

ステップ MAGAZINE

令和4年6月号 Vol.127



☆高槻西部地域活動支援センター ステップ☆

住所 高槻市富田町 5 丁目 17-5
TEL 072-694-9898
FAX 072-694-9899
E-mail takatukistep@bloom.ocn.ne.jp
営業日 月曜～金曜
開所時間 9時～17時
休日 土曜,日曜,祝日,お盆,年末年始

令和4年6月の予定

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			マインドフルネス	ランチ		休
5	6	7	8	9	10	11
休	パン作り	ランチ 初めてのパン作り	手芸の時間	ランチ 16:00 開所		休
12	13	14	15	16	17	18
休	作ってみよう	ランチ	伊達さんに聞いてみよう	ランチ 脳トレ①		休
19	20	21	22	23	24	25
休	製菓	ランチ 初めての製菓	ダテ散歩	ランチ	ウォーキング	休
26	27	28	29	30		
休	PC 教室	ランチ ペーパークラフト	短いウォーキング	ランチ 脳トレ②		

新型コロナウイルスの感染拡大を防止するため、ステップ内では、
検温・マスクの着用・手指の消毒・間隔をあけて着席の、ご協力をお願い致します。

6月9日(木)
法人会議の為、
9:00～16:00
の開所となります。

6月のプログラム

	日にち	開始時間	参加費	担当	内容
マインドフルネス	1日(水)	13:30	無料	伊達	道具入りません。軽いストレッチしてから瞑想行います。
パン作り	6日(月)	13:30	200円	小松	ちぎりパンを作ります。定員8名。
初めてのさんのパン作り	7日(火)	13:30	200円	小松	ちぎりパンを作ります。定員4名。
手芸の時間	8日(水)	10:30	200円	伊達	ボランティアの先生に教えていただきます。必切3日までです。定員8名。
作ってみよう	13日(月)	11:00	実費	鬼塚	うどん餃子、他。
伊達さんに聞いてみよう	15日(水)	13:30	無料	伊達	テーマは“周りが気にならませんか”皆さんで語りましょう。
脳トレ①	16日(木)	14:00	無料	小松	間違い探しやクロスワード等。
製菓	20日(月)	13:30	200円	小松	カステラを作ります。定員8名
初めてのさんの製菓	21日(火)	13:30	200円	小松	カステラを作ります。定員4名。
ダテ散歩	22日(水)	13:30 出発	無料	伊達	摂津富田駅周辺をゆっくりまったり散歩します。
ウォーキング	24日(金)	9:45 出発	実費	小松	行き先未定ですが、興味のある方は小松まで♪
PC 教室	27日(月)	14:00	無料	小松	専門の先生に教えていただきます。定員3名。
ペーパークラフト	28日(火)	13:30	50円	鬼塚	A4サイズの7月のカレンダーを作ります。定員8名。
短いウォーキング	29日(水)	13:30 出発	無料	小松	BOOKOFF 高槻栄店まで歩こう!
脳トレ②	30日(木)	14:00	無料	鬼塚	間違い探し、クイズなど。

今後の新型コロナウイルス感染症の拡大状況によっては、やむを得ず
開催を中止・延期を決定させていただく場合がございます。
ご理解ご協力のほど、よろしくお願いいたします。



5月のベストショット

ステップのミカンの木に、この5月、
青虫が大繁殖し、私たちの日々の
癒しとして、楽しませてくれました。
青虫の数に対して大好物の葉っぱの
枚数が足りず、ミカンの木の葉っぱは
全て食べつくされ、よそから餌を頂戴
する羽目に(笑)。自然の摂理と言える
現象も垣間見られ、勉強にもなりました。
また秋に会いましょうね。

そろそろ梅雨に突入する頃ですね。
ジメジメした季節ですが、雨のやみ間に
歩きませんか？皆と一緒に！
ステップでは毎度おなじみのウォーキングと、
少し短めの短いウォーキングと、
長めのダテ散歩の3種類の歩くプログラムがあり
ます。
体力・体調・その時の気分でご参加下さい。
ご意見・ご要望があれば小松までお知らせ下さい。

ドリンク販売再開しました!!好評いただいております!!

コーヒー(HOT・ICE)紅茶(HOT・ICE)カルピス(HOT・ICE)

オレンジジュース・野菜ジュース・コーラの6種類!!

全てのドリンク、1杯150円です。

ランチとセットの場合は、100円となります。

(ランチセット:350円+100円=450円)

販売時間は、9:00～16:30です。



島珈琲さまと明星福祉会が
コラボした、オリジナルブレ
ンドコーヒーAKEBOSHI
ぜひともご賞味ください。



2022年1月12日に
アイドルマスターというゲームのキャラ
クターの「高槻やよい」が、たかつき観
光大使に就任しました。就任祝いと誕生
日(3月25日生まれ)のお祝いを兼ねて、
ステップの利用者様と、高槻地域生活支
援センターオアシスの利用者様とでお祝
いをしました。
皆が書いてくれたイラスト等、高槻市総
合センター1階に、6月いっぱい展示して
いますので、是非一度見に来てください。