



手作りクッキーで復興を応援する「スイーツの会」様ご提供の美味しいクッキーがいつでも食べられます。大人が楽しめる本も置いてありますよ。ぜひどうぞ。



「犬の目」
桂米平 作・いとうひろし 絵

「えほんでスマイル・アゲイン」様より、絵本を4冊寄贈していただきました。どれも新品のように綺麗な本ばかりです。大人の方が夢中で読んでいる姿も見られます。ちなみにパオ広場の絵本の一番人気は「犬の目」です。お茶も用意してありますので、読みにいらしてください。

絵本が増えました。



スタッフのお友だちのティム君がボランティアでスケボーを教えに来てくれました。毎日練習に来ている子もいます。



一生懸命スケボーを滑っていました。

パオ広場のアスファルトのアプローチやウッドデッキがスケートボードやキックボード、自転車に大人気です。怪我が心配な方は必ずプロテクターを持参し、お互いに譲り合い、マナーを守って遊びましょう。

冬はストリートスポーツが楽しい



発行元：
中央台暮らしサポートセンター
パオ広場
(いわき自立生活センター 敷地内)

〒970-8047
いわき市中央台高久2丁目26-3
TEL.080-3303-4259 (平日10:00~17:00)
パオ広場blog <http://paohiroba.jugem.jp/>
twitter @paohiroba

高圧洗浄機を無料でお貸しします。

パオ広場まで直接取りに来られる方、中央台の仮設住宅にお住まいの方優先で、国産の高圧洗浄機3台(株式会社カネヒロ様ご提供)の貸し出し(原則3泊4日)を始めました。一時帰宅の際など、ぜひご利用ください。

編集後記

パオ広場を開所したものの、果たして皆さんに利用していただけなのか、正直心配していましたが、現在は朝から夕方まで毎日さまざまな年齢層の方々が訪れています。今度は私たちのほうから皆さんのお住まいの区域にお伺いしたいです。これからもぜひお問い合わせしてください！(松)

いも煮会のチラシを掲示板に貼ってまわりました。

いも煮会日和。



今回のいも煮は安全な食材にこだわりました。なごそ授産所の「しあわせみそ」仕立てです。



子どももお子連れ、こんぱくをちぎっています。



ヨーガ療法で心身をリセット。



竹とんぼ、上手に作れたかな？

去る10月28日(日)、パオ広場にて「いも煮会」が開催されました。お天気も回復し、ご近所の皆さんが集まって、楽しい話の場となりました。ウィン

ドカーや竹とんぼなどの工作教室、椅子に座ったまま行うヨーガ療法も大盛況でした。次回のイベントは11月6日(日)です！パキスタンカレーをお楽しみに。

ばお広場

2011年10月31日
第3号
発行元：中央台暮らしサポートセンター



たくれ時、園芸の職人Aさんがブロッコリーの苗を植えています。

花壇&菜園作り経過報告です。

パオ広場に小さな畑ができました。仮設住宅にお住まいの農業経験者の皆さんが土づくりや種まき、苗の品種などを丁寧にアドバイスしてくださいます。さらに土を耕してもらったり、苗を植えたり、すっかりお任せしつ放しです。今後は、もう少し畑を広げて、冬の野菜を育てたいと思います。皆さん、ご指導よろしく願います。



小1時間ほどで小さな畑ができてしまいました。





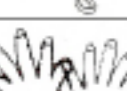


花壇にでしこやヒオラを植えました。素敵な花壇にしていきたいのでどうぞお祈り。

花壇のほうは、季節的に少しお休みになってしまいましたが、ヒオラ・パンジーや木を植え込んで、みんなが楽しめる冬花壇をつくる予定です。園芸や畑仕事がお好きな方は、一度パオ広場に足を運んでみてください。お待ちしております。



11月 パオ広場スケジュール

日	月	火	水	木	金	土
30	31	1 相談会 マッサ ジ ★放課後ク ★ティ ーサロン	2 相談会 ★放課後ク ★ティ ーサロン	3 文化の日	4 相談会 ★放課後ク ★ティ ーサロン	5
6 ★冬物フリマ ★パキスタンカレー ★音楽LIVE (アフリカンジャンベ、 常盤カンテラース)	7 相談会 ★放課後ク ★ティ ーサロン	8 相談会 マッサ ジ ★放課後ク ★ティ ーサロン	9 相談会 ★放課後ク ★ティ ーサロン	10 相談会 マッサ ジ ★放課後ク ★ティ ーサロン	11 相談会 ★放課後ク ★ティ ーサロン	12
13	14 相談会 ★放課後ク ★ティ ーサロン	15 相談会 マッサ ジ ★放課後ク ★ティ ーサロン	16 相談会 ★放課後ク ★ティ ーサロン	17 相談会 マッサ ジ ★放課後ク ★ティ ーサロン	18 相談会 ★放課後ク ★ティ ーサロン	19 ★熊本ラーメン700食 ★&昭和歌謡LIVE☆
20	21 相談会 ★放課後ク ★ティ ーサロン	22 相談会 マッサ ジ ★放課後ク ★ティ ーサロン	23 勤労感謝の日	24 相談会 マッサ ジ ★放課後ク ★ティ ーサロン	25 相談会 ★放課後ク ★ティ ーサロン	26
27	28 相談会 ★放課後ク ★ティ ーサロン	29 相談会 マッサ ジ ★放課後ク ★ティ ーサロン	30 相談会 ★放課後ク ★ティ ーサロン	1	2	3

	A 相談会 各種相談会 (予約制)平日10:00~15:00	それぞれの専門職員が無料で相談に応じます。お気軽にご連絡ください。 予約制(アルコールの悩みは予約不要) 無料
	A 理美容室 お手軽理・美容室 (3日前までにご予約ください) 10:00~15:00 (18、21日)	ビューティーサポートいわきさんのご協力による理・美容室です。予約制 カット・顔剃り ¥2,100 カット ¥1,680 顔剃り ¥500 ※訪問理美容は応相談
	B マッサ ジ クイックマッサージ (3日前までにご予約ください) 10:00~15:00 (毎週火・木)	あんま・マッサージ・鍼灸師による、 肩から腕にかけてのやさしいマッサ ジ。1人20分程度です。予約制 無料
	C ティー サロン ティーサロン 平日10:00~17:00	セルフサービスのお茶をご用意して おります。本もごさいます。ほっと一息、 にどうぞ。 無料
	C ★放課 後ク 子ども放課後クラブ 平日15:00~17:00	パオの中で宿題したり、絵本やマンガ を読んだり暇つぶし大かんげい。学校 が終わったら遊びにきてね! 無料

ご予約・お問い合わせは **080-3303-4259** (電話受付時間 平日10:00~17:00)



パオはA、B、Cの3基あります。
4面にパオ広場の地図があるよ!

パオ広場ってなんだろう…?

パオ広場(中央台暮らしサポートセンター)は、いわき市中央台の仮設住宅で暮らす皆さんのお役に立ちたいという思いで、いわきNPOネットワークが立ち上げました。介護や子育て、生活再建などの相談会や、マッサージやお手軽理・美容室を開いたり、月に1度ほどお楽しみイベントも行います。どうぞお散歩がてら立ち寄ってみてください。



生活パターンが変わったため以前よりも飲みすぎてしまう、相談するほどでもないかも知れないが、最近夫や兄弟のお酒の飲み方がちょっと心配、などでもOKですよ。

パオ広場では今月4日(金)、18日(金)の10時~15時、アルコールの悩みについての相談会を開催します。自らアルコール依存症を克服した専門の相談員と少しお話ししてみませんか? 予約不要。本人でなくてもご家族や知人でも構いません。秘密は厳守いたしますので、お気軽にお越しください。※不明な点ありましたら080-3303-4259まで。

アルコールの悩み

東電賠償請求のご相談にも対応いたします。
「相談会」は、大きく分けると4つのテーマで、それぞれの専門職が無料で相談にのります。
①生活再建 ファイナンシャルプランナーが地震・津波や原発事故で避難している方の今後の生活再建の相談にのります。東電への賠償請求についても対応可能になりました。
②要介護の高齢者 介護保険を利用した生活プランについて、ケアマネージャーや介護福祉士が相談にのります。
③障がい者 身体・知的・精神発達障がい児の各種障がいについて相談支援員が相談にのります。
④妊娠・出産・子育て 助産師が相談にのります。
※ご相談は全て予約制となっております。080-3303-4259。



10月16日(日)にパオ広場で開催されたパキスタンカレー炊き出しの様子。サラダもシャキシャキで美味しかった!

11月6日(日) お楽しみイベント
冬物フリマ、ライブ、パキスタンカレー☆
11月6日(日)、11時~、パオ広場でNPOサ・ピープル提供の冬物フリーマーケットが開催されます。12時~、アフリカの民族楽器ジャンベや「常盤カンテラース」の楽しいライブ、そしておなじみの日本イスラーム文化センターによるパキスタンカレー炊き出しもあります。どうぞお楽しみに!