

ae ころ NEWS NO.6

編集発行: 社会福祉法人 桜井市社会福祉協議会

地域活動支援センター「ころ」

〒633-0091 奈良県桜井市大字桜井 535-1

TEL: 0744-45-1030 FAX: 0744-46-5052

地域活動支援センター「ころ」

Report

3月17日(月)は、初めて室内運動に皆でチャレンジしました。やりたいプログラムに各自分かれ、バドミントンや卓球、ソフトバレーで体を動かしました。学生時代にやっていたスポーツを思い出し、懐かしみながらしている姿が印象的でした。「元〇〇部やってんで!」「僕もやー」「なかなかやるなー」等、いつもとは違う一面が見られたり、「久しぶりに体を動かせて、ストレス発散になったー」と話が盛り上がりました。



3月20日(木)は、外食の日でした。あいにくの大雨となりましたが、ココス(COCO'S)に行きました。

ライスは大盛♪スープバー・ドリンクバーは、多種類・飲み放題♪♪女子チームもデザートまでしっかり食べ、おなか一杯、大満足でした。



彼岸も過ぎ、だんだん暖かくなってきました。花粉症の方は、しんどい季節ですね。ちなみに、最近は黄砂や PM2.5 の影響もあるので、マスクをする方が良さそうです。天気のいい日は、ウォーキングをしています。皆で楽しみながら、体をどんどん動かしていきましょう!

《スタッフより》

東日本大震災より、三年経ちました。「ころ」では、3月25日(火)に避難訓練を行いました。利用時間中の災害を想定し、防災セットや非常食、懐中電灯などを備蓄しています。



皆さんも、日頃から災害に直面した時を考え、いざという時 慌てず適切な行動ができるようにご家族と相談したり、非常持出品を準備したり、心がけてくださいね。



《メンバーより》

「ころ」は、一人家におれない私にとって“行きたいと思う”場所です。スタッフさんとヨガをしたり、女子チームでネイルを楽しんでいます。ヨガマットは、カラフルできれいです。また、スタッフさんに心のケアにのってもらったり、メンバーさんと集える場所が出来てよかったと思っています。



Voice

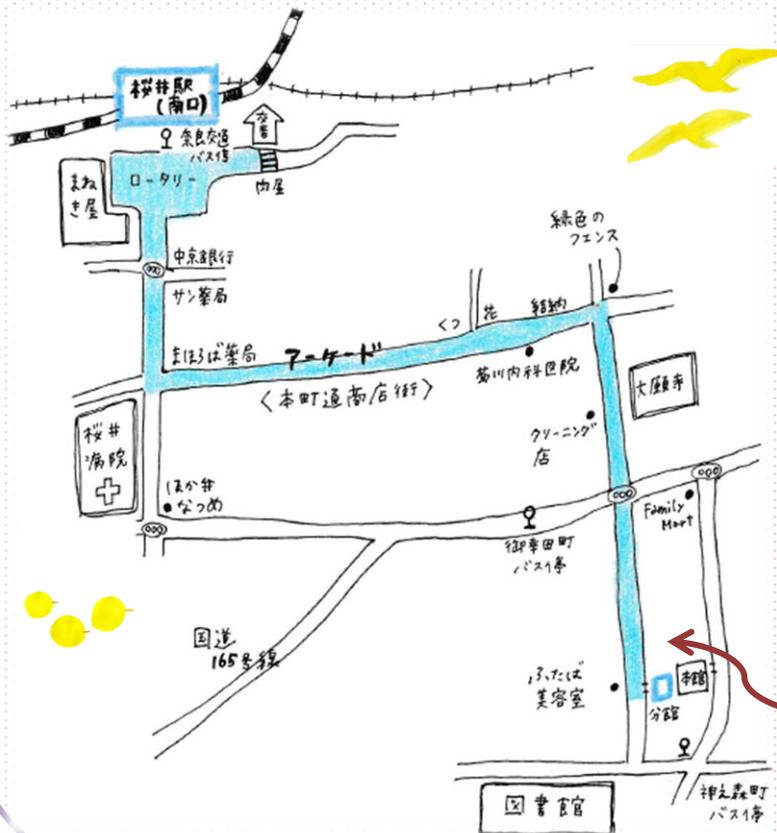
4月予定表

月	火	水	木	金	土	日	
	1	2	3 10時半～	4 9時半～13時	<div style="border: 1px solid #f5c6cb; border-radius: 50%; padding: 10px; display: inline-block;"> 毎週金曜日 PM 女子会計画  </div>	6	
ものづくり			お花見 	昼食会		7	8
7	8	9 13時半～	10 13時半～	11 9時半～13時		12	13
ものづくり	図書館の日 	ミーティング	昼食会				
14	15	16	17 13時半～	18 9時半～13時		19	20
ものづくり			ミーティング	昼食会			
21	22	23 13時半～	24 13時半～	25 9時半～13時	26	27	
ものづくり	室内運動	ミーティング	昼食会				
28	29	30	5月1日	5月2日	5月3日	5月4日	
	昭和の日						

* 4/9(水) 図書館に行かれる方は、13時半に「こころ」に集合してください。

* 開所日時：9時30分～17時(月曜日～金曜日)。土、日、祝日は、お休みです。

地 図 …… 駐車場はありませんので、お車での通所利用はご遠慮下さい。【徒歩でお越しの場合】



桜井駅下車 南口から徒歩約10分
 桜井駅(南口)より、交番前の横断歩道を渡り、「中京銀行」方面へ。「まほろば薬局」の角を左折し、アーケードに沿って、本町通商店街を直進。緑色のフェンスが見えたら、右折。(細い道) 信号を渡り、直進。福祉センターは左側にあります。(右側に「ふたば美容室」があります。)

【バスでお越しの場合】

奈良交通(桜井市コミュニティバス)多武峰線
 「桜井駅南口」⇒「神之森町」下車 徒歩約1分

桜井市社会福祉協議会
 福祉センター分館 2階
 地域活動支援センター「こころ」

