

ネットワーク通信

NO. 29 (H26. 8. 5 発行)

長井市社会福祉協議会

〒993-0011

長井市館町北6-19

☎ 0238-88-3711

FAX 0238-88-3712

東北地方も梅雨明けが発表され、いよいよ夏がやってきますね。今月号に熱中症予防について掲載しましたので、参考にいただき、夏を乗り切りましょう。

アロマオイルで虫除けスプレーと化粧水を作りました！！

7月24日(木)老人福祉センターにて、第一回目の定期的な交流会を5名の参加で開催しました。

講師に本間育子さんを迎え、手作りの虫除けスプレーと化粧水作りに挑戦しました。

先生手作りのハーブティーを飲みながら、最初は虫除けスプレーから作りました。5種類のアロマオイルから、自分の好きな香りを探すため、試験紙に少し液を付けて好みの香りを探しました。それぞれ特徴のある香り、参加者のみなさんから香りの感想など、自然に会話が出ていました。数種類組み合わせてもいいという事で、みなさん迷っているようでした。

化粧水は、虫除けスプレーで使用した5種類に1種類が加わり、6種類の中から同様に好きな香りを探しました。

虫除けスプレーにはウォッカが使用され、化粧水にはお肌にやさしい高級な日本酒(鈴木酒造店長井さ蔵さんの「壽」)が使われていました。

それぞれの容器に先に選んだ自分好みのアロマオイル入れ、他の必要な材料も入れて、よく振ると出来上がりです。

作り終わったあとは、自己紹介をしながら、雑談なども交えてのお茶会を行ないました。相談員の手塚が漬けてきた丸茄子のビン漬けやスイカ(長井特産の姫まくら)などを食べながら、会話も弾んで交流がさらに深まったひとときでした。(ビン漬けたレシピは、ネットワーク通信7月号のあとがきに載っています。)



第2回 定期交流会

ポーセラーツで

素敵なマイカップを作ってみませんか！

先月号にも載せましたが、2回目の定期交流会(マイカップ作りとお茶飲み)を下記のとおり開催いたします。避難している方であれば、長井市に住んでいない方もOKです。お友達をお誘い合わせのうえ参加してください。

日時：8月28日(木)午前9時30分

会場：老人福祉センター面接室

内容：ポーセラーツでマイカップ作り

会費：500円

申込締切：8月21日(木)

申込・問合せ先：長井市社会福祉協議会

☎ 0238-88-3711

担当：鈴木・手塚 まで



ポーセラーツとはシールの転写紙を使い、自由に絵付けを楽しめるものです。絵が苦手だと思っている方もプロ級の作品が作れます。真白な磁器3種類(マグカップ・湯呑・ケーキ皿)の中から1つを選び、ご自分の好きなシール転写紙を磁器に貼りつけます。その後先生が熱処理を施して、約1週間後にマイカップの完成です。



次回の開催日は9月25日(木)を予定しております。何をやるのかまだ決まっていないので、希望するものがありましたらお聞かせください。

熱中症に注意しましょう！！ ○熱中症の予防法・・・「水分補給」と「暑さを避けること」が大切です。

水分・塩分補給

- こまめな水分・塩分の補給
- *高齢者、児童、障がいのある方は、のどの渇きを感じなくても、こまめに水分補給を



熱中症になりにくい室内環境

- 扇風機やエアコンを使った温度調整
- 室温が上がりにくい環境の確保
(こまめな換気、遮光カーテン、すだれ、打ち水など)

体調に合わせた対策

- こまめな体温測定
(特に体温調整が十分でない高齢者、児童、障がいのある方)
- 通気性の良い、吸湿・速乾の衣服着用
- 保冷剤、氷、冷たいタオルによる体の冷却

外出の際は

- 日傘や帽子の着用
- 日陰の利用、こまめな休憩
- 通気性の良い、吸湿・速乾の衣服着用



～～イベント情報～～

○高橋まゆみ人形展

8/2(土)～17(日) 10時から17時
タスビル2階バンケット
入場料：500円(小中生 300円)

○長井市制施行60周年記念市民4パレード

8/8(金) 16時～18時20分頃まで
駅前通りを会場にパレードします。
吹奏楽クラブ演奏やけん玉ショーがあります。

○黒獅子「夏の陣」

8/8(金) 18時30分～20時30分
4社の黒獅子が市内目抜き通りを練り歩きます。

○第21回ながい水まつり

8/9(土) 9時30分～オープニング。
・魚つかみ取り大会・ダム特別見学会
・ダム湖面巡視体験・カヌー体験など

○最上川花火大会

8/9(土) 19時15分から21時
会場：最上川河川敷緑地公園

○大相撲長井黒獅子場所

8/10(日) 8時から15時
会場：生涯プラザ体育館



ものづくり体験

○世界に一つだけのマイけん玉をつくろう！

期間：6/14～9/13の金・土・日・月
場所：タスビル(地場産振興センター)
0238-88-1815

時間：10時～16時のうち1時間30分
参加料：2000円 要予約(1週間前まで)

○勾玉づくり

期間：7/1～8/31 10時から15時
会場：古代の丘資料館(月曜日休館)
0238-88-9978

対象：小学4年生以上
参加費：400円 要予約



福幸ファーム



7月13日(日曜日)、長井市伊佐沢にあるコミュニティセンターで、**Summer Of Love 2014 in Nagai** が開催されました。

これはNPO法人レインボープラン市民農場の毎年の恒例行事「さなぶり」に食材購入という形で福幸ファームの活動を支援してくださっている鎌倉のフレンチ、イタリアンのシェフを招いた集まりで、日頃農場でボランティアとして汗を流してくださっているみなさん、会員の方々、支援関係者、福島から長井市に避難しておられるご家族、そして鎌倉からも11名のお客さんが集まり80名を超える参加者で盛大に行なわれました。

昨年夏、鎌倉で長井の食材を使って**Summer of Love 2013**が行なわれ、私たちも招待を受けたわけですが、その時の「この次は是非長井で」との約束を実現できたことを大変嬉しく思っています。

この日振る舞われたイタリアンとフレンチはこの日のために特別に調理されたものではなく、日頃鎌倉のそれぞれの店でメニューとして出されているもの。

お越しいただいたシェフたちからは「最初は支援のつもりで購入していたが、現在は長井の食材の美味しさが理由で購入している。」という言葉をいただいています。

また、「今は地方が都市に憧れる時代ではなく、逆に都市に住む人たちが地方に熱い視線を送っている。」のだとか。

震災&原発事故後確実に人々の意識も確実に変わってきている様です。

震災&原発事故後の2011年に「さなぶり」に招待されたことがきっかけで市民農場とのご縁をいただいた私にとって、それがきっかけで人の輪がここまで広がっていたことにただただ驚くばかりです。そしてこの輪が更に大きくなる事を楽しみにしながら、日々の作業に精進したいと思います。今後ともよろしくお願い致します。

NPO法人レインボープラン市民農場
福幸ファーム 村田 孝

あとがき 長井市制60周年の記念事業として、様々なイベントが予定されております。また、第2回定期交流会も8月28日開催いたします。暑さに負けず、様々なイベントを楽しんでいただきたいと思います。