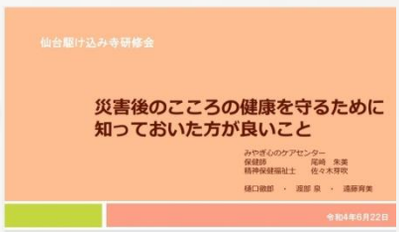
東北駆け込み寺

No.22
2022年7月1日

# いろは横丁相談室だより

## ボランティア研修会開催




2022年6月22日
みやぎ心のケアセンターの尾崎さん、佐々木さんを講師に迎え研修会を行いました。
当日zoomとyoutube配信で40名が受講しました。

## いろは横丁一斉清掃

2022年6月19日（日）、年に一度のいろは横丁一斉清掃と防火訓練が行われました。参加してくれた方は竹田さん、小林さん、佐々木さん、菅井さんです。この行事は近隣の方と仲良くなるまたとない機会です。来年以降も皆さんの参加をお待ちしています。





## コラム　『腸活きのこダイエット』

最近SNSでレシピを検索し料理をすることが増えた。自分では作らない新しい味付けに出会えることが楽しいが、なかなかうまくいかないときもある。

先日は美容によいという腸活きのこのソテーを作ってみた。好きなきのこを酢醤油で炒めるというういたってシンプルなレシピ。さっそく3種のきのこをオリーブオイルで炒める。これは絶対にバター醤油炒めにしたら美味しいはずだ。だがしかし、今日は腸活ダイエットである。欲望を必死に抑えながらレシピ通り味付けをし、試しに少し食べてみる。あらまぁ何とも上品で控えめなお味。そう思うが早いか、気がついたらガーリックペッパーを振りかけていた。お醤油をもう少し足して、刻みネギを散らす。ちょっと濃いめの、ご飯にもお酒にも合う無敵の味。結局今日も酒のつまみが出来上がってしまった。頭の中では既に乾杯のコールが鳴っている。



腸活ダイエット、明日からにしよう…。

ようこ

## みんなの食堂

2022年6月25日は閖上中央集会所をお借りして行いました。この日はボランティアの「エジン腹（えじんばら）」一座がマジックショーを開催し、参加した皆さんは40名は驚いたり笑ったりで楽しいひと時を過ごしました。





石巻ハウスでは6月26日に開催しました。メニューは季節にふさわしい夏野菜カレーです。
石巻と古川から高校生ボランティア2名が参加して40名分の食事を作りました。





## 6月の相談状況

【相談内容別】

| | |
|---|---|
| ・ＤＶ | 1件 |
| ・家族の問題 | 8件 |
| ・ストーカー | 0件 |
| ・家庭内暴力 | 0件 |
| ・心の問題 | 5件 |
| ・仕事の問題 | 8件 |
| ・生活の問題 | 0件 |
| ・住宅の問題 | 2件 |
| ・いじめ問題 | 0件 |
| ・引きこもり | 0件 |
| ・生活の問題 | 5件 |
| ・お金の問題 | 4件 |
| ・その他問題 | 1件 |
| 合計 | 34件 |

【年代別】

| | |
|---|---|
| ・10代 | 0件 |
| ・20代 | 9件 |
| ・30代 | 10件 |
| ・40代 | 5件 |
| ・50代 | 8件 |
| ・60代 | 0件 |
| ・70以上 | 0件 |
| ・不明 | 2件 |
| 合計 | 34件 |

【男女別】

| | |
|---|---|
| ・男性 | 12件 |
| ・女性 | 22件 |
| 合計 | 34件 |

**６月ボランティア参加人数**
**①相談員ボランティア　86名**
**②みんなの食堂（石巻＋閖上）　32名**
**ありがとうございました**