

平成28年 1月 第50号



すまいる通信

Sumairu Information

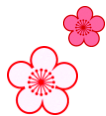
e-Mail : info@smile-center.jp

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

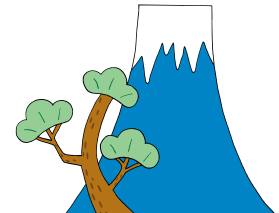
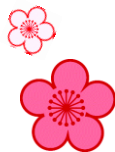
【発行】
特定非営利活動法人
(NPO法人)すまいるセンター

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



迎春



新年のご挨拶を申し上げます

明けましておめでとう御座います。みなさまにおかれましては健やかに輝かしい新春を迎えられた事とお喜び申し上げます。すまいるセンターも設立から13年目を迎えることとなりました。これもひとえに皆さまからの御支援の賜物と感謝いたしております。この場をかりまして深く御礼を申し上げます。

私たちの住む泉北ニュータウンは、まち開きから49年を経てオールドタウンとなり、急速な少子高齢化とともに、人口減少・空き家・空き店舗の増加等数多くの課題を抱えています。

とくに近隣センターでは、スーパーの閉店や商店街の空き店舗が多くなり、近隣の高齢者などの交通弱者が買い物出来なくなるなど、多くの課題を抱えています。そんな中で、高倉台の近隣センターのスーパー跡地に、すまいるセンターと社会福祉法人ライフサポート協会が中心となり、地元自治会・校区福祉委員会・地元の医療関係者・地域包括支援センター・堺市市場連合会・堺市社会福祉協議会・堺市健康福祉局が連携して、みんなのマーケット“るびなす”をオープンさせました。この事業は、超高齢社会を迎えた泉北ニュータウン内で、単なるスーパー機能だけでなく、高齢者・子育て世帯・障がい者・生活困窮者などの多様な人々が交流出来る拠点とし、地域住民が主体となって、自助・共助の関係で住民同士の見守りをしていくという総合的な地域包括ケアシステムの構築を目指しています。

この取り組みが泉北ニュータウンの活性化にどれだけ寄与できるのか判りませんが、高倉台だけでなく、泉北ニュータウン並びに堺市南区全体が活性化出来るように、今後も様々な活動を行ってまいりますので、更なる御指導を賜りますよう宜しくお願い申し上げます。最後に皆さんの御健康と御多幸を心からお祈り申し上げます。

NPO法人すまいるセンター 代表理事 西上孔雄

😊 すまいるカレッジ健康づくり講座

平成27年度の「すまいるカレッジ」は
10回全て好天の下に終了！！

ウォークに、料理に、救命に、運動等々、あれこれ取り組んで、早や6年を終了。今年珍しくも誰のお蔭か？全て晴天。ウォーキングでは回を重ねる度、堺と近隣の歴史と地理と雑学太りとなつてはいないかと少し心配。ともあれ全員無事終了。「健康」という嬉しい「修了証書」を頂きました。

講座内容は以下の通り

- 第1回：アサヒビール工場見学&万博公園ウォーク
- 第2回：高齢者に優しい食事の料理教室
- 第3回：浜寺公園～大鳥神社ウォーク
- 第4回：元気アップ教室-I / 体力測定
- 第5回：堺市消防署員による救命救急講習
- 第6回：元気アップ教室-II / 運動指導
- 第7回：さかい利晶の杜&方違神社他ウォーク
- 第8回：奈良/山の辺の道ウォーキング
- 第9回：河内長野/観心寺～延命寺ウォーク
- 第10回：親睦食事会&こけない運動対策



◀ 第1回

▲ 第6回

◀ 第10回

平成28年度は「すまいるカレッジ」で
仲間と歩いて益々健康に！！

受講の方々の大半が現役引退者ですが、過去の努力のご褒美として、今を精一杯楽しんでおられます。そのベースとなっているのが「健康と仲間」ではないでしょうか。

「すまいるカレッジ」は、その実現の為にステージを提供したいと、今年も変化に飛んだ講座内容で近々皆さんにご案内をさせていただきます。

すまいるカレッジで仲間を作り、スマートなシニアライフを一緒に謳歌しようではありませんか。

😊 ちょっくらわくわくまつり

【日時】平成27年11月14日(土)・15日(日)

【場所】ビッグバン交流広場 (泉ヶ丘駅前)

今年も「共に生きる障害者展」と同時開催となり、二日間の開催予定でしたが、初日の土曜日は前日の天気予報で雨が降るのが確実となり、中止となりました。二日目の日曜日は朝方の雨も10時には上がり、縁日コーナーや夕方のビンゴ大会も盛況でした。

ご協力頂いた17名のボランティアの皆さん、ありがとうございました。



😊 すまいるフォトサークル活動

わたしたちは泉北ニュータウン地域を中心に、春夏秋冬を通して過去10年間の実績をもち『撮り歩き』と『写真講座』を行っています。

初級の方からベテランの方々まで幅広く趣味としてカメラと向き合う楽しさを、今後とも一緒に味わっていただければ幸いです。

指導は公式作品展で上位入賞実績をもつ経験者たち。詳しくはお気軽にホームページ閲覧・すまいるセンター事務局までお問い合わせください。

お世話役は、久家・大澤・
鹿児島・吉本・中山・安積・
塗田の7名。

撮り歩き、撮影時作品



😊 高齢者生活支援住宅 美樹の園 ～地域包括ケアと住宅～

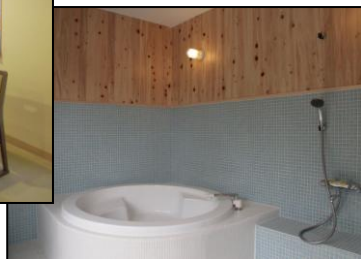
新聞等で「地域包括ケア」とか「地域包括ケアネットワーク」という言葉を聞くようになりました。高齢者の「生活様式」を表している言葉なのですが、介護関連の話題で取り上げられることが多い為か、介護か何かのサービスだと思われている方も多いようです。

ざっくり言えば、「高齢者の居るところに、生活する上で必要なサービスを地域から提供する」となります。細かな決め事があったり、業界の思惑も絡んでいろいろ言われています。でも、一番重要なのは家に住んでいる人を中心に置いて、その方の生活に必要な医療や介護、食事などなど、いろいろなサービスを地域から総合的に提供する事と、その提供の仕組みです。これがあれば、高齢で虚弱になっても、一人暮らしになってもある程度安心して自宅で生活できます。厚生労働省は2025年を目処にこのシステムの完成を目指しています。

さて、高齢者生活支援住宅では、これに先駆け榎塚台で府営住宅を改修、高齢者でも住みやすい住空間の提供と生活に必要なサービスを総合的に案内する「支援員」を配置。近年見られるようになった、サービス付き高齢者住宅とはひと味がうサービスを提供しています。



◀居室風景



▼共同の浴室

<連絡先>

「高齢者支援住宅 美樹の園」

TEL : 072-284-2012 (担当 : 林)

〒590-0114 堺市南区榎塚台 1-10-28 401号

※ご利用をお考えの際には、先ずお問合せを。

お部屋の見学も随時受付ております。

😊 高倉台ルピナス ～高倉台マルシェについて～

12月5日(土)高倉台近隣センターの「みんなのマーケットるぴなす」店内と前の広場のスペースを使いまして、「第一回高倉台マルシェ」を開催しました。

この日は、天候にも恵まれ、出店とパフォーマンスで高倉台近隣センターが活気に包まれていました。すまいるセンターは、綿菓子と射的で出店し、ギャラリーみなみかぜは授産製品やパンの販売で参加、みんなのマーケットるぴなすは鮮魚やカニの販売、サザエのつぼ焼き、焼いもの販売をしました。ライフサポート協会の「べらしお福祉」によるラーメンの移動販売、るぴなすの取引先でもある、社団法人自然大陸の野菜市、泉北ニュータウンで移動販売する、えびすの青果の野菜市も出店していました。パフォーマンスでは、高倉台のよさこいチーム「高倉連」の演舞や、太極拳の演舞、バルーンアートやマジック、ちんどん屋の紙芝居があり、午後3時までの開催時間終了まで、盛り上げてくれました。寒さのせいもあってか、午後からの人出が少なく寂しい時間もありましたが、無事に記念すべき「第一回高倉台マルシェ」を終える事ができました。

これからは、近隣センターの商店会や地域全体と協力し、より多くの人に関わりみんなが高倉台地区を元気にするイベントにしていきたいと思います。協力、参加して下さった団体の皆様、本当にありがとうございました。是非とも、次回もよろしくお願い致します。

次回は3月26日(土)に開催予定です。



当日の様子「太極拳演舞」

😊 榎塚台レストラン

こんにちは。榎塚台レストランです。

今日は榎塚台レストラン二階のレンタルスペースで開催されてる講座の紹介をさせていただきます。

様々な講座があり、ウクレレ、舞踊、麻雀、シニア体操、卓球、太極拳、木彫り、骨盤体操、合唱、トールペイント、大正琴、元気アップ体操。

楽しい講座がたくさん！講座の後には、下のレストランでランチをしたり、お茶を飲んだり、皆さんの楽しそうな会話や笑い声から、たくさん元気ももらっています。

また、レンタルスペースはレストランご利用(ランチやお弁当購入)の方には、1時間500円というリーズナブルな価格でご利用頂いてるのも魅力の一つです。皆様も是非、榎塚台レストランにお越し下さい。従業員一同 お待ちしております。

😊 榎・美木多駅前の花植え

すまいるセンターで活動中の「花の見守隊」は、榎・美木多駅前に花を添える事で住民の心が休まる空間・通路にしたいと願っています。

また、子供には、桃山台小学校と協力して心の豊かな人間に成長できるようにと進めています。

四季に合わせ年に4回花を植えています。現在、数名のグループでの参加者を募集しています。

この活動に賛成し参加を希望される方は、すまいるセンターまで問い合わせして下さい。



花植え作業中



桃小生徒の創作花壇

😊 第12回 すまいるセンター総会

【日程】平成28年2月14日 (日)

【時間】総会 10:00~

【場所】すまいるセンター

ご参加くださいます様、お願いいたします。

😊 まちライブラリー

~「本」を通して「人」と出会うまちの図書館~

まちライブラリーの本についている「みんなの感想カード」には本を提供してくれているオーナーさんの推薦文がついています。次に読んだ人が感想を書き加えていく…そうして人と人が繋がっていったら楽しいなと思っています。是非一度お立ち寄りください。

月に一度の茶話会には10人くらいの方が集まっています。おすすめの本の話で楽しい時間を過ごしましょう。

今回は1月31日(日)

13時30分からです。



😊 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

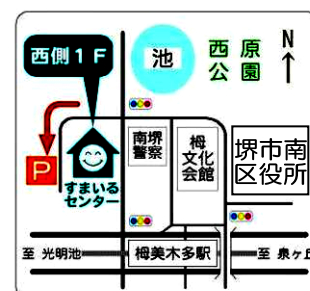
年会費 一般 ¥1,000 賛助 ¥10,000/1口

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