

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**

残暑厳しい日々ですが、日没が早くなり、秋の虫の声に季節の移り変わりを感じます。深呼吸してふと見上げれば空も澄み渡り心地よい風が吹き抜けます。季節の変わり目の体調管理に気をつけながら、花鳥風月をゆっくり愛でましょう。

～ BBQ で心豊かな自然と食を体験～

10/10(金) 遠足!

ご注意 当日は地活こころを閉所します

- 集 合：陽だまり 1 階玄関 10:00
- 手 段：専用大型バスで移動
- 解 散：陽だまり 1 階玄関 16:30 頃
【雨天決行・荒天中止】
- 申し込み締め切り **9/26 (金)**

バーベキュー
信貴山のどか村 BBQ 生駒郡三郷町信貴南畑

参加費：3,100 円(予定)
〔BBQ 一名税込 2,800 円〕 + 〔入園料 300 円※手帳所持者〕

B セット 牛肉

- ・牛肉 ばら肉 180g
- ・ウィンナー 3 本入りセット 1 セット
- ・おにぎり 1 個
- ・のどか村の野菜バー (野菜食べ放題)

※飲み物を含め食材の持込は出来ません。
※飲み物や園内の別メニューは別途各自でご負担ください。



member reporter ♪ member reporter ♪ member reporter

◆おうちで「タコライス」。

今年の夏は「タコライス」が大活躍でした。「タコライス」はなんとなくゆるい雰囲気のお昼ご飯と親和性があるのだと思います。ケチャップやひき肉やトマトやレタスなど若干のファーストフード感のこの「タコライス」は多分チビっ子達にも受け入れてもらえる味だという確信を得たおうちご飯の「タコライス」でした。

★メンバー記者：一休



◆お盆はイレギュラー

お盆に、弟や姉、甥っ子が、帰ってきた。疲れたのか、次の日、偏頭痛になり、そのまた次の日から一週間、夏風邪をひいた。いつもと違うイレギュラーなときは、何かありやすいが、楽しかったのが、良しとしよう。

★メンバー記者：も



◆昭和のこと

今年、昭和 100 年だ。昭和と言えば、過去の青春。ちょうど今リバイバルで、昔聞いていた歌謡曲を YouTube でよく目にする。当時のシーンが鮮やかによみがえり懐かしく思う。初デートの場面とか：(照)

★メンバー記者：Y




◆心までは憎くない

C さんにどうして腹が立つのだろう。それは C さんに我慢するからかもしれない。C さんに力チンときたら、そのときに言おう。なぜなら C さんの物の言い方が腹立つのだから。それは表面的なこと C さんの内面まで憎いのではないからだ。だから力チンときたら、そのときにちゃんとバトルしよう。そうしないと伝わらないから。

★メンバー記者：まつすん



◆足が痛い

最近、右足が痛い。整骨院にも通っているが、原因は不明。辛いです。痛みがましな時に、太ももの筋力トレーニングに励み、対処しています。早く治ることを祈っています。

★メンバー記者：メルモちゃん



◆蛇の雲

太陽が沈むとき、2 階はエアコンがついていないので、1 階において洗濯物をたたもうとした時に、窓から見た雲が、へびの形に似ていました。

★メンバー記者：ひでこ

