

# ふれあいだより

令和5年10月

## 9月のイベント報告

【長居スポーツセンター】  
9月のお出かけは「長居スポーツセンター」に行ってきました。卓球、ボウリング、バスケットにトランポリン。皆さん、楽しみながら身体を動かしました。スポーツの秋に向けてお勧めスポットです。



### 【料理教室】

今回は「野菜炒め」に挑戦。特大キャベツを120円でゲット!! 大盛りの野菜炒めが完成しました。



### 【茶話会】

とっても暑い夏だったのでかき氷で茶話会です。練乳た〜っぷい!! 皆さん、お代わりしてましたよ。

### 【企画ミーティング】



**10月1日(日) 14:00~15:00**

**場所: 2階交流コーナー 参加費: 無料**

11月の行事についての希望や内容をお話し合います。ZOOMでの参加OKです。ZOOMでの参加希望の方は下記のアドレスにメールしてください。 [fureainosato@fureai.org](mailto:fureainosato@fureai.org) スマホからでも参加できるので、分からない方は、職員にお声かけください。



### 【茶話会/モルック】

**10月4日(水) 14:00~15:00**

**場所: 2階交流コーナー**

**当日参加OK・参加費: 無料**

ジュースやお菓子を食べながら、みんなで交流を深めましょう。今回はモルックも体験します。

### 【創作活動+ぬり絵部】

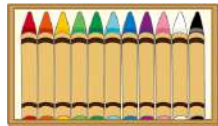
**10月8日(日) 13:30~15:30**

**場所: 2階交流コーナー**

**当日参加OK・参加費: 無料**

わたしが作りまし展に向けた作品をみんなで作りましょう。9月に作った作品に色付けします。

「芸術は爆発だ!!」



### 【動物園へ行こう】

**10月11日(水) 10:00~15:00**

**締め切り 10月4日(水)**

**参加費: 実費 乗車証・手帳持参**

誰もが一度は行ったことがある「天王寺動物園」に行ってみましょう!!ペンギン舎とアシカ舎が新設され、8/12にワニの赤ちゃんも産まれました。公開日未定ですが会えたらいいですね。



### 【映画鑑賞】

**10月15日(日)**

「ドラゴンボール超 スーパーヒーロー」

**10月23日(月)**

「この素晴らしい世界に祝福を」

**時間 14:00~16:00**

**場所: 2階交流コーナー**

**当日参加OK・参加費: 無料**

※レンタル状況によって内容を変更する場合があります。



### 【料理教室】

**10月17日(火) 10:00~13:00**

**八宝菜 参加費: 250円**

**締め切り: 10月16日(月)**

**※買い物と調理まで出来る方**

野菜たっぷり!健康メニュー。作り方をマスターしたら、自宅でいつでも「美味しい八宝菜」が食べられます!!

### 【かんたん体操・モルック】

10月19日(木) 14:00~15:00

場所: 2階交流コーナー

当日参加OK・参加費: 無料

日頃の運動不足を感じてる方、大集合!! ストレッチや簡単な筋トレをして健康的な身体を維持し、体操のあとはモルックで楽しみましょう♪

### 【ひまわりひろば】

10月24日(火) 15:00~16:00

(完全予約制)

当日までにお申し込みください

場所: ふれあいの里 1階会議室

参加費: 無料

普段話しにくいことや相談したいことを少人数で意見を出し合い、新しい気づきや発見を共有します。仲間をつくりに来ませんか?

### 【フットサル交流会】

10月27日(金) 10:00~15:30

場所: J-GREEN 堺フットサルフィールド

参加費: 昼食代・交通費等実費

締め切り: 10月4日(水)

大阪府内の精神障がい者の方たちとの交流会です。プロフットサル選手の講習会もあります。体を動かして楽しみましょう!!

### 【西成レク モルック大会】

10月27日(金) 13:00~15:00

時間・集合: 12:30 ふれあいの里

場所: 南津守グランド

締め切り 10月4日(水)

参加費: 無料

これまで重ねてきた練習の成果が発揮できるよう楽しみながら頑張りましょう!! 応援にも来てくださいね。

### 【誕生日会&ポッチャ】

10月29日(日) 14:00~15:00

場所: 2階交流コーナー

締め切り: 10月26日(木)

参加費: 10・11月生まれの方 無料

その他の方 100円

10月・11月生まれの方々の、お誕生日を、お祝いしましょう。

### 【昼食会 豚しゃぶ】

10月31日(火) 12:00~13:00

参加費 400円 定員 15人

締め切り: 当日 10:30 まで

10月の昼食会は、豚しゃぶです。夏バテ解消の一番の食材は、なんといっても「肉」ですね。がっつり食べてパワー充電しましょう!!

### 【音楽の会】

10月10日(火)・10月16日(月) 15:45~16:45

西成区民祭りに出演するバンドメンバー大募集!! ボーカル、コーラス、楽器演奏者、音楽好き、歌いたいという方 是非、ご参加ください!!

# バーベキュー (BBQ)



日時：10月25日(水) 14:30~17:30

場所：ふれあいの里 駐車場

参加費：800円

★申し込みが必要です(申し込み締め切りなし。当日申し込みOK!)

※雨天決行(2階交流コーナーでします)。警報が出た場合は予告なくプログラムが変更・中止になる場合がございます。わからない時はセンターにお問い合わせください。



みなさま、おまたせいたしました！コロナ前は夏の恒例行事だったバーベキューが、4年ぶりに、涼しくなった秋に復活します！（今年の夏は暑すぎましたね）。  
“食欲の秋”、お肉をたくさん食べて、夏の疲れをふっとばしましょう！（お野菜も食べてね♪）。  
イカ焼き、ジュース、アイスクリームもあります。ストラックアウトのゲームで楽しんで、  
最後は「ふれあいバンド」と一緒に、みんなで歌って盛りあげましょう♪



## ふれあいの里 警報発令時のお知らせ

当日不明な場合は、お電話でお問い合わせ下さい。

★8時の時点で大阪市内に大雨警報もしくは暴風警報が出ている場合  
午前中は休館させていただきます。

★12時の時点で大阪市内に大雨警報もしくは暴風警報が解除された場合  
午後1時に開館します。

※開館となった場合も午後からのプログラムが変更になる場合があります。

★12時の時点で大阪市内に大雨警報もしくは暴風警報が出ている場合  
終日休館させていただきます。

## ふれあいの里より

□センター更新がまだの方、更新手続きをお願いします。

- ・10月18日(水) 職員会議のため13時に閉館します。
- ・10月11日(水) 天王寺動物園に行きます。

持ち物：手帳、交通費(無料乗車証)、昼食代

詳しくはお問い合わせください。申込時にも説明します。

【復帰協・ふれあいの里ページに  
ふれあいだより・行事予定が掲載  
されています】QRコードからも  
見ることができます。



発行/編集 ふれあいの里地域活動支援センター

大阪市西成区南津守1丁目4-46

TEL 06-6659-2672

FAX 06-6659-2673