



新年あけまして
おめでとうございます。

昨年は支援センターが設立して、ちょうど20年目
(2001年4月1日設立)にあたります。

大変な年でしたが、利用者みなさま、関係機関の
みなさまのおかげで、21年目の春を迎えられそうです。
本当にありがとうございます。

今年も引き続き「高槻地域生活支援センター オアシス」
をよろしくお願いいたします。

高槻地域生活支援センター オアシス
センター長 小林幹典

【利用者さんの2021年の抱負】

- ・安定した仕事をしたい(Hさん) ・小説家になりたい(Nさん)
- ・自分にプレゼントを贈りたい(Yさん) ・1週間定期的に作業所に通いたい(Mさん)
- ・宝くじが当たりたい(Mさん) ・職場復帰がしたい(Kさん)
- ・みんなと遊びにいきたい(Yさん) ・禁煙したい(Iさん)
- ・人の役にたつことをしたい(Nさん) ・楽しく生きたい(Fさん)
- ・収入を増やしたい(Yさん) ・痩せたい(Fさん)
- ・年金を上げたい(Yさん) ・薬を減らしたい(Kさん)
- ・やりたいことを見つけない(Tさん) ・結婚したい(Aさん)等々



高槻地域生活支援センター オアシス 令和3年1月の行事予定

月	火	水	木	金	土	日
・【☺】は喫茶スマイル営業日です。スマイルは月木金 11:45~14:00 (la13:30) 営業しています。 ・厨房に入るプログラムは靴下着用です。・風船マークはプログラムがない日です。・☺1日3名まで入浴できます。						
 				1	2	3
				休み	休み	休み
4	5	6	7	8	9	10
☺ 語る会 14:00~15:00			☺ ボランティアサークル 14:30~15:30	☺ オアシス広場 アンダーマネージメント 14:00~15:00	休み	休み
11	12	13	14	15	16	17
休み			☺ ボランティアサークル 14:30~15:30	☺ リハビリの部屋 15:30~16:30	休み	休み
18	19	20	21	22	23	24
☺	☺ 5/15 13:30~14:30	☺ ぼらすまいる 11:00~13:00	☺ ボランティアサークル 14:30~15:30	☺	休み	休み
25	26	27	28	29	30	31
☺	☺ ヘルシーレストラン 竹楽器 13:30~14:30		☺ ボランティアサークル 14:30~15:30 水防法研修	☺	休み	休み

「語る会」について

病気の体験や日頃の生活のことなどを「仲間」といっしょに語り合いませんか？

語り合う仲間の輪を
広げていきましょう！！

毎月第1月曜
14時~15時
今月は1月4日です。

今月は、**25日**です

相談員も募集中!

当事者による当事者・家族のための
こころの相談窓口

当事者さん（相談員）が相談にのります。
相談は電話または直接来所にて伺います。
ご家族の相談にのることもできます。

第2・4月曜日 PM3:00~5:00 (祝日除く)
電話：072-662-8130
相談場所：高槻地域生活支援センターオアシス


相談員※も募集しています！
※精神障がいをお持ちの方またはその家族
■精神障がい者相談員制度は、大阪府から委託され実施しております。
お問い合わせ先⇒高槻市福祉相談支援課
TEL 072-674-7171

ぼら*すまいる

今月は1月20日（水）です。

《参加費無料》
エフロンとバンダナをご持参ください。

喫茶スマイルのカレー作りのお手伝いをするプログラムです。参加者は当日の昼食に作りたてのカレーを食べるか喫茶スマイルで使用できる千ヶツト（200円）をもらうか選ぶことができます。



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

開所時間
平日：9:00~18:00
(※土・日・祝・年末年始 閉館)



「北原さんのコラム 漫画・アニメ編」

劇場アニメ「リスと青い鳥」 山田尚子監督 京都アニメーション 2018年

ある高校吹奏楽部の二人の少女、オーボエの鑑塚みぞれとフルートの傘木希美。二人は中学時代からの親友同士だった。内向的で友人が希美しかいないみぞれと外向的で人望があり友人の多い希美。二人の友情には熱量に差があり噛み合っていなかった。高校最後のコンクールの曲は二人の関係を暗示させるもので、それぞれのノロが噛み合わなかった。噛み合わない友情が一瞬噛み合う青春の美しい瞬間を描いた作品です。音楽モノなのに静謐な空気感に包まれています。本作は武田綾乃原作のテレビ及び劇場版アニメ「響け！ユーフォニアム」の番外編の位置づけだが、「響け！」の中心人物はほんの端役で出る必要すらない。武田綾乃は登場人物を二人1セットで考えると語っている。その中の重要な脇役にスポットライト当てたのが本作。繊細な感覚を持つ人、繊細な青春を過ごした人にオススメです。北原樹



「相談員 F さんのたわごと」

今月号では、「今、興味を持っていること」について書かせて頂きます。

先月号で、ラジオを聴くことが趣味と書きました。最近、「ラジオ番組にメッセージを送ること」をしています。実際にメッセージを何度も読んでもらっています。読まれると、ラジオ DJ さんと会話している気分や番組に参加している気分になって、とても楽しくなります。

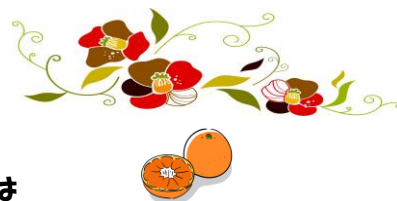
人と直接会って、会話するのは、緊張して苦手な方もいらっしゃると思います。

ラジオを通してだと直接会わないので、その緊張感も薄れるかもしれません。

(読まれるかどうかで緊張するかもしれませんが(笑))

また、事前に言いたいことを文章で考えて送るので、考えながら会話するよりは

気分的に楽だと思います。なかなか勇気がいることかもしれませんが、会話やコミュニケーションの練習方法としてはどうでしょうか？



「ヘルシーレストラン」
今月は第4火曜日に変更になっています。
メニュー「洋食屋さんのハヤシライス」
参加費 400円
受付時間
来所 10:30~TEL 10:45~
10食以上

【リカバリーの部屋】 ～希望～



～リカバリーの部屋～
「ともに」知恵や経験を出し合い、学び合うプログラムです。

今回は、「希望」について共有していきます。「希望を感じる時」「希望を見つけるための工夫」等、一緒に考えてみませんか。

2021年2月に開催される光愛学会で発表する「希望の樹」の製作も一緒にしていきたいと思っております。

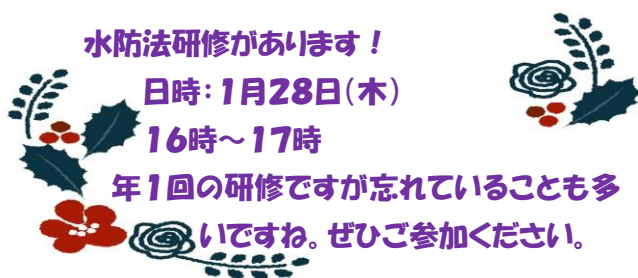
水防法研修があります！

日時：1月28日(木)

16時～17時

年1回の研修ですが忘れていたことも多

いですね。ぜひご参加ください。



<お知らせ>

2月20日(土)の光愛学会の時に

竹楽器の演奏風景が動画で流れる予定です。

