



こころ NEWS



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「こころ」

〒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

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



Report

地域活動支援センター



みなさん、からだ、こころのバランスはいかがですか？今年の寒さはとても体調にも影響があったのではないかと思います。そんな寒い日々の中、地域活動支援センター「こころ」を利用していただき、ありがとうございます。季節の変わり目になりますので、体調に気をつけながら毎日を過ごしていきましょう。

❄️ 手洗い・うがい・栄養バランスを考えた食事・入浴・十分な睡眠時間が大切です。❄️

2月1日(木)はお菓子づくりでした。バレンタインの月でもあり、「チョコ・マシュマロサンド」をつくりました。クラッカーやクッキーにやわらかくしたマシュマロを挟み、溶かしたチョコレートをコーティングして出来上がり！やわらかいマシュマロが固まる前に、バランスよくサンドするのが難しかったです。今月は、男性のメンバーさんも多数の参加があり、早々のバレンタインとなりました。

3月8日(木)のお菓子づくりは、「ベビークステラ」をつくりますので是非、ご参加ください。(参加費 150 円、エプロン、三角きん、マスク、手拭きタオルをご用意ください。)

2月16日(金)は、ミーティングでみなさんと話し合いをしました。決定事項をお知らせします。

♥平成 30 年 5 月 20 日(日)・・・陽だまりフェスタの開催に合わせて、地域活動センター「こころ」での取り組み

* 作品展示 (みなさんのご協力をお願いします。)

- ・月めくりカレンダー
- ・書道(季語、四季の詩等)
- ・クイズコーナー
- ・子供プレールーム(室内遊具、折り紙のこま、動物マスコット)
- ・編み物(編み物教室での作品)

* 手作り作品の販売

- ・ぞうきん
- ・アームバンド
- ・巾着袋
- ・アクリル毛糸小物(アクリルたわし)
- ・ビーズ小物(子供向けネックレス等)

♥平成 30 年度・・・日帰旅行

* 春・・・5月25日(金)

宇陀アニマルパーク・・・動物とのふれあい観光
 参加費・・・おこづかい自由(個々にお任せします)
 * 食事(自己負担)

* 秋・・・10月19日(金)

淡路島・・・明石海峡大橋を渡り、北部方面の観光
 積立金・・・5000 円(観光地の入場料等、おこづかい)
 * 食事(自己負担)・余裕を持って金銭をご用意ください

* 5月25日(金) * 10月19日(金)は、地域活動支援センター「こころ」を閉所します。

観光地やイベント情報を、雑誌やパソコンで調べながら、今後のミーティングで詳細内容を考えていきましょう。2か所共に、バスの手配がありますので事前に参加人数を確認します。地域活動センター「こころ」事務所まで、ご連絡をお願いします。

淡路島に関しては、1月から、月 500 円の積み立てをしています。随時、受け付けていますのでスタッフまでご連絡ください。当日の一括払いも可能ですので、多数のご参加をお待ちしています



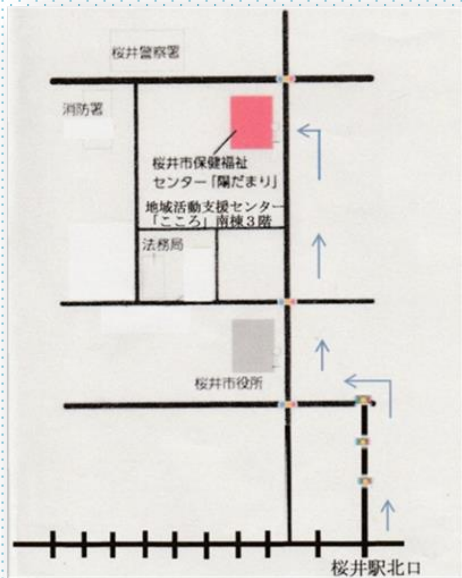
H30.3月予定表



| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|-------------------------|----------------------|-------------------|---------------------|---------------------|----|
| | | | | 1 | 2 | 3 |
| | | | | 午前～卓球 午後～創作活動 | 10時～昼食会 午後～ラジオ体操 | |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| | 午前～ラジオ体操 午後～創作活動 | 10時～昼食会 午後～ラジオ体操 | 13時～編み物教室 | 午前～卓球 13時半～お菓子作り | 10時～昼食会 午後～ラジオ体操 | |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| | 午前～ラジオ体操 午後～創作活動 | 10時～昼食会 13時～読み聞かせ | 13時～16時 室内カラオケ | 13時～16時 室内カラオケ | 10時～昼食会 午後～ラジオ体操 | |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| | 午前～ラジオ体操 13時半～ミーティング | 10時～昼食会 13時半～SST | 春分の日(祝日) | 午後～卓球 午後～ラジオ体操 | 10時～昼食会 午後～ラジオ体操 | |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |
| | 午前～創作活動 午後～創作活動 | 10時～昼食会 午後～ラジオ体操 | 13時～編み物教室 | 13時半～ウォーキング | 10時～昼食会 午後～ラジオ体操 | |

* 開所日時：9時～17時(月曜日～金曜日)。土、日、祝日はお休みです。

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(北口から徒歩20分約)

桜井駅(北口)より、北へ直進、3つ目交差点(御簾 歯科)を左折、次の桜井市中央公民館前信号交差点を右折し直進。桜井市役所の前を過ぎ、直進すると前方左手に桜井市保健福祉センター「陽だまり」があり、3階に地域活動支援センター「こころ」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)

「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

地域活動支援センター「こころ」へお越し下さい。

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 | 14:16 | 15:50 | 17:05 |

* 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。

粟殿口を經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)

最終乗車時間17:05

