

みどりのつどいが開催されました！



前日の曇り空から、当日は薄曇りのなか時折晴天にも恵まれ、来場者も12,000人を数え、無事盛大に開催することができました。これもひとえに多くの皆様のご支援の賜物と深く感謝しております。

昨年同様お洒落な雑貨屋さん”梅・美木多雑貨村”や子どもたちがリサイクルの段ボールでオブジェをつくる”ダンボールわっくわく大作戦”では3つの言葉で遊ぼうと日本語以外に英語や韓国語バージョンでも開催しました。

また今年からの新企画で、堺ボーイスカウトさんがモンキーブリッジ（縄で造ったつり橋）コーナーを、国際屋台村（チョンマゲ横丁）も出現し、泉北で世界を味わうフードフェスとして、ロシア・中国・韓国・ベトナム・インド・ネパール・ペルーなどの食べ物ブースも出展され、堺登美丘ライオンズクラブさんが西原公園に防災かまどベンチを寄贈され贈呈式とかまどベンチを使って豚汁を来場者に振る舞われました。また、芝生広場ではファンキースナイパーさんによるダンスによるフラッシュモブも出現し、会場を盛り上げて頂きました。

今年多くの207名もの学生ボランティア（高校生・大学生）、一般ボランティア17名が参加して頂き、子どもたちの縁日ブースのお手伝いをして頂きました。

みどりのつどいは、子どもたちの帰属意識を高め地域コミュニティの活性化とネットワークの構築を目的に開催しております。今後ともご支援ご鞭撻を賜りますよう宜しくお願いします。

2019年度 すまいるカレッジ



<6/11 第3回「大泉緑地&竹内街道ウォーキング」>

本年第3回目講座の6月度は、大阪府4大緑地の一つ「大泉緑地」と日本最古の官道「竹内街道」の約10キロを歩きました。南部に住む我等としては、堺北部の歴史と広さを感じたウォークでした。

本年度講座も定員超過の32名でスタート。人生100年時代…健康あっての人生。体力・財力の先細りは認めるものの、講座を活用しての、人との繋がりをより豊かに太らせたいものです。運動推奨の中に自然と歴史を求め、開講10年を迎えた本講座を常に新鮮さ保ち、更に充実した講座を歩いて行きたいと願っています。

<これからすまいるカレッジの日程表>

- 第4回 (7/9) 体力測定と健康運動
- 第5回 (7/23) すまいるマッスルジム
- 第6回 (9/10) 神戸市街地ウォーキング
- 第7回 (10/8) 和泉市松尾寺ウォーキング
- 第8回 (11/12) 福知山線廃線跡ウォーキング
- 第9回 (12/10) 南区緑道ウォーク＆親睦会食

すまいるフォトサークル活動



少人数制・中級者向きの写真講座。

受講者募集中。春夏秋冬の年4回9月12月3月6月第一月曜日午前10時～12時。すまいるセンター内で座学形式写真講評を行います。申込順少人数制。年会費一括5千円(すまいる会費含)。本講座の特徴は通常作品講評に加えて、希望者にはデーター提出による個別作品年4回添削あり。

2019年のノルディックウォーキングスクール



今年度は4月7日 ノルディックウォーキングピクニック 浜寺公園で始まりました。

桜満開のベストタイミング、浜寺公園にて半袖短パンで元気に歩いてきました。春の陽気に誘われて気持ちもウキウキ、参加者の皆さんから自然と笑顔が溢れ、非常にリフレッシュされているようでした。

5月は都合で第3日曜日の19日 原山台、庭代台を散策後、みどりのつどいにブース出展。6月は赤坂台～新桧尾台のあじさいロードを散策しました。

ノルディックウォーキングスクールは毎月第2日曜日に行います。パンフレットはすまいるセンターにご用意しております。お気軽に皆さんいつでも参加下さい。(担当:西田)

あかさか写楽活動



春夏秋冬の年四回の日曜日13時から赤坂台自治会館で座学を行います。今年も会員は【農家の台所】で7月21日から8月24日1か月の作品展示を予定。参加条件は、すまいるセンター会員登録の上、詳しくはお問い合わせください。会長・志摩氏、事務局長・海野氏、お世話役・久家・大澤・吉本・鹿児島・安積・塗田。

まちライブラリー@すまいる



まちライブラリー@すまいるは、本を置いてあるだけのところではありません。

ライブラリーですから、話題の本(福澤朗著「また会いたいと思わせる話し方伝え方」)や地域関連本(「泉北の女神様」)、子どもさんを飽きさせない絵本も揃っています。では、何を目指し、どこへ向かおうとしているのか。

知的刺激を求めて、足を向けたくなる場所でありたい。その思いに共感し、何かやってみたいという人たちの参加を待っています。

すまいる花の見守り隊の活動



<駅前スーパーのオープン時に咲き誇った花々>

花の見守り隊は地域の方々と一緒に梅・美木多駅前の花壇のお世話をしています。また、桃山台小学校の生徒たちも参加してくれており大きな力です。

区役所側の花壇は桃山台小学校の三年生が種から育ててくれた花で、種まき、間引き、水やりなどの作業を頑張り、育てた苗を生徒が自ら移植してくれたものです。区役所側の花壇には生徒たちが育てた花の苗キンレンカ・マリーゴールドを植えてくれています。もうすぐ次々と花を咲かしてくれるでしょう。

ロータリー側の花壇につけたプレートのデザインを一新しました、参加グループ名が入っていますが、グループでも個人でも参加できます。

問い合わせは、すまいるセンターまでお願いします。

初心者健康麻雀

令和元年の梅雨入りは、例年より遅く6月26日にやっと発表され、7月は梅雨が長く続くかもしれません。幸い麻雀は室内でのゲームなので、すまいるセンターへの往復は少々気がおもいかもしれませんが、行けばマージャン仲間が待っていて2~3時間ゲームを楽しめます。どうぞお出かけくださいませ。

6月の第3木曜日に 簡単に参加者の意見（感想）を聞いてみました。「今まで楽しいので新たな事はもう少し先で」。ボランティアで助言くださっている男性諸氏のご意見は「早く麻雀ルールを覚えて もっと楽しくゲームを楽しみましょう」「分かっているのですが、何しろ始めたのが70才過ぎてからなので、なかなかです。それでも楽しく行けば皆さんに会えるので、長く続けて欲しいです」「楽しいのが第一なので 和気藹々と続けてゆきたいと思います」

開催日 7月は4・18・24日、8月は1・28日
開催時間は、変更なし 13:30~16:30

高齢者生活支援住宅 美樹の園



～ 有料老人ホームってナニ？ ～

サービス付き高齢者住宅と並んで、最近多くなってきている施設です。サービス自体は介護保険施行前からある古いサービスなので、これと特別養護老人ホームを勘違いしている方も多いです。

有料老人ホームはいろいろな形態があり、外観からは区別がつきません。大きくは、「介護付有料老人ホーム」と頭に「介護付」の言葉があるか否かに分けられます。介護付き有料老人ホームは生活空間の提供や食事、家事のサービスの他に「介護」サービスが一体的に提供されます。それ以外は介護のサービスが別となります。ただし、月々の利用料が30万を超えるような所では、介護サービスや看護師の24時間対応などのサービスを独自に提供しているので、他の種類の有料老人ホームや介護保険施設との区別が難しいところもあります。

費用は介護以外が実費となるので、介護保険のサービスよりは全体的に高くなります。特に入居時に一時金が必要なところもあり（数百万単位で）、総じて金銭的な負担は大きくなります。提供されるサービス種別と料金については提供側が自由に設定できますので、利用に際しては施設毎に細かく確認が必要です。特に特別養護老人ホームの代わりに利用するときは、利用する期間と発生する費用の試算をしておくことをお勧めします。

とはいって、介護保険の制度にとらわれない自由なサービス内容を売りにしていることもあります。費用さえ構わなければ、ホテル並みの食事やプール、温泉の大浴場があったり、24時間体制の医療が受けられたりと、かなり豪勢なサービス提供を受けることが出来るのも有料老人ホームの特色です。

高齢者生活支援住宅 美樹の園は、ご近所のよろず相談所として、施設の利用についても相談できる専門家を紹介しております。ご用命の際には直接お立ち寄りいただくか、お電話でご相談ください。

<お問い合わせは>

「高齢者支援住宅 美樹の園」

TEL: 072-284-2012

〒590-0114 堺市南区槇塚台 1-10-28 401号

※ご利用、見学をお考えの際には、先ずお電話を。

9:00 ~ 17:00まで毎日受付ております。

槇塚台レストラン

槇塚台レストランの管理栄養士、橋本です。

私の所属している（公社）日本栄養士会は、2018年より、8月4日を「栄養の日」、8月1～7日を「栄養週間」に制定し、“たのしく食べて、将来のワタシの笑顔をつくる、そのきっかけの日”としてPRしています。この活動の一環として、今年も全国で管理栄養士とたのしく触れ合うイベント「栄養ワンダー2019」が開催されます。

槇塚台レストランでも8月5日（月）～7日（水）まで「栄養ワンダー」を予定しており、お弁当のご注文や、ご来店のお客様に“腸を元気にするための食事のポイント”と合わせて、協賛企業提供のキウイフルーツやヨーグルト、野菜ジュースを先着200名の方にお配りいたします。「人生100歳時代」と言われていますが、この機会に、いつまでも健康でいるための食事について考えてみませんか？（文責 橋本通子）

みんなのマーケット るびなす



みんなのマーケットるびなすでは、地域の子どもや、ご高齢の方を支援する取り組みをしております。「るびなす みんなの食堂」では、中学生以下の子どもと、65歳以上の方は、100円でお食事して頂けます。多世代間の交流を図る場所になれば良いな…と思っています。

4月20日（土）には、「ハッピーイースターたかくら」としてイースターのイベントを行いました。泉北高校の学生さんの企画で「エッグハント」を行い、泉北高倉小学校のご協力もあり、沢山の子ども達が集まり、楽しみました。10月26日（土）には「高倉台ハロウィン」を行います。お楽しみに！

るびなすのお店では、季節の新鮮野菜をはじめ、美味しいお手ごろの惣菜などに力を入れています。地域の皆さんに喜んで頂けるお店作りに励んでおります。

故 樹下貫一さまのお別れ会



長年、すまいるセンター理事を務めてくださった樹下さまとのお別れ会が、6月22日に奥さまを含めて大勢の仲間たちも集い肅々と行われました。

西上代表理事による挨拶、西尾副代表による進行がすすみ、テーブルを囲んでご出席者が順番に、おひとりずつ想い出を語りました。

樹下さんは 生きがいワーカー豊田菜園くらぶ、南花咲くまちづくり、まち美化清掃活動などの活動されていました。たくさん自然とのふれあいの大切さと幸せを与えてくださった樹下さま、どうか安らかに・・・



今年も“光明池まつり”開催！

実施日時／2019年 8月24日（土）

11:30～16:00 ※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／すまいるセンター まで



「特定非営利活動法人 すまいるセンター」 所在地／〒590-0141 大阪府堺市南区桃山台 2-3-4
TEL／072-299-2323 FAX／072-299-2803 メール／info@smile-cente.jp HP／http://www.smile-center.jp/