

まざらいんスタッフの癒し！

木皿 泰子

私の楽しみは、庭仕事と温泉に入ることです。

休みの日は、日がな一日庭をボーっと眺めて過ごします。幸い、目の前が駐車場、その前は空き地となっていて前方の山が見えるので、借景となって春先は緑に囲まれている風景となります。庭仕事で疲れたら近くの日帰り温泉で汗を流すのもささやかな楽しみの一つです。新型コロナの影響で大好きな温泉も自粛が続きましたが、今は感染症予防に努めながら楽しんでいます。



アジサイ 白（アナベル）



アジサイの挿し木。新芽が出てきました



アジサイ 紫（ダンスパーティー）

まざらいん移動サロン開催にあたっての感染症対策について

3密になる密集・密接・密着とならないように取り組みます。



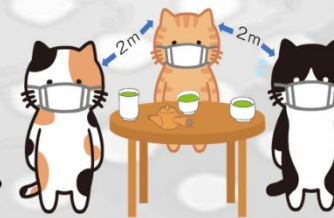
マスク着用や会場での検温をお願いします。



会場入り口に消毒用アルコールを用意しますので、**手指の消毒**をお願いします。



その他、**感染拡大防止に気をつけてサロン**を行っていきます。



※感染症防止の観点から、発熱など体調不良の症状がある場合は、参加を控えていただくよう、ご協力をお願いします。



移動サロンの開催日程（予定）

- ・新立野第二復興住宅団地：毎月第2・4金曜日 14時～16時
- ・新西前沼第一復興住宅団地：毎月第2・4火曜日 10時～11時30分
- ・新西前沼第三復興住宅団地：毎月第3木曜日 10時～11時30分

お問い合わせ
開所時間

TEL：0225-24-9910
月～金 9:00～18:00

発行：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（CLC） 編集：石巻・蛇田のより処 まざらいん
拠点：石巻市蛇田字西境谷地 122 番地 6 号（〒986-0861） 受付時間：月～金 9:00～18:00

蛇田地域の情報紙

まざらいん！

第14号
2020年8月（隔月刊）

7月10日（金）外出サロン～in 雄勝・女川♪



主にのぞみ野の住人と、石巻市雄勝硯伝統産業会館と女川ハマテラスに行ってきました。雄勝出身の住人は、震災前に生活していた故郷を懐かしみながら展示されていた写真を見ていました。

一番の楽しみはなんといってもお買い物！お土産に海産物をたくさん買い、お昼は海鮮丼やカキフライ定食を食べて大満足していました。

後日、参加者のみなさんに写真を渡すと、とても喜ばれていました。

近隣の住人からも、「次は、わたしも連れて行って」との声があがっているので、今後も外出サロンを行っていく予定です。

この情報紙は「令和2年度 石巻市蛇田地区復興公営住宅等の孤立防止事業」の一環として作成しています。

7月31（金）外出サロン～女川で釣り～



まざらいん情報紙 13 号を見て「体に不自由な部分はあるが釣りに行きたい」と連絡をくれた人や、「魚釣りに行きたいが、行く手段がない」などの話を聞いたので、「男性の集い場づくり」の一環として、女川町へ釣りに行きました。

漁場に着くとすぐに準備を始めそれぞれの釣りを楽しんでいました。

また、参加した 3 人の住人は初対面の人もありましたが、好きな釣りの話で、楽しそうに会話を交わしていました。

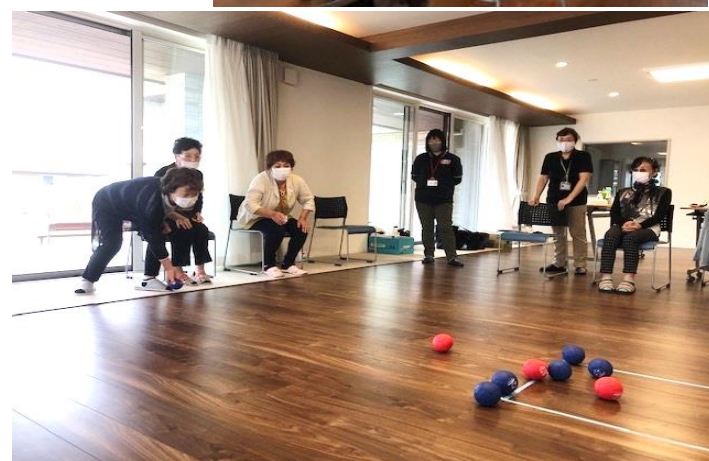
帰り際には「また行きたい。次はいつやるの？来月とか行かないの？」との声が聞かれました。

今後も、男性が集いやすい趣味などを活用して企画していく予定です。

7月16日（木）新西前沼第三復興住宅移動サロン

7月16日（木）蛇田地域包括支援センターと日本医療社会福祉協会の協力を得て、新型コロナウイルスの対策を取りながらお茶会をしました。

「新しい生活様式」や「熱中症」の話、「転倒の危険性」の話の後にラジオ体操をして体をほぐし、歓談の後みんなでゲーム「ポッチャ」をしました。初めての「ポッチャ」でしたが、指導に従いながら的をめがけて、ボールを投げて、狙い通りに当たると歓声が上がったり、外れると大笑いになったりして、楽しいひとときとなりました。



皆さんの自宅での過ごし方



丸井戸復興住宅
森さん

森さんは、もともと工作が好きで、家具の色を塗り替えたり、食器棚を靴箱にリフォームして、工夫して使っています。今回は、100 円均一ショップの材料を使って好きな色を塗り、中に発泡スチロールを敷き詰め、造花をさして作った素敵な壁掛けをご紹介します。

日頃は仕事で忙しく、「自分の好きなことに集中することで、リフレッシュできる」と話してくれました。



新沼田第二復興住宅
日野さん

現役時代にはエンジニアとして活躍されていたそうで、団地の菜園では廃品を利用してカボチャ棚を作製したり、自宅玄関前の盆栽では針金を用いて流麗な枝振りに導くなど、随所にこだわりがみられます。引退した現在も職人さんの丁寧な仕事ぶりが感じられました。

「自宅での過ごし方」を教えてください！

皆さんに教えてもらった暮らしの工夫や楽しみ方を、本紙上で紹介したいと思います。ちょっとした楽しみでもかまいません。お気軽にご連絡ください。

皆さんからの声をお待ちしています！

電話：0225-24-9910

メール：mazarain@clc-japan.com

たとえば……

- ・マスクづくり
- ・簡単体操
- ・プランターでの菜園
- ・オンラインお茶飲み

