

アプリのこと

令和2年3月25日発行
つどいの家・アプリ編集
〒982-0816
仙台市太白区山田本町3-20
TEL 022-743-1882
FAX 022-743-1883

わたしがささきです！



みんな大好き運転士 佐々木さん★

利用者みなさんからの強いリクエストにより、今年度最後の表紙を飾るのは、佐々木運転士です！アプリ全体を楽しい雰囲気包んでくれる佐々木運転士の周りには、いつも利用者が集まり笑顔があふれています。毎日、利用者も職員も佐々木運転士に会うと気持ちが明るく元気になるので、アプリの人気者です！これからもたくさん、温かい愛情でアプリを盛り上げていきましょうね！

(記：小原)

ひとりごと

～新年度が始まります～



新型コロナウイルスの影響で地域のイベント中止や卒業式の縮小、様々な影響が出ております。当事業所におきましても、来訪者との接触を少なくしたり、内部の職員においても打ち合わせ等を、延期や中止にしたりしている次第です。各自が意識して、免疫力を高めていくことがとても重要です。

さて次年度は、新規利用者（名取支援学校 女性）1名、在宅者（男性）1名、計2名の方がつどいの家・アプリに新しく仲間入りいたします。利用者本人が「やってみたこと」ではなく「やりたいこと」を実現するために、利用者主体の支援を職員一丸となって取り組んでいきたいと思っております。

令和二年度は、事業開始から十年目となります。利用者の平均年齢は31.3歳とまだまだ若いメンバーです。地域の方との関わりが希薄になってきていることもあるので、どんどん出かけていきたいと思っておりますので、アプリの利用者・職員を見かけましたら、ぜひ声をかけていただければ嬉しい限りです。令和2年度もつどいの家・アプリをお願いいたします。

追伸：令和2年度のバザーは、10月17日（土）開催予定です。

（記：大累）

縄文の森運営懇談会に参加しました

2月14日、仙台市縄文の森広場の運営懇談会が行われました。各町内会長、小・中学校校長、児童館などの近隣施設館長、活動団体代表等、地域の方々も参加されておりました。つどいの家・アプリも縄文の森広場の近隣施設として、毎年出席しています。

運営懇談会では、はじめに縄文の森広場の今年度の活動（後半期）、台風19号の被害についての報告がありました。台風19号の影響により、ガイダンス施設に1cm程度の浸水、竪穴式住居の浸水、山田上ノ台遺跡発掘調査現場が水没したとのことで、秋まつりも中止になりましたが、冬季のイベントは無事に開催され、冬まつりは多くの来場者があり盛況に行われたそうです。近隣の小学生との学校・地域連携促進事業や中学生の職場体験についての報告をしていただきました。今後の縄文の森広場の運営についての意見交換では、児童館と連携したイベントや修学旅行での訪問先にできないか等の提案がありました。

つどいの家・アプリでは、“縄文広場”に活動で散歩に行くことが多いのですが、いつもきれいに整備されており、景色もよく利用者の皆さんも気に入っています。4000年前の縄文時代に大規模な集落があったとは、歴史のロマンを感じますね！今後も近隣施設として、連携していければと思います。よろしく願いいたします。

（記：加藤（裕））



みんなにインタビュー～1年間の思い出～

今年度も早いものでもう3月！アプリではこの1年間を通して様々な活動を行ってきました。各グループを代表して1名の利用者に、それぞれの印象に残った活動について振り返りのインタビューをしました。

《バジルグループ：生江康子さん》

- Q. 今年度の中で1番思い出に残っていることはなんですか？
A. 8月の宿泊体験会でいった秋保温泉です！
Q. 温泉はどうでしたか？
A. とても気持ちよかったです(^_^)
Q. 来年度はどんなことをしてみたいですか？
A. 秋田に行ってみたい!!

(記：佐藤(愛))



《カモミールグループ：栗野このみさん》

- Q. 今年度、一年間楽しかったですか？
A. たのしかった(ニコニコとしている)
Q. 新幹線を使っての東京旅行はどうでしたか？
A. (写真をじーっと見つめ、指差しをしている)
Q. 来年度も、お出かけしたいですか？
A. (笑顔でうなずく)
Q. 運動もがんばるぞー！
A. おー！(手を上げています)

(記：三浦)



《ミントグループ：千葉路義さん》

- Q. 今年度楽しかった活動は何ですか？
A. 「他のグループの人と一緒に」と「ボウリング大会」でほほ笑む)
Q. 一番頑張ったことはなんでしょう？
A. う～！(「運動する」で両足を上げる)
Q. 来年度はどんな活動をしたいですか？
A. 「外出」と「体を思いっきり動かして遊びたい」で
職員の手を何度も力強くタッチ！)

(記：寺島)



《クレソン・ジャスミングループ：吉田真紀さん》

- Q. 今年度楽しかったことは、何ですか？
A. 「お寿司です」
Q. お寿司おいしそうでしたね♪また行きましょうね！
ボール運動やおさんぽ、ダンス等体もたくさん動かしましたね！体を動かすのは好きですか？
A. 「はい」
Q. 来年度も、外食や運動、作業におでかけ、たくさん楽しみましょうね！
A. 「がんばるぞ！おー！」

(記：榊原)



今年度楽しかったことや頑張ったことについて、みなさん楽しそうな表情で語っていたのが印象的でした。来年度もそれぞれのやりたいことや目標に向かって、楽しんで活動していきましょう♪ (記：寺島)

アプリの音楽会

去る1月16日、八木山つどいの家で音楽ボランティアをして下さっている滝沢さんをアプリにお招きし、音楽会を行ないました！「1月に音楽会を行ないたいのですが…」と相談の連絡をすると、快く引き受けて下さいました。本当にありがとうございました。

当日は、ギターやバイオリン・ピアノを使用し、普段とは違った音楽会を開催することができました。アプリの利用者が好きな曲を中心に、今年の干支（鼠）にちなんだ曲などいろいろな歌を歌い、笑顔が多く見られた音楽会になりました。

ぜひ、またアプリで演奏して下さい！お待ちしております〜す(^)/

(記：渡部)



黄色いレシートキャンペーン

2月11日、イオンスーパーセンター鉤取店で行われた「イオン幸せの黄色いレシートキャンペーン」にバジル・ローズグループで参加させて頂きました！

黄色いレシートキャンペーンは、毎月11日に発行される黄色いレシートを専用BOXに投函して頂くと、その合計金額の1%にあたる品物を寄付して頂けるという取り組みです。



当日は祝日ということもあり、店内はたくさんの方で賑わっていました。その勢いに負けないくらい、私たちも元気に「つどいの家・アプリです、お願いします！」とボックスの前で呼びかけをしました。すると、たくさんの方に「アプリさんね」と言ってレシートを入れて頂き、さらに「アプリってどこにあるの？」と声を掛けてくださる方もいらっしゃいました。日頃からお世話になっているお店で地域の方々と交流することができ、利用者、職員ともに嬉しく思います。これからも、地域の方との出会いを大切にしていきたいです。(記：淡路)





宏司さんのパン屋さん紹介コーナー



カモミールグループの山内宏司さんはパンが大好きです。今までにいろいろなパン屋さんに出かけ、たくさんのパンを食べてきました。今回はその中から、八木山にある『ブール』というパン屋さんを紹介します。

入口はスロープ付きで車いすでも入りやすく、優しくでおいしいパンを焼きそうな店主さんがドアを開けてくれました。店内にはかわいくておしゃれなパンが並んでいます。宏司さんはすぐに大好きなあんパンをチェック。粒あんパンと、クリームあんパンがあり悩んでいましたが、粒あんパンを選びました。ソーセージのパンとクリームパンでもとても迷っていましたが、クリームパンを選んで会計しました。

クリームパンを半分に割ると、クリームのとってもいい香りがします。しっかりしているのに柔らかい生地と一緒に、とてもおいしそうに食べていました。宏司さんにとってパンはあっという間に食べ終わってしまう「飲み物」のような存在なのかもしれません。遅い時間になると人気のパンは少なくなっていくようなので、早めの時間に行ってみてくださいね。
(記：佐藤(智))

ブール

太白区八木山南 3-1-49 105
八木山のマツモトキヨシさんの北側
TEL 022-243-5367
営業時間 11:00~18:00
定休日 日曜日、第1・3月曜日



募金箱ここにあります

以前より、会報でご協力をお願いしていた募金箱。
皆さまのご協力で様々なお店に設置して頂いております。
今後も見かけた際はぜひご協力をお願いいたします m(_)_m

今年度の募金総額は **40,816円** でした。
皆さまのご協力ありがとうございました！

いちご き 【苺の樹】



富沢の住宅街にあるケーキ屋さんで、ピンクのかわいらしい看板が目印のお店です。食べやすい大きさのケーキは甘さ控えめでおやつにぴったり！焼き菓子も豊富で目移りしてしまう、甘党には堪らないお店です。(記：石田)

住所：仙台市太白区富沢 3-3-52
TEL：022-244-4740
営業時間：9:00~20:00 ※定休日：不定休

募金箱設置のお願い

つどいの家・アプリでは、地域の各商店等に募金箱の設置をお願いしております。募金して頂いたお金はつどいの家に寄付され、つどいの家を利用される方々の環境整備などに使われます。募金箱設置に協力して頂ける依頼先がありましたら、担当までご連絡ください。よろしく願いいたします！

お問い合わせ先：つどいの家・アプリ 加藤(裕)、高橋 TEL 022-743-1882

保健のおはなし～花粉症のこと～



春に気になるのは、やはり花粉症！国内の有病率調査では、国内の4割もの方が何らかのアレルギーを有し、その中でも花粉が原因のアレルギーは全体の3割にものぼります。その中でもスギを原因とする花粉症は、約4人に1人が発症しています。

➤ 花粉症とそのメカニズム

花粉症とは、鼻腔内に入ってきたスギなどの花粉に対する免疫反応によって鼻水などの症状が引き起こされることをいい、季節性アレルギー性鼻炎とも言われています。アレルゲンが鼻腔内の粘膜に付着すると、体内に抗体が作られマスト細胞という細胞に結合します。その後再びアレルゲンが侵入すると細胞からアレルギー誘発物質が放出され、鼻水などのアレルギー反応が起こります。

➤ 花粉症になる人はどのような人？

花粉症を発症する人は、遺伝的にアレルギー体質であると言われています。また、自律神経を乱す睡眠不足や不規則な生活、ストレスも原因と言われています。それ以外にも食生活の変化が大きく関わっています（和食が中心だった時代にはアレルギーがほとんどなかったと言われています。和食にはアレルギー体質になりにくい要素があるのかもしれませんが）。

➤ 花粉症対策

- ※ 食生活⇒規則正しい食生活が重要です。暴飲暴食は避け、お酒やお菓子は控えめに体に負担をかけないようにしましょう！！
- ※ 習慣⇒帰宅後、うがいや洗顔で花粉を洗い流しましょう。外から室内に花粉を持ち込まないように窓を閉め、花粉の侵入を防ぎましょう！！
- ※ 服装⇒できるだけつるつるして凹凸のない、花粉が付着しづらい素材を選びましょう！！
- ※ 体調管理⇒早寝早起き、バランスの取れた食事、適度な運動をすることで、体調を整えましょう！！
- ※ 寝具⇒花粉シーズン、布団は外に干さずに乾燥機などの活用をしましょう！！

➤ 花粉症 こんな日は注意！！

- ※ 花粉が飛びやすい日…晴天または曇りの日、前日に雨が降った日、最高気温が高めの日、湿度が低く乾燥した日、強めの風が吹いた日、北風が変わった日。
(記：菊地)

バザー物品募集

つどいの家・アプリでは、毎年秋にバザーを開催しております。今回、令和2年度のバザーっす!の開催に向けバザー品を大募集しておりますので、バザー品を提供して頂ける方は、つどいの家・アプリまでご連絡ください。
(記：岡崎)

●募集物品

衣類・生活雑貨・日用品・食器類・古本・CD類 等
(※古すぎる衣類や食品・家電類はご遠慮ください)

●受付時間

10:00～17:00 (月曜日～金曜日)

●電話番号

022-743-1882

よろしく
お願いします

令和2年度
アプリのバザーっす!
10月17日(土)
開催決定!!
※10:30～13:30

《編集後記》新型コロナウイルスの流行により、日頃の手洗いやうがいの大切さを実感する今日この頃です。日差しも暖かくなりお出かけ日和の日が多いものの、外出にも気がかりなことが多く、早く収束するといいな…と切に思います。皆さまも体調に十分気を付けてお過ごしください。(記：寺島)