

オアシスだより

第 166 号
H28 年 6 月



6月 紫陽花

BBQ（バーベキュー）しませんか？【ステップさんとコラボイベント】

日時：6月18日（土）11：00～14：30（予定）

※時間の変更が生じる可能性があります。詳しくはオアシスにお問い合わせください。

場所：淀川河川公園（大塚地区） ※雨天中止

参加費：¥1000（事前に集めます。）

申し込み締め切り：6月15日（水）

高槻西部地域活動支援センター ステップさんとの共同イベントになります。詳しくは、オアシス事務所前ポスターをご覧ください。



淀川河川公園（大塚地区）の地図です。
※見えづらいかもしれませんがご了承ください。



高槻西部地域活動支援センター ステップさん

★料理教室★

6/15(水)14:30～16:00
調理技術「焼き」シリーズ
第2弾 豚のしょうが焼き



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です。毎週月曜 15：00～17：00の時間帯に、支援センターへお電話いただき「ピア相談希望」とお伝えください。（この事業は精神障がい者相談員制度で、大阪府より業務委託されています。）

6/20はお休み



ヒアリング✽ヴォイスズ 高槻ミーティング

精神疾患により、不思議な体験をした人が集まり、その体験について話し合います。自分の体験を話す事で少し楽になったり、仲間の体験を聞いて対処方法のヒントにしたりしませんか。

少人数なので、気軽にご参加ください。

～次回の予定～6月30日（木）

15時30分～16時15分

場所：支援センター オアシス

参加費は無料です。

（お茶あります）

ご不明な点があればオアシスへお問い合わせください。



高槻地域生活支援センター オアシス 平成28年6月の行事予定

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--|--|--|---|--|--|---------------------------------|
| ◆6月8日(水)は喫茶臨時休業させていただきます。 ◆BBQの申し込みは6月15日が締め切りです。 丸山か中川までお気軽にお問合せください! | | | 1 喫茶 (11:45~14:00) フリープログラム (14:30~15:30) | 2 喫茶 (11:45~14:00) ボランティア サークル (14:30~15:30) | 3 喫茶 (11:45~14:00) フリープログラム (14:30~15:30) | 4 休み |
| 5 休み | 6 喫茶 (11:45~14:00) フリープログラム (14:30~15:30) | 7 おにぎりの会 (11:00~12:30) 喫茶 (11:45~14:00) | 8 島本町グループワーク | 9 喫茶 (11:45~14:00) ボランティア サークル (14:30~15:30) | 10 喫茶 (11:45~14:00) ネット講座 (14:30~15:30) | 11 休み |
| 12 休み | 13 喫茶 (11:45~14:00) 利用者MT (14:30~15:30) | 14 喫茶 (11:45~14:00) フリープログラム (14:30~15:30) | 15 喫茶 (11:45~14:00) 体験を語る会 (13:00~14:00) 料理教室 (14:30~16:00) | 16 喫茶 (11:45~14:00) ボランティア サークル (14:30~15:30) | 17 喫茶 (11:45~14:00) フリープログラム (14:30~15:30) | 18 ステップとBBQ (11:00~14:30) |
| 19 休み | 20 喫茶 (11:45~14:00) ぼら☆すまいる (14:30~16:00) | 21 おにぎりの会 (11:00~12:30) 喫茶 (11:45~14:00) | 22 喫茶 (11:45~14:00) 島本町グループワーク | 23 喫茶 (11:45~14:00) ボランティア サークル (14:30~15:30) | 24 喫茶 (11:45~14:00) ネット講座 (14:30~15:30) | 25 休み |
| 26 休み | 27 喫茶 (11:45~14:00) フリープログラム (14:30~15:30) | 28 喫茶 (11:45~14:00) フリープログラム (14:30~15:30) | 29 喫茶 (11:45~14:00) フリープログラム (14:30~15:30) | 30 喫茶 (11:45~14:00) ボランティア サークル (14:30~15:30) ヒラリッガイズ (15:30~16:15) | 6月  | |



ぼら☆すまいる



6/20(月) 14:30~16:00

当日、メニューを公表致します。

参加無料♪

オアシスふれあいネット講座

☆6月10日(金) 14:30~15:30

☆6月24日(金) 14:30~15:30

「インターネットおすすめ情報」

※それぞれ予約が必要です。来所もしくは、お問い合わせください。

※パソコンの台数に限りがあります。予約順によっては見学になることがあります。

病気の体験を語る会



開催日時：6月15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 6月号

鉄道コラム

加古川線は福知山線の谷川から東海道本線加古川を結ぶローカル線である。もとはディーゼルカーだったが、阪神淡路大震災の際、大阪～姫路を結ぶ迂回線として重要な役割を担い、運送量を上げるために電化された。運行系統は谷川～西脇市間のクロスシート車の超ローカル区間と西脇市～加古川間のそこそこ近郊区間に分かれる。谷川駅から福知山方面に出てすぐ左に大きくカーブして盆地を進む。明石市が東経135度の日本標準子午線を通ることは知られているが、日本へその公園駅は統計135度、北緯40度が交差する地点から「日本のへそ」と名付けられた。そして西脇市から乗り換え、ロングシートに当たることも。ここから先は連絡する鉄道も多く、乗り換え客が多かったが、現在は多くが廃止されている。そして小さな山があちこちに見える盆地を進む。粟生駅で神戸電鉄・北条鉄道と連絡し、そして一気に加古川に向かい、一気に高架線になると終点加古川駅。東海道線と仕切られていて、切符のチェックが行われる。



北原樹

虹の会のお知らせ

日時：6月11日（土）16：00～19：00頃まで

参加費：500円（申し込み不要！）

場所：富田公民館2Fの調理実習室



メニュー

「冷しゃぶ定食」

問い合わせ：そよかぜ 河崎（090-4285-3405）

「ニフレル（NIFREL）へ行ってきました！」

5月21日（土）にエキスポシティ（EXPOCITY）のニフレルへ総勢9名で行って来ました！場所は、大阪モノレール“万博記念公園駅”から徒歩5～10分です。オアシスからだと約1時間の距離でした。移動手段は、バスと電車とモノレール。他にも茨木の市バスでも行けるみたいです。（市バス利用の方が安いそうです。）今回は時間の都合もあり少し割高ですがモノレールを利用しました。

ニフレルは障がい者手帳を提示することで、入館料が半額の¥950になります。（※介護者も1名半額とホームページに記載がありました。）海遊館プロデュースのミュージアム。実際に行ってみて水族館のように魚を見るだけでなく、触れる体験コーナーがあったり、魚だけでなく動物園みたいに動物を見ることができました！動物の一部は囲いが無い自然のままの様子で間近に見ることができました。館内の売店では、「食べる水」も販売されていました。ぜひ一度ニフレルでいろんな体験をしてみてください。

