

## 備えて安心!水害対策



日時:2026年7月23日(木)15:30~16:30

場所:オアシス喫茶スペースにて

台風や集中豪雨などによる洪水や氾濫への対策をご存じですか？

命を守るために、自分がいる場所の危険度を知っておくための地図『水害・土砂災害ハザードマップ』について学びましょう。

### スケジュール

15:30~16:15 高槻市下水河川課職員の方からのお話

16:15~16:30 オアシスの建物3階への垂直避難訓練

大雨で川を流れる水が急に増えることを洪水といいます。淀川や芥川などで洪水が起こり、川が氾濫すると、オアシスの近辺でも道路や家が水につかってしまう可能性があります。

雨の多い時期には、一人ひとりが洪水の危険性を認識し、身を守る意識を持つことが大切です。普段から意識して、避難の方法など再度確認しておくためにも、ぜひご参加ください。

### 『ゆびまるこ』の紹介

毎月第2水曜日  
10:30~12:00



「ゆびまるこ」では同じ色を使っても、そのひとだけの色が出ます。ただひとつの自分の色、かたちを描いたものが作品で、誰かと比べることはせず、こうでなくちゃ、という決まりもありません。

自由に、ゆびでくるくる・まるまるとするだけで、自分の心がまあるくなること、じぶんにまる、を味わってみてくださいね。

(ゆびまるこファシリテーター足立明子)

~ゆびまるこに参加されている方々の声~

「くるくるしていたら余計なことを考えず、今そこに集中できる」

「熱中でき、仕上がったときの自分なりの達成感がいい」

「理論的に考えなくても自分らしい絵が描ける」

「先生の笑顔に癒される」「他の方の絵を見て参考になる」

「楽しい!」「参加することに意義がある」

「同じテーマでみんな違う絵になるのが面白い」

ご興味のある方はぜひご参加ください!!

星のクリニック  
☆文化祭ウィーク☆  
6/22(月)~7/3(金)  
写真部の作品や、手作り作品を  
オアシスで展示します!

7月24日(金)  
職員研修のため、  
13時に閉所いたします。

「私の推しごと」は7/15(水)、  
「ボランティアサークル」と  
「オアシスミーティング」は  
7/22(水)となります。(いつもと  
曜日が異なります。ご了承下さい。)

# 高槻地域生活支援センターオアシス【2026年7月の予定】

月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5
【入浴日】開所日(土曜日除く) ◇14:00～17:00(1日3名まで) ◇費用:200円		9:30集合～ 13:00頃 ぶら～り街歩き アジサイ鑑賞	10:30～12:00 アロマセラピー	13:30～15:30 【喫茶スマイル】 ～ティータイム～ L.O.15:15	休	休
星のクリニック文化祭ウィーク @オアシス ～7/3						
6	7	8	9	10	11	12
	12:00～14:30 【喫茶スマイル】 L.O.14:00	10:30～12:00 パステルアート ゆびまるこ	14:00～15:00 元気プラス		休	休
13	14	15	16	17	18	19
	14:00～15:00 女子会	14:00～15:00 私の推し事	15:30～16:30 リカラボ打ち合わせ	11:30～13:30 夢元キッチン	休	休
20	21	22	23	24	25	26
休	13:30～15:30 Cafe de oasis	14:00～15:00 ボランティアサークル 15:00～15:30 オアシスメーティング	15:30～16:30 備えて安心! 水害対策	13:00～閉所	休	休
27	28	29	30	31	7月23日(木) トワイライトオアシス 18:00～20:00 お気軽に ご参加ください	
14:00～ 15:00 心のあるある 研究会	10:30～12:00 リカバリーラボ	13:00～14:00 リカバリーダイアログ 14:00～15:30 編み物教室				

## お申込み(予約)が必要なプログラム

- ・1日 **ぶら～り街歩き** アジサイ鑑賞  
(安岡寺へ行く予定ですが、開花状況を見て行先変更の可能性あり) 定員6名:6/24～申し込み開始
- ・2日 **アロマセラピー**  
「バスボム作り」参加費:450円 定員8名
- ・14日 **女子会** 定員6名(7/1～申し込み開始)
- ・17日 **夢元キッチン** 500円
- ・21日 **Cafe de oasis** 500円
- ・29日 **編み物教室** 500円 定員6名

「元気プラス」9日(木) 14時～15時  
テーマ:泣くこと、泣けないこと  
(こころの元気プラス'26年5月号まんが特集より)

「私の推し事」15日(水) 14時～15時  
テーマ:よく行く場所、お気に入りの場所  
みなさんの「推し」を教えてください。  
※7月は第3水曜日に行います。

「心のあるある研究会」27日(月)14時～15時  
テーマ:寂しい時、孤独な時、どう乗り切るか。

## ■【夢元キッチン】

- ・17日(金) 「健やかスープランチセット」他  
11:30～13:30 開店(13:00までにお越し下さい)  
限定20食 500円/人 ※前日から予約可能

## ■【Cafe de oasis】

- ・21日(火) 台湾風スイーツ 13:30～15:30  
(ドリンクは赤しそジュース他選べます) L.O.15:15  
限定20食 500円/人 ※7/17(金)～予約可能  
(予約はお電話、または来所時に承ります)

## 【こころの相談窓口】

- 当事者(相談員)が相談にのります(電話又は対面)
- 7月13日(月)・27日(月) 15時～17時
- 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

〒569-0023 大阪府高槻市松川町25-5  
TEL:072-662-8130  
FAX:072-662-8131  
E-Mail: [genki777@juno.ocn.ne.jp](mailto:genki777@juno.ocn.ne.jp)

(ホームページ)



(X/旧ツイッター)



## 開所時間

平日:9:00～18:00

※土・日・祝・年末年始:閉館