



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



すまいる通信

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

秋号
2020 October
Vol.69



マスク寄贈のご報告とお礼



アベノマスク寄贈にご協力いただきましてありがとうございました。

泉北コミュニティ紙面にて広く寄贈をお願いしたところ、お陰様で800枚を超えるマスクが集まりました。アベノマスクだけではなく、手作りマスクや既製品の子供用マスクも集まりました。

アベノマスクの寄贈の様を泉北コミュニティさんに取材して頂きました

10月1日号(3)面に掲載されております

本来であれば寄贈頂きました426名の方に御礼を申し上げたいところですが、匿名の方も多く居られますので紙面にて御礼申し上げます。

ウォーキング倶楽部 第2回実施



榎・美木多地区クリーンアップウォーク

本年度第2回行事は、日頃お世話になっている泉北緑道の清掃活動です。

9月15日(火)残暑残るも爽やかさを感じるこの日の天候。南区役所前に、参加者15名が集まりました。スタートに先立ち「すまいるウォーキング倶楽部」の今後の運営方法に対する思いと、来月度行事内容の説明を致しました。

クリーンアップについては、既に皆さんは地域での経験済み故、歩き慣れた綺麗な緑道でも、隠れた場所のゴミまで見つけ、それなりの収穫?を得ることが出来ました。今回は、桃山台方面と原山台・庭代台方面の2コースに分かれ、緑道と公園及び周辺のゴミを拾いました。ご参加の皆様有り難うございました。

コロナによる自粛環境が晴れて明ける日を待ちつつ、本倶楽部を進めていきたいと思っています、今後ともよろしくお願い致します。

未使用の切手とハガキの募集



ご自宅に眠っている未使用の切手、ハガキがありましたら、ご寄付をお願いいたします。



家族のために
みんなのために
手洗いしましょう

すまいるフォトサークル活動



少人数制・中級者向けの写真講座。

新規受講者2名募集中。年4回3・6・9・12月第1月曜日午前10:00～12:00。すまいるセンター内で座学形式写真講評。会費一回千円（すまいる会費別）。本講座の特徴は通常作品講評に加えて、データ提出による個別添削あり。キャノン・府文化園・写真誌・など入選者多数輩出中。事務局・安積。

あかさか写楽活動



赤坂台自治会館で座学を行っています。現在はコロナ対応の関係から休講とさせていただいておりますが来春再開予定です。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、世話役・久家・塗田。

ノルディックウォーキングスクール



2020年。COVID-19 感染症は相変わらず終息の兆しが見えず、重苦しい空気に包まれたままです。ステイホームばかりではなく、広々とした所で体を動かしてリフレッシュしましょう！

てなわけで、7月12日のノルディックウォーキングスクール。すまいるセンターから稲葉の蓮池まで蓮を愛でに行くウォーキングです。今年は花が少ししか咲いていない。残念！蒸し暑い日でしたが相変わらず皆さんとっても元気で完歩でした。

8月9日は泉北高速鉄道「和泉中央駅」から和泉市リサイクル公園までヒマワリ畑を目指して歩きました。猛暑の中でも皆さん元気です。途中、田圃の稲が風になびいて海原のように幻想的な風景。着いてヒマワリは散りはじめていましたがバラが綺麗に咲いていました。

9月13日は蓮の花リベンジですすまいるセンターから荒山公園まで歩きました。公園の中の小さな池でしたが蓮の花を楽しめました。

10月18日は泉北高速鉄道「和泉中央駅」から和泉市リサイクル公園までコスモス畑を目指して歩きました。

自粛生活で一番心配なのは運動不足です。一度落ちた筋肉や骨密度は中々元に戻りません。サルコペニア・フレイルになってしまうのを一番憂慮します。泉北ニュータウンなら広々とした公園に緑道が整備され、伸び伸びウォーキングできます。

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（変更もありますので事務局までお尋ねください）。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。未経験の方大歓迎です。

お知らせです。初めての方対象にノルディックウォーキング開催当日の出発前、朝8:00～10:00「初めての方練習会」を始めることになりました。遅刻大歓迎です。詳細は事務局までお気軽にお尋ね下さい。

担当：西田

すまいる花の見守り隊の活動



この9月まで駅前の花植えは新型コロナウイルスの対応で公園協会が行うことになっており、すまいる花の見守り隊にとっては今年初めての花植えとなりました。あいにくの雨でしたが公園協会さんとの連携よく作業ができ予定より早く仕上がりました。私たちにはあいにくですが苗にとっては嬉しいことでしょう。

また、駅前の花植えの要になって活躍頂いた方が高齢を理由に卒業されることになり、作業が終わったところで感謝状と記念品をお渡しする簡単なセレモニーを持ちました。

桃小生徒との花の苗づくりは、コロナの影響で今年度は中止せざるを得ないことを校長先生教頭先生、担任の先生のお三方がすまいるセンターまで説明に來られました。恐縮です。

すまいる健康麻雀



コロナ感染防止のために3月より活動を休んでおりましたが、10月15日(木)から再開することになりました。当面は13:30から90分間に時間短縮しての再開となります。開催曜日については、変更は無く、従来通りの第1、第3木曜日、第4水曜日です。

ご自身の体調管理にご留意され、必ず自宅で検温、手指の消毒、マスク、フェイスシールド着用の上、ご参加下さい。開始前、終了後、途中でメンバー交代された時の麻雀パイなどの備品の消毒にはご協力下さい。

高齢者生活支援住宅 美樹の園



～ コロナでコロッとひっくり返らないように 1 ～

年明けから国内だけでなく全世界的に流行してしまった新型コロナウイルス。報道に乗らない日はない位、有名な感染症になりました。情報過多で混乱することもしばしば。今回は新型コロナの対応について少し整理してみます。

最近の研究結果からウイルスは感染力が弱く、発症もしにくく、重症化もしにくいです、が… 高齢や基礎疾患のある方は重症化することがあります。

感染予防は、3密を避けて、マスクを付ける、石けんで手を洗う。これからの時期はインフルエンザも流行するので、帰ったら「うがい」も。消毒の基本は、石けんや洗剤で洗う。出来ないときはアルコールや塩素系漂白剤を使います。最近よく聞く、抗菌コーティングや、空間消毒(薬剤の空中散布)は安全性と費用対効果を検討の目安に。ウイルス粒子は3日の放置で不活化しますし、換気に勝る空間消毒はまだありません。それより、効果がほとんどないのに高額な機器を勧めることも、ご注意ください。

<お問い合わせは>

「高齢者支援住宅 美樹の園」

TEL: 072-284-2012

〒590-0114 堺市南区榎塚台 1-10-28 401号

※ご利用、見学をお考えの際は、先ずお電話を。
9:00～17:00まで毎日受付しております。



まちライブラリー@すまいる



「まちライブラリー@すまいる」の活動にご協力いただき、ありがとうございます。

会員の皆さまからご寄贈いただいた本を、より多くの方にお届けする為に、すまいるセンター入り口に、本の販売ワゴンを設置いたします。

期間は**11月4日～11月25日(土日祝日を除く)**。

推理小説や歴史小説からお役立ち本など、いろんなジャンルの本を揃えています、文庫本は3冊100円、単行本は1冊100円です。本の売り上げは、新しい本の購入に充てさせていただきます。期間中、どんどん補充していきますので、ぜひ足をお運び下さい。

パソコン教室（水曜日）

水曜日のパソコン教室ではスマートフォンの講座を始めます。事前予約制で行います。スマートフォンの機種は、**アンドロイド限定**となります。アイフォーンは対象外ですので、あらかじめご了承ください。

初期操作、アプリケーション導入・使用操作などを個別指導致します。

開催日時：毎週水曜日 10:00～12:00

(講師の都合により休講の場合もあり)

講座料：1,000円

定員：2名(毎回)

※スマートフォン講座をご希望の方は前もって下記のメールアドレスまでお申込みください。

info@smile-center.jp

秋以降の恒例行事中止について



新型コロナウイルス感染症に対し決定打となる解決策が無い中で、感染症禍を生き抜く生活スタイルが模索され続けています。祭やスポーツ観戦など、人の集まるイベントについても、感染対策に細心の注意をはらう事を前提に、少しずつ規模を拡げて様子を見ながら、落とし所を探っているという状況だと思えます。

秋から年末に向けて、すまいるセンターの関わるイベントについても、慎重に取り組むべきであると考えており、感染対策を十分に行えない場合には中止の判断も、やむを得ないと考えております。

以上の考えから、各イベントの実行委員会で検討の結果、下記の各イベントを中止する事になりました。大変心苦しいのですが、何卒ご理解くださいますようお願い申し上げます。また下記以外のイベントについても、今後の市中感染状況によっては中止になる場合もございますので、ホームページ等で発信される最新の情報をご確認ください。

毎年多くのご協力を賜り、本当にありがとうございます。

中止が決まった行事

- ちょっくらわくわくまつり(11月14日予定)
- まきづかハロウィン(10月31日予定)
- たかくらだいハロウィン(10月31日予定)
- すまいるセンター忘年会(12月19日予定)

みかん狩り

日時：2020年11月7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：500円(みかん狩り、お土産一袋付)

締め切り：11月4日(水) 先着10名

※今年は、送迎をいたしません。