

平成22年 7月 第28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

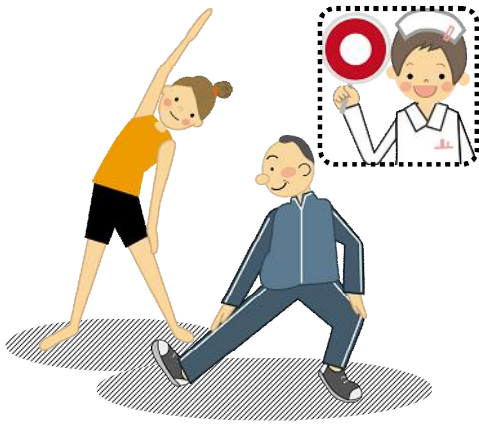
堺市 南区 桃山台 2-3-4

TEL : 072-299-2323

FAX : 072-299-2803



すまいるカレッジ開講!!



いつまでも元気に活躍しながら PPK (ピンピンコロリ) が理想ですよね。この講座では、皆さんの健康状態を測定しながら、専門家と一緒に健康づくりについて学んでいきます。そして、緑あふれる南区内でウォーキングや太極拳を楽しみながら、自分にあった健康づくりを体得していただきます。

健康づくりと地域活動を体験することで、皆さんの中にあるいろいろな可能性を引き出して、これからの人生を生き生きとすごせるよう後押しすることが、この講座のねらいです。

平成22年度 すまいるカレッジ (健康づくり講座) 日程

回	日付	時間 / 場所	講義名
【第1学期】自分の体力に合った健康づくりから始めよう! (先ずは健康の知識と自分を知る)			
1	7月14日(水)	13:00~15:30 エル・エスト泉北	体力測定と個別の運動指導
2	8月11日(水)	13:30~15:30 すまいるセンター	見直そう生活習慣 「新健康さかい21」(講座NO.G-01)
3	9月8日(水)	13:30~15:30 すまいるセンター	腰痛予防ストレッチ
【第2学期】講座を通じて仲間を創ろう、南区の良い資源を知ろう! (講座で知り合った人や、講師の皆さんと)			
4	10月13日(水) 雨天決行	9:30~11:30 (集合)南区役所玄関前	太極拳を楽しもう
5	11月10日(水) 小雨決行	9:30~11:30 (集合・解散)南区役所玄関前	泉北ウォーク(梅コース)梅美木多周辺
6	12月8日(水) 小雨決行	9:30~11:30 (集合)泉ヶ丘駅改札口 (解散)プール前	泉北ウォーク(泉ヶ丘コース)泉ヶ丘周辺
【第3学期】講座のスキルを実践に繋げよう! (お住まいの地域の人への紹介や定期的活動へ)			
7	1月12日(水)	13:30~15:30 梅文化会館(料理室)	シニアの食生活指導
8	2月9日(水)	13:30~15:30 すまいるセンター	若々しさは姿勢から! (講座NO.G-04) ~実技を通してのカラダを知ろう~
9	3月9日(水)	13:00~15:30 すまいるセンター	1部) 体力測定と個別の運動指導-2 2部) 今迄に学んだ健康づくりのノウハウを地域活動に繋げよう

6/10 から受講受付しておりましたが、申し込みが殺到し今回は定員となりました。

平成22年度 みどりのつどい無事終了

【実施日】平成22年 5月24日 【場 所】西原公園およびグラウンド

当日は雨天にも関わらず、堺市や和泉市、大阪狭山市などを含む南大阪で活動している市民活動団体(自治会関連団体・ボランティア・趣味・サークル・NPOなど)等が、120ブースを出展し、会場を福祉&障害・防犯&防災・教育&子育て・国際交流・歴史&文化&芸術・環境&自然・健康&スポーツ・食育などの分野ごとのエリアに分けたブース出展を行い、それぞれの分野内で民学産官のネットワークの構築を図り、大阪府民の方々と以下事業を実施しました。

PRブース:45団体出展 / パザールブース:21団体出展 / 食べ物ブース:10団体出展

ステージ(Aステージ:16団体、Bステージ:16団体、Cステージ:17団体)出場

フリーマーケット:25団体出展 / “ジャンボ迷路”コーナー(今回は雨のため途中で中止)

菜の花プロジェクト / 子ども記者 / 親子そば打ち体験など。

平成22年度 みどりのつどいの成果

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。子ども記者では、子ども達が本物の新聞記者になりきり、取材、編集、発行、配布という、新聞発行そのものの一巡を直接体験することが出来たと同時に、将来を担う「社会人」としての心構えも身をもって経験できました。またイベント全体として、雨天時の対策という意味では、今後の要検討課題となりました。



今年も“光明池まつり”
参加者募集中!

実施日時 : 2010年 8月 28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



我々は、日常の生活をする中で環境汚染を引き起こしています。この事実を少しでも改善するために、EMの力を使って汚染源を浄化源に変えていこうという活動しています。

環境浄化には色々な方法がありますが、コストが高くつくことが多いです。わずかな費用で大きな効果を上げるEM技術を使って、まずは家庭から環境浄化につなげるように活動しております。例えば、家庭から出る生ごみを発酵させることにより簡単に堆肥に変えて、ゴミの減少に貢献する資材を提案しております。この資材、EM 活性液 ¥100、EM ぼかし等すまいるセンターに置いていただいております。

EM技術についての説明をご希望の方は、少人数からでもお伺いいたします。

「ザ・アース・さかい」をよろしく願いいたします。

いつもの生活で、
生活環境浄化活動

誰にでも
カンタンにできる

EM活性液で環境改善 EM石鹸・EMトンボ(トイレットペーパー)

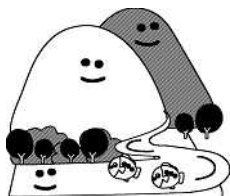
台所、お風呂、トイレなど多方面で活躍することは、私たちの生活の場を安全でさわやかにし、川や海の浄化に役立ちます。



EMにできること!

EMは善玉菌のかたまりだよ

善玉菌が活躍すると、植物や動物を元気にしてくれます。そんな有用な微生物の集まりがEMなのです。健康にいいといわれる酵母や乳酸菌など、それぞれ働きが違う微生物が入っているんです。



みんなで考えよう、環境汚染の原因!

EMでよみがえる

町も、人も、
地球も、みんな元気!

ザ・アース・さかい

事務局 堺市草部 1800-6-11-104 成本清志 090-9621-7716

私たちの川をきれいに

7月19日 海の日
EM全国一斉投入

場所：石津川(津久野南団地前)
なごみ橋周辺より下流

開始時間：AM 11:00より

EM団子：500個

EM活性液：1000リットル

主催：堺市生きがいワーカーズ
ザ・アース・さかい
KCC EM研究会



😊 花うえて、心やすらぐまちづくり、合わせてすすめるひとづくり



桃小生徒の花の種まき（平成22年6月2日水曜日）

桃山台小学校の4年生の生徒が、今年も梅・美木多駅前区役所側のフラワーポットの花の苗作りをしています。6月2日にマリーゴールド、キンセンカ等の種をまき、すくすくと育てています。学校が休みの日は地域の方が水遣りをしてっていますが、普段は生徒が頑張ってくれています。

育てた苗は7月15日（木）生徒たち自身によって梅・美木多駅前区役所側に移植してくれる予定です。

（参加者：4年生全員、父兄の方有志、地域の方4名、堺市公園協会）



夏の花（平成22年6月19日土曜日）

梅・美木多駅前のロータリー側のフラワーポットの花が夏の花に変わりました。ポーチユラカ、ペチュニア、コリウス、トレニア、マリーゴールド、ペゴニアが咲いています。梅雨に入り雨が心配だったのでカップを用意したりしましたが、幸い明け方に雨も上がり助かりました。区役所側の花壇は、昨年末に桃山台小学校の生徒さんが種から育て植えてくれた花が終わりました。7月15日の入れ替えが待っています。

（参加者：26名/参加グループ：I I O V E 花、EM泉北、エルエスト泉北、みなみ花咲くまちづくり（竹城台校区）、豊田菜園くらぶ、花ネットたけしろ、小林ファミリー、サンシャインサウンドグラス工房、原山台シニアクラブ、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）



7月～9月の水遣りは地域の方々をお願いをしなければなりません。暑い中の作業で大変かと思いますが出来るだけ交代で行えればと考えています。ご支援いただける方を募っていますので、よろしくお願い致します。

😊 新入会員・継続会員募集 !!

すまいるセンターの会員の有効期限は1月1日～12月31日となっていますので、更新の手続きを是非お願いします。手続きは簡単です。年会費（一般：¥1,000 賛助：¥10,000/1口）を事務局又は指定口座に振り込むだけ。もし、電話番号や住所、メールアドレスが変更された、等々ありましたら事務局までお知らせ下さい。また、以前と同様にこの会の趣旨に興味があり、活動に参加して下さい。新会員も常時広く募集しております。会員になって頂いた方には以下のようなメリットもございます。

会員特典！

- ・すまいるセンターの喫茶が50円引き。
- ・すまいる通信（機関誌）の無料購読。
- ・すまいるセミナーへの参加特典。
- ・各種イベントへの無料参加。
- ・すまいるセンター（部屋）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格安で受講。
- ・コピーやFAX、輪転機が格安 などなど

すでに継続手続きがすんでいらっしゃる会員の方は ご了承くださいませ、お願い申し上げます。

継続手続き：同封申込用紙に必要事項を記入のうえ、事務局まで郵送又はFAXをお送りいただき、合わせて、下記宛まで（振込費用はご負担願います）で年会費をお支払いください。

年会費は1年単位とし、年度途中の入会でも月割り致しません。

また、一度入金された会費は脱会等が生じた場合でも返金致しません。

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

住所：〒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

