

オアシスだより

第 169 号

H28 年 11 月



11 月 お茶の花

「リカバリーへの“いっぽ”」

～ 知ってみよう！ 気づいてみよう！！ やってみよう！！ ～

10 月より実施していた“リカバリー”についての最終講座を開催いたします。

✿ 第3回目 ✿ 「グループワーク」

11 月 4 日（金）10 時半～11 時半までです。

申し込みは不要なので、当日、お時間までにお越しください。



第2弾 モーニングを食べに行きませんか？

日時：平成28年11月19日（土）9：30～12：00頃

場所：星乃珈琲店 高槻店（春日の交差点のマンダイのそば）

参加費：無料（別途食費・交通費が必要です。） **申し込み要**



～参考～ 食費：コーヒー（¥420）／カフェラテ（¥450）／ミルクティー（¥500）など

今回の外出も、喫茶店のモーニングを食べに行きます。オアシスで集まって、みなさんで行きます。開店から11時までにドリンクメニューを注文すると4種類の選べるお得なモーニングサービスがあるお店なので、11時までに入店したいと思っております。モーニングはトーストやゆで卵などが付くようです！モーニング以外にも有名な「窯焼きスフレパンケーキ」（¥600～。注文から20分かかります。）などもあります。ご注文は各自でしていただきます。申し込み締め切りは **11月14日（月）** までです！

★料理教室★

11/16(水)14:30～16:00

「ごはんもの」シリーズ

ニラとウィンナーのチャーハン



材料費 100 円

（栄養士さんが教えてくれます！）

こころの相談窓口

当事者による、当事者・家族のための電話相談

“あなたが今、重荷に感じている事”
ともに話してみませんか？

- 豊富な体験をもつ当事者があなたの相談を、お待ちしております。
- 毎週月曜日PM3:00～PM5:00（祝日 除く）

TEL 072-662-8130 高槻地域生活支援センター

「当事者による相談希望とお伝え下さい。」

ぼら✿すまいる



11/21（月）



14：30～16：00

《参加無料》

喫茶スマイルの調理のお手伝いを
お願いしております。

作るメニューは当日、発表致します。

高槻地域生活支援センター オアシス 平成28年11月の行事予定

月 	火 	水	木 	金 	土	日
	1	2	3	4	5	6
	おにぎりの会 (11:00~12:30) 喫茶 (11:45~14:00)	喫茶 (11:45~14:00) フリープログラム (14:30~15:30)	休み	リハビリのいっぽ (10:30~11:30) 喫茶 (11:45~14:00)	休み	休み
7	8	9	10	11	12	13
喫茶 (11:45~14:00) フリープログラム (14:30~15:30)	喫茶 (11:45~14:00) フリープログラム (14:30~15:30)	喫茶 (11:45~14:00) 島本町グループワーク	喫茶 (11:45~14:00) ボランティア サークル (14:30~15:30)	喫茶 (11:45~14:00) ふれあいネット講座 (14:30~15:30)	休み	休み
14	15	16	17	18	19	20
喫茶 (11:45~14:00) 利用者MT (14:30~15:30)	おにぎりの会 (11:00~12:30) 喫茶 (11:45~14:00)	喫茶 (11:45~14:00) 体験を語る会 (13:00~14:00) 料理教室 (14:30~16:00)	防災訓練のため 喫茶休み ボランティア サークル (14:30~15:30)	喫茶 (11:45~14:00) フリープログラム (14:30~15:30)	モーニング (9:30~12:00)	休み
21	22	23	24	25	26	27
喫茶 (11:45~14:00) ぼら☆すまいる (14:30~16:00)	喫茶 (11:45~14:00) フリープログラム (14:30~15:30)	休み	喫茶 (11:45~14:00) ボランティア サークル (14:30~15:30)	喫茶 (11:45~14:00) ふれあいネット講座 (14:30~15:30)	休み	休み
28	29	30	◆避難訓練のお知らせ 11月17日の11時30分ごろから避難訓練を実施致します。			
喫茶 (11:45~14:00) フリープログラム (14:30~15:30)	喫茶 (11:45~14:00) フリープログラム (14:30~15:30)	喫茶 (11:45~14:00) フリープログラム (14:30~15:30)				



オアシスふれあいネット講座

★11月11日(金) 14:30~15:30

★11月25日(金) 14:30~15:30

「ネットで使えること」

講師の方をお呼びして、「生活に役立つ」ネットの使い方をテーマに開催しております。自由で明るい雰囲気で行っていて、初心者の方の参加もお待ちしております。お気軽にご参加ください。

病気の体験を語る会



開催日時：11月16日(水) 第3水曜日開催

13:00~14:00

開催場所：高槻西部地域活動支援センター

ステップ

参加対象：主に統合失調症の方

人の話を「聴いて満足」自分の話を「しゃべって満足」病気の体験や日頃の生活のことなどを語り合いませんか？参加・見学、入退室は自由です。

《語り合う仲間の輪、広がっています!》

問い合わせ：雑賀(さいか)

高槻地域生活支援センター オアシス

〒569-0023 高槻市松川町25-5

★TEL (072)-662-8130

★FAX (072)-662-8131

★E-mail: genki777@juno.ocn.ne.jp

センター開所時間

平日 9:00~18:00

(土曜・日曜・祝日 閉館)

喫茶開店日 11:45~14:00

〈HP〉 <http://takatsuki-oasis.org/>



こちらのホームページでもオアシスだよりがご覧いただけます。

オアシスだより ぶる～ば～ど 11 月

鉄道コラム

加太線は南海本線の支線で紀ノ川駅から海水浴場のある海側に向かう支線であるが、列車はすべて紀ノ川駅の隣の和歌山市駅から出ている。運賃的にも加太から大阪・難波方面には紀ノ川駅に優等列車が停車しないために、和歌山市駅まで出て、引き返しても運賃を余分に請求されない。

また和歌山市駅では特急との接続が計算されている。2両編成の車両が紀ノ川駅から左折し、やや内陸部を進み、通学客に混じって和歌山市郊外の住宅街を抜けると和歌山の田舎の雰囲気味わえる。

磯ノ浦は海水浴場の最寄り駅になっている。そして磯ノ浦を出て、海沿いの素晴らしい景色を左手に走ったのち内陸に入り、山の内側にある終点の加太駅に着く。



北原 樹

虹の会のお知らせ

日時：11月12日（土）16：00～19：00

参加費：500円（申し込み不要！）

場所：富田公民館 2階の調理実習室

「栗ごはん・豚汁」



問い合わせ先：そよかぜ 河崎（090-4285-3405）



新しいスタッフの紹介

10月より異動してきました「小林幹典^{みきのり}」と申します。
今までは“こうあいケアプランセンター”で介護保険のケアマネージャーとして働きながら、毎週木曜日にオアシスにスタッフとして来ていました。これからは毎日オアシスに出勤していますので、また、声をかけてください。
趣味は“マラソン”です。どなたか、一緒に走りましょう!!（笑）

