

2024 年 5 月号 No.118

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」



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



「陽だまり」の鯉のぼりを見上げる子供たちの笑顔にほっこり♪5月も引き続きお楽しみがいっぱいです～！

資金を貯めて夢を叶える！遠足プロジェクト **START**



遠足の行き先が決定しました！

「しまかぜ」に乗って

鳥羽湾めぐりとイルカ島



しまかぜ弁当

※鳥羽湾巡り遊覧船の船酔いが心配な方は「鳥羽水族館」となります



今月から、金銭管理の勉強会を、定期的を実施します。

確実に積み立てができるように、いっしょに頑張りましょう！

※積み立てのお金は、各自での保管となります。



予算 **12,000 円**

（交通費 + 遊覧船 + 昼食）



夢を、計画して、貯めて、実現しよう♪

5月から2,000円づつ積み立てて、

目標達成!



味自慢 お好み焼き

5/17 日(金) 申込〆切 15 日(水)

すっかきお馴染み！調理師免許を持つ地域福祉係 係長のお料理教室

今月は王道の粉もん！みんな大好き「お好み焼き」に挑戦です



- ふんわりとやわらかい食感の秘密は？
- 生地と具材を混ぜるときのコツは？
- 焼き方で変わるってホントなの？

プロの技をばっちり覚えましょう～

■ 参加費：300 円

■ 10:00～食材買い出し/11:00～調理開始
11:00 からの参加でも OK！

※マスク・エプロン・三角巾 ご持参ください。

キャッチボール **Catch Ball**



新緑の季節、運動でリフレッシュ

5/10 日(金) 13:00～14:30

4月に引き続き地域少年野球のコー

チが

残念ながら、諸事情により

中止

となりました



集合場所：芝運動公園 グランド西側
臨時駐車場付近

今月以降のキャッチボールは、熱中症対策のため、しばらくお休みとなります。

毎月 第1・3(火) 定期開催決定!

ハンドメイド

編み物



5/7・21 日(火) 当日参加 OK

編み物講師ボランティアさんが、丁寧に
ご指導くださいます♪まったく初めての
方も、どしどしご参加中です～(*^^)

- 費用：まずは無料でチャレンジ OK
- かぎ針/棒針、お好みで選べます。
- 編みたい作品があればご相談を♪
- 時間：13:30 ～ 15:30

編み物のリラックス効果がまったり

目標：「今年の冬は、
自作のマフラーで
ぬくぬく」





5月

【昼食会】のお知らせ
月・金の実施に変更
 参加費 300 円／当日参加 OK
 【持ち物】エプロン・三角巾・マスク
 ●10:00 までに参加の連絡を♪
 ●調理開始は 11:00 スタート

5月			【昼食会】のお知らせ 月・金の実施に変更 参加費 300 円／当日参加 OK 【持ち物】エプロン・三角巾・マスク ●10:00 までに参加の連絡を♪ ●調理開始は 11:00 スタート		1	11:00 頃 ラジオ体操 朝の集い	2	11:00 頃 ラジオ体操 朝の集い	3	【憲法記念日】	4
						13:10～16:00 頃 室内カラオケ		13:30～14:30 頃 第 1 回 遠足プロジェクト 金銭管理のために 貯金箱を作ろう			
5	6		7	8	9	10	11				
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。			11:00 頃 ラジオ体操 朝の集い	11:00 頃 ラジオ体操 朝の集い	11:00 頃 ラジオ体操 朝の集い	11:00 頃 ラジオ体操 朝の集い	11:00 頃 ラジオ体操 朝の集い				
			13:30～15:30 頃 ボランティアさん 編み物 お教室 ・当日参加 OK ・初心者歓迎	13:30～14:30 頃 スケッチ 会	13:30～15:30 頃 園芸① こころ菜園 苗購入 & 植え付け	13:00～14:30 頃 キャッチボール 諸事情により 中止					
12	13	14	15	16	17	18					
10:00～13:30 昼食会 & 掃除 参加費 300 円		11:00 頃 ラジオ体操 朝の集い	11:00 頃 ラジオ体操 朝の集い	11:00 頃 ラジオ体操 朝の集い	体操/朝の集い	10:00～14:00 頃 係長のお料理作り 【お好み焼き】 昼食会 & 掃除 参加費 300 円					
13:30～14:30 頃 第 2 回 遠足プロジェクト 「貯めプラン」 考えよう会		外出 13:30～15:30 頃 万葉文化館 図書館(車移動)	13:30～14:30 頃 まんだら 塗り絵	13:30～15:30 頃 工作 粘土細工① 材料費 50 円 言葉にならない感情を 「表現」しよう！	13:00～14:30 頃 キャッチボール 諸事情により 中止						
			トランプ								
19	20	21	22	23	24	25					
10:00～13:30 昼食会 & 掃除 参加費 300 円		11:00 頃 ラジオ体操 朝の集い	11:00 頃 ラジオ体操 朝の集い	11:00 頃 ラジオ体操 朝の集い	10:00～13:30 昼食会 & 掃除 参加費 300 円	13:10～16:00 頃 室内カラオケ					
13:30～14:30 SST ソーシャル・スキル ズ・トレーニング お茶会		13:30～15:30 頃 ボランティアさん 編み物 お教室 ・当日参加 OK ・初心者歓迎	13:30～14:30 卓球練習試合	13:00～15:30 頃 テニスサークル 参加費 150 円 (コートレンタル料) 【雨天中止】	13:10～16:00 頃 室内カラオケ						
			おしゃべり会								
26	27	28	29	30	31						
10:00～13:30 昼食会 & 掃除 参加費 300 円		11:00 頃 ラジオ体操 朝の集い	11:00 頃 ラジオ体操 朝の集い	11:00 頃 ラジオ体操 朝の集い	10:00～13:30 昼食会 & 掃除 参加費 300 円	13:30～15:30 頃 まさかの?! 伝統工芸 くみひも 組 紐					
外出 13:30～15:30 頃 桜井市立 図書館(車移動)		13:30～14:30 第 31 回卓球選手権	13:30～15:30 頃 工作 粘土細工② 材料費 50 円 言葉にならない感情を 「表現」しよう！	13:30～14:30 頃 園芸② こころ菜園 (支柱立て) ゲーム	13:30～15:30 頃 まさかの?! 伝統工芸 くみひも 組 紐						
		トランプ									

★メンバー記者 corner★

★メンバー記者・M・S★

きたいと思っています。

家で頑張っている

洗濯回して干
している。そ
の後、疲れる
のが嫌だ。な
と思うが、自
分自身、もう
少し頑張りま
す。

たまにコーラを飲みたいと思
う気持ちがある。

人とうまい事、付き合ってい
きたいと思っています。



バス時刻			
〔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
栗殿口	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
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	



伝統工芸【組紐】

丸台を使つての本格的な工芸に
チャレンジしてみませんか?

●日時: 5月31(金)

●材料費: 体験は無料

詳しくはスタッフまでお問い合わせ
してください