

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

昼夜の寒暖の差が激しいものの、暖かな陽の光とともに小さな虫やかわいらしい花草を見かける季節となりました。地活こころ周辺には、桜の名所がたくさんあります。お天気の良い日には、春を探しにお散歩に出かけましょう♪

Special
企画

ついにファイナルシーズン第三弾「社会人編」

藤田事務局長〇×クイズ大会

●日 時：3月●日(●) ※日程調整中

遠足バス車中での恒例行事として馴染み「局長〇×クイズ大会」
「少年編」「青春編」を経てきましたが、今回ついに「社会人編」を
地活こころフロアで実施します。奈良の地に生まれた少年の、社会人
生活への旅立ちの軌跡。今、明かされる驚愕の事実！ついにファイナルシーズン！
どんなクイズが飛び出すか！？興味津々(*。*) どうぞ、ふるってご参加ください。



お花見 特集

今年の桜は早い?!かも…

13:30 集合【雨天中止】

🌸3/12(火) _____

大和川の早咲き「河津桜」

早くて長く咲く桜! つくしもニヨキ! ニヨキ!

🌸3/18(月) _____

三輪恵比須神社「しだれ桜」

立派な枝垂れ桜。今年も会いに行きます♪

🌸3/19(火) _____

金屋河川敷公園

提灯も並ぶ長い桜のトンネルをくぐろう~

🌸3/25(月) ※雨天決行・荒天中止一

等彌神社 (7名以上の場合は抽選)

図書館近くおなじみの場所へ車で let's go

🌸3/26(火) _____

粟原川沿い桜

あたり一面を桜色に見事に染め上げます。

🌸3/27(水) _____

大神神社展望台

たくさんの種類の桜が植えられており、眺望も抜群! めぐるめく桜の世界に浸ります。

第2弾

地域福祉係

「調理師免許」国家資格保持者から学ぶプロの技

係長のお菓子教室 ♪ 生キャラメル

●日 時：3月8日(金) 13:30~15:00頃

●参加費：300円 ●締め切り日：3月5日(火)

プレゼントしてもよし、自分用もあり!

ホワイトデーのお菓子を手作り♪これを覚えておけば、あなたもキャラメル作り達人に
「目からうろこ」のプロ技を、今回もばっちり習いましょう。(*^*)v



New

地域の少年野球のコーチを長年務める社協職員(陽だまり2階)の

やまなさんと♪青空の下、広ーい場所で、 キャッチボール

●日 時：3月28日(木) 13:30~15:00頃

●参加費：無料 ●締め切り日：3月26日(火)

桜吹雪舞う春の日に、思いっきり深呼吸しながらキャッチボールしよう!

※お持ちの方はグローブを持参下さい。【雨天延期】



★メンバー記者
コーナー★

★メンバー記者…



ひでこ
ジカメで撮りました。

きれいやなあ

まつすん

★メンバー記者…

さな旅。



行くぞと
気合を入れ
る。朝の小
をたつぷり吸ってリフレ
ッシユ。さあ、仕事に
が朝に山のマイナスイオン
をたつぷり吸ってリフレ
ッシユ。さあ、仕事に
行くぞと
気合を入れ
る。朝の小
をたつぷり吸ってリフレ
ッシユ。さあ、仕事に



でせえぜえ
散歩コー
ス。団子坂
朝、四十分
かけて歩く
好き。毎
好き。毎
朝、四十分
かけて歩く
散歩コー
ス。団子坂

☀朝活

榎原神社が



【お願い&ご注意】

年度末のため、予定変更の可能性があります。プログラム参加目的で来所される際は、ねんのため、事前にお電話でお問合せ下さい。よろしくお祈りします。

日	月	火	水	木	金	土	
	3月	【昼食会】 参加費 300 円・当日参加 OK。事前予約不要です。 プロン&三角巾を持参の上 10:00 までに来所ください。 5 日 (火) 非常時に役立つ! 「災害食レシピ」 電気・水などが使えない時にできることがあります。 いざという時にあわてない! 「おいしい防災レシピ」 に挑戦しよう~			1	11:00 頃 ラジオ体操 朝の集い 13:30~14:30 頃 ひな祭り 雛あられで、 おしゃべり会	2
3	4	5	6	7	8	9	
	11:00 頃 ダンス体操・朝の集い 13:30~15:30 頃 第2弾リサイクル ショップへ行こう! けん玉大会 Week 8 日 (金) まで いつでもチャレンジ	10:00~13:30 昼食会&掃除 「災害食レシピ」 に挑戦しよう~ 参加費 300 円 14:30~13:30 キャンدل作り	11:00 頃 ダンス体操・朝の集い 13:30~14:30 まんだら塗り絵 15:00 頃 ハンドメイド 編み物	11:00 頃 ダンス体操・朝の集い 13:30~14:30 室内 ヨガ 15:00 頃 ゲーム トランプ	13:30~15:00 頃 お菓子作り 参加費 300 円 ホワイトデー 生キャラメル 16:00~ けん玉大会 表彰式・景品授与		
10	11	12	13	14	15	16	
	11:00 頃 ラジオ体操 朝の集い 13:10~16:00 室内 カラオケ 輪投げ 大会 Week 15 日 (金) まで いつでもチャレンジ	10:00~13:30 昼食会&掃除 参加費 300 円 13:30~15:00 頃 お花見散歩 【雨天中止】 河津桜 大和川沿い	11:00 頃 ダンス体操 朝の集い 13:30~14:30 卓球練習試合 ハンドメイド	11:00 頃 ラジオ体操 朝の集い 13:00~15:30 頃 テニスサークル 【雨天中止】	10:00~13:30 昼食会&掃除 参加費 300 円 (仮) 13:30~15:00 頃 局長〇×クイズ大会 日程変更予定 16:00~ 輪投げ大会 表彰式・景品授与		
17	18	19	20	21	22	23	
	11:00 頃 ダンス体操 朝の集い 13:30~14:30 頃 お花見散歩 【雨天中止】 しだれ桜 恵比須神社	10:00~13:30 昼食会&掃除 参加費 300 円 13:30~14:30 頃 お花見散歩 【雨天中止】 金屋 河川敷公園	【祝日】 春分の日	11:00 頃 ラジオ体操 朝の集い 13:30~14:30 スケッチ会 ハンドメイド 編み物	10:00~13:30 昼食会&掃除 参加費 300 円 13:30~14:30 私の美容/健康 自慢会 第2弾		
24/31	25	26	27	28	29	30	
	11:00 頃 ダンス体操 朝の集い 13:30~15:30 頃 お花見 (車移動) 図書館と等彌神社 【ご注意】参加者 7 名まで 多数の場合は抽選となります	ラジオ体操/朝の集い 13:30~14:30 第30回卓球選手権 13:30~15:30 頃 お花見散歩 【雨天中止】 栗原川	11:00 頃 ラジオ体操 朝の集い 13:30~15:30 頃 お花見【雨天中止】 (現地集合) 大神神社 展望台	11:00 頃 ラジオ体操 朝の集い 13:30~15:30 頃 キャッチボール 芝運動公園 【雨天中止】	10:00~13:30 昼食会&掃除 参加費 300 円 13:30~16:20 頃 室内 カラオケ		

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 (※こちらで下車ください)	10:06	13:06	16:06

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	12:05	13:35	14:39	16:04
桜井市保健福祉センター							

◆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	14:24	15:50	17:37
桜井駅北口						

テニスサークル

再開のお知らせ

春が来たので再開します~♪
 ラケット不要、未経験の方も大丈夫。動きやすい服装と運動靴で、お気軽にご参加ください。

- 参加費 150 円(テニスコート レンタル料として)
- お切日 3月12日(火)

当日は、ボランティアの山ちゃんも参加下さる予定です!お楽しみに~(*~*)/
 【雨天の場合】
 当日、昼過ぎの天候で決まります。(テニスコート管理者判断) 天候が不安定な場合は、地活「こころ」まで、電話にてお問合せ下さい。

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。