

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**

うろこ雲の高く澄んだ空が美しい季節となりましたが、自律神経の乱れが心配な時期でもあります。軽い運動やストレッチで血行促進&水分補給(涼しくても油断禁物)で、無理せずゆっくり睡眠と食事のリズムを整えていきましょう。



10/10 (金) 遠足のため閉所します!
ご了承くださいませようお願いいたします。



遠足ご参加のメンバーさんには別途、詳細をご案内しますので、事前準備と、当日スケジュール・注意事項のご確認をお願いします。風や光を感じながらゆったり楽しもう♪【雨天決行・荒天中止】

真昼の **お団子を食べながら**
こころ お月見会
6日 (月)
13:30~14:30 当日参加OK!



member reporter ♪ member reporter ♪



◆太陽が沈むとき

電信柱の影を2階から写しました。見てください。

★メンバー記者: ひでこ



◆ビック藩 in 薬師寺にて

自分の描いた作品が薬師寺で揺らめいていました。一人でも多くの参拝客に見て欲しい! 暑い中、薬師寺でのひと時。忘れられない1日になりました。ありがとう! 薬師寺!

★メンバー記者: ハスミン



◆アンパンマン

今年になって、アンパンマンのアニメを見るようになり、とても好きになりました。登場するキャラクターも話の内容も見ていると、ほっこりした気分になり、癒されています。

★メンバー記者: K・K



◆テニスサークル

7月から9月まで猛暑日だったから10月にしました。もし倒れる事もあればえらいこっちゃ!
10月の参加をお待ちしています!

★メンバー記者: てんこちゃん



◆遠足

もうすぐ、秋の遠足。母とよく遊びに行っていたけど、もうどこにも行かなくなった。こころさんに遠足があるとうわかって、とても嬉しくなった。いろんなところへ行きたい。

★メンバー記者: さと子



◆「ナムルピビンパ丼」で「社会とつながる」

僕の食事作りの原点は今思えばこの「ナムルピビンパ丼」から始まったように記憶しています。牛肉の値段に関心を持つようになったり、温泉玉子を自作するようになったり、「にんにく」や「きびさみのり」などの細部にも気を使うようになったり、食事作りを通して、少しですが「社会とのつながり」を感じられるささやかな「やりがい」を大事にしながら暮らして行きたいと望んでいる今日この頃です。

★メンバー記者: 一休

◆不便なI-T

今時は何でもスマートフォン。難しい手続きもみんなインターネット。それが簡単で便利なことだと人々は言う。A I が登場して、企業もA I を仕事に使っている。スマートフォンもパソコンも私は上手く使えない。「情報弱者」とひとくくりにするならその弱者の救済は成されないのか。私にとってI-Tは不便です。それが使えない人のことも考えて。

★メンバー記者: まつすん



◆横断歩道取り締まり

今日、「こころ」に母親と車でむかっていたら、手前のセブイレと郵便局の間の横断歩道の取り締まりで、前の車がかまっていた。片道は渋滞で止まっていただけにそのまま進んでいたら、歩行者を発見しづらく、自分もつかまっていたかも。いやらしい。

★メンバー記者: も

