



2020
8月号 Vol.88

発行
NPO法人 福祉フォーラム・東北
朝日のあたる家
〒029-2206 岩手県陸前高田市米崎町字松峰48-1
TEL:0192-47-4750 FAX:0192-47-4751
fukushitohoku@gmail.com

朝日のあたる家は、「高齢者や子ども、障害のある人の生活を支えたい。」という思いから、「どなたでも気軽に立ち寄りお茶を飲んだり、お話をしたり、ミニコンサートを楽しんだり、ときには相談にのってもらえたり・・・」そんな、当たり前前の地域生活を地域のみなさんと一緒につくっていくための拠点として開設された「みんなのコミュニティーハウス(居場所)」です。

HP: <http://asahinoataruie.org/index.html> facebookページ: <https://www.facebook.com/asahinoataruie.takata>

8月の開館時間・休館日について

- ◆開館時間：9：00～17：00
- ◆休館日：毎週木曜日、8/2(日)、8/14(金)～16(日)、8/30(日)
- ◆☎0192-47-4750
- ◆プログラムや開館時間・休館日等については、新型コロナウイルスの感染状況により急遽変更となる場合もございます。予めご了承ください。

来館される際には

- ・マスクを着用願います。(予備がありませんのでご持参ください)
- ・検温にご協力ください(毎日、朝晩の体温チェックをおすすめします!)
- ・手洗い・うがい・手指の消毒をお願いします。
- ・長時間の滞在は感染リスクを高めますので、ご留意願います。

朝日のあたる家では

- ・スタッフも、自己管理・予防に努めています。
- ・こまめに換気をしながら活動を行っています。
- ・扉、テーブルなど接触が多い箇所やプログラムで使用した用具類など、その都度アルコール消毒を行っています。



ペパーミントどうぞ!

朝日のあたる家に植えてあるペパーミント。ご自由にお楽しみください!

お料理やスイーツの飾りつけにはもちろん、お水やお湯、紅茶などにレモンと一緒に添えると、

見た目も素敵で、お口の中もスッキリします。消化機能をサポートする働きがあったり、リフレッシュ効果が得られ脳がリラックスし、気持ちが落ち着いたりする効果もあるそうです。

当館に植えられているものは、それほど香りが強くはありませんが、ペパーミントはもともと刺激が強いハーブでもありますので、摂取・使用する際は適量を守ってお楽しみください!



お知らせ Information

みんなで楽しくミニゲーム!
そして、みんなでごはん!



8月18日(火) 10:30～13:00

ゲームのみ参加：無料 ごはんまで参加：材料費300円

ミニボウリング、リバーシゲーム(大きなオセロのようなものです)など、楽しく! 無理なく! 体と脳を動かし、お腹が空いたところで、みんなでごはんを食べましょう!

●送迎時刻 ●(送りは13時～)

① 脇ノ沢高台地内	9:30
② 脇ノ沢高台バス停	9:35
③ 鳴石ストア前	9:50
④ 栃ヶ沢アパート (山側の車両出入口付近)	9:55
⑤ 中田公営住宅	10:10

朝日のあたる家人気のプログラム「みんなでごはん」。楽しく食べることにプラスα! 今回はNPO法人 総合型りくぜんたかたさんの協力をいただき開催します! どなたでも参加できます♪是非お越しください! (事前の申し込みはいりません)

イベント報告

Event Report

6/13^土 青空ほっとカフェ

おなじみ「ほっとカフェ」を外テラスで開催しました! コーヒーの香りに誘われ、ミニ野外演奏会の音楽に誘われ、いつも以上に交流が生まれました☆くもり空ではありませんでしたが、参加された方々の気持ちは青空のごとくスッキリしていたように感じました。



6/16^火 みんなで外でお弁当&認知症予防体操!

「アップルカフェ」と「みんなでごはん」を合体! 外テラスで行いました。陸前高田市地域包括支援センターさんによる、軽トラックの荷台を演台にしての認知症予防体操♪松の木小唄に合わせ腕を動かしたりして、楽しく体を動かした後はお楽しみのお弁当!“カフェフードパーわいわい”さんのお弁当に舌鼓^v^外の空気も、久しぶりにみんなで食べることも栄養になり、3か月ぶりの開催に嬉しさもひとしおでした。



編集後記

私は、使いもしないものを「いつか使うかも...」と、いつまでも取っておくタイプです。捨てられません。ものだけならまだしも、体についた脂肪さえも使わずにどんどん蓄えられています。なので、断捨離を始めましたが、脂肪はなかなか難しく、物も捨てるには勇気があります。誰もが決して捨てられないものだってあります...情熱、努力、友情、経験。思い出は形で残したいタイプで断捨離が進みません...。(白井)

認知症カフェ

米崎町が「認知症でOK!」という地域になることが「アップルカフェ」の願いです。

「アップルカフェ(認知症カフェ)」は、住み慣れたまちで安心して暮らすために、認知症の人やその家族・知人、認知症のことが気になる地域の人、ケアの専門職の方などが気軽に集まり、お茶を飲みながら語り、ひと時を過ごす場所です。

今月は、**広田歯科医院 大和田剛史医院長に講話をしていただきます。**

美味しいコーヒーや紅茶、(お菓子は持ち帰りです)をご用意して地域の皆さまのご参加をお待ちしています。どうぞお気軽にご参加下さい!

参加費：200円 ●第67回 8月4日(火) 13:30～15:00



開催のお知らせ