

# オアシスだより

第177号  
平成29年7月号



## 新プログラム「オアシス広場」今回は…薬剤師さんとおはなし

誰でも、どこからでも参加でき、自由に話せるプログラムです。

今回は5回シリーズで光愛病院の薬剤師さんの高田さんにきてもらい、薬についてな～んでも聞くことができるプログラムです。

第1回目が6月20日(火)にありました。8名の参加がありました。のどが渇く、記憶力が妨げられるような症状が薬の影響なのか、何かの病気なのか、その時の体調なのかを考えて、わからないことは主治医や薬剤師に気軽に相談できるようになったらいいね…とやわらかな雰囲気の中で話しが進み、あっという間に1時間が過ぎました。終了後個別に相談している人もいました。

次回7月18日(火) 10:30~11:30 喫茶スペース

☆今飲んでいる薬について知りたい方は薬の説明書をご持参してください。



## ヘルシーレストランのご案内

管理栄養士さんが料理を作って、レシピや栄養相談もできるプログラムです。

☆ 毎月第2、第4火曜日 12:00~14:00

☆ 7月11日、25日開店 400円 10食限定

☆ 7月のメニュー「文月ご膳」

(当日10:30~受付開始。電話予約もできます。ご本人含めて二人分の予約ができます。)

どんな料理がでてくるか…お楽しみに。



## 「語る会」について

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？

語り合う仲間の輪、広げてくださいましょう!!

7月3日(月)

14時~15時

ココロの相談窓口  
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、お待ちしています。  
●毎週月曜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」の相談室とお伝え下さい。

7月のお休みはありません。

## ほら☆すまいる

7/24(月)

14:30~16:00

＜参加無料＞

エフロンとバンダナをご持参ください。

喫茶スマイルの調理のお手伝いをさせていただくプログラムです。

作るメニューは、

当日に発表します。



# 高槻地域生活支援センター オアシス 平成29年7月の行事予定

月	火	水	木	金	土	日
<ul style="list-style-type: none"> <li>・【☀】は、入浴日です。</li> <li>・【😊】は、喫茶スマイル営業日です。</li> <li>・厨房に入るプログラムの時は、参加費と別に「エプロン」「ハンダナ」の持参と「靴下着用」をお願いしております。</li> </ul>					1	2
3	4	5	6	7	8	9
☀ 語る会 (14:00~15:00)	フリープログラム (14:00~15:00)	おにぎりの会 (11:00~13:00)	😊 ボランティア・サークル (14:30~15:30)	😊 フリープログラム (14:00~15:00)	休み	休み
10	11	12	13	14	15	16
😊 フリープログラム (14:00~15:00)	ヘルシーレストラン (12:00~14:00)	フリープログラム (14:00~15:00)	😊 ボランティア・サークル (14:30~15:30)	😊 フリープログラム (14:00~15:00)	休み	休み
17	18	19	20	21	22	23
 海の日	オアシス広場 (10:30~11:30)	おにぎりの会 (11:00~13:00)	😊 ボランティア・サークル (14:30~15:30)	😊 フリープログラム (14:00~15:00)	休み	休み
24	25	26	27	28	29	30
😊 ぼら☆すまいる (14:30~16:00)	ヘルシーレストラン (12:00~14:00)	フリープログラム (14:00~15:00)	😊 ボランティア・サークル (14:30~15:30)	😊 P. O. F (16:00~17:00)	休み	休み
31	7月といえば七夕ですね。オアシスでも七夕飾りをします。 短冊に願い事を書きに来てくださいね。					
😊 フリープログラム (14:00~15:00)						

語る会

第1月曜 14時~15時

無料

病気の体験や日々のこと「言っぱなし、聞きっぱなし」で話したり聞いたりします。

ぼら☆すまいる

第4月曜 14:30~16:00

無料

喫茶スマイルのお仕事のお手伝いです。

ヘルシーレストラン

第2・4火曜 12時~14時

400円

管理栄養士の方が作る健康的な食事を食べながらゆっくり過ごせます。1日限定10食！先着順です！（当日電話予約もできます。）

おにぎりの会

第1・3水曜 11時~13時

100円

おにぎりを握って、みんなで話しながら過ごします。味噌汁付き！

ボランティア・サークル

毎週木曜 14:30~15:30

無料

切ったり、貼ったり軽作業のプログラムです。終了後には交流会も有。ドリンク付き！

(プレミアム・オアシス・フライデー)

P. O. F

最終金曜 16時~17時

200円

月末に少し豊かな時間をすごしませんか？お菓子を食べながらお疲れ茶話会をします。

高槻地域生活支援センター オアシス

〒569-0023 大阪府高槻市松川町25-5

TEL: 072-662-8130

FAX: 072-662-8131

HP: <http://takatsuki-oasis.org/>

E-Mail: [genki777@juno.ocn.ne.jp](mailto:genki777@juno.ocn.ne.jp)

開所時間

平日: 9:00~18:00

(※土・日・祝・年末年始 閉館)



## ～鉄道コラム

野岩鉄道（やがん鉄道）は東武鬼怒川線終点の新藤原駅から会津高原尾瀬口を結ぶ線で、下野（しもつけ）と岩代の国（いわしろくに）の頭から名付けられた。岩代の国は分かりにくければ、「いわき」と似たニュアンスと思ってもらえればいかと。今年四月以降は東武特急の乗り入れが実現しているが、私の乗車時は東武快速のみの乗り入れだったので、その経験で書く。向かい合わせの固定クロスシート車は新藤原で2両編成に削られ、高規格で乗り心地の良い線に入る。しばらく温泉街が続き、県境のトンネル区間となる。スピードが出て、人がほとんど住まない山間部に入り、ついに山から平地に出る終点の会津高原尾瀬口は尾瀬の福島方面の入り口である。

ここから旧国鉄会津線の会津鉄道。800m近い高原から一気に下り、終点会津田島までが東武線乗り入れ区間。ここからディーゼルカーになり、会津若松に向かう。西若松から会津若松はJR只見線。 北原 樹



## 虹の会のお知らせ



日時：7月8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

メニュー「冷麺とミニチャーハン」



問い合わせ先：そよかぜ 河崎（090-4285-3405）

## プログラムの紹介

### 「おにぎりの会」

みなさんは、おにぎりの中に何をいれますか？

梅干し、昆布……だけではなく、クレスンにオリーブオイルを合わせたちょっとイタリアンな具材やちりめんじゃこにチーズを入れてめんつゆで味付けした変わり種…などなど。あなたのアイデア次第でオリジナルな美味しいおにぎりが出来上がります。

ぜひ一度ご参加してください。

第1. 3水曜日 11：00～13：00

参加費 100円



## レイアウトMT ご報告

6月15日（木）レイアウトMTがありました。くつろげるスペース、話し合えるスペースのイメージや具体的にあつたらいいと思う「物」について活発な意見がでました。たとえば、カーテンの色を変える、座りやすいイスにする、抱き枕があつたらいい…などなど、たくさんの意見の中から検討して居心地のよいオアシスになるようにしていきたいと思っています。たくさんのご参加ありがとうございました。