

スマイル Smile

みづかな
つながら
ゆたかになる
.....

Vol. 50
2025
秋号



Interview くらしにスパイス

あらゆる年代が役割を持ち
地域とつながることで
人生を豊かに

連載！  入門

“知る”を楽しもう！ 編 第3回

コミュニケーションスペース
ふれあい TeaTime



協会通信

あらゆる年代が役割を持ち 地域とつながることで人生を豊かに

高齢者施設、就労支援施設、保育園、飲食店、駄菓子屋が集まるユニークな複合福祉施設「アンダンチ」を仙台市若林区に2018年開設した、代表の福井大輔さん。多世代、多様性のある人が集まる施設を開設したきっかけは、義父からの相談だったのだとか。複合福祉施設とはどういうところで、どのような目的でアンダンチを作られたのか、福井さんに詳しくお話を伺いました。

入居者が地域と分断されない暮らしを作る

——一見すると商業施設かのような明るい雰囲気ですね。まずは、アンダンチのコンセプトを教えてください。

「あらゆる年代で役割を持って、つながりのある暮らしを」というのがコンセプトです。高齢者だけの施設での暮らしや、在宅生活でも外出するのはデイサービスだけという環境は、地域と分断されているのと同じなのでは、と思うんです。訪問介護についても、僕ら福祉事業者がフォローし過ぎてしまうと、隣近所の人が本当は手を差し伸べたくても「わたしたちが出る幕がない」となってしまいます。田舎の地域に行くと、地域の中でお互いフォローしながら暮らしています。あくまでも今ある暮らしはそのままに、その延長上として新たなつながりを加えるという形のほうが、人生が豊かになるんじゃないかなと、考えるようになりました。

施設の中で完結ではなく、高齢者住宅に移り住んだ後も家族や友人が訪ねてきたり、地域の方とつながったり、そういう暮らしを作りたいんです。

介護や障害福祉というと、まだ必要のない方にとってはわからないことがほとんどです。たとえば認知症も、対応の仕方など詳しく知らないことが多いでしょう。まだ介護経験もない方にすぐに共感してもらうことは難しいのは当然だと思います。

多世代複合施設「アンダンチ」運営
株式会社未来企画 代表取締役
福井 大輔（ふくい だいすけ）

宮城県塩竈市出身。宮城県仙台第一高等学校、早稲田大学スポーツ科学部スポーツ医科学科卒業。学生時代にはケニアでインターン留学を含め20か国を旅した。大学卒業後、総合商社勤務（金属部門）を経て、2013年10月株式会社未来企画 代表取締役就任。子供5人、7人家族。

「アンダンチ」仙台市若林区なないろの里 1-19-2
<https://andanchi.jp/>

そういった中で、介護や障害福祉に関心を持ってもらえるためのきっかけを考えた結果、高齢者住宅の中に駄菓子屋を入れたり、素材にこだわった飲食店を併設したりするなど、誰が来ても楽しめるコンテンツを加えようと完成したのがアンダンチです。

——さまざまなコンテンツを揃えたことで、一般の方も利用するようになりましたか？

そうですね。福祉施設に遊びに行ってもいいのかな？という、その心理的ハードルを下げるために、建物のデザイン性とか、庭の作り方によって、福祉施設っぽくなく、地域の人たちがいかにか来やすくするかということはイメージしました。

義父の一言がきっかけで地域に根付く存在に

——福井さんがアンダンチを立ち上げた経緯、きっかけを教えてください。

大学卒業後は商社に勤めていましたので、自分が福祉・介護業界に携わるなんてまったく想像していませんでした。結婚後、腎臓内科医の義父が、2011年9月、六丁の目に堀田修ク





商業施設のような開かれた雰囲気のアンドンチ入り口。正面の黒い建物が、アンドンチレジデンス



入ってすぐにある談話室。入居者が好きな時間に訪れる



アンドンチレジデンス入り口に併設されている駄菓子屋



障害者就労継続支援 B 型事業所「アスノバ」



地元素材にこだわる「あんだんち食堂」

クリニックを開業したのですが、あるときに義父が「透析患者さんは高齢になればなるほど、通うのが大変になる。現役世代でも、働きづらいために低収入という人も多い。そういう人たちが少しでも安心して暮らせる住まいを作れないかなあ…」とぼくに言ったんです。ぼくは医療や福祉の知識は皆無でしたが、「高齢者ならいずれは介護も必要でしょうから、タイミングをみて、そういった施設も作ってははどうでしょうね」と答えたところ、「じゃあ、やってくれよ」と…（笑）。

ぼくが知識ゼロとはいえ、義父の思いですから、自分がフォロワーとして、しっかりと取り組みたいと思いました。ですが、当時仕事が忙しくなってきた頃だったので、退職したのは1年半後でした。

——その後、さまざまな努力のうえに 2018 年開所となったアンドンチレジデンスは「サービス付き高齢者向け住宅（以下、サ高住）」ということですが、具体的にどういうものですか？

サ高住とは、サービスがある程度付いている賃貸住宅です。住まいを提供し、必要に応じて食事を提供したり、相談などの支援をしたりします。また、必要な人にはケアマネージャーがついて、どういうサービスを受けるかというのを加えることもできます。今年の5月からは、介護付き有料老人ホームというものに転換したため、看護師配置やリハビリに関しても行えるようになりました。

外とのつながりとしては、外食に行ったり、保育園児との散歩に一緒に行ったりするなどで、活動量も増やすように考えています。また、入居者さんの中でも比較的元気な方には、施設内のレストランで有償ボランティアとして働いてもらおうかと、今後として考えています。社会とのかかわりは重要ですし、せっかくぼくらは飲食店を併設しているので、やってみよう！と。

——地域とのつながり、地域に馴染むにはご苦労されたのでは？

古くから存在しているという地域にぼくらが入っていったのだとしたら、大変だったと思います。でも、このなないろの里は、土地区画整理事業として戸建エリア、ショッピングエリア、医療エリアが同時期にできた地域なので、馴染みやすかったんだと思います。

——複合福祉施設としての多世代交流や、地域とのつながりという面で、どのようなことに配慮しましたか？

当初、入居者の暮らしをどうしたらいいか、というところが課題でした。独居や老老介護では不安だよね、という部分を、アンドンチレジデンスに移り住んでもらうことで解消できたとしても、その方たちのこれまでの暮らしも尊重すべきですよね。そのため、元々住んでいた地域の関係性も保ったまま、住まいを移してもらえようというところは配慮しました。

また、お仕事を引退された近所の方が、お手伝いに来てくださるんです。入居者さんの中で毎週麻雀をする時間があるのですが、その方が麻雀の相手に呼ばれるようです。そういった地域とのつながりも自然発生的に生まれています。

——今後の展望は？

今後はクオリティを深めていく段階なのかなと思っています。

敷地内にある障害者就労継続支援 B 型事業所「アスノバ」では保護者会を開催するのですが、そこでよく言われるのは、障害者のグループホームを作してほしい、と。ぼくらの活動を見てそうおっしゃってくれているので、やる必要はあるんだろうな、と考えてます。

——新たなつながりが生まれそうですね。貴重なお話、ありがとうございました！



HPV 検査 のご紹介

今回は新たな婦人科オプション検査として導入された【HPV（ヒトパピローマウイルス）検査】についてご紹介いたします。



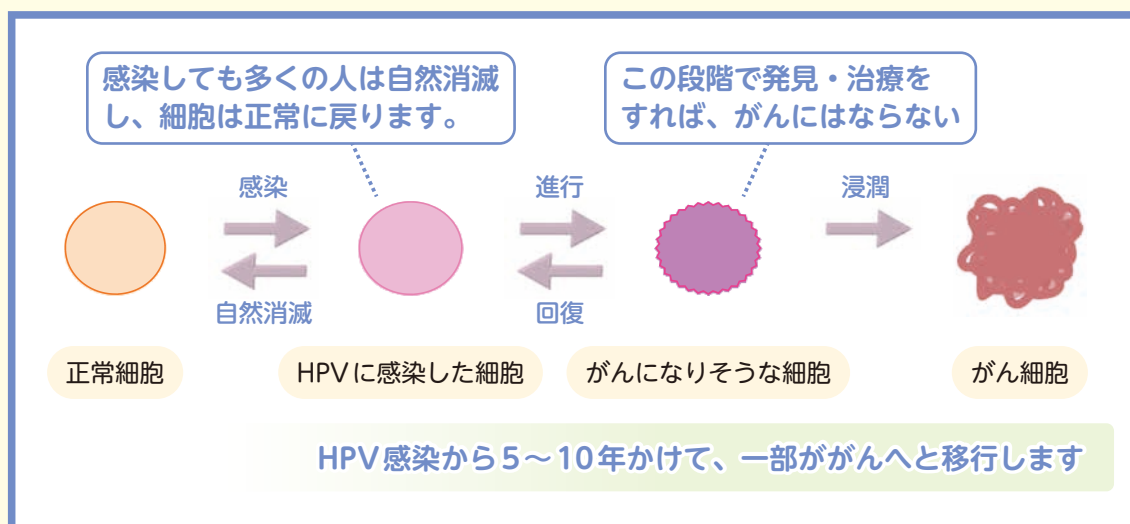
子宮頸がんの原因

子宮頸がんはHPVというウイルスへの感染が原因であることがわかっております。子宮頸がんは初期症状がほとんどないため、自覚症状が現れることなく進行していくという特徴があります。

HPVとは？

性交渉などによってほとんどの女性が感染するといわれている、ごくありふれたウイルスです。HPVに感染しても多くの場合は免疫力で体の外へ排除し、1～2年以内に体内から消失します。しかし、ウイルスを排除できずに感染状態が続くと子宮頸がんになる可能性が高くなります。

子宮頸がんになるまで



● HPV 検査で何がわかるの？

HPV 検査はウイルス感染の有無を調べる検査です。将来がんになるリスクがわかるだけでなく、細胞診と併用することでがんの見逃しを減らし、がんになる前の段階で確実に見つけることで早期の治療が可能になります。

● 検査方法は？

内診・頸部細胞診検査と同時に細胞を摂取しお調べするため、追加で検査時間や身体的負担は発生いたしません。



がんは進行していない初期段階で発見し、適切な治療を受けることで治癒率が高くなります。早期発見・早期治療のために定期的にがん検診を受診しましょう。

- ※内診・頸部細胞診検査を受診する方のみ追加可能となります。
- ※内診・頸部細胞診検査に HPV 検査と経膈超音波検査の両方を追加することは可能です。
- ※その他ご不明点がございましたら、お気軽にお問い合わせください。



秋のお手軽レシピ

山々が色づき実りの秋が訪れました。夏の暑さから解放されてさわやかな気候の秋は、健康づくりにぴったりの季節です。しっかり栄養補給をしながら、秋を満喫しましょう。



栄養満点！ トマトリゾット

1人分 エネルギー 443 kcal 食塩相当量 1.7 g

材料 (1人分)

ごはん……150g	トマトジュース…1パック
えのき……1/2パック	(食塩無添加) (200ml)
ツナ缶……1缶	コンソメ顆粒……小さじ1



作り方

- ① えのきは石づきを切り落とし、ハサミで3cm幅に切る。ツナは油をきっておく。
- ② 耐熱容器にすべての材料を入れ、軽く混ぜる。
- ③ ふんわりとラップをかけて電子レンジ600Wで5分加熱する。
- ④ 器に盛り付け、お好みでパセリやコショウを振って完成！

ツナ缶はノンオイルに変えると、
カロリーダウン♪

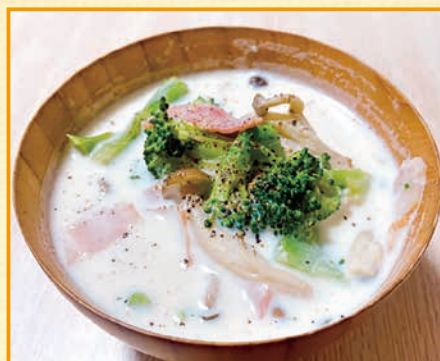


牛乳でうまみとコクがUP！ 味噌ミルクスープ

1人分 エネルギー 137 kcal 食塩相当量 1.0 g

材料 (2人分)

ベーコン………1/2枚	牛乳………250ml
冷凍ブロッコリー…100g	みそ………小さじ2
きのこ類………40g	こしょう…ひとつまみ



作り方

- ① きのこは食べやすい大きさにほぐす。
- ② ベーコンを約5mmに切る。
- ③ 耐熱容器にブロッコリー、①を入れラップをかけて電子レンジ600Wで2分加熱する。
- ④ 牛乳、ベーコンを加えラップをかけ電子レンジ600Wで3分加熱する。
- ⑤ 味噌を溶かし、器に盛りお好みでこしょうを振って完成！

白菜やほうれん草でも
美味しくできます♪



連載！まるまる入門

“知る”を楽しもう！編

第3回

仙台市天文台で宇宙の旅へGO！（上）



今年で開台 70 周年を迎えた仙台市天文台は、2008 年に西公園から青葉区錦ケ丘に移転。宇宙をより身近に感じられるように大きくリニューアルしました。今回はスタッフの村上さんに、仙台市天文台の見どころを伺いました！

今年で開台 70 周年！ 宇宙がより身近になり、パワーアップ！

仙台市天文台は西公園にあった時代を含めて今年で開台 70 周年。現在の錦ケ丘に移転してから 17 年になります。2024 年度の来場者数は 23 万人以上と、ご家族連れやお友達同士など、今年も多くの方々に来場いただいています。

仙台市天文台では、「宇宙を身近にする」というミッションがあります。宇宙というと壮大すぎて、難しそうとか、よくわからないというイメージがあるかもしれません。そこで、展示室では実際に手で触れられるような展示物があったり、プラネタリウムでは星や月などを題材にした音楽をかけて星空を楽しんでもらうなど、宇宙を身近に感じてもらい、興味を持ってもらえるような工夫をしています。

また、錦ケ丘に移転して新たにできた施設として、初代の台長らの名前をとった「加藤・小坂ホール」というホールがあり、講座や講演会、企画展などさまざまなイベントを行っています。

じっくり見たら丸一日かかりそう！？ ディープな宇宙の世界が広がる展示室

移転に伴って広くなった施設のひとつが展示室です。特徴としては、「地球エリア」「大気圏エリア」「太陽系エリア」などとわたしたちの住む地球をスタートとした展示になっており、さらに進むとブラックホールなどを紹介する「銀河系エリア」、宇宙の始まりについて紹介する「大宇宙エリア」など、身近な宇宙から遠くの宇宙へ宇宙の広がりを感じられるような展示となっています。天文学の歴史エリアでは国指定の重要文化財および日本天文遺産に認定されている仙台藩天文学器機を見ることができます。

天文に詳しいスタッフが展示室内に常駐していますので、お声がけいただければ詳しく説明させていただきます。

リニューアルした移動天文車 「ベガ号」

仙台市内の公園などを巡る移動天文車「ベガ号」が、今年の 4 月にリニューアルしました。旧車両で使用していた、口径 20 センチメートルの「クーデ式屈折望遠鏡」に加え、「電視観望望遠鏡」という新たな望遠鏡も搭載しました。この電



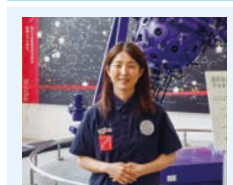
地球の近くから
宇宙の果てまで
迎えるようにエ
リア分けされた
展示室

視観望望遠鏡は、たとえば銀河のうずまきのような、普段わたしたちの目では見ることのできないような天体を観察することができます。また、小さなお子さまや身体の不自由な方でも見られるように車両の外側にモニターを設置していますので、そこから星を楽しんでいただくことも可能です。仙台市天文台にはなかなか足を運べないという方も、ベガ号がお近くにきた際には気軽に天体観察を楽しんでみてください。



提供：仙台市天文台

ベガ号の 10 月の移動観望会は 10 月 17 日と 31 日の 2 回。実施場所はホームページで確認を



今回ご案内くださった、スタッフの村上尚美さん

仙台市天文台

仙台市青葉区錦ケ丘 9 丁目 29-32
TEL: 022-391-1300
<https://www.sendai-astro.jp/>

TOPIC 公衆衛生看護実習

7月に2日間の日程で公衆衛生看護学実習がありました。東北文化学園大学医療福祉学部看護学科の3名の学生に、巡回健診、施設健診、特定保健指導の現場を見学していただきました。また、健診機関で働く保健師の役割や、多職種との連携について学んでいただきました。

【実習を終えての感想】

- 巡回健診と施設健診の違いを実際に見て学ぶことができた。どちらにおいても受診者のプライバシーに配慮し、安心・安全でスムーズな健診を実施していた。
- 特定保健指導では、対象者の生活スタイルを把握し、本人が無理なく自分の生活の中で「これならできそう」と思える目標立てをする支援の在り方を見学することができた。
- 様々な職種が連携し、健康診断を実施していた。内部の連携はもちろん、外部医療機関との連携があることを知ることができた。健診を受けて終わりにせず、結果に応じて病院を受診することや、自分の生活習慣、健康についてふりかえることが大切だと感じた。これから就職した際には、自分自身の健康も大切にしたいと感じた。



健康診断のお申し込み・お問い合わせ

巡回健診(学童・住民・事業所) 検体検査

一般財団法人
宮城県予防医学協会

TEL 022-343-7001(代)
FAX 事業部・健診部 022-343-7032
FAX 総務部 022-343-7083
仙台市泉区高森2丁目1番地39

施設健診(人間ドック・ 一般健診・脳検診等)

一般財団法人
宮城県予防医学協会
健診センター

※健診センターへのご予約・ご変更・その他の
お問い合わせはこちら

 0570-010-955
仙台市青葉区上杉1丁目6番6号

