



つどいの家の 八木山通信

八木山通信
第246号

題字:八木山つどいの家 斎藤 希美さん



第40回全国都市緑化仙台フェア未来の杜のせんだい2023(4/26から6/18)開催時に、メイン会場の青葉山公園追廻地区会場を見学してきました。文音さんは花の香りを嗅いで『いい香り、お母さんに買っていきたい』と話をされていました。花は人の心をそっと優しく包み込んでくれますよね。

カラーコントラストが素晴らしかったので、次回は、図画版(探検バッグ)とお弁当を持ってみんなでお出かけしたいです。(佐藤)

熱中症に注意しましょう



雨で肌寒い日もあれば、蒸し暑い日もある梅雨の時期は体調管理が難しく、身体の不調を感じている方も多いのではないのでしょうか。まだ暑さに体が慣れていないこの時期から気をつけなければならないのが熱中症です。熱中症は気温や湿度が高い環境のもとで、体温調節が上手にできない為に、体の中に熱がこもってしまうことで起こります。下記に予防のポイントをまとめました。

《熱中症予防のポイント》

○こまめに水分補給しましょう

- ・のどが渇いていなくても、こまめに水分をとりましょう。
- ・たくさん汗をかいたときは、スポーツドリンクや塩あめなどで塩分も補給しましょう。

○暑さから身を守る工夫をしましょう

- ・室内では扇風機やエアコンを使い温度、湿度を調節しましょう。
- ・屋外では日傘や帽子を着用して暑さを避けましょう。
- ・暑い日の不要な外出、屋外での作業を控え、無理なく過ごしましょう。
- ・涼しい服装に心がけましょう。

○日頃から健康管理をしましょう

- ・バランスのよい食事を取り、栄養補給をしましょう。
- ・睡眠はしっかりととり、体の疲れをとりましょう。
- ・体調が悪いと感じたときは、無理せず自宅で静養しましょう。

○暑さに備えた体づくりをしましょう

- ・暑さに体が慣れるように、暑くなり始めの時期から軽く汗をかく程度の適度な運動をしましょう。
- ・水分補給は忘れずに、無理のない範囲で行いましょう。



八木山つどいの家では、“朝のさんぽ”や“体を動かそう”、市民センターの体育館を使用した活動などで、日ごろから適度に体を動かし、楽しく基礎体力の向上に努めています。今年もみんなで元気に夏を楽しみたいですね♪ (篠崎)



ふれあい製品フェア&ふれ地下に出店しています!



コロナウイルス感染拡大に伴い、ここ3年ほど販売会への参加を控えてきましたが、感染状況が落ち着いてきたこともあり、今年度より販売会への参加が復活しました。

八木山つどいの家としては久しぶりの出店となる勾当台公園市民広場での「ふれあい製品フェア」に加え、初めて地下鉄仙台駅構内での「ふれあい製品販売会in地下鉄仙台駅（通称“ふれ地下”）」にも出店。どちらも月1回程度、作業品等の販売を行っています。

5月9日のふれあい製品フェアでは、販売員の名札をかけた利用者が積極的に「いらっしやいませ」と声をかけ、立ち止まって商品を手にするお客様には「これ、僕が作りました」とセールストークを展開する様子も見られました。

今後の「ふれあい製品フェア」及び「ふれ地下」は下記の日程で出店します。

「ふれあい製品フェア」 7月4日(火)、9月5日(火)、11月7日(火)

「ふれあい製品販売会in地下鉄仙台駅」 7月14日(金)、8月25日(金)

時間はいずれも10時30分～14時30分です。お近くをお通りの際はぜひお立ち寄りください。ご来店、お待ちしております！ (梅津)





わんぱくでもいい。 Topic.2 おつきたくたくましく育ててほしい！



同世代の子って、何が好きなの？どんな事して遊ぶの？一緒に遊んでみたい！話してみたい！出会いたい！そんな思いから始まった尚絅学院大学との交流。パイプオルガンの響きを体感したり、学食で学生さんとおはなしをしながらご飯を食べてみたり。昨年から始めたのは、大学の敷地の一角をお借りして農作物を育てること。目標は、収穫した野菜でBBQ！

かぼちゃは薄めに切って焼くでしょ…
ピーマンは丸ごと焼くでしょ…
ナスは縦半分か輪切りに切って焼くでしょ…
少し浅漬けにもしようかな…
トマトは乱切りにして箸休め的に食べるのもいいかな…
とBBQをイメージして植えたのは【かぼちゃ】【ピーマン】
【なす】【トマト】の4種類。

この苗を持って先日、学生さんや先生と一緒に畑を耕して植えてきました。おつきく伸びた草を思い切りひっこ抜いたり、出てきた虫に『ひーっ！！』となったり、耕うん機の調子が悪くてみんなで順番にエンジンかけるグリップを引っぱったり、最後に優しくそっと苗を植えて。暑い中でみんな汗をたくさんかきながら、期待を込めてきました。

おつきくたくましく育ちますように！
そして、今年もたくさんの学生さんと出会えますように！
(加藤)



あの飛行機はどこへ行くのかな



今年度2回目の写真クラブは仙台空港臨空公園へ行ってきました！
仙台空港の滑走路がすぐ横にあるだけあって、飛行機を本当に間近で、しかも、たくさん見ることができました。「そろそろ飛びそうですよ！」の職員の声に、急いで飛行機が見える場所まで駆け寄ってカメラを構え、なんとか動く飛行機を撮ろうと、みんなで奮闘しました。

最後は空を見上げて大きく手を振り、いってらっしゃ〜い👋私たちの姿は機内から見えていたのかな…！

撮影会が終わったあとは、そば・うどんを食べました。たくさん興奮したあとのご飯は格別だったのではないのでしょうか。(千葉)





楽しかった！尚綱学院大学畑作業

去る、5月18日名取市の尚綱学院大学で畑作業をしました。

それから、茄子とピーマンを植えました。

今度は、学食に行きたいです。【早坂】



楽しかった！泉中央一日外出



去る、6月16日金曜日に八木山動物公園から仙台市地下鉄に乗って、泉中央に行きました。

最初は雨の中、泉図書館に行きました。

今度は、散策をしたいです。「早坂」



おかえりなさい インタビュー



育児休業中だった2人が、5月から八木山へ復職しました！久しぶりに会った利用者の方々からは笑顔がみられ、聞きたいことがたくさんあったり話したい様子があふれていました。今回は多田光志さん、草野ほなみさんが2人へインタビューしてくれました！

光志さんから加藤さんへのインタビュー㊦

光志さん：自主制作好きですか？

加藤：ちょっと興味あります。光志さんの話きくの好きです。

光志さん：大好物はありますか？

加藤：パンです。光志さんはありますか？

光志さん：コーヒーが好きです。

光志さん：好きなヒーローはなんですか？

加藤：プリキュアです。光志さんの好きなヒーローはなんですか？

光志さん：ダッチャーが好きです。



加藤より

ただいま！お久しぶりです。育児休業から戻ってきました。仕事も子育ても、楽しんだり悩んだり、笑ったり感謝したりの日々です。これからもこんな感じで、相も変わらずよろしく願います。

ほなみさんから今井さんへのインタビュー㊦

ほなみさん：久しぶりの八木山はどうですか？

今井：毎日楽しいです！！

ほなみさん：子どもはかわいいですか？

今井：とってもかわいいです！！！！

ほなみさん：私たちとお友達ですか？

今井：友達と思ってくれるのは嬉しいです。離れた時間があったけど、また仲良くできて嬉しいです。



今井より

「ただいま」と言える八木山つどいの家に帰ってこられて本当に嬉しいです！大好きな娘の話をどーしてもしたくなっちゃう時があるので、そんな時は優しく聞いていただけるとありがたいです！これまでの持ち味は変わらず！またみなさんと楽しく活動していきたいです。

地域の皆様へ

未使用の布、タオル余っていませんか？

八木山つどいの家では日常の活動で使用する布、タオルを探しています。「手ぬぐい」以外でしたら、色デザイン、名前入りなど問いません。1枚だけでも結構ですので、余っているタオルがございましたら、下記までご連絡ください！

(電話 022-229-0666)



編集後記

新年度になったばかりとと思っていましたが、もう6月に入り、あっという間に夏。時の流れのはやさに毎年驚いていますが、今はよりはよいように感じます。利用者の方々との毎日の日々を大切に、そして楽しく過ごしていきたいと改めて思いました。(松野)