

とんがらし通信

おでかけ楽しみ♡

No. 280

～主な内容～

- ・ 施設長コラム
- ・ 活動紹介
(イオンイベント、コンサート、
表現展、ドリームサーカス ほか)
- ・ 突撃!!インタビュー・つどい応援団
・ 研修報告 ほか

仙台つどいの家 編集室

発行責任者 山口収

発行日 2026年 3月25日

〒983-0836

仙台市宮城野区幸町3丁目12-16

Tel 022(293)3751 Fax 022(293)3752

E-mail sendai@tsudoinoie.or.jp

ホームページ <http://www.tsudoinoie.or.jp>



あの日のことを忘れない～最後だと分かっていたなら～の巻

今年も3月11日がやってきました。あの震災から15年が経過し、人々の記憶も薄らいできています。無理もありません。あの年に生まれた赤ちゃんが中学校を卒業する歳になり、新たに迎える新任職員も地震当時は小学校1年生だったという現実、否応なく時の経過を感じずにはいられません。

3月に入り『東日本大震災から15年の節目』という言葉が盛んにメディアに登場していますが、大きな被害を受けた当事者たちにとっては『節目』などというものは存在しないのではないかと思います。原発事故で故郷を奪われた福島では、いまだに23,000人以上の方々が避難生活を余儀なくされています。当初2051年には廃炉・解体が完了し更地にして返還するとしていた計画も遅々として進まず、専門家からは大幅な計画変更が提言されています。また、沿岸部を襲った津波などにより大切な人を亡くした方々は、今も哀しみや後悔を抱きながら日々を何とか送っておられます。メディアがこぞって、あの日起こったことを正しく伝えることはあるいは意味のあることなのかもしれません。しかし、『節目』というのであれば、あの日のことを伝えたくて、この先にどう生かしていくのかも同時に考えていく必要があるのではないのでしょうか。

そんな中、岩手県の新聞社『岩手日報社』は、この日を『大切な人を想う日』にできないかと2018年3月11日から署名活動を始め、2021年2月21日の岩手県条例『東日本大震災津波を語り継ぐ日』成立に結び付けました。さらに、あの震災を経験した者として『明日が来ることは決して当たり前ではない』ということを教訓として永遠に語り継ぐために、『最後だと分かっていたなら』と題した動画を毎年作成し、YouTubeで公開しています。映像とともに流される『最後だと分かっていたなら (Tomorrow Never Comes)』という詩は、アメリカケンタッキー州の詩人ノーマ・コーネット・マレックさんが1989年に10歳で亡くなった息子サムエルくんに捧げた詩です。健康に暮らしているほとんどの人にとって、明日は当たり前に来るものだと思いますが、実は平凡な毎日が繰り返されるのは決して当たり前のことではないのだということ動画を詩で伝えてくれています。

あなたが眠りにつくのを見るのが 最後だとわかっていたら わたしは もっとちゃんとカバーをかけて
神様にその魂を守ってくださるように祈っただろう
あなたがドアを出て行くのを見るのが 最後だとわかっていたら わたしは あなたを抱きしめて キスをして
そしてまたもう一度呼び寄せて 抱きしめただろう
あなたが喜びに満ちた声をあげるのを聞くのが 最後だとわかっていたら わたしは その一部始終をビデオにとって
毎日繰り返し見ただろう
あなたは言わなくても わかってきていたかもしれないけれど 最後だとわかっていたなら
一言だけでもいい・・・「あなたを愛してる」と わたしは 伝えただろう
たしかにいつも明日はやってくる でももしそれがわたしの勘違いで 今日で全てが終わるのだとしたら、
わたしは 今日 どんなにあなたを愛しているか 伝えたい
そして わたしたちは 忘れないようにしたい 若い人にも 年輩の人にも
明日は誰にも約束されていないのだということ
愛する人を抱きしめられるのは 今日が最後になるかもしれないことを
明日が来るのを待っているなら 今日でもいいはず もし明日が来ないとしたら あなたは今日を後悔するだろうから
微笑みや 抱擁や キスをするための ほんのちょっとの時間を どうして惜しんだのかと
忙しさを理由に その人の最後の願いとなってしまったことを どうして してあげられなかったのかと
だから 今日 あなたの大切な人たちを しっかりと抱きしめよう
そして その人を愛していること いつでも いつまでも大切な存在だということ
そっと伝えよう
「ごめんね」や「許してね」や「ありがとう」や「気にしないで」を 伝える時を持とう
そうすれば もし明日が来ないとしても あなたは今日を後悔しないだろうから

何気ない日常を大きく変えてしまった3月11日を節目と呼ぶのなら、そこから多くのことを学ぶ姿勢を持ち続けることが、今を生きる私たちに求められているのではないのでしょうか。(管理者 山口 収)

※右のQRコードから岩手日報の動画とニュース動画がご覧いただけます。ぜひ一度ご覧ください!



岩手日報



TBS NEWSDIG



イオン幸町店との地域交流企画

イオン幸町店さんから連絡がありました。「今年も合同レクリエーション出来ることになりましたので、やりましょう」というお話でした。毎年のこととはいえ、いつも利用者さんが楽しみにしてるイベントの一つです。今回も「創作に使う文房具や物品、豆まき用の豆などを提供しますので言ってください」という有難いお話まで頂きまして、取り揃えることができました。



事前に各グループで鬼の面を1~2個、こん棒などなど、味のある顔や迫力のあるお面を作りました。出来上がった鬼の面をイオンの社員さん方に着用して各グループを回ってもらいました。中には利用者さんも鬼の面を被っていましたがね！利用者さんたちは小さなプラスチックボールをたくさん手に持ち、思いを込めて『鬼は～外！福は～内！』と鬼退治…。降参した鬼から「おやつをプレゼントするから許してくれ～！！」とプレゼントを頂きました。利用者さんたちも、イオンの社員さんたちも、みんなで笑顔(^ ^)になりました。

今回もイオン幸町店のみなさんには大変お世話になりました。最高の地域交流となりました。ありがとうございました！また、機会があれば是非一緒に合同イベントをしたいと思います。そして、毎月11日に開催しているイエローシートキャンペーンでは、イオンへ買い物に来ている多くの皆様にたくさんのレシートを投函いただき、私たち仙台つどいの家の活動の助けとなっております。この場を借りて厚く御礼申し上げます。



(記:有住)

ダディフランクバンドさん来訪♪～つどいコンサート～

今年度3回目のコンサートは、仙台で若いころから音楽を愛してきた3人で組んだ、「ダディ・フランク・バンド」さんに出演していただき開催しました。民衆文化に根差したアメリカンミュージックを中心に、どこか懐かしく温かさを感じる音楽を届けるバンドで、昨年は仙台ジャズフェスティバルに出演しています。ボーカルの竹田さんは、仙台つどいの家、めいぷるグループの溝口安奈さんのヘルパーをされているご縁から出演していただきました。当日は続々とお客さんが集まり、コンサートがスタート。「カントリーロード」から始まり、リクエスト曲の朝ドラ主題歌、「笑ったり転んだり」を披露。アンコールまでノンストップで演奏が続き会場が温かい雰囲気でも包まれました。盛り上がる曲や心に染み入る音楽を通して、利用者さんをはじめ地域の方々、その空間にいる全員が生き生きと音楽を楽しむ姿が印象的なコンサートでした。ご出演くださったダディフランクバンドの皆さまありがとうございました。(記:早坂)



ボーカル:竹田和枝、ボーカル・ギター:フランク平間(平間秀一)
ギター・マンドリン:嶺岸登美雄

表現展



2月5日～13日で開催した表現展が無事に終了いたしました!今回の合同作品は、皆でフラッグアートを制作しました。三角の布に、ペンや絵具で色を付けたり、フェルトやモール、ワッペンやシールなどで好きなように飾りつけをしたりして自分だけのフラッグを作りました!総勢 48 名のフラッグを 1 本のひもに通して完成した作品はとてもカラフルで可愛らしく仕上がりました 😊 その日着ていた洋服の模様からアイデアを拾って表現したり、



三角の形からぶどうやアイスクリームを連想させ、フェルトで表現したりと、今回も一つ一つに個性が溢れていました。切る、貼る、塗る、描くなどそれぞれ得意なことを活かして自分を表現するっていいなあと思わせてくれました。その他にも、ちぎり絵や写真、ラップの芯やビーズで製作した立体作品もたくさん展示しました。

ノートにも地域の皆様から温かいコメントをたくさん頂戴し、とんがらし通信で知って来てくださった方もいて非常に嬉しく思いました。

足を運んでくださった皆様、ご協力いただいたイオン幸町店様(展示場所提供)、幸町中学校様(パーテーション貸出)、ありがとうございました。(記:鈴木)



ミラクルドリームサーカスに行きました!

10月より仙台で公演を続けている「ミラクルドリームサーカス」を観に行きました!阿部真哉さんは暗いテントに緊張気味でしたが2人の男女が空中で踊る「シルクファンタジー」に魅了されていました。若松智香さんはどの演目も楽しんでいましたが「ピエロのマジックショー」で団員さんとコントをしながら風船を割っていくのが楽しいようで声をだしながら笑っています。品田貴文さんはバイク3台が球体の中を走る「グローブ・オブ・デス」が一番良かったようで外出が終わった後も「すごかった」とお話しています。安藤共博さんは頭上を大車輪や空中ブランコで旋回する様子を見て、演技が無事成功すると拍手しています。



公演が終わった後は団員さんたちとハイタッチ!みなさん気さくで良い人たちばかりで素敵な思い出になりました!真哉さんは最初は緊張していたものの終わった後に外にあった大車輪を指さして「これが楽しかった!」と教えてくれました。今後は3月14日から愛知県で公演をするようです。愛知のみなさん、素敵なサーカスなのでぜひ見に行ってみてくださいね~!(記:松原)



バス旅 ～イオンモール仙台上杉～

2月、けやきグループの奥山陽介さん・岩佐美奈さんと一緒に、昨年10月オープンした、イオンモール仙台上杉へ行ってきました！移動にはバスを利用しました。美奈さんは「お出かけいく！」と出発前からノリノリな様子。陽介さんも職員の手を握りニコニコに♪バスに揺られ向かっています。

店内へ入ると、賑やかな雰囲気、ふたりとも目を輝かせて見渡していました。まずは4階へ向かい、ランチから…フードコートでどれにしようか見て回っていると、「ピザ！」パスタ屋さんへ向かっていく美奈さん。店員さんと会話をしながら、ピザを選択しました。陽介さんも職員と一緒に相談し、パリパリの皿うどんをいただいています。あっという間に食べ終わり、続いて店内を散策！雑貨屋・ガチャガチャを見て、広場で風を感じ、ゲームセンターでマリオカート等々…いろいろな場所を回りました。帰りはバナナジュースの看板が目に入り、つつい寄りてしまいました。

おふたりは外出が大好きです。美奈さんは普段、場面の切り替えが苦手ですが、お出かけとなると別で、つどいから出発する…バス停へ向かう…バスの乗り降り…と、スムーズに動くことができます。陽介さんは一対一での関わりが好きなので、外出の日には職員を独り占め♪普段とは違った一面が見られます。

次はどこへ行くか楽しみです。（記：熊谷）



選挙の中にある『障がい』

2月の衆議院選挙に阿部^{あすか}明日さんが参加してきました。明日さんには重度の知的しょうがいがあり、言葉での会話は難しいものの、普段から政治のニュースをくまなくチェックしたり、政治家の方々のお名前を話すことで感情を表現したりするなど、政治が大好きな方です。

これまで数々の選挙に参加しており、文字を書けない明日さんは、自らの申し出に基づいて選挙管理委員の代筆で投票される『代理投票』を使います。前回の参議院選ではカード(写真参照)を使って意思表示を判断する方法で臨み、指さし、目線、オウム返しなどの様々なやり方を選挙管理委員にお伝えしました。しかし結果は認められませんでした。「意思表示の無い場合の選挙は棄権となります」の言葉は今でも忘れられません。明日さんは意思表示をしていないわけではなく、私たちとは異なった方法で表現しています。それを伝えるのが私たちの役目であるのだけれど、その想いを選挙委員の方々とうまく伝えることができず、悔しさが残りました。

その経験をバネに、今回の衆議院選ではカードを使った練習を何度も行い、並べ方の規則性から明日さんの明らかな意思表示も判断でき、万全な状態で臨みました。しかしいざ会場へ入ると、人の多さから大きな声を出しながら出口の方へと走り、戻ってしまいました。この日のみの明日さんしか知ることのできない他の投票者の方々や選挙役員の方々からの視線はとても冷えきったように感じ、心が痛かったです。

確実に意思表示を判断できた状態での棄権の結果はとても悔しいもので、社会の制度の中での『障がい』の言葉はまだまだ浸透していないことを実感しました。しかし、障がいがある方が選挙に参加する事が出来るということを知ったことは、とてもいい機会になり、大きな前進にも感じました。（記：村山）



研修報告

思いを伝え合う「はなしすっぺ」

仙台つどいの家の権利擁護委員会で内部研修を行いました。今回は、復活した「本人の会」で12月に開催された「はなしすっぺ」の様子を収めた動画を職員で鑑賞しました。

「はなしすっぺ」とは?・・・各事業所から利用者さんが集まり、日頃感じていることや自分の思い、考えなどを利用者さん同士で伝え合う会です。仙台つどいの家からは、菊地愛子さんと佐藤咲子さんが参加しました。今回は、事前に利用者さんのみなさんに実施したアンケート結果をもとに、「好きな活動」や「苦手な活動」などについて話し合いが行われました。司会に立候補した愛子さんが、参加した利用者さん一人一人に丁寧に声をかけながらお話を聞いていました。参加したみなさんも自分の思いをそれぞれの形で伝えていました。言葉でうまく伝えることが難しい利用者さんは、写真などのツールを使いながら自分の考えを表現するなど、それぞれの方法で自分の思いを伝える姿が印象的でした。

コロナ禍の影響により、事業所間の交流の機会も減っていましたが、今回の「はなしすっぺ」の復活により、利用者のみなさんが久しぶりに集まり、楽しく交流できる貴重な機会になったことは職員もとても嬉しく感じました。

今回の研修を通し、利用者さんの思いに耳を傾け、どう受け止めながら日々の支援に活かしていくかを職員も改めて考える機会となりました。今後も、利用者さんが安心して自分の“思い”を伝えられる環境づくりを大切にしていきたいと思えます。(記：菊地)

重心フォーラム

『第2回フォーラム重い障害のある人が自分らしく生きるために「重症心身障害」を有する人の地域生活支援をいかに進めるか?』丸の内の衆議国会館で行われた研修にウェブで参加させていただきました。

大阪の重症心身しょうがい当時者の北村佳那子さんとチームかなこの皆さん、神奈川の重症心身しょうがい当時者の神戸千恵さん、厚生労働省障害福祉課大竹雄二課長のそれぞれの地域生活での取り組みと行政説明に続き、訪問の家名里晴美さん、日本筋ジストロフィー協会の竹田保さん、DPI日本会議今村登、びわこ学園理事長口分田正夫、DPI日本会議尾上浩二さんによる。重症心身障害施策(調査研究事業含め)の現状共有と、これから目指すべき方向というテーマでシンポジウムが行われました。

たくさんの心の残る言葉や取り組みがあったのですが、一番印象に残ったのが、訪問の家の神戸千恵さんの発表でした。神戸さんは神奈川の重症心身しょうがい当時者で地域のグループホームで生活されている方です。『私の「好き」を、暮らしの真ん中に』という題で暮らしの中に見える神戸さんの自分らしさ、関係性の変化の中で、気持ちの揺れに寄り添うことの大切さも支援者の視点から語られていました。意思決定支援では日々の暮らしの中で好きな姿勢や、入浴や食事のタイミングも丁寧に選択してもらう。日々の暮らしを自分で選んでもらう、「でも毎日、毎回、選び続けるのは苦痛なのは、支援者が良かれと思っていることが、負担になっているのでは」本当にそれでいいのか繰り返し問いつけること。揺れながらも模索している姿勢、当たり前前選択をとにかく徹底的に丁寧に支えている姿勢が素敵だと感じました。(記：佐藤智)

突撃!!インタビュー 小学生クッキング



今回は2月11日の小学生クッキングに参加してくれたお友達にインタビューしました。今年度2回目のクッキングは、好きなパン2個とバレンタインにも喜ばれる型抜きクッキー作りをしました♪

☆パン作りとクッキーを作ったの感想を教えてください

- ・楽しくおいしいパンが作れました!!また作ってみたいです。
- ・めっちゃおいしかったです!また参加したいです。
- ・1から作れてよかった。とてもおいしくできました。
- ・パンはこうやって作るんだとわかった。初めて自分で作れてすごいと思った。
- ・とてもおいしく、自分で作るとスゴク愛着がわくなぁ~と思いました。楽しかったです。



☆今後どんなクッキングメニューがあったら参加したいですか?

- ・メロンパンやパンケーキを作りたい
 - ・ソーメンやホットケーキ (粉つながりかな・・・?)
 - ・ピザ 🍕 ・揚げパンやしょっぱい系のパン
 - ・アップルパイやカレーパン、パフェやフルーツポンチなど
- 今年度もたくさんの参加ありがとうございました😊 来年度も、みなさんからのリクエストを参考にメニューを考えていきます!!
たくさんの参加お待ちしております♡ (記:菊地)



つといて応援団! ~王道家直系 鬼道家~

大好評!つといて応援団のコーナーがやってまいりました!今回は家系ラーメンの大本山「王道家直系 鬼道家」をご紹介します。元は学生に人気のある二郎系ラーメンのお店でしたが、店主の佐藤夫妻が家系ラーメンのお店を開きたいという夢を叶えるために繁盛していた二郎系のラーメン店を畳んで家系ラーメンのお店に転身しました。先日2周年記念イベントには100人ほどの大行列ができ、多くの人が愛する味となっています。職員が週一回通うほどの鬼ラー(鬼道家のラーメン)好きでご縁があってつといての家後援会の募金箱を設置させていただくことになりました。



油そば(ライス付き)

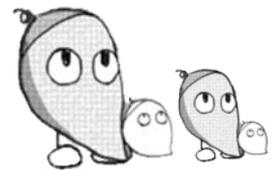


ラーメン

鬼道家の魅力はライスが欲しくなるような塩味がかったスープ!家系ラーメン特有の卓上にある調味料を使って自分好みの味に仕上げていきます。麺はツルツルとしていて、最近出た細麺固めの「替え玉」も外せません。チャーシューは燻製されていて香ばしい香りが食べていて楽しいです。子供連れにも優しく、お子様ラーメンはなんと無料!営業時間は朝10時~翌1時までで、夜勤明けでも飲んだ後でも食べることができます。

つといての家にはラーメン好きな利用者さんがたくさん通所しています。今後みんなで食べに行き、誰でも行きやすいような人気店になればいいなと思います。(記:松原)

※家系ラーメンとは・・・豚骨醤油ベースの濃厚なスープと太いストレート麺が特徴のラーメン。麺の硬さ・油の量・味の濃さを自分好みに調整できるのが特徴です。



スケジュール schedule



令和8年 3月

- 2日(月) 医療的ケア安全委員会
- 5日(木) 音楽療法① 生け花①
仙つ権利擁護委員会 内部研修
- 13日(金) 防災ネットワーク訓練
フードドライブ①
- 19日(木) 施設懇談会 フードドライブ②
- 20日(金) 休日開館
- 24日(火) 職員会議
- 26日(木) 音楽療法② 生け花②
- 31日(火) ケース会議 13:30降所

令和8年 4月

- 1日(水) 辞令交付、全体職員会議
- 9日(木) 医療的ケア安全委員会 生け花①
- 10日(金) フードドライブ①
- 13日(月) ご近所プロジェクト①
- 15日(水) 防災ネットワーク訓練
- 16日(木) 音楽療法①
- 17日(金) 施設懇談会
フードドライブ②
- 18日(土) 休日開館日①
- 21日(火) ケース会議 13:30降所
- 22日(水) 内部研修
- 23日(木) 職員会議 生け花②
- 29日(水) 休日開館日②
- 30日(木) 音楽療法②

ご協力ありがとうございます

ボランティアとして協力して頂いた皆様

(1月12日～3月9日まで)

吉田さん、平さん、日下さん、高橋さん

見学・来訪者など



音楽療法：向井田先生・山崎先生・渋谷先生、生け花：濱谷先生、ダンスリズムダンス：早坂先生、ソーシャルインクルー、ピーススマイル(上原さん、石道さん)、ハンズ宮城野(2名)フォーレスト(手代木さん・高田さん)、ゆあらいふ(滝口さん、細川さん)、ブルーム、ケアライズ、ここねっと、セントケア、クレッシエンド、コスモス鶴ヶ谷・東仙台、風の郷工房、JCI、ヤクルト、マルキ水産、サトー商会、ほまれフーズ、ダイエイミート、あぐり仙台、日本テクノ、東北食材、ホシザキ東北、元職員三橋さん、介護等体験尚絅学院永野さん、施設見学松陵支援学校高橋さん、3丁目町内会平間さん、ほか多数

法人職員：理事長、佐吉、飯田、加藤、三浦、森音、榊原、福地、彩乃 村上、坂本、川口、早坂

(以上ご芳名敬称略・順不同)

缶回収

1・2月分の納品額

¥17,490

ご協力ありがとうございました!



編集後記

春を探しに、お散歩しています。お気に入りのベアフットシューズで2時間くらい歩くと足の裏に地球を感じます。道の凸凹や点字ブロック、シャクシャクの霜柱、ふわふわの芝生の感触が直に来て気持ちいいのですが、足の裏や甲、脛の前あたりが痛くなります。普段の靴では楽をして使ってない筋肉が目覚めていい感じです。皆さんもお散歩いかがですか。(智昭)