

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奈良県桜井市粟殿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**

新緑の青葉がすがすがしく、青空の下泳ぐこいのぼりを見かける季節になりましたが、気温差が激しい時期です。新型コロナウイルス対策で推奨されているマスクの着用ですが、汗ばむ陽気の屋外では熱中症にも注意しましょう。

今年も始まるヨ こころ菜園

ガーデニングで、気分転換しよう(*^▽^*)

今年はどうな野菜に 挑戦しますか?

すくすく育つ夏野菜。6~8月収穫をめざし、いっしょに野菜の植え付けをしませんか? 将来を期待できることが園芸の醍醐味。育てて、収穫して、美味しく頂きましょう!

陽だまり敷地内に、植え付けます♪

- 時 間: 5月10日(火) 13:30~
- 苗購入: 近くのホームセンターへ let's go!
- 場 所: 陽だまり敷地内。
- 今 後: 水やりを継続し、定期的に観察会
- 当日参加 OK。事前の申し込みは不要!



参加者
募集中

引き続き「地活こころ杯」開催中!

★パソコン タイピングコンテストも同時開催

- スパイダーボール大会 5/16~5/20
- スキットルフィッシング大会 5/23~5/27



ひでこ 写真家Hideko

春、ツバメの
子供が育ちまし
た。元気に巣立ち
ますように。6羽
のツバメです。なかよく、飛ん
で行ってください!



メンバー記者 corner

「こころ杯」2連覇!

「バターゴルフ大会」「輪投げ大会」両方で優勝しました。嬉しかったです。優勝のコツは...、言いません。人に言ったら、次から負けそうな気がします。景品は、キットカット2つと、チョコレートでした。

★メンバー記者: 洋★



作りました!
色、めつちや、悩みました。こころへの道
中も、帰宅後、寝る前も、ずっと考えて
いました。一位は、トロフィーと同系色
の黄色。二位は、私が好きな水色。三位
はシンプルにわかりやすく黒色で表現
しました。楽しかったです。またやりた
いです。次はボーリング大会の結果報告
ポスターに、一からチャンレンジする!

★メンバー記者: 一虎★

「こころ杯」結果報告ポスター

天理市の路地裏、神社の近くに「東来軒」
はある。チャーシューチャンポンを出す店で、
その味はとてもおいしい。今日、仕事が終わった後、JRで天理
まで行ったらふく食べた。とろみのあるスープを飲みほすま
で無心で食べた。店内は少しせまいが、6人ぐらゐは店には入
れる。店の店長もおばさんも愛想がいい。おすすめのお店です!

★メンバー記者: まつすん★



とうらいけん
東来軒

ちゃんぽん





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♪



月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13
15	16	17	18	19	20
22	23	24	25	26	27
29	30	31			

ラジオ体操・創作・卓球・読書・静養・散歩・おしゃべり会・こころ杯 随時

ラジオ体操・創作・卓球・読書・静養・散歩・おしゃべり会・こころ杯 随時

ラジオ体操・創作・卓球・読書・静養・散歩・おしゃべり会・こころ杯 随時

ラジオ体操・創作・卓球・読書・静養・散歩・おしゃべり会・こころ杯 随時

ラジオ体操・創作・卓球・読書・静養・散歩・おしゃべり会・こころ杯 随時

ラジオ体操・創作・卓球・読書・静養・散歩・おしゃべり会・こころ杯 随時

13:00~16:00
カラオケ

13:30~14:30
こころ菜園
(苗の植え付け)

ラジオ体操・創作・卓球・読書・静養・散歩・おしゃべり会・こころ杯 随時

ラジオ体操・創作・卓球・読書・静養・散歩・おしゃべり会・こころ杯 随時

13:30~14:30
こころ菜園
(観察会)

13:30~14:30
こころ菜園
(観察会)

ラジオ体操・創作・卓球・読書・静養・散歩・おしゃべり会・こころ杯 随時

ラジオ体操・創作・卓球・読書・静養・散歩・おしゃべり会・こころ杯 随時

13:00~16:00
カラオケ

ラジオ体操・創作・卓球・読書・静養・散歩・おしゃべり会・こころ杯 随時

13:30~14:30
こころ菜園
(支柱立て)

ラジオ体操・創作・卓球・読書・静養・散歩・おしゃべり会・こころ杯 随時

ラジオ体操・創作・卓球・読書・静養・散歩・おしゃべり会・こころ杯 随時

ラジオ体操・創作・卓球・読書・静養・散歩・おしゃべり会・こころ杯 随時

ラジオ体操・創作・卓球・読書・静養・散歩・おしゃべり会・こころ杯 随時

13:00~16:00
カラオケ

ラジオ体操・創作・卓球・読書・静養・散歩・おしゃべり会・こころ杯 随時

ラジオ体操・創作・卓球・読書・静養・散歩・おしゃべり会・こころ杯 随時

● 毎日午前・午後の2回、こころ菜園の水やりします。一緒に育てましょう♥

● 新型コロナ感染状況をふまえ、引き続き調理などのプログラムを自粛します。ご自分のペースを大切に、自主活動でお過ごしください。

ご報告

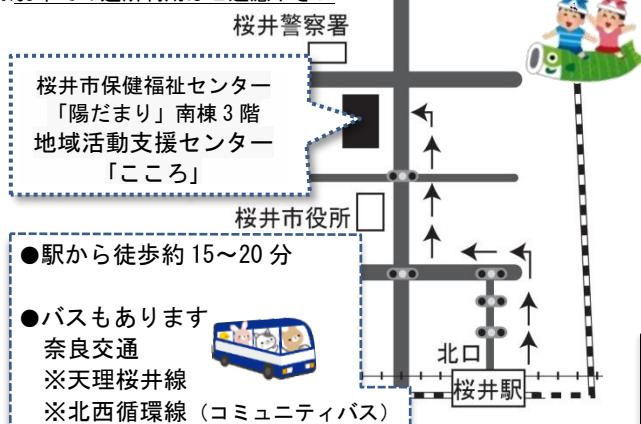
2022年4月の地活こころの様子を
Pick Upでご紹介します~♪

お花見 幾坂池の一本桜



天理市幾坂池の一本桜、池に接する畑に植えられた菜の花とピンク色の桜が春の陽射しを浴びてうっとりとした花見会撮影や、また隣接する3月21日に開村した「奈良歴史芸術文化村」のテラスからの池とされ桜で春を愛でました。文化村の物産物、伝統工芸品、芸術アート、文化財展示を鑑賞と盛りだくさんのお花見散策できましたよ!~!期間限定展示物「長岳寺の地獄絵図の掛け軸」にも圧巻の出会でした。

※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	13:02	16:02
粟殿口	10:03	13:03	16:03
桜井市役所	10:05	13:05	16:05
桜井市保健福祉センター (※こちらで下車ください)	10:06	13:06	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4分

桜井市保健福祉センター	10:30	11:43	13:10	14:24	15:50	17:37
桜井駅北口						

こころ杯 大盛況! ありがとう



こころ杯~リベンジ出来た!(^^) 第1~4回
今回も、やって来ましたよ~何でも選手権大会中、パターゴルフ&輪投げを2連勝したメンバーさんや、けん玉では、飛行機技の連続点を出してナンバーワン毎週選手権大会の表彰式(表彰状~景品「チョコ」)でお祝いでした。

4月の実施種目	エントリー	最高点	優勝者
パターゴルフ大会	16名	21	洋さん
輪投げ大会	16名	20	洋さん
けん玉大会	14名	180	はすみんさん
室内ボーリング大会	次月号でご報告します~		



遠足 春のお出かけ

4月28日(木)の遠足は、メンバーさん&スタッフのミーティングにて、下記に決定しました!「こころ NEWS」6月号でご報告予定です。お楽しみに♪

- 奈良カエデの郷ひらら
- うだ・アニマルパーク



ホームページから「こころ NEWS」
(PDFデータ)が見られます。

<http://www.sakuraisyakyo.jp/>

※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。

