すまいる通信

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

秋号
2019 October
Vol.65

http://www.smile-center.jp　Mail:info@smile-center.jp

ちょっくらわくわくまつり開催

開催日：２０１９年１１月１６日（土）
※小雨決行　延期の場合は翌日１７日（日）
時　間：１０：００～１６：００
場　所：ビッグバン交流広場（泉ヶ丘駅前）

このお祭りは地域の障がい者団体が中心となり、障がい者理解の促進を目的として、障がい者の授産製品の販売や縁日コーナー、ステージコーナー、リサイクルバザー、ビンゴ大会などを開催しています。隣のビッグ・アイでは、共に生きる障がい者展も同日開催！

●ボランティア募集中
すまいるセンターでは 当日のお手伝いをして頂けるボランティアを募集しております。お仕事は、①当日の会場設営（８：００～）、②縁日コーナのお手伝い・みかん販売（９：３０～）、③会場片付け、となります。なお、半日以上お手伝いいただいた方には交通費５００円をご用意しております。さらに１日を通してお手伝いの方には昼食代５００円も合わせて用意しております。是非、ご協力くださいますようお願いいたします。
お申込み・お問合せは、すまいるセンター事務局まで。

2019年度　すまいるカレッジ

＜第６回（９／１０）：神戸ハーバーランドにて＞

今年６回目の講座は、神戸シティーウォーク。市役所２４Ｆの展望台で神戸を一望。元々オシャレな街が、あの震災後更に美観と都市機能がアップされ、何時もの田舎慣れのウォーキングとは雲泥の差を強く感じ、少々暑すぎた散策でしたが、無事終了出来ました。

昨今、国内外の騒がしい世相の中で、皆があくせく動こうが、我等シニアは、只ひたすらに健康と生き甲斐を追い求め、本講座を通じた仲間と一緒に、淡々と邁進して行きたいものです。

＜これからのすまいるカレッジの日程表＞
第７回（１０／８）和泉市松尾寺ウォーキング
第８回（１１／12）ＪＲ福知山線廃線敷ウォーキング
第９回（１２／10）南区緑道ウォーク＆親睦会食

すまいるカレッジ１０周年記念講演
魅力ある泉北の歴史～陶邑から南北朝争乱の時代まで
日　時：２０１９年１０月２０日（日）
１０：００～１２：００
場　所：堺市南区図書館　３Ｆホール
＜参加受付締切り済＞

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。年４回９・12・３・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。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、データー提出による個別添削あり。府文化園・大仙公園・天神祭・写真誌・キャノンなど入選者多数輩出中。

《あかさか写楽の活動》

春夏秋冬年四回日曜日 13 時から赤坂台自治会館で座学を行っています。【農家の台所】で７月 21 日から１か月の作品展示をして成果発表。会員は社団法人関西まちづくり協議会フォトコンに 10 名入選。受講は、すまいるセンター会員登録の上お申し込みください。会長・志摩氏、事務局長・海野氏、お世話役・久家・塗田。

ノルディックウォーキングスクール

２０１９年のノルディックウォーキングスクール。

夏に入り７月１４日は梅雨の合間をぬって稲葉の蓮池までノルディックウォーキング。ハスの花満開でしばし蒸し暑さを忘れました。雨が降ってきたので慌てて退散。

８月１１日。うだるような暑さの中、満開のひまわりを求め、和泉リサイクル公園へ。和泉中央駅集合、途中のスーパーで昼食を調達し３５度の猛暑の中、水分補給を行いながらリサイクル公園に到着。ひまわりはもう終わりかけていましたが完歩の充実感でいっぱいでした。

９月８日は檜尾を探検。だんじり小屋を観ながら行者堂、新檜尾大橋、美多弥神社、放光寺、夜泣き地蔵、和田川沿いとワチャワチャ喋り笑いながら３５度の残暑も忘れ完歩しました。

１０月２０日はノルディックウォーキングピクニックです。旧堺を巡る南北コースです。市役所前から妙国寺、町屋歴史館、堺産業会館、宮崎県アンテナショップ、南宋寺とあるきます。

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）

ノルディックウォーキングピクニック

開催日　：令和１年 １０月 ２０日（日曜）
集合場所：堺区市役所前広場 ９時３０分受付
スタート：１０時出発
参加費　：５００円
ポール　：レンタルは 1,000 円 前日までに要予約
０７２-３２０-１３３７　西田
講　師　：若杉昌司 先生

初心者健康麻雀教室

当センターで健康麻雀がスタートしてから、２年となりました。今回は参加されてる方から、嬉しいコメント頂きましたので紹介させていただきます。

「賭けない麻雀なんて、どこが面白いか？当初は疑問に思ってましたが、老体にムチ打って頑張って、今思うに楽しくて開催が待ち遠しく思われる毎日です」

「平成３０年１２月に入会して未だに、しっかりと覚える事が出来ませんが教室自体が楽しいので続いています。皆さまもどうぞ入会して下さい」

「今年になって初めてパイを触った私ですが、仲間に加えて頂き、少しずつルールを覚えて楽しく過ごさせていただいております」

「初心者を交えて和気あいあいと楽しんでいます、年配者も多くなかなか上達しない所もありますが経験者が丁寧に教えています、経験を問わず参加して下さい」

「麻雀先輩方に迷惑おかけしながら優しく指導して頂き、楽しい時間を過ごしています、歳と共に頑張ろうと思います」

健康麻雀は毎月第１、第３木曜日、第４水曜日の 13：30～16:30　開催しています！お気軽にご参加下さい！

すまいる花の見守り隊の活動

＜区役所側の花壇に咲いたキンレンカの花＞

桃山台小学校の３年生が種から育てた花、キンレンカとマリーゴールドが栂・美木多駅前区役所側の花壇で咲き誇りました。生徒らは既に来年の春に咲く花の種を蒔き校内で育成中です。

工事が終わりすっかり綺麗になったロータリー側の花壇は、秋の花に植え替えました。

「すまいる花の見守り隊」は、堺市公園協会の協力を受け住みやすい環境作りを目指し地域の方々と共に駅前の花壇の世話をしています。

参加の希望がありましたら「すまいるセンター」まで問い合わせて下さい。

高齢者生活支援住宅　美樹の園

～「グループホーム」ってナニ？　～

介護保険のサービスには「建物」の中で介護を受けられる、「特別養護老人ホーム」のように見えて、実は「集合住宅」扱いのサービスがいくつかあります。グループホームはその一つです。

正式な名前は、「認知症対応型共同生活介護」と言います。利用できるのは、名前の頭に「認知症」とあるとおり、認知症の診断を受けている高齢者に限ります。他にも、介護度が要支援２、要介護１～５の方で、堺の事業所は堺に住所のある方でなければ利用できません。

お部屋は全室個室で、５～９名までのユニットと呼ばれる単位で生活出来るよう、お風呂や台所、リビングなどの共用部が備えられています。普通は２ユニット、大きいところで３ユニットで作られているので、一施設は 18 名～ 27 名の定員となっています。お部屋の広さは有料老人ホームや、サービス付き高齢者住宅と同等のところが多いようです。

利用料は集合住宅扱いということで、介護の部分は介護保険で賄われますが、家賃や食費、身の回りの用具については個人負担となります。過去には、ベッドや照明、カーテン、家具、布団なども各自用意しないといけない施設もありましたが、現在はレンタルや施設で用意している所が増えました。これら費用をひっくるめると、月に 15 ～ 30 万円程度かかります。費用の減額制度もあまり無いため、介護保険施設などと比べると割高になります。

それでもグループホームが選ばれる理由は、認知症からくる徘徊や迷惑行為があっても、専門の介護士が対応し生活の支援をしてくれるところです。利用人数に制限があるため、利用者は顔なじみの関係のなかで、自宅にいるとき以上に自由な生活を楽しむことが出来ます。

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、介護サービスの利用について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

１０月２６日（土）１１時～１７時３０分、槇塚台近隣センターで今年も「まきづかハロウィン」が開催されます。
“トリック　オア　トリート”の合言葉でもらえるお菓子はもちろん、スタンプラリーをまわってガラガラ抽選会にも参加できます。ゲームや仮装体験コーナー、軽食もあって楽しいことがいっぱいです。槇塚台レストランではフライドポテトとパンプキンカレーを販売します。是非ご賞味ください。夕方からはキャンドルナイト！！　歌と演奏、ライブアートのパフォーマンスです。自分で作った楽器でいっしょに演奏できます。
皆様、こぞってお越しください！

高倉台ルピナス

みんなのマーケットるぴなす では、地域の子どもや、ご高齢の方をを支援する取り組みをしております。引き続き「るぴなす 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。毎月第一土曜日の午前１１時から午後２時くらいまでやっています。
１０月２６日（土）には、「たかくらだいハロウィン」として３回目のハロウィンイベントを行います。仮装行列、紙飛行機選手権大会、大声コンテストなどを予定しており、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、毎回楽しいイベントとなっています。誰でも参加して頂けますので、沢山のご参加をお待ちしております！
るぴなすのお店では、季節の新鮮野菜をはじめ、美味しくてお手ごろの惣菜などに力を入れています。地域の皆様に喜んで頂けるお店作りに障がいのあるメンバーさんと一緒に励んでおります。

すまいるセンターこれからの予定

● みかん狩り ＆ 施設見学会
日　　時：2019年11月9日（土）10：00～
集合場所：老人保健施設　美樹の園（現地集合）
参 加 費：1,000円（みかん狩り、昼食、飲み物代）
締め切り：１０月２５日（金）　先着１０名

９：００　みかん狩り　（一人一袋　お土産付）
１１：００　施設見学会「グループホーム美樹の園」
１２：００　昼食　飲み物付き
注１）雨天の場合は、みかん狩りは平日に順延、見学会は決行。

● すまいるセンター忘年会
日　時：2019年12月14日（土）18：00～
※ お１人１品持ち寄り 参加費 1,000円

年末恒例の忘年会を開催いたします。
毎年、皆さんこだわりのお料理やお菓子を持ち寄りいただいて会話も弾んでいますので、お待ちしております。

訃　報

当センター理事　成本清志儀、かねてより病気療養中の処、２０１９年７月２２日午前、享年８３歳にてご逝去されました。
ベルコシティホール　鳳にて執り行われたご葬儀には、代表理事、副代表理事の他１名が参列いたしました。
ご冥福をお祈りすると共に謹んでお知らせ申し上げます。

「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/