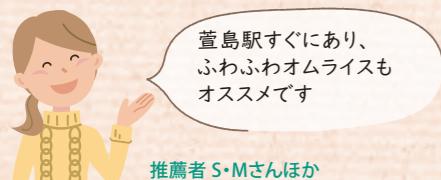




一品一品にこだわりがいっぱい! お酒も楽しめる洋食屋さん

薪ストーブが暖かく迎えてくれる「グリルヤマモト」。夜のおすすめはトロトロになるまで煮込んだ牛バラ肉に温泉卵が濃厚に絡む「ビーフシチュー」。常連さんが心待ちにしている冬限定の「チキンのクリーム煮パイ包み焼き」や、絶妙な火加減で調理する「ババエットステーキ」など、手間ひまかけたメニューが並びます。お酒は、店頭で育てたブドウを使用した「ぼくらのワイン」をはじめ「生ハートランド」などビールにもこだわりが。不定期でライブを開催し、毎週土曜夜の「キャンプデイ」ではランタンの灯りでコース料理が味わえるなど、お客様を楽しませる工夫がいろいろ! 昼はオムライスも人気です!



推薦者 S・Mさんほか

団地周辺の
オススメのお店を教えてください

グリルヤマモト



「いらか」から徒歩約10分
「萱島南町」から徒歩約7分

住 所 寝屋川市萱島本町7-16
(京阪本線「萱島」駅東口から徒歩1分)
電 話 072-824-4178
営業時間 昼/11:00~14:30 (L.O.14:00)
夜/18:00~22:00 (L.O.21:30)
定 休 日 月曜日※他不定休あり
駐 車 場 なし
ホーメージ <https://www.grillyyamamoto.com>
※カード、電子マネー不可

添付の返信用はがきに好きな理由やエピソードなどもご記入の上、ご応募ください。
採用された方1名様にQUOカード2,000円分を進呈します。(複数の場合は抽選となります。)

管理センター 営業時間: 9:00~17:45(月~土) ※休業日: 日曜・祝日・年末年始

北浜管理センター

〒541-0042 大阪市中央区今橋2-3-21 藤浪ビル2階
サービス課(駐車場・退去・各種申請・相談関係) ☎06-7669-9110
施設課(修繕関係) ☎06-7669-9111

担当区域

大阪市、枚方市、交野市、寝屋川市、守口市、
門真市、大東市、東大阪市、八尾市、堺市(南区除く)、
高石市、泉大津市、岸和田市、貝塚市、熊取町

千里管理センター

〒560-0082 豊中市新千里東町1-1-5 大阪モノレール千里中央ビル4階
管理課(駐車場・退去・相談関係) ☎06-6833-6314
入居サービス課(各種申請・届出) ☎06-6833-6942
(家賃関係) ☎06-6833-6929
施設課(修繕関係) ☎06-6833-6351

担当区域

池田市、箕面市、豊中市、吹田市、茨木市、
高槻市、島本町

泉北ニュータウン管理センター

〒590-0115 堺市南区茶山台1-2-1 泉ヶ丘センタービル2階
管理課(駐車場・退去・相談関係) ☎072-343-5560
入居サービス課(各種申請・届出) ☎072-343-5561
(家賃関係) ☎072-343-5562
施設課(修繕関係) ☎072-343-5563

担当区域

堺市南区(泉北ニュータウン)、河内長野市

夜間・休日に断水・浸水・火災等の緊急を要する事故が発生した時は、緊急連絡センターへご連絡ください。

夜間・休日「緊急連絡センター」 ☎・FAX 06-6203-6000



スマリオにお住まいのみなさまと公社をつなぐ

広報誌

住まい
×
笑顔のくらし

すまいる



Photo:茶山台団地どかん公園イベントワークショップ

CONTENTS

子どもとつくるわが家の定番レシピ	P1-2
公社からみなさまへお知らせ	P3-4
団地のダンちゃん/団地あるある川柳/撮って送って!団地風景	P5
クロスワードパズル	P6
公社ぐるめ散歩	P7

子どもとつくる わが家の 定番レシピ。

レンジで簡単。5分で蒸しパン



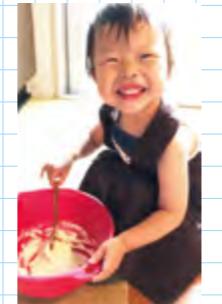
材料 (市販の蒸しパン 2つ分くらいの大きさ)

薄力粉 50g
砂糖 9g
豆乳または牛乳 75cc
ベーキングパウダー 2g

※ お好みで、チョコレート、ドライフルーツ、火を通したさつまいもや、かぼちゃなどを入れてもOK。
※ 砂糖の量はレシピの1.5~2倍くらいで市販の甘さくらいだと思います。

作り方

- 薄力粉、ベーキングパウダー、砂糖、全てをふるいにかけながら(ダマになるのを防ぐため)、ボウルに入れる。
- 1に、豆乳または牛乳を3回くらいに分けて加え、混ぜる。
- 耐熱の容器または型に、2を8分目くらいになるように、流し入れる。
- ラップをせずに、600Wで2分半~3分。様子を見ながら加熱。表面が乾いたらできあがり。



耐熱の容器または型の中で、材料を混ぜて、そのままレンジで加熱もOK!

子どもの食事は手作りの優しい味を心がけています。この蒸しパンは2歳半の娘と一緒に作って昼食に。時短で簡単にでき、冷めても硬くならず、ちちつフワッとしていてみんなに好評です!娘は料理に興味があるようで、「ままごと」ではなく、実際に作って食べることは良い刺激になっていると感じます。

豚バラもやしのポン酢蒸し

千里山田西団地 Tさん



材料 (5人分)

豚バラ 500g
もやし 2袋
えのき 1袋
かつお節 適量
料理酒 大さじ2~3
ポン酢 フライパンに2まわしくらい
塩 少々
サラダ油 少々
黒胡椒 少々
※ 塩はクレイジーソルトがおすすめ。
胡椒は入れなくてもOK。

作り方

- フライパンにサラダ油を入れ、もやしを全て入れる。その上にえのきをほぐしながら全てのせる。
- 1の上にかつお節を2つかみくらいのせ、料理酒、塩をふりかける。
- 豚バラを食べやすい大きさにカットして2の上にのせていき、ポン酢をまわしかける。
- フタをして中火で5~10分様子を見ながら蒸し焼きにする。軽く混ぜて火が通っていれば完成。

※かつお節とポン酢は豪快に入れましょう。

大人は青ネギをかけてもGOOD!

子どもたちの大好物!
あっという間にペロリ!

公社からみなさまへの 大切なお知らせです

2022年2月28日(月)まで
ステキな「住まい方のアイデア」を募集します。

【問】 住宅経営課 団地イノベーショングループ ☎06-6203-5534



団地のDIY フォトコンテスト

DIYでこんな部屋になりました! 収納をアレンジしています! など
みなさまのステキな「住まい方のアイデア」お待ちしております!

オンライン版『暮らしの法律セミナー』(無料)の参加者を募集します。

【問】 企画課 企画・広報グループ ☎06-6203-5452

身近なくらしの法律家である行政書士が、高齢者を支援する各種サービス、成年後見や事務委任等の法律行為、エンディングノート(ライフプランニングノート)のお話を中心に、いざという時のために知っておきたいアコレを、全3回シリーズでお届けします。「不安な老後」ではなく「安心のシニアライフ」を迎えるよう、元気なうちに備えを始めましょう!

開催方式
Zoom(ウェブ会議システム)を
用いたオンライン方式



Zoomの利用方法はこちらから ▲

URL https://www.osaka-kousha.or.jp/customer/pdf/howto_zoom.pdf

概要	日付	時間	タイトル	内容
第1回	2022年2月18日(金)	14:00	もしものときに困らないために	<ul style="list-style-type: none">・単身の高齢者にありがちなお困りごと・安心して暮らすために活用したい制度 ～成年後見制度 他～・私たちをサポートしてくれるさまざまな団体
第2回	2022年2月25日(金)	14:00 ～ 15:00 (質疑回答の時間も含む)	実例でわかる 任意後見契約	<ul style="list-style-type: none">・さまざまな形の任意後見・移行型任意後見契約の流れ ～契約から開始～・任意後見契約でしてもらえること・死後事務委任契約って何だろう
第3回	2022年3月4日(金)		エンディング ノートを書こう	<ul style="list-style-type: none">・元気なうちにできる備えとは・エンディングノートを書くメリット・エンディングノートと遺言書の違い・エンディングノートを書いてみよう

法務に関するご相談を受ける上で“人の気持ち”を大切にしています。またご相談をいただいた方に少しでも想いの丈を吐き出しあらえるように、カウンセラーの資格も取せていただきました。内容は難しそうですが、わかりやすくお伝えしますので、お気軽にお申込みください。



講師:木原行政書士

ご応募は写真をメールで送るだけ。
優秀作品には、Amazonポイント
最大2万円分などをプレゼント!

応募締め切り

2022年2月28日(月)まで



詳細・ご応募は
こちらから!

メール

danchisaisei@osaka-kousha.or.jp

2022年3月25日(金)まで
高齢者見守り支援サービス『ミマリオ』1年間無料キャンペーン実施中!

ご高齢者と離れて暮らすご家族が、
ゆるやかにつながる新サービスをはじめてみませんか?

公社賃貸住宅スマリオにお住まいの方の冷蔵庫の扉に機器を貼りつける
だけで、扉の開閉を感知すると、見守るご家族に自動的にメールが届きます。
これが、公社の見守り支援サービス『ミマリオ』です。



対象は?

スマリオにお住まいの
**65歳以上の
高齢者世帯**

低価格

月額385円(税込)

これ以外の費用は
かかりません!

らくらく!

マグネットで
簡単設置
充電不要で3年以上稼働
生活防水にも対応

30日間の無料 お試し期間あり

お試し期間中の
解約も可能です
※お試し期間後、
6ヵ月間は解約できません。

今だけ!月額利用料1年間無料!

2022年3月25日(金)までの利用申込みで、月額
利用料を1年間無料でご利用いただけます。
つまり、お試し期間と合わせて13ヵ月間が無料!

詳細・お申し込みは特設サイトから

ミマリオ

郵送でのお申込みもできます。
※詳しくはコールセンターまで



サービス問い合わせ先

(株) Roots コールセンター
0120-960-324
平日 10:00～17:00

居住空間での喫煙について、近隣の方へご配慮をお願いします。

【問】 企画課 企画・広報グループ ☎06-6203-5450

令和2年4月に改正健康増進法が全面施行されたことにより、望まない受動喫煙を防止するため、施設等の類型に応じて、敷地内や屋内での喫煙が規制されました。私的空间については法規制の対象外ですが、共同住宅において喫煙される場合は近隣の方への配慮をお願いします。

受動喫煙で困っている人がいるかも…



ルールの順守にご協力ください。

【問】 お住まいの住宅を担当する管理センター ☎裏表紙に記載

スマリオでは、一部の住宅を除いて、犬、猫などの動物を飼育することは
できません(身体障がい者補助犬は除きます)。鳴き声や糞尿により思わ
ぬトラブルが発生するだけでなく、お住まいの方の中には、動物が苦手
な方やアレルギーをお持ちの方もいますので、ルールを守り、お住まいの
皆さまが気持ち良く安心して生活できるようご協力をお願いします。



最終回
団地のダンちゃん

vol.6



★ 今回は、OPH千里佐竹公園30代の方からいただいたエピソードをもとに創作しました。



次号から広報誌『すまいる』がリニューアルします!!
新しい誌面・コンテンツにご期待ください。

すまいるに登場してみませんか?

次号以降でご協力いただける方を募集しています。
例えば、
「サークルなどのコミュニティ活動」
「DIYなど工夫を凝らしたこだわりのお部屋」
「団地周辺のおすすめスポット」
など、くらしに関わるどんな事でも構いません。

応募方法

右の専用はがきまたは応募専用メール
(smile@osaka-kousha.or.jp) に必要事項
【お名前、年齢、ご住所、団地名、日中連絡
がとれる電話番号、ご紹介いただける内容】
を明記の上ご応募ください。

どしどし、ご応募お待ちしております。

あるある
団地川柳

秋深し下のおうちは
サンマかな
(三原台団地 60代)

ごみすてばけむしがいるよ
きをつけて
(OPH千里佐竹公園児童)

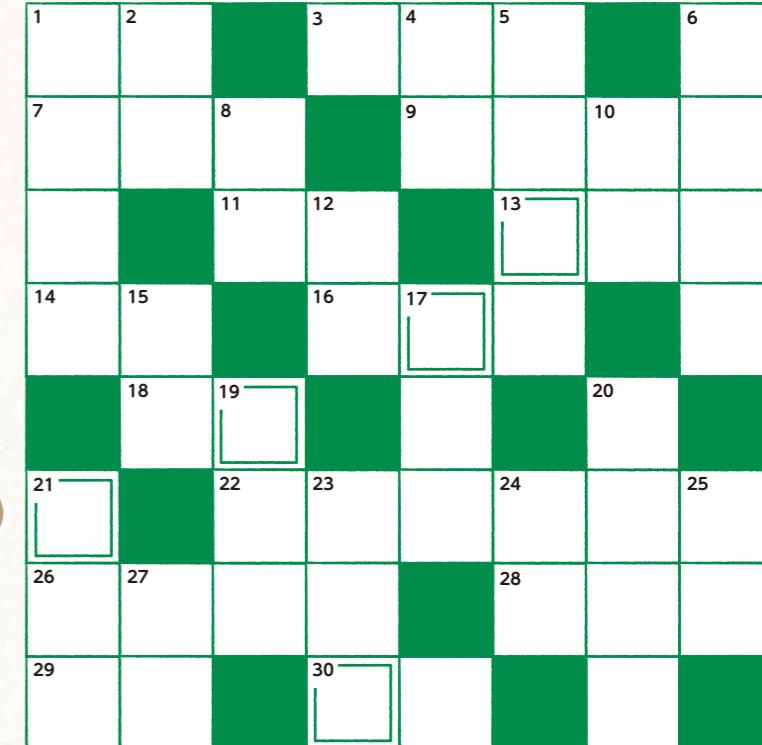
おはようとベランダ越しで花が咲く
(原山台B団地 80代)

5階まで配達いつもありがとうございます
(招提団地 40代)

撮って送って!
団地風景

おっかな虹!
小学生に教えてもらって見上げた虹は心も笑顔になった。
感謝!
(公社スタッフ)

恒例の鳩の見守り
何年か前から、窓の前の山茶花に
鳩が巣作りするようになりました。今年も何代目かのくーちゃん?
(主人が名前をつけてます^_^)
が卵を温めています。
(招提C団地 70代)



□の文字を並び替えて5文字の言葉をお答えください。

答え

→ よこのかぎ

- 1 ある日森の中で出会ったのは?
- 3 シクラメンの〇〇〇。
- 7 就職氷河期世代。〇〇〇ジェネレーション。
- 9 世界三大宗教といえば、仏教、キリスト教、〇〇〇〇教。
- 11 〇〇も方便。
- 13 顔を真赤にして激怒すること。〇〇〇に来る。
- 14 〇〇の間に掛け軸を飾る。
- 16 〇〇〇ビーンズ、〇〇〇エッセンス。
- 18 料理の「さしつせそ」の「そ」といえば?
- 22 ラストシーンは大聖堂。〇〇〇〇〇〇の犬。
- 26 大阪と奈良を結ぶ〇〇〇〇快速。
- 28 江戸時代、ヨーロッパの王侯貴族に人気を博した〇〇〇焼き。
- 29 いつやるか?
- 30 男子禁制の大〇〇。

正解者の中から抽選でプレゼント!

QUOカード
2,000円分

書店、ドラッグストア、カフェ、
コンビニエンスストアなど
全国約57,000の加盟店で使える
商品券(プリペイドカード)です。



応募方法: 左の専用はがきに必要事項を明記して、ご応募ください。
締め切り: 2022年2月25日(金)(当日消印有効)
発表: 発送をもって発表にかえさせていただきます。

暮らしに便利なサービスと一緒に作りませんか

「スマートシニアライフ事業」のテスト版シニアモニター(50歳以上)を募集しています。モニターの方には、無償で貸し出すタブレットをお使いいただき、買い物支援、電子版お薬手帳などをお試しいただきます。
お申し込みは、対象エリアに配布される広報誌やチラシをご覧ください。

▼実証事業の対象エリア(※対象エリアは今後拡大予定)
堺市南区、大阪狭山市大野台・西山台、河内長野市南花台

©2014 大阪府もずやん



スマートシニアライフ事業とは、「いのち輝く未来社会」の実現を目指し、特に高齢者の生活の質向上を目指し最新技術を活用して解決することを目指す事業やで。



大阪府 大阪スマートシニアライフ実証事業事務局 ☎0800-100-1002(通話料無料)(月~金 9:00~17:00)