

2021 年 8 月号 No.85

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**

太陽が照りつける夏本番スタート。大気の状態が不安定になり局地的ゲリラ豪雨も増えています。コロナ感染予防や熱中症対策に加え天気予報をまめに確認することも生活習慣に取り入れながら元気に無事に乗り切りましょう！



かき氷 30 円 随時、受け付けています〜♪

新型コロナウイルス感染症予防の観点から、各自しっかり予防対策し、自分の分は自分で作るシステムで〜す。

セルフサービス♪



イチゴ・ハワイアンブルー好きなシロップをかけてヒンヤリ〜美味しい(*^▽^*)

★★ メンバー記者 corner ★★

絵画作品展応募にチャレンジ

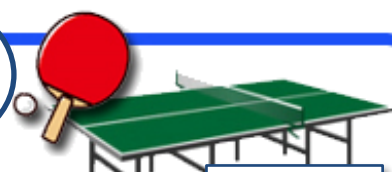
「ビッグ幡 in 東大寺」に応募したメンバーさんの中から、4 名の方が感想を寄せて下さいました！ (^ ^)



秋の
展示会
皆で観に
行きま
しょう〜

- 普段、何気に見ている木。描いてみると、木の枝に色々な緑の葉が組み重なり、夏らしい木の作品に出来上がったと思います。沢山の人の見ていただけたら嬉しいです。★メンバー記者:ハスミン★
- 蝶々も百合も自然界の生物です。生物とふれあうことは、とても心にいいことだと思います。★メンバー記者:きみたん★
- ゴッホ、ピカソ、セザンヌ…、目指すはゴッホ！多くのの人に作品を観てもらえますように。★メンバー記者:T.F★
- 今年の柿も豊作であつたらいいのになあと願いをこめて、柿の絵を描きました。★メンバー記者:ミワちゃん★

卓球 クラブ



「こころ」で盛り上がりよう

**オリンピック観戦！
一緒に応援しませんか**



卓球テレビ観戦スケジュール※日本出場の場合

●8/3 (火) NHK 総合

【09:05~12:45】男女団体 準々決勝

●8/5 (木) NHK 総合

【10:50~14:00】女子 団体 3 位決定戦

●8/6 (金) NHK 総合

【10:50~14:00】男子 団体 3 位決定戦

※視聴スケジュールは変更になる場合があります。

※他時間でのテレビ視聴も可能です。その場合は他の利用者の方へ TV 視聴することの同意・了解を得てからご覧ください。テレビの音が苦手な方もおられます。お互い安心して過ごせるよう配慮の気持ちを大切に。



ユウちゃん

イオン駐車場で突然話しかけられた「おはよう、まつすんさん」

「か細い若い女性の声。」「なんですか」

「私、ユウコっていいです」「私はこの茂みで死にました」「戦後の食糧難のときです」

「お願いだからコーヒータン牛乳を飲んでいただけませんか」「あれ、私、大好きだったんです」

オレはカフェオレを買って飲んだ。



★メンバー記者:まつすん★



※新型コロナウイルス感染拡大防止のために、プログラムの変更・延期・中止場合があります。あらかじめご了承ください。

8月		月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7	
	室内カラオケ 13:00～16:00 (1人4曲)	 卓球クラブ 対戦テレビ観戦	こころ菜園・ラジオ体操・創作・卓球・ジグソーパズル・ハンドメイド等々の自主活動	 卓球クラブ 対戦テレビ観戦	 卓球クラブ 対戦テレビ観戦		
8	9	10	11	12	13	14	
		こころ菜園・ラジオ体操・創作・卓球・ジグソーパズル・ハンドメイド等々の自主活動	室内DVD鑑賞会 13:30～15:30頃	こころ菜園・ラジオ体操・創作・卓球・ジグソーパズル・ハンドメイド等々の自主活動	こころ菜園・ラジオ体操・創作・卓球・ジグソーパズル・ハンドメイド等々の自主活動		
15	16	17	18	19	20	21	
	こころ菜園・ラジオ体操・創作・卓球・ジグソーパズル・ハンドメイド等々の自主活動	軽食会 参加費 250 円 10:00～13:30	こころ菜園・ラジオ体操・創作・卓球・ジグソーパズル・ハンドメイド等々の自主活動	こころ菜園・ラジオ体操・創作・卓球・ジグソーパズル・ハンドメイド等々の自主活動	軽食会 参加費 250 円 10:00～13:30		
22	23	24	25	26	27	28	
	室内DVD鑑賞会 13:30～15:30頃	こころ菜園・ラジオ体操・創作・卓球・ジグソーパズル・ハンドメイド等々の自主活動	こころ菜園・ラジオ体操・創作・卓球・ジグソーパズル・ハンドメイド等々の自主活動	室内カラオケ 13:00～16:00 (1人4曲)	こころ菜園・ラジオ体操・創作・卓球・ジグソーパズル・ハンドメイド等々の自主活動		
29	30	31	【警報発令時の対応について】				
	こころ菜園・ラジオ体操・創作・卓球・ジグソーパズル・ハンドメイド等々の自主活動	お菓子作り 参加費 150 円 13:00～14:30	☐ 午前8時30分現在で、桜井市に警報発令されている場合【自宅待機】 ☐ 午後1時現在で、警報が引き続き発令されている場合【休所】 ☐ 来所滞在中の発令については、【状況を見ての判断】になります。				

ご報告

2021年7月の地活こころの様子を Pick Up でご紹介します～♪

【7/6】茅の輪くぐり…大神神社へ

夏越の祓（なごしのはらえ）の神事、故事にちなんで三霊木をかかげた茅の輪をくぐって無病息災祈願、メンバーさんと行かせていただきました。今年は、境内で2ヶ所の八の字回り、おみくじも、縁起物で2倍の嬉しさ兼ねて、厳かな気持ちを頂きました。三輪大明神縁起に杉・松・榊の三木は「神霊の宿りたまう霊木」、今年後半も健やかに過ごせますように。

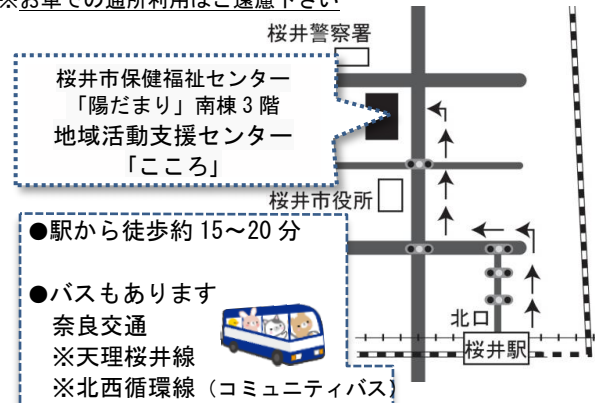


こころ菜園収穫祭&夏のお菓子づくり

やっとなと色とりどりの、トマト・オクラが誕生です。水やりの成果で、まあ～るく、なあ～がく、甘いもの存分に収穫しながらいただきます。久しぶりの、手作りおやつは、なにかな？ やっぱり「和風パフェ」に決まり、わらび餅に粒あんの組み合わせで夏デザートが出来上がり♪ もぎたてトマトも添えて色鮮やか～、甘いものを頂くと夏の疲れも吹き飛びますね♪



※お車での通所利用はご遠慮下さい



循環路線（西北部）	毎日運行
桜井駅北口	10:02 11:32 13:02 14:32 16:02
薬殿口	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
保健福祉センター（※こちらで下車ください）	10:06 11:36 13:06 14:36 16:06

◆帰り「桜井駅」方面へは、道路を渡って反対側車線のバス停から乗車します。

奈良交通（天理桜井線）※桜井駅北口までの所要時間 約 4分						
桜井市保健福祉センター	10:30	11:43	13:07	14:24	15:50	17:37
桜井駅北口						

「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイント



- マスク着用時は、激しい運動は避けましょう
- のどが渇いていなくても、こまめに水分補給をしましょう
- 暑さを避けましょう
 - ・ 涼しい服装、日傘や帽子
 - ・ 少しでも体調が悪くなったら、涼しい場所へ移動
 - ・ 涼しい室内に入れなければ、外でも日陰へ
- エアコン使用中も、こまめに換気をしましょう
 - ・ 窓とドアなど2ヶ所を開ける
- 暑さに備えた体づくりと、日頃から体調管理をしましょう

※厚労省 HP より抜粋



ホームページから「こころ NEWS」
(PDF データ) が見られます。