



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

新緑の青葉にすがすがしさを感じる季節になりましたが、今年は新型コロナウイルスの影響で、先の見えない不安な日々、落ち着かない気持ちの方も多いと思います。信頼できる情報に耳を傾け、3密を避け、冷静に過ごしましょう。

緊急事態宣言の発令（4/17）に対する 地域活動支援センター「こころ」の対応について

- 地域活動支援センター「こころ」は、通常通り開所しています（4月23日木曜日 現在）。
メンバーさん同士約2m以上の距離をおいた上で、お互い気持ちよく過ごすためのルールを守りながら、各自で、創作・TV視聴・読書などで過ごして頂くことは可能です。

しかしながら、メンバーの皆さんと大切な人、そしてこの社会を守るために、できるかぎり自宅で過ごされることをおすすめします。医療機関への通院・福祉サービス・食料の買い出しなど、生活を続けるために必要な場合を除き、外出の自粛をお願いします。

- 今後の状況の変化により、閉所する可能性があります。（その場合、登録メンバーさんと体験利用中の方へ、電話連絡等でお知らせする予定です。）※疑問点や不安なことやあれば、お問合せ下さい
- 来所時には引き続き、検温・咳エチケット・丁寧な手洗い・3密（密閉／集まる／近くでの発声や会話）を避けるなど、感染予防対策のご協力をお願いいたします。
※微熱が認められたり風邪症状の方や、「こころ」での振る舞いにおいて対策にご協力を頂けない方は、安全を守るために利用を控えて頂きます。

- 開所はしていますが、主なプログラム活動は中止しています。

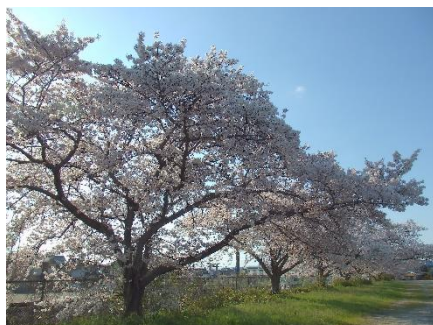
昼食会・お菓子作り・カラオケ・SST・WRAP・1分間スピーチ・卓球大会・ヨガ・音楽演奏会・編み物・座学によるセミナー全般 等々は、しばらくお休みとなります。



ご報告

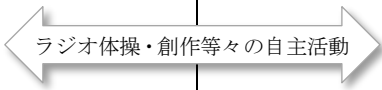
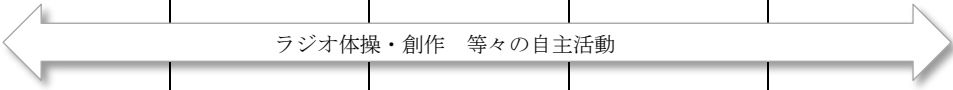
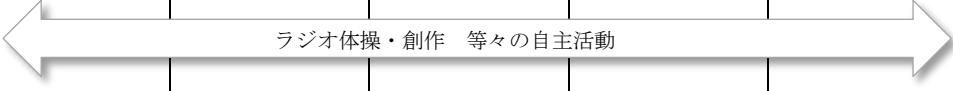
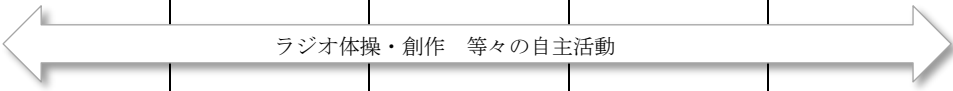
最近のプログラムから **Pick Up** でご紹介

来年は心穏やかにお花見ができますように…と祈いながら、小グループでのお花見散歩をしました。（金屋河川敷公園、栗原川、近隣公園、神社）



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。
- ✓ 塩素系消毒薬を使用し、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。
- ✓ 入口には手指用消毒薬を設定していますが、消毒用アルコールは、入手しやすい状況のため、手洗いの優先でお願いしています。
- ✓ 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。

日	月	火	水	木	金 1	土 2
		【ご注意】 今後の状況の変化により、 閉所する場合があります。			ラジオ体操・創作 等々の自主活動	
3	4	5	6	7	8	9
						
10	11	12	13	14	15	16
						
17	18	19	20	21	22	23
						
24/31	25	26	27	28	29	30
						

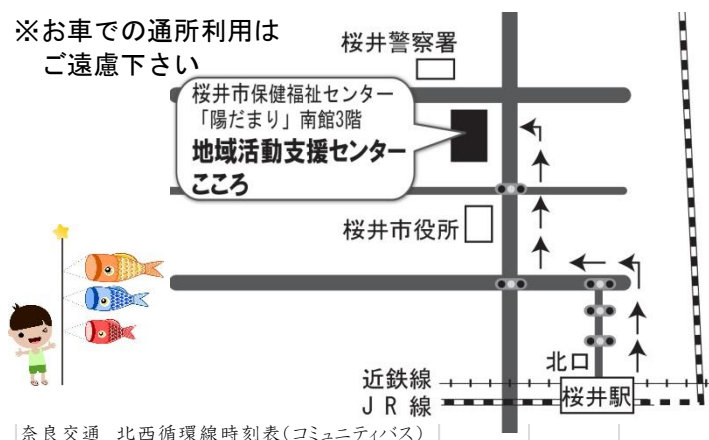
【生活リズムを乱さないために】 気をつけたいポイントあれこれ

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♪

※お車でのご遠慮下さい



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。

【バスでお越しの場合】

・奈良交通(桜井市コミュニティバス)

「桜井駅北口」⇒「桜井循環路線北西」に乗車し「桜井市保健福祉センター前」で下車します。

バス停桜井駅北口→粟殿口→桜井市役所→桜井市保健福祉センターで下車します。

桜井市保健福祉センター「陽だまり」南棟3階

* 反対側の路線(車線)のバス停(桜井市保健福祉センター)からも、奈良交通のバスに乗車できます。粟殿口を経由して桜井駅北口へ着きます。

写真付きの手帳をお持ちの方は(半額 100 円)

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	17:05
-------------	-------	-------	-------	-------	-------