

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 奈良県桜井市栗殿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

たくさんの願い事の短冊や飾りが揺れる七夕「笹の葉」を見かける季節になりました。もうすぐ本格的な夏到来、梅雨明けの知らせが待ち遠しい今日この頃です。目まぐるしい天候の変化や熱中症にじゅうぶんご注意ください。

7月 新型コロナウイルス 感染症対策

気をゆるめることなく！感染予防対策は
今後も続きます。ご協力お願いします。

プログラム参加への留意点

今月から「カラオケ」・「調理（軽食会）」など
一部プログラムが再開します。



新型コロナウイルスは、『自分自身が感染するリスク』と『（知らずに）感染させてしまうリスク』の2つがあることに十分に留意し、ご参加の際には、感染予防方法の徹底と、ご協力をお願いします。



- 来所前に体温測定し、少しでも体調不良や異変を感じている場合、ムリせず自宅で療養してください。
- 必ずマスクを持参し、来所時は手洗いをして下さい。また感染予防のための行動を、一人一人が面倒くさながら、確実に丁寧に実行し、お互いの身体的距離をあげてください。
- カラオケなどの飛沫対策として、フェイスシールドをお渡しします。うたう時は、マスクと共に装着し、マイク使用後は、その都度アルコール消毒してください。



7月2日(木) 午後1時

大神神社 ちのわ 茅の輪くぐり 現地集合：二の鳥居 前

大きな輪をくぐると疫気を避けることができるという日本古来の行事。
一緒におまいりしませんか？



※参考画像（大神神社HPより）

短冊に願いごとを書こう

笹の葉コーナーができました。
色とりどりの短冊に願いごとを書いたり、七夕飾りをいっしょに飾りましょう。いつでも参加OK！



ご報告【園芸クラブ】



ツヤツヤすくすく
元気に育っています！



6月5日に「陽だまり」の大きな桜の木の隣に、苗を植え付けたトマト6株・オクラ2株。支柱を立てて、毎日毎日、愛情こめてお水をあげています。収穫が楽しみ(*^▽^*)

Kokoro café

軽食会しますよ～♪

日程（計4回）＆メニューは、
裏面カレンダーをご覧ください

- 予算：250円
- 当日参加OKです。

10:00 までに来所下さい

持ち物：エプロン・三角巾・マスク

※従来の昼食会より軽めのメニュー、
手早く調理し、美味しく頂きましょう。

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
		ラジオ体操・創作・園芸手入れ 等々の自主活動				10:00~13:00 軽食会 たこ焼き (参加費 250 円)
5	6	7	8	9	10	11
		ラジオ体操・創作・園芸手入れ 等々の自主活動				
		13:00~14:30 お菓子作り パフェ (参加費 150 円)		13:30~14:30 ハンドメイド倶楽部 ミーティング		
12	13	14	15	16	17	18
		ラジオ体操・創作・園芸手入れ 等々の自主活動				
			13:00~16:00 フェイスシールド 室内カラオケ	13:30~14:30 SST	10:00~13:00 軽食会 ピザトースト (参加費 250 円)	
19	20	21	22	23	24	25
		ラジオ体操・創作・園芸手入れ 等々の自主活動				
	13:00~16:00 フェイスシールド 室内カラオケ	10:00~13:00 軽食会 パスタ (参加費 250 円)				
26	27	28	29	30	31	
		ラジオ体操・創作・園芸手入れ 等々の自主活動				
		13:30~14:30 ハンドメイド倶楽部 ミーティング		13:00~16:00 フェイスシールド 室内カラオケ	10:00~13:00 軽食会 ホットドッグ (参加費 250 円)	

【ハンドメイド 倶楽部ミーティング】「秋になったら作品展」計画が進行中です！

制作活動へのモチベーションアップと、地域との交流と支え合いづくりのために、ハンドメイド倶楽部から生み出された素敵な作品たちのお披露目をする事になりました。初回は、桜井市総合福祉センターの広いロビー会場をお借りする予定です。ハンドメイドがお好きな方、ご興味をお持ちの方、**ハンドメイド倶楽部ミーティング**に気軽にご参加ください。



※プログラムの参加・不参加は自由です。

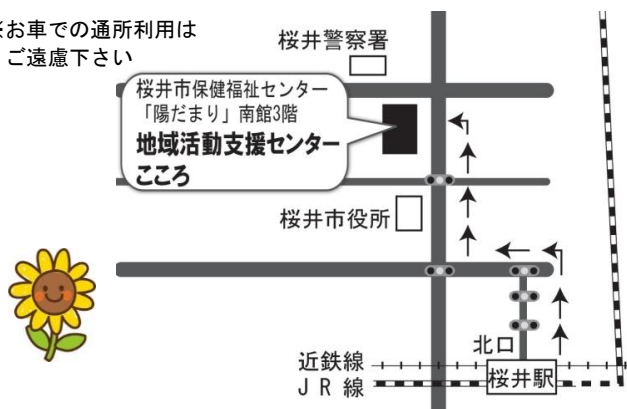
地活「こころ」の空間で、仲間同士マナーを守りながら、ご自分のペースを大切に、ゆったり過ごして下さいね。

※貴重品・私物の管理について

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



※お車でのご通所利用は
ご遠慮下さい



ご協力をお願いします《地活「こころ」での対策》

- ◇ 定期的な換気のために、窓を開けています。
- ◇ 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。
- ◇ 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。



【生活リズムを乱さないために】

気をつけたいポイントあれこれ

**太陽光/睡眠/栄養/運動と休憩/
換気/水分補給と排泄**

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♪

奈良交通 北西循環線時刻表(コミュニティバス)

循環路線 (北西)	毎日運行				
桜井駅北口	10:02	11:32	13:02	14:32	16:02
粟殿口	10:03	11:33	13:03	14:33	16:03
桜井市役所	10:05	11:35	13:05	14:35	16:05
桜井市保健福祉センター	10:06	11:36	13:06	14:36	16:06

奈良交通 (天理桜井線) 反対側路線(車線)のバス停

奈良交通(天理桜井線)(桜井市保健福祉センターからの乗車)				
桜井市保健福祉センター	11:43	13:05	14:24	15:50