



# 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**

明けましておめでとうございます。皆さま、年末年始はどのようにすごされているでしょうか。健康管理に気をつけながら、冷えた空気でシャキッと、気持ちも新たに一年をスタート！2024年もどうぞ宜しくお願いします。



## 恒例 初詣 大神神社

※小雨決行・荒天中止

1月29日(月) 10:00~14:00頃

●場所：大神神社 二の鳥居 現地で集合/解散

●昼食：近辺で外食(予定)

●切：前日までに申し出ください。

※外食のお店は、参加の皆さんと話し合って決定します。昨年はにゅう麺や甘酒などを頂きました。(飲食費は各自負担)



1/12(金)

10:00頃~ ぜんざい

【参加費 200円】当日参加OK  
ゆであずき缶で簡単！ほっこりぜんざいで温まりましょう♪  
朝10時までに来所下さい。  
※食後の休憩後、皆で15分程度のお掃除タイムあります。



1/19(金)

13:30~ 卓球選手権

2024 初対戦！ふるってご参加下さい

1/25(木)

13:00~15:30頃

テニスサークル

参加費 150円  
(テニスコートレンタル代)

寒さに負けず第6回、参加者募集中♪

## 迎春 いろいろ「大会」特集

得意分野で、どしどしチャレンジ♪

すべての大会に賞状&ささやかな景品がつきますヨ

● 5日(金)	福笑いゲーム大会
● 9日(火)	ジェンガ大会
● 10日(水)	カラオケ大会
● 11日(木)	豆つかみ大会

challenge



## CINEMA 外食&映画館

●日時：1月24日(水)朝10:00 JR 桜井駅改札口集合

●場所：TOHO シネマズ橿原(橿原アルル)

●映画：参加者同士で相談。現在の候補「ウィッシュ」「劇場版 Spy x Family Code White」等々

●昼食：橿原アルル 2F フードコート



●予算：目安 3,000円

内訳→ 交通費 420円 (JR 桜井駅⇄金橋駅 往復)

映画鑑賞料金→福祉手帳持参で1,000円

昼食→1,000円前後 **JR 桜井駅集合&解散**

●切：1月19日(金)までに参加表にご記入下さい。  
ルンルン♪街へ繰り出そう♪(\*。\*)/

◆◆◆◆年始の心境を表現しよう◆◆◆◆

## 恒例 書き初め コーナー設置中

●今年はどうな言葉でスタートしますか？



★メンバー記者 take★



奈良県障害者作品展  
◎優秀賞 受賞

思いもよらな  
かったよ  
うな出来  
事だった  
ので、し  
っかりし  
ました。

## ★メンバー記者 corner★

★メンバー記者：甘党

「昔の頃は、辛い記憶がよみがたつたらい時があります。そんな時の対策のひとつが、「お菓子作り」です。手順通りに作れば、必ず甘くて美味しい食べ物が出るから、少し救われる気がするのです…。

ふいに、辛い記憶がよみがたつたらい時があります。そんな時の対策のひとつが、「お菓子作り」です。手順通りに作れば、必ず甘くて美味しい食べ物が出るから、少し救われる気がするのです…。



★メンバー記者：ひでん★

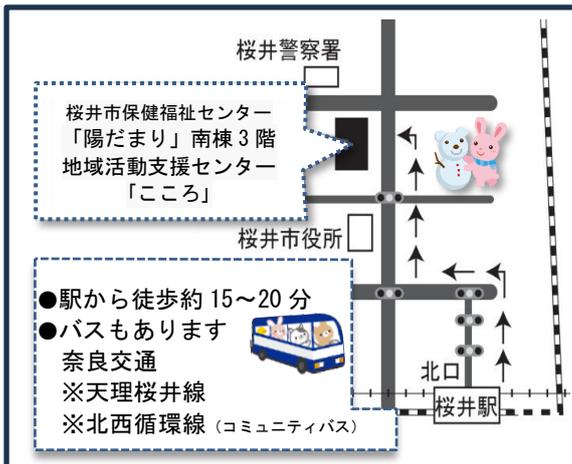


今年のパン  
ジヤンポ  
辰年を、上  
花絵を、ま  
から撮りま  
した。よう  
いませうあ  
ります。

♡安倍文殊院

# 1月

	月	火	水	木	金	土
1	地活「こころ」は年始1月4日(木)から開所です					
	2	3	4	5	6	
	7	8	9	10	11	12
	13	14	15	16	17	18
	19	20	21	22	23	24
	25	26	27	28	29	30
	31	2024年 新年こころ 掲示板を設置しています 今年「地活こころ」で実現したいことを気軽に付箋に書いてください。掲示板に貼って皆で共有しましょう♪ (*^-*) /				



### バス時刻表

[咲~くるライン(西北部循環)] 平日

桜井駅北口 2番	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	10:06	13:06	16:06

※こちらで下車ください

奈良交通(61 62 63 64 天理駅)			
奈良交通(天理桜井線)※桜井駅北口までの所要時間4分			
桜井駅北口2番	9:26	10:05	10:50
桜井市保健福祉センター			12:05
			13:35
			14:39
			16:04

◆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	11:44	13:24
桜井駅北口			14:24
			15:50
			17:37

**プログラムの参加・不参加は自由です。**

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。