

# オアシスだより

第 167 号  
H28 年 9 月



9月 ガーベラ

## モーニングを食べに行きませんか？

日時：平成28年9月17日（土）9：30～12：00頃

場所：コメダ珈琲店 阪急高槻市駅前南店

集合場所：オアシス玄関前

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）／カフェオレ（¥440）／デザート（¥300～）／かき氷（¥600～）など  
交通費：オアシスから出発する場合市営バス（辻子～阪急高槻）片道¥220（手帳をお持ちの方は無料）

今回の外出は、喫茶店のモーニングを食べに行きます。駅前のコメダ珈琲店にオアシスで集まって行きます。開店から11時までドリンクメニューを注文すると3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①ゆで卵②手作りたまごペースト③名古屋名物おぐらあんの3種から1つとトーストが付くようです！モーニング以外にも「シロノワール」という有名なデザート（¥600）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9月12日（月）までです！

→モーニング



選べるモーニング  
コメダの朝はお得なモーニングサービス



A お湯ゆで玉子



B 手作りたまごペースト



C 名古屋名物おぐらあん



←シロノワール



←外観

### ★料理教室★

9/21(水)14:30～16:00

調理技術「煮る」シリーズ

第2弾

キャベツとウィンナーの

スープ煮



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、お待ちしています。

●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」

## 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～9月29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

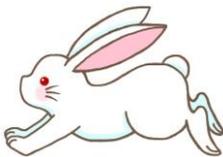
オアシスへお問い合わせ

ください。



今月で最後です。

# 高槻地域生活支援センター オアシス 平成28年9月の行事予定

日	月	火	水	木	金	土
				1 喫茶 (11:45~14:00) ボランティア サークル (14:30~15:30)	2 喫茶 (11:45~14:00) フリープログラム (14:30~15:30)	3 休み
4 休み	5 喫茶 (11:45~14:00) 利用者MT (14:30~15:30)	6 おにぎりの会 (11:00~12:30) 喫茶 (11:45~14:00)	7 喫茶 (11:45~14:00) フリープログラム (14:30~15:30)	8 喫茶 (11:45~14:00) ボランティア サークル (14:30~15:30)	9 喫茶 (11:45~14:00) ふれあいネット講座 (14:30~15:30)	10 休み
11 休み	12 喫茶 (11:45~14:00) フリープログラム (14:30~15:30)	13 喫茶 (11:45~14:00) フリープログラム (14:30~15:30)	14 喫茶 (11:45~14:00) 島本町グループワーク	15 喫茶 (11:45~14:00) ボランティア サークル (14:30~15:30)	16 喫茶 (11:45~14:00) フリープログラム (14:30~15:30)	17 モーニング (9:30~12:00)
18 休み	19 休み	20 おにぎりの会 (11:00~12:30) 喫茶 (11:45~14:00)	21 喫茶 (11:45~14:00) 体験を語る会 (13:00~14:00) 料理教室 (14:30~16:00)	22 休み	23 喫茶 (11:45~14:00) ふれあいネット講座 (14:30~15:30)	24 休み
25 休み	26 喫茶 (11:45~14:00) ぼら☆すまいる (14:30~16:00)	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) 島本町グループワーク	29 喫茶 (11:45~14:00) ボランティア サークル (14:30~15:30) ヒラツグガイダンス (15:30~16:15)	30 喫茶 (11:45~14:00) フリープログラム (14:30~15:30)	



## ぼら☆すまいる



9/22 (月) 14:30~16:00

当日、メニューを発表致します。

参加無料♪

## 病気の体験を語る会



開催日時：9月21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)

## オアシスふれあいネット講座

★9月9日(金) 14:30~15:30

★9月23日(金) 14:30~15:30

「ネットに関して」

※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。

## 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 9月号

## 鉄道コラム

鶴見線は東京・神奈川の工業地帯を走る通勤路線で通勤客に合わせた極端なダイヤを敷いている。つまり通勤時は極端に本数が多く、それ以外の時間帯は少ない。横浜と川崎の間にある京浜東北線鶴見駅から南武線支線の合流する浜川崎駅を通過して扇町へが本線、途中で海芝浦駅へ分かれる支線と大川駅へ向かう支線がある。訪問当初、扇町に行ってそこから南武線支線で折り返そうと思っていたが、雷雨による線路冠水があり、海芝浦行きしか走っていなかった。

鶴見駅から特別な改札で鶴見線に乗り換え、出発すると大きなカーブで京浜東北線・東海道線の上を乗り換え国道駅へ。浅野駅で本線と分かれ急カーブで右折、京浜運河沿いを南下して終点海芝浦駅へ。この駅は下車不可能。つまり東芝の社員しか降りられないという特殊な駅である。そもそも東芝の命名の由来は東京芝浦電気なのだ。ただし景色がよいので、駅構内に公園が整備されマニアックなファンの間では有名な駅となっている。



北原 樹

## 虹の会のお知らせ

日時：9月10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 「**天ぷら定食**」

問い合わせ先：そよかぜ 河崎（090-4285-3405）

## ヒアリング・ヴォイシズ終了について

平成28年9月29日をもちまして、ヒアリング・ヴォイシズを終了させていただきましたことになりました。これまで参加してくださった方、ありがとうございます。

今後ヒアリング・ヴォイシズにかわる、新プログラム開始の準備をしております。現在オアシス事務所前にてアンケートを実施しております。ご協力お願い致します。新プログラム開始の際にはオアシスだよりで報告させていただきます。なにかご質問等ございましたらオアシスまでお問い合わせください。

