



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 fukushitouhoku@gmail.com

朝日のあたる家は、「高齢者や子ども、障がい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

### 3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、3/7(日)、3/21(日)
- ◆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がございます。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・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。

## イベント報告

Event Report

12/22火

### うたっこの会 オンラインセッション～Xmas・忘年会～

クリスマスを迎えた12月のうたっこの会。イントロクイズで頭を使い、トーンチャイムでクリスマスの歌と音のハーモニーを楽しみました。参加された方のリクエストで久しぶりに「陸前高田市民歌」も合唱し、少人数ながらも盛り上がりました!



### 体力測定

1/18月

半年に一度の体力測定、12名の方々が参加されました。この日初めて参加された方はこれを機に百歳体操をはじめ他のプログラムにもはまってきています!今からでも、いつからでも、どのプログラムでも大丈夫です!皆さん温かく歓迎してくれます♪



### みんなでミニゲーム! そして、みんなでごはん!

1/20水

今回のミニゲームは、なんと「スリッパ飛ばし」! 子どもの頃を思い出して足を振り上げていました。そして、「カレーライスを作ろう」というカードゲームでは、同じ材料ばかりが集まり、なかなかカレーライスができず大笑い。早くみんなで本物のカレーを作りたいなと思いました。



## お知らせ Information

春間近!心も体も軽くなる時期ですが、新型コロナに対してまだまだ油断はできません。ひとりひとりが「感染しない!」「感染させない!」という意識をしっかりと持つことで開催できるプログラム。3月も予防対策をしっかりして開催したいと思います。

#### ●送迎時刻●

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(消防署側出入口)	9:55
⑤ 中田公営住宅	10:10

※初めて送迎をご利用される方はあらかじめご連絡ください。(0192-47-4750 朝日のあたる家)

### みんなで楽しくミニゲーム! そして、みんなでごはん!

3月10日(水) 10:30～13:00

ゲームのみ参加:無料  
ごはんまで参加:300円

前回盛り上がった「卓球バレー」をします!どうぞお楽しみに!

### うたっこの会 オンラインセッション♪～春ですね～

3月16日(火) 10:30～11:30 参加無料

暖かくなってくると、気分も春めいてきますね。歌をうたいに来ませんか?音楽療法士の先生とリモートでつなぎ、一緒に童謡や歌謡曲、民謡など楽しく歌います♪リクエストも受け付けますよ!お気軽にお越しください!

### シンポジウム「被災地の“住まい”と暮らしを考える」

3月25日(木) 13:30～15:30

私たちが住むまちのこれまでの10年の“住まい”と“暮らし”を振り返り、現在抱えている問題や今後の課題、地域の在り方をシンポジストの皆さんと考えてみたいと思います。



- シンポジウムの模様は、後日「朝日のあたる家ホームページ」からも視聴できるよう準備しております。(おはやがんす～4月号でお知らせします)

#### ◆予定プログラム

##### 【基調講演】

- ① 岩手県立大学社会福祉学科福祉政策系 齋藤昭彦 教授
- ② 公益財団法人いきいき岩手支援財団 岩手県高齢者総合支援センター 玉山公一 副センター長

##### 【陸前高田市の取組みについて】

陸前高田市福祉部 齋藤晴美 部長

##### 【シンポジウム“かたってけらいん”】

齋藤晴美さん 金野廣悦さん 村上フミ子さん  
齋藤昭彦さん 玉山公一さん

### 認知症カフェ



### 開催のお知らせ

## 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、陸前高田市地域包括支援センターさんに「タブレットの利用について」をテーマに、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74回 3月2日(火) 13:30～15:00

### 編集後記

長女が生まれて3か月が過ぎた時、震災が起きました。一週間後のミルクやおむつが調達できるかどうか分からない状況のなか、十年後なんて想像もできませんでした。その十年後がきました。今、これからの十年後を想像しています。その時長女は二十歳。どんな景色が見えているのかな。どうか今と変わらず、いっぱい食べて笑っていてね。(臼井)