


こころ NEWS

 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」

〒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

TEL: 0744-45-1030 FAX: 0744-46-5052



H30. 11 月予定表

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
					10時～ 昼食会	文化の日
4	5	6	7	8	9	10
	10時～演奏会	10時～ 昼食会	10時～デッサン	13時～お菓子作り (焼いも)	10時～ 昼食会	
11	12	13	14	15	16	17
	13時～一分間トーク	10時～ 昼食会 13時～読み聞かせ	13時～16時 室内カラオケ	13時～16時 室内カラオケ	10時～ 昼食会	
18	19	20	21	22	23	24
	13時半～ S S T	10時～ 昼食会	ウォーキング	13時半～ミーティング	勤労感謝の日	
25	26	27	28	29	30	
	13時～創作活動	10時～ 昼食会	13時～編み物教室	13時半～ ハーモニカ演奏	10時～ 昼食会	

* 開所日時 : 9時～17時(月曜日～金曜日)。土、日、祝日はお休みです。

北国では、本格的に雪が降り初め、紅葉が見ごろを迎えております。過ごしやすい秋から寒さ厳しい冬へと季節が移り替わっていく時期でもあります。(立冬)暦の上で冬が始まる日です。季節の変わり目で昼夜の寒暖差が厳しいころでもありますので、体調管理をしっかりして冬に備えましょう。一年の中でも最も体調を崩しやすい時期とされております。その為、立冬は十分な休息と栄養を取り冬を乗り越えるための準備をしましょう。よく冬至には、かぼちゃを食べるなど季節の行事には、行事食がつきものですが、立冬には明確に、これと決まった食べ物の指定は、ありません。一部地域では、冬瓜(とうがん)を食べるところや中国では餃子を食べる風習があるようです。冬瓜は、冬の瓜と書きますが、夏が旬の野菜です。名前の由来は諸説がありますが、まるごと保存すれば冬まで持つことから、その名前が、ついたとも言われています。昔は、夏に収穫して冬までの保存食として重宝されていたようです。11月8日(木)おやつ作りで、焼いもを作ります。



地図



駐車場はありませんので
お車でのご通所利用はご遠慮下さい。

【徒歩でお越しの場合】

・桜井駅下車(北口から徒歩約20分)



桜井駅(北口)より、北へ直進、3つ目交差点(御簾歯科)を左折、次の桜井市中央公民館前信号交点を右折し直進。桜井市役所の前を過ぎ、直進すると前方左手に桜井市保健福祉センター「陽だまり」があり、3階に地域活動支援センター「こころ」があります。

【バスでお越しの場合】

・奈良交通(桜井市コミュニティバス)

「桜井駅北口」⇒「桜井循環路線北西」に乗車し
「桜井市保健福祉センター前」で下車します。

バス停桜井駅北口→粟殿口→桜井市役所→桜井市保健福祉センターで下車します。
桜井市保健福祉センター「陽だまり」南棟3階 地域活動支援センター「こころ」へお越し下さい。

* 反対側の路線(車線)のバス停(桜井市保健福祉センター)からも、奈良交通のバスに乗車できます。
粟殿口を經由して桜井駅北口へ着きます。写真付きの手帳をお持ちの方は(半額100円)

最終乗車時間17:05

奈良交通 北西循環線時刻表(コミュニティバス)					
循環路線(北西)	毎日運行				
桜井駅北口	10:02	11:32	13:02	14:32	16:02
粟殿口	10:03	11:33	13:03	14:33	16:03
桜井市役所	10:05	11:35	13:05	14:35	16:05
桜井市保健福祉センター	10:06	11:36	13:06	14:36	16:06
奈良交通(天理桜井線) 反対側路線(車線)のバス停					
奈良交通(天理桜井線)(桜井市保健福祉センターからの乗車)					
桜井市保健福祉センター	11:43	13:05	14:16	15:50	17:05

