

# こころ NEWS

地域活動支援センター「こころ」

☎ 0744-45-1030 FAX: 0744-46-5052

〒633-0062奈良県桜井市粟殿1000-1桜井市保健福祉センター「陽だまり」南棟3階

開所日時：平日 9:00 ~ 17:00 (土・日・祝はお休みです) **好きな時間に来て、好きな時間に帰れます**

桜をはじめ色とりどりの花が美しい季節。コロナ禍においてはまだまだ気を緩めることができない日々ですが、発症を防ぐワクチン接種の準備も急ピッチで進められています。引き続き、新型コロナウイルス感染症防止対策に努めましょう。

## 4/22(木) 春のお出かけ

～飛鳥の豊かな自然と文化を満喫しよう～

### 万葉文化会館／キトラ古墳壁画体験館

国営飛鳥歴史公園内の「キトラ古墳壁画体験館」にて体験プログラム、鳥の鳴き声のような音を鳴らすオリジナルのバードコールをつくりまします。【雨天決行です!】



ご注意:当日 4/22(木)は、地活こころを閉所します。

- 集合：陽だまり1階玄関 10:00
- 参加費：体験プログラム 400円  
※他カフェでの外食や飲み物代など個人負担で1,000～2,000円前後
- 手段：車で移動
- 解散：陽だまり1階玄関 16:00頃
- 申し込み締め切り 4/8(木)



万葉文化会館内  
カフェレストラン

## NEW ギタークラブ

～メンバーさんからの提案で新スタート!～



毎週 火曜日

(予定)11:00頃～

楽器をお持ちでない方も、お気軽にご参加ください。

基本的なギターの構造や弾き方を学んだり、楽しくいっしょに奏でましょう(^\_^)。※状況により日時の変更が有ります。

## しっかり コロナ対策でカラオケ

- 要望の多かったカラオケを再開しますヨ～
- 日程は裏面カレンダーをご覧ください。
- 感染防止対策のため、曲数を制限させていただきます。あらかじめご了承ください。



## メンバー記者 corner

### ＊春の新作できました



つぶらな瞳のクマさん編みぐるみ



ヘンプ編みブレスレット



レース編み 春色コースター

★メンバー記者  
タッキー★

### こころ つぶやき 掲示板

「お弁づくり頑張ってます。毎日たのしみです」/「自分にごほうび、ラーメン大好き。ラーメン食べたい!」/「私の運動法。魔法のように効きます。さあ、今何歳?! うふふ」

今年一月～三月、就労継続支援事業所の県出張作業を完了した。僕の当番は毎週月曜日、週一回であった。交通手段はJR桜井線奈良行き、帰路はJR王寺行きまほろば線。乗り合わせる他人どうし、どこかで見た顔になる。

「ああ、この人また同じ電車だな」声をかけることはしないが、どれも疲れた顔、愛着のようなものがわく。みんな、疲れ

★メンバー記者・まつすん★



県庁出張を終えて



バック 手提げカゴ トレー

## 👍 どんどん作るぞ

靴下ハギレ(靴下工場で縫製した際にでる靴下の廃材)から、イメージした事を表現する楽しさを学びました。

★メンバー記者:ハスミン★



にゃんと～

ワン!ダフル

にゃんちゃん&ミニワンちゃん  
「こころ」で会おうにゃん!ワン!

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
 <b>4月22日(木)</b> は、遠足プログラムのため 地域活動支援センター「こころ」は、 <b>終日閉所</b> と なりご利用いただけません。ご了承ください。				<b>室内カラオケ</b> 13:00～16:00頃	ラジオ体操・創作・卓球・読書・静養 等々の自主活動	
4	5	6	7	8	9	10
ラジオ体操・創作・卓球・読書・静養 等々の自主活動		<b>ギタークラブ</b> 11:00～11:50頃	ラジオ体操・創作・卓球・読書・静養 等々の自主活動	「遠足」参加申込み締め切り日	ラジオ体操・創作・卓球・読書・静養 等々の自主活動	
11	12	13	14	15	16	17
ラジオ体操・創作・卓球・読書・静養 等々の自主活動		<b>ギタークラブ</b> 11:00～11:50頃	<b>室内カラオケ</b> 13:00～16:00頃	ラジオ体操・創作・卓球・読書・静養 等々の自主活動		ラジオ体操・創作・卓球・読書・静養 等々の自主活動
18	19	20	21	22	23	24
<b>室内カラオケ</b> 13:00～16:00頃		<b>ギタークラブ</b> 11:00～11:50頃	ラジオ体操・創作・卓球・読書・静養 等々の自主活動	<b>【遠足】</b> 10:00～16:00頃 ※こころ閉所	ラジオ体操・創作・卓球・読書・静養 等々の自主活動	
25	26	27	28	29	30	
ラジオ体操・創作・卓球・読書・静養 等々の自主活動		<b>ギタークラブ</b> 11:00～11:50頃	ラジオ体操・創作・卓球・読書・静養 等々の自主活動		<b>室内カラオケ</b> 13:00～16:00頃	

**[こころ NEWS] 記者募集中!**

「地域活動支援センターこころ NEWS」の紙面をいっしょに作って下さるメンバーさんを募集しています。少しでも興味を抱いた方、気軽にスタッフまでお問合せください。

自分のコーナーを作ってみませんか?



**ご報告**

最近のプログラムから **Pick Up** でご紹介

3/3  
(水)

**ひな祭り〇×クイズ大会つき茶話会**

四季を感じる、ひな祭り〇×クイズ大会つき茶話会は、お雑様に困んだ情報共有と、景品付きお楽しみで皆さんと、盛り上がりメンバーさんからの「良き時間をありがとう」や「雑あられ美味しかった♪」の声も嬉しい限りです。メンバーさんの意見を取り入れ誰もが楽しめる地活こころへ前進していきましょう。



3/24  
(木)

**春のお花見&お散歩**

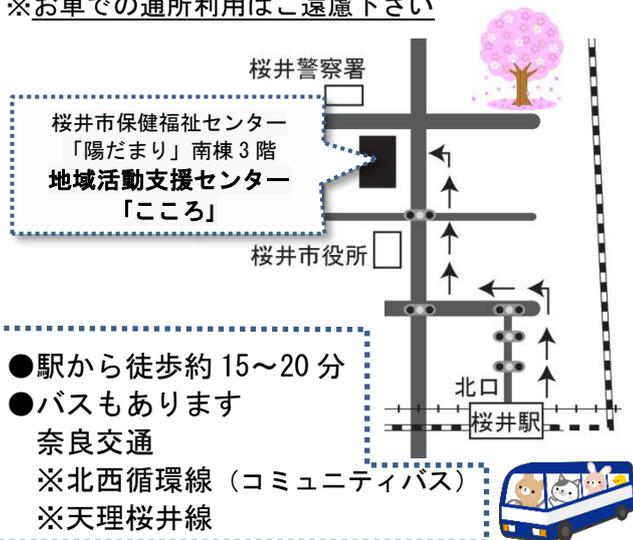
陽だまり近くの河川敷へお花見&お散歩しました。春の訪れを心地よい気分です。さくら～菜の花に出会えました。感染予防を意識し、お出かけする機会を少しずつ増やし気分転換していきましょう。



自分が「いい感じ」で過ごせるために、一日の行動プランを意識しましょう♪



※お車での通所利用はご遠慮下さい



ホームページから「こころ NEWS」

(PDFデータ)が見られます。

<http://www.sakuraisyakyo.jp/>

桜井市社会福祉協議会ホームページ内、【障がい福祉事業】プラダウンメニューの【地域活動支援】へとおすすみください。

**※貴重品・私物の管理について**

自分の荷物や小物類、貴重品は自己管理をお願いします。室内ロッカーを完備していますのでご利用ください。



**《地活「こころ」での対策》ご協力をお願いします**

1. 定期的な換気のために、窓を開けています。
2. 手の触れやすい場所や椅子・テーブルの消毒を定時に行います。
3. 入口には手指用消毒薬を設定しています。
4. スタッフはマスク着用し、毎朝の検温を義務付けています。

