

# 7月29日(月)

## 会場：あすと第一 復興住宅

### 参加：無料

どなたでもご参加頂けます

11時  
~  
13時  
ぐらい

あすと長町 こどもたちがおもてなしする  
コミュニティアート食堂

# こども食堂

## おひるこカフェ 冷やし中華と 手作り餃子

### ワンダフル



もちろのおひるこでも  
下山せんが今回も  
千葉で煮る登場!



【短信】8月3日からはじまる石巻を中心とした「リボンアートフェスティバル 2019」に毎回イラストを描いてくれている美術家パルコキノシタさんが今年も参加します!お忙しい中、今月も美味しそうな冷やし中華のイラストを描いていただきました! (9月29日まで)



画：パルコキノシタ

そうめんを使った  
**冷やし中華**

先月は急遽「ハチ」さんからご提供いただいたハンバーグになりましたが、「黄金比率のハンバーグ」、美味しかったですね〜!

食材を仲介いただいたらうどばんく東北AGAINさんから、今度はそうめんをいただきました。これで和風の冷やし中華を作って暑い夏を乗り切りたいと思います。

どなたでも無料でご参加いただけます。ぜひお誘い合わせの上、おこしく下さい!

## あすと長町



# 通信



題字とくまのんのイラスト：まなみちゃん

この活動は、2012年1月から、いろいろな方が集い、出会う場所になればとの思いで、さまざまな人の輪により毎月一回、あすと長町エリアで開催しています。

【主催】あすと長町こども食堂・おひるこカフェ、あすと長町市営住宅ひまわり会、特定非営利活動法人コミュニティアート・ふなばし、一般社団法人MMIX Lab、一般社団法人アート・インクルージョン、一般社団法人まちとアート研究所  
【共催】宮城教育大学村上タカシ研究室  
【助成】復興庁「心の復興」事業  
【協力】特定非営利活動法人うどばんく東北AGAIN  
【問合せ】門脇篤 080-4337-7035 info@katowakart.com

2019年7月  
第94号



2キコのおひるこエッセイ

あまいものは  
キレイですか

この1か月、朝は声がかすれてほとんど声が出ない現象が続いています。まるで前日に応援団の練習をしたように枯れているのです。仕事にも支障があるので困ったもの。頑張っても張ってみましたが喉が苦しくなる一方。そこで面白かったのが病院。まず、耳鼻科で鼻から声帯に向けてカメラを入れたが問題なし。別の用事で行った婦人科についてで質問してみたところ、「ちよっといい?」と、妊婦さんに使うエコーで喉の観察。甲状腺が原因で声が出なくなる例もあるとか。これも異常なし。さらに別の用事で漢方屋さんに行ったら、「最近風邪薬や頭痛薬をずっと飲んでいない?」と先生が質問。副作用を気にしたので。該当する薬はなく、甘草(カンソウ)の粉末をもらって、溶かしたお湯をうがいに使って。早く良くなるという良いなあ。

医学も、分野が違つとこんな視点が違う。全部お任せではなくて、患者の私にも「いつ・どんな時・どんな風に」といった体の情報を観察して、次はどこに聞か、選択を求められると言つこともかもしれませんね。

