴 ※マスクの着用をお願いします。
お問合せ	国見地域包括支援センター TEL:022-727-8923

はつらつ身体作り教室

介護予防、体力づくりのための軽体操講座を開講します

日 時	6月29日(火)9:45(受付)～11:00
会 場	国見コミュニティセンター2階ホール (青葉区国見4-4-4)
講 師	仙台星陵クリニックより講師をお迎えします
参加費	無料 (必ず事前に申し込みをお願いします)
持ち物	飲み物・タオル・動きやすい服装、上靴 ※マスクの着用をお願いします。
お問合せ	国見地域包括支援センター TEL:022-727-8923



ナスとトマトの和風マリネ

ナス、トマト、青しそ、三つ葉、茗荷などには抗酸化作用のあるポリフェノールやリコピン、ベータカロチン、ビタミンなどが多く含まれており、アンチエイジングに効果が期待されるといわれています。簡単にできますので夏に向けて、是非作ってみてください!!

《材料》2人分

ナス……………中2本	*A
トマト……………1/2個	オリーブオイル… 小さじ4
香味野菜……………適量	酢…………… 小さじ5
	醤油…………… 小さじ5
	鶏がらスープの素… 小さじ2



ナスは食べやすい大きさの棒状に、トマトはさいの目切りにする。



耐熱皿にナスの皮の面を上にして並べ、ラップをふんわりとかけてレンジ600wで4分間加熱する。



トマトと千切りにした香味野菜、A(酢、醤油、オリーブオイル、鶏がらスープの素)を混ぜ、①のナスにかける。



冷蔵庫でよく冷やして味を染み込ませたらできあがり。3日間ほど保存可能です。

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360円(税込)
- 月～金 12:00～14:00
- 土、日、祝日はおやすみ
- ※長期休み期間も上と同じ



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



お問合せはひなたぼっこまで TEL 022-343-1340

コミュニティニュースマガジン 2021年6月号【第132号】

特定非営利活動法人 全国コミュニティライフサポートセンター
仙台市青葉区木町 16-30 TEL:022-727-8730
■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:2021年5月25日 部数 2,000部

みんなのわ

ひとりひとりの「できるよこび」を目指して ブロッサムジュニア仙台木町教室



職員の皆さん 前列中央が管理者の小出泰啓さん



施設の外観



集団療育室

今回は5月6日に開所したばかりのブロッサムジュニア仙台木町教室にお邪魔してきました。ここでは、児童発達支援と放課後等デイサービスを行っており、管理者の小出泰啓さんにお話を伺いました。

児童発達支援とは、発達に特性のある障がいを持った子どもが、住んでいる地域で療育や生活の自立のための支援を受ける事業で、0歳から小学校入学前までを対象としています。また放課後等デイサービスとは、学齢期(小学校入学～18歳まで)の障害のある子どもへの療育や居場所の機能を備えた「障がい児の学童保育」とも表現されています。

これまでの子育てや保育事業の経験から

管理者の小出さんは、これまで保育事業に7年ほど関わり、自身も5人の子どもを育ててきました。保育事業に携わってきた7年間の中で、障がいのある子どもへの支援の必要性を感じたことから、事業所を立ち上げることに至ったそうです。

児童発達支援と放課後等デイサービスを組み合わせた事業所は少なく、青葉区内でも4か所目です。組み合わせることで、0歳から高校卒業まで継続した支援が可能となります。取材に訪れた日は5月6

日の開所当日でしたが、未就学児の利用の問い合わせが多いそうです。

子どもは楽しく、保護者は安心して 預けられる居場所を目指して

事業所では、音楽に合わせて体を動かすリトミック等音楽療育に特化し、また個室での個別療育に力を入れており、専門の講師による、子どもたちが楽しく分かりやすい効果的な療育方法を取り入れていくとのことでした。

管理者の小出さんからは、「子どもたちが楽しく通えるように、新しいプログラムを取り入れて、保護者の方にも安心して預けられるような事業所を目指していきたい」とお話がありました。

DATA

児童発達支援・放課後等デイサービス
ブロッサムジュニア仙台木町教室
〒981-0932 仙台市青葉区木町4-8 滝田ビル1階
電話:022-779-5581



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。



仙台・国見の 懐かし写真館

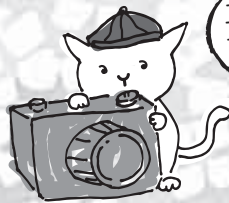
今回も、「仙台の原風景を観る、知る」をテーマに、古絵葉書写真集や古地図今昔帳「仙台地図さんぽ」等を出版している風の時編集部さんにご協力いただきました。

この写真は「どこコレーおしえてください 昭和のセンダイ」というイベントで使用されたものです。「どこコレ」は、市民から提供された写真に情報を寄せあい、撮影された年代や場所などを特定するイベントです。メディアテークなどで開催してきましたが、新型コロナウイルスの感染予防の観点から、現在はSNS上で行われています。

ぜひ皆さんも考えてみてください！

答えは下記ホームページをご覧ください。

せんだいメディアテーク「どこコレ」
<https://www.smt.jp/projects/doko/>



エピソード等を添えて
頂くのも大歓迎です!!

ここはどこ
でしょう？



所蔵／NPO法人20世紀アーカイブ仙台

昔の写真を大募集!!

仙台市内や国見地区周辺の懐かしい写真をお送りください。撮影した場所がわからないものも大歓迎！地域みなさんと「その場所」を探します。お送り先は、みんなのわ「国見の懐かし写真館」コーナーまで。

送り先は、直接ひなたぼっこへ持参して頂くか、下記メールアドレスへお願いします。

E-mail : kunimi_hinata@clc-japan.com

ひなたの日常

お久しぶりです。3年ぶりにひなたぼっこに戻ってまいりました。

3年間不在の間に、ひなたぼっこも様変わりしたこともあり、浦島太郎状態です。コロナ禍ではありますが、ひなたぼっこにぜひお茶のみに来てくださいね。皆さまの近況などお聞かせいただければ嬉しいです。

私も地域の皆さんをご訪問させていただくこともあ

ると思いますので、その際はどうぞよろしくお願いいたします。

また、「みんなのわ」の取材で、地域の皆様を取材させていただきたいと考えておりますので、「こんな情報があるよ」「これおもしろいから、取材に来て」などの皆さんからの声をお待ちしています！

木皿 泰子



みなさま
お久しぶりです!

食を伝えるこだわりのお店

食Lab Little Beans

今回は八幡町の保育所八幡こぼと園の並びにある「食Lab Little Beans」というお店を紹介します。

このお店は、食の原風景や食の裏側を知るための「食育コンダクター」養成講座や、食育フェスなどを行っている「NPO 法人とうほく食育実践協会」から派生し 2007 年にはじまりました。

「食 Lab Little Beans」の原点は立町で週に 1 回野菜を届ける野菜市でした。法人の活動拠点として事務所を構えたかったことと、「野菜をゆでるなどの下準備がしてあるとうれしい」というお客様の声に応えたことから、あいコープみやぎの商品を中心としたセレクトショップとして「食 Lab Little Beans」を開きました。

野菜や果物、調味料やお菓子など、こだわりの食材が店内にたくさん並んでいます。野菜や果物は「食育コンダクター」の資格を持っているスタッフが生産者と密にやり取りをし、産地に出向いて仕入れているので安心して購入することができます。

また、「食 Lab Little Beans」ではお弁当販売も行っています。「旬の野菜をおいしく食べてほしい」という生産者の声とお手頃な価格でお弁当を提供したいというスタッフの思いが詰まっています。(お弁当 税込 700 円、おかず 税込 500 円) お店 1 番人気は「メンチカツ」です。肉の仕入れ状況にはよりますが、木曜日のお総菜の日購入することができます。

昨年度はコロナウイルスが蔓延したことにより

「食育コンダクター」養成講座や食の企画等も開くことができなかったが、「今年度はできることから少しずつはじめていきたい」と店長の本吉尚子さん(もとよし たかこ)と理事の小野寺泰子さん(おのでら たいこ)。また、「これからは季節ごとのイベントも考えていきたい」「多くの人に知ってもらえるように、宣伝にも力を入れたい」との声もありました。

これからも自粛生活が続くことが予想されますが、お昼の時間やお仕事の帰りに立ち寄ってみてはいかがでしょうか。人気のおいしい「メンチカツ」に出会えるかもしれません。



季節の野菜を
ふんだんに
使ったお惣菜



DATA

食 Lab Little Beans
青葉区八幡 1-1-19 コーポはし本 1F
TEL : 022-797-7063
時間 : 10:00 ~ 16:00 定休日 : 土、日、祝日
※お弁当に関して
イベント事や配達エリア、個数含め早めにご相談をお願いします。気軽にご相談ください。(遅くても 10 日前までに)