

平成24年7月 第36号



すまいる通信

Sumairu Information

e-Mail : info@smile-center.jp

HP : http://www.smile-center.jp

【発行】
特定非営利活動法人
(NPO法人)すまいるセンター

代表理事 西上 孔雄
副代表理事 西尾 正敏

〒590-0141
堺市 南区 桃山台 2-3-4
TEL : 072-299-2323
FAX : 072-299-2803

😊 すまいるカレッジ開講中

今年で第3回目となり、大変好評を得ております「すまいるカレッジ健康講座」。今回の参加者は17名、平均年齢70歳。

第1回目、5月22日にオリエンテーション&体力測定と運動指導からスタートしました。握力(全身筋力)、長座体前屈(柔軟性)、開眼片足立ち(バランス能力)、上体起こし(腹筋力)、チェアスタンド(腹筋力)の計5種類を測定し、自分のバランスを知って貰いました。この講座では日常生活の中で身体の稼働部を全て動かす運動を実践することで、健康寿命を延ばすこと、毎日継続して運動することの大切さを認識していただきました。受講生の中には、1回の測定では満足できない様子で、何度も測り直す方もいらっしゃいました。



第2回目は南区保健センターから、保健師さん、栄養士さんに来ていただき、「新健康さかい21」「ストレッチ実践」「バランスのとれた食生活」などお話いただきました。



第3回目は美多彌神社コース、すまいるセンターを出発、行者堂、新檜尾公園、美多彌神社、和田邸と周り、お昼ごはんは榎塚台レストランのお弁当を食べながら懇親会開催しました。



この後も、“新しい発見”を見つけていただけるようにとスタッフ一同、開催日を楽しみにしております。



< これからのすまいるカレッジ >

7/24(火): シニアの食生活指導

8/7(火): 腰痛予防ストレッチ

9/11(火): ウォーキング(小谷城址コース)

9/25(火): 若々しさは姿勢から！親睦ミーティング

😊 すまいるフォトサークル 写真講座のご案内

「写真に興味がある」「写真が上手になりたい」方、ぜひご参加ください。

- 【講座日程】(1)平成24年 9月 3日(月曜日)
- (2)平成24年 9月 10日(月曜日)
- (3)平成24年 9月 24日(月曜日)

【講座時間】午前9時30分~11時00分

【会場】すまいるセンター

【講座内容】写真の撮り方(基礎)

【対象者】初心者

【参加費】2000円(3回分一括)

参加費は返却いたしません

【募集人員】10名程度

【締切日】平成24年 8月20日(月曜日)

【お申込み】別紙の「すまいるフォトサークル
写真講座のご案内」をご覧ください。



😊 すまいるカレッジ ～大阪城ウォーク～

【実施日】平成24年4月10日(火曜日)

【場 所】大阪城公園

すまいるカレッジとしては大変珍しい最高の花見日和。そして桜の開花状態もピツリの中の満開日に実施できるという幸運にめぐまれました。



今日は、すまいる会員さんとすまいるカレッジ修了の皆さんでの総勢24名の参加。公園に入るや満開の桜に圧倒されると同時に、各所に広がるブルーシートと何処からともなく漂うソース焼きの匂いを気にしながらも大手門前でボランティアガイドさんと合流。以前から何回も大阪城に来たものの、今日はボランティアさんの案内で、ピツリと大阪城の隠れた歴史を存分に満喫させてくれました。



廃油回収ステーション

すまいるセンターでは、廃油の回収支援として、回収ボックスを設置してます。

回収期間は毎月1日～第2水曜日まで、毎月第2水曜日、ASUの会さんが回収します。

注意

回収できる油は食用(使用済み・期限切れ)です。使用済みてんぷら油を油が入っていた容器、又はペットボトルに入れて出してください。

ピン、紙パック、ビニール袋入りは回収できません。

灯油・エンジンオイル・水・洗剤・ラードは混ぜないでください。



😊 平成24年度 みどりのつどい 無事終了 来場者は9500人

【実施日】平成24年5月19日(土曜日)

【場 所】西原公園およびグランド(堺市南区桃山台1丁)

当日は初夏の少し汗ばむ晴天に恵まれる中、泉北ニュータウンを中心に堺市や和泉市、大阪狭山市など南大阪で活動してい



る市民活動団体(自治会関連・ボランティア・サークル・NPOなど)のプロデュースする約100ブースがところ狭しと並びました。そして、みどりのつどい



とともに盛り上げる中で、民学産官を越えた新しいネットワークづくりを試み、多くの成果を手にしたことと思います。

また本年度は新たな試みとして、参加ブースを3つのカテゴリーに分けたコンテスト形式の人気調査を実施。大変な盛り上がりでした。

昨年度同様、復興支援のチャリティライブと募金活動も行いました。

PRブース41団体/バザーブース5団体/食べ物ブース11団体/ステージ23団体/フリーマーケット20団体/"ジャンボ迷路"コーナー/こどもバザーコーナー56件/縁日コーナー5種目/親子そば打ち体験教室/子供楽器体験コーナー/復興支援企画(義援金の募集・チャリティライブ)



〔事業の成果〕

お互いの活動を直接見聞きし、地域間・団体間の小地域ネットワークを構築することが出来ました。また、参加団体に関する情報(分野別およびエリア別の分類一覧表作成予定)を提供することにより、市民の方に市民活動への理解を高め、身近に感じて頂きました。また、子ども達が地域の市民活動団体や留学生と触れ合う機会を設け異世代間また国際交流をはかる機会も設けました。

晴天に恵まれ、熱中症の懸念もありましたが、学生ボランティアからの問題指摘と実行委員の機転により、1人の熱中症被害も出さずことなく終わることができました。すばらしき協働の具体例だと思われます。

当日の復興支援として集まった義援金(20,888円)は、日本赤十字社を通して、被災地へ送金しました。ご協力各位に改めまして厚く御礼申し上げます。



開会式で挨拶する竹山堺市長

今年も“光明池まつり”



実施日時 / 2012年 8月25日(土)
12時~16時 小雨決行、
実施場所 / 光明池駅前広場
主催 / 光明池まつり実行委員会
問い合わせ / 事務局 山下 まで

😊 あかさか写楽と、
すまいるフォトサークル



NPO すまいるセンター会員さんたちの中で、写真に関心のある仲間たちが、2団体の「写真を楽しむ会」をつくっています。あかさか写楽さんは4年目の活動へ。すまいるフォトサークルさんは6年目の活動期に入ります。どちら



も春夏秋冬の年に四回の定例会を設定。その他は臨時に展示や撮影などを行っています。

すまいるフォトサークルは、7月1日(日曜日)に、一般社団法人関西まちづくり協議会と合同で、室内勉強会と天王寺愛染まつりの撮影会を行いました。

あかさか写楽は、8月2日から31日の期間に、赤坂台近隣センターのパン屋さん、ル・ヴァンルヴェールで作品展示を行います。

また2団体が合同で、9月20日から10月4日の二週間、泉ヶ丘駅構内の「ざ・ギャラリー」に作品展示を行うことになっています。ぜひお時間がありましたら、両展示をご覧ください。



〔お世話役〕あかさか写楽/志摩、海野
すまいるフォトサークル/久家、安積

😊 花うえで、心やすらぐまちづくり、 合わせてすすめるひとづくり

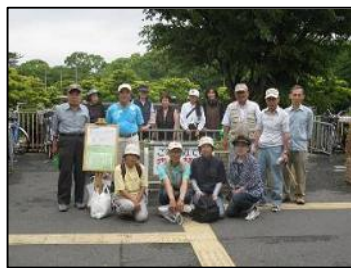
【開催日】平成24年 6月 9日(土)10:00~11:00

「夏の花に」

梅美木多駅前フラワーポットに、夏の花を地域グループの皆さんで植えました。前日の雨の予報を吹き飛ばし、花の種類が偏らない様にの工夫等しながらの作業でした。



又、桃小の生徒が植えてくれている区役所側の花壇も、次回の植え付けまでと新しい花の植え付けをしました。お忙しい中お疲れ様でした。



参加者：22名

参加グループ：I I O V E 花、みなみ花咲くまちづくり(竹城台校区) 豊田菜園クラブ、原山台シニアクラブ、NPOナルク、桃山台元気グループ、すまいるセンター、泉北ニュータウン学会

主催：泉北ニュータウン学会 後援：堺市公園協会

😊 みなみかぜ スマイル ねっと

Pourvous三原台店(泉ヶ丘プール管理棟3F)

ホームページアドレスが変わりました。

<http://www.pourvous.smile-center.jp/>

今月のメニュー、教室・講座、自分カフェなどの情報満載!別紙 Pour vous 通信 8月号をご覧ください。



Pourvous 旭ヶ丘店(健康福祉プラザ1F)

好評営業中! ヘルシーランチ、ヘルシーカレーなど、魅力的なメニュー充実!是非ご来店ください!

槇塚台レストラン

只今、槇塚台レストランは地元産のお米を募集中!!

大阪市立大学の研究の中で生まれたヘルシーレシピのお弁当を、あなたのお米が彩ります!

是非ご協力ください! お待ちしております!

注文お問い合わせ

電話 072-289-9377 FAX072-289-9388

日祝除く 9:00~15:00 にお電話ください!

😊 すまいるセンター会員募集!! (継続・新規)

すまいるセンター会員の有効期限は、1月1日~12月31日となっています。更新手続きは簡単ですので、是非お願いいたします。下記の年会費を、事務局が指定口座でお支払いいただくだけです。もし電話番号や住所などに変更のあった方は、事務局までご連絡ください。同時に当会の趣旨に興味があり、活動にご参加いただける新規会員も常時募集しております。会員の方には特典としてさまざまなメリットがございますので、是非この機会にご入会ください。

会員特典!

喫茶コーナー50円引き すまいる通信(機関誌)の無料郵送 各種講座への参加特典 イベントへの無料参加 コミュニティスペースの無料貸与 介護や住宅改修の無料相談 高齢者向けパソコン講習をお得に受講 コピー、FAX、輪転機利用がお得 などなど

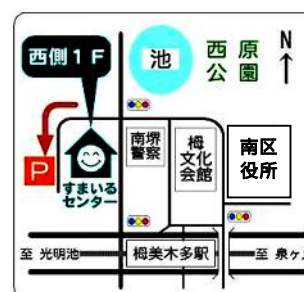
年会費 一般 ¥1,000 賛助 ¥10,000 / 1口

振込先 ゆうちょ銀行

口座番号 00990-0-240446

加入者名 特定非営利活動法人 すまいるセンター

事務局 〒590-0141 大阪府堺市南区桃山台 2-3-4



特定非営利活動法人

すまいるセンター

事務局担当 山下

TEL 072-299-2323

FAX 072-299-2803