

# ひなたぼっこ

宮城県高齢者生協新聞

(ささえあい生協宮城)

2023年3月20日号(第145号)

■発行所 宮城県高齢者生活協同組合  
 発行人 長尾 智美



〒981-3203  
 仙台市泉区高森3-4-131

TEL 022-343-7655  
 FAX 022-343-7666

No. 145

E-mail: [koreikyo@poppy.ocn.ne.jp](mailto:koreikyo@poppy.ocn.ne.jp)

URL: <http://miyagi.koreikyo.jp/>

## 小規模多機能型居宅介護事業所 いづの庵(いづの)

コロナ禍でも利用者のみなさんと一緒に季節感のある楽しい時間をすごしていただきたいと季節の行事を開催しています。

### 「クリスマス会」

スタッフがサンタクロースになり、ギターを弾いてクリスマスソングで盛り上がりました。



### 「書き初め」

お正月に利用者のみなさんに自由に書いていただきました。



## 「初詣」

仙台市泉区にある賀茂神社へ初詣に行きました。4日間に分けてみんなが参加できるように工夫しました。どんな願いをしたのでしょうか？



## 「節分まめまき会」

2月3日に「節分まめまき会」を開催しました。

男性スタッフが着ぐるみで手作りの鬼の面とこん棒を持って登場。利用者さんは折り紙で作った豆入れに落花生をたっぷり入れて、登場した鬼めがけて投げ入れ楽しみました。



## 【理事長(三ツム)】

2023年冒頭は、いづのの定員割れという不安な出だしで始まりましたが、それを吹き飛ばしてくれたのが、2月26日(日)に開催された「ひなたぼっこ石巻・新春座談会」でした。狭い会場いっぱい20人程の組合員さんが集い、熱気に包まれました。

「ひなたぼっこ石巻」は今年、各種サークルの活発化に加え、海苔をはじめとする海産物の販売活動を本格化し、加工業者とも連携して活動全体を高揚させています。

この日はお祝いに、組合員の阿部加代子さんが「カリナを独奏。これが素晴らしく、参加者一同感銘。とりわけソフィア・ローレンとマルチェロ・マストロヤニ(知ってます?)を主人公にした映画「ひまわり」のテーマ曲は、感動的でした。私は高校生の頃、ソフィア・ローレンが好きで、ウクライナの一面黄色のひまわり畑を背景に撮られたこの映画を何度も見に行ったものでした。石巻の組合員さんの芸術性の高さに感動した、幸せな一日でした。(ホントだよー)

## 泉中央老人福祉センター

### 「3B体操体験会」

令和5年1月24日から「3B体操体験会」が3月までの4回コースで始まりました。

「3B体操」とは、「遊びの要素」「気軽に」「体に無理なく」をキーワードに若者男女問わず、誰でも楽しめるように考案された健康体操です。

ボール(B)、ベル(B)、ヘルター(B)の3つの用具(B)を使用することから3Bと呼びます。しっかりとした健康効果が期待でき、「体を動かしたいけど、激しい運動は…」とお悩みの方もまずは一度体験してください。



軽さ・クッション性・持ちやすさのベルでの運動  
あらゆる対象者にも対応し身体機能を高めます。

## いなみいきいき会

いなみいきいき会では、仙台市泉区南光台にある「特定非営利活動法人・地域生活支援オレンジねっこ」に活動の様子を見学に行きました。

理事長の荒川陽子さんよりサロンの活動やカフェの様子、食事配達と見守りについて詳しく説明していただきました。食事の配達は、見守りも兼ねた活動でも興味深くありました。食事は配達先の家庭にある食器に移し替えて食べていただくというスタイルです。

見学を通じて、いなみいきいき会でもサロンなどができる活動を模索しました。



みんなでときめきカフェのお弁当を  
有料でおいしくいただきました。

## ひなたぼっこ石巻

令和5年2月26日(日)に「新春座談会」を開催いたしました。

## 「コカリナの演奏で有名な阿部加代子さんのオープニングが始まり、これまで活動を参加者が思い思いに振り返りました。そして、オリジナルのたこ焼きと鯛焼きをいただきますから楽しみました。」

理事・伊藤恵仁より、宮城高齢協の現状をお話いただき、2名の増資と2名の加入をいただきました。

また、登米町の里山林農元気村の竹内さんより、活動はとにかく悩んだら原点に返ることが大事であると講話をいただきました。



コカリナの演奏を聞き入る参加者のみなさん  
\*木で作ったオカリナをコカリナといいます



里山林農元気村の  
竹内さんの講話

## 【こだわりの商品紹介】

### 石巻市雄勝町の海産物

東日本大震災で津波被害を受けましたが、地元漁師のよみかじり復活いたしました。

宮城県石巻市雄勝町船越は80%以上が山林に囲まれていて、森の栄養分を含んだ水が船越湾に流れ、たぐさの海の恵を育んでいます。そこで出来上がったわかめや昆布は昔ながらの製法で作りの上げ、絶品です。



ヤマセ高橋水産船越わかめ 1袋 600円  
ヤマセ高橋水産とろろ昆布 1袋 600円  
**石巻市渡波の海苔**

石巻市渡波で作られている海苔は、渡波港近くで生産された海苔の「初摘」を使用していますので味、香のとも「最高級」です。

新のり5帖袋 2000円

購入・販売は「ひなたぼっこ石巻」で行っております。「希望の方は直接「ひなたぼっこ石巻」へお問い合わせをお願いします。Tel 0225(0)3(0)976-1

泉西部地域福祉事業所

「コロナ禍を気にしながら月一回すみれ会やじまじ活動しています。

子ども会と一緒に七夕飾り、ボッチャに挑戦、年金者の語る年金の話の講演会、流しそめん「もしが袋」を作ったりしてなど楽しみました。

【未使用タオル寄付のお願い】

いずみいきいき会では「未使用の白いタオル」の寄付をお願ひしています。連絡は、泉中央老人福祉センターのいずみいきいき会事務局・渡邊まで TEL022(3)73-12805 時間の時30分〜17時 日祝日休み

【難問の問クイズ】

① なんと読みますか？

樹懶



- ② うなぎは蒲焼や白焼など食べますが、なぜ刺身では食べないのでしょうか？
- 1. 昔の言い伝えだから
- 2. 毒があるから
- 3. 加熱の方が美味しいから

◎とんちクイズです

毎月22日はシヨートケーキのロンドンです。その理由を簡潔に回答してください。



答えがわかった方は左の宛先までハガキにて4月30日締め切りで応募ください。正解者の中から1名に石巻市渡波水産物セットを1箱差し上げます。

答えはハガキで、宛先は

〒98103 仙台市泉区高森の0809  
F3203 いんろ館 じぶし 藤田宛

\*前号のクイズ回答で④は「さおつ」または「シェイクスピア」でも正解とします。厳密なる抽選の結果、当選者は仙台市太白区にお住まいの高橋様です。ほつれん草1箱をお贈りいたします。

スタッフ大募集

一緒に楽しみ・学びながら仕事しませんか？  
介護正規職員 数名（資格のある方）  
募集場所：小規模多機能型居宅介護事業所  
いろいろ庵こぶし  
TEL022-779-6270担当 長尾、藤田

第24回白鳥文学賞受賞作品

副理事長・丹野幸子さんが一般の部で優秀賞を受賞いたしました。白鳥文学賞は栗原市の民衆派詩人です。築館に記念館があります。

「夫婦茶碗」

娘の友人が焼いた土の器  
白い釉薬のかかった粉引きの夫婦茶碗

あの人が逝って花橋の花びらのようにならうら優しい土のついの茶碗が残った

ふらふらとあたたかへ手に収まる小さいほつは食事制限されているあなたのごはん茶碗

茶碗に遺ったあの人の仕事  
茶碗に遺った手の感覚  
茶碗に遺ったふたりの暮らし

おおぶりでお抹茶も点てられるほうはわたしの茶碗

茶碗の遺ったあの人の後ろ姿  
茶碗の欠け傷を見ると分かる

結婚四十五年を一人で迎えられたあかしのお祝いの贈り物

毎日洗いながら何を考えていたのか  
清々しい目の先にあるもの  
邪心のないこころ

脳梗塞で右手の指にマヒが残ったあなたは毎日洗いの係を引き受けた

欠け傷をみると分かる  
今はもう

茶碗は水の中でリハビリするあなたの手から何度か滑って桶の中で踊った

あなたには悲しみを走り抜けたのだと  
なごりの傷は

壊れたらまた焼いてもう一つから

深々と痛みを包み安らかに白灰色に  
溶け込んで 時を経てはじめてからあ

「気にしないで」と娘はむしろ洗いのをする父を慰めた

あなたとわたしの夫婦茶碗



2023年3月22日

## 第25回通常総代会 総代選挙公告

宮城県高齢者生活協同組合  
総代選挙管理委員会委員長 半澤 晃

定款第44条、第45条及び「総代選挙規約」にもとづき、総代選挙を左記の通り実施します。  
総代に立候補される方は所定の用紙(本部事務所および各事業所に備えています)に記入の上、  
選挙管理委員会に提出してください。

### 記

- ① 選挙権および被選挙権 2023年3月31日現在の組合員
- ② 選挙区および定数 総代定数：100名 選挙区：全県1区
- ③ 日程

- 1、立候補受付：2023年4月1日(土)9時30分から4月17日(月)16時まで
- 2、選挙日：2023年4月18日(火)

総代選挙規約第8条により、立候補者数が定数以内の場合は、無投票当選となります。

- ④ 立候補手続き

本部事務局および各事業所(いろいろ庵こぶし・泉中央老人福祉センター・名取地域センター・ひなたぼっこ石巻・ホームページからダウンロード)に備え付けの立候補届用紙に記入して宮城県高齢者生活協同組合事務局内に設置した総代選挙管理委員会に提出してください。

以上

宮城県高齢者生活協同組合本部事務局

仙台市泉区高森3丁目4番131号 電話022-343-7655

## 第25回通常総代会のご案内

日時：令和5年6月18日(日)13時～16時

会場：東京エレクトロンホール 401会議室

仙台市青葉区国分町3-3-7 電話022(225)8641

地下鉄：仙台市営地下鉄南北線泉中央方面乗車

→ 勾当台公園駅下車

→ 出口「公園2」から徒歩300メートル

(所要時間約5分)

バス：仙台市営バス、JR仙台駅西口60番乗り場から、

定禅寺通り市役所前経由交通局大学病院行き乗車

→ 定禅寺通り市役所前下車(所要時間約12分)

※公共交通機関を利用ください。

