

陽だまりサロン



2020年 3月

会場：山中比叡平住民交流センター こもれび

	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
日時	3	4	5	6
10-12時	陽だまり喫茶	そろばん教室	パソコンの友	ミニテイサービス(10時~13時) やまの保健室(10時~12時) いきいき体操教室(11時~12時)
13-15時	詩吟の会			
	10	11	12	13
10-12時	健康ウォーキング 陽だまり喫茶	墨彩画教室		ミニテイサービス(10時~13時) やまの保健室(10時~13時) いきいき体操教室(11時~12時)
13-15時	ニットカフェ	名作映画サロン		
	17	18	19	20
10-12時	陽だまり喫茶		パソコンの友	休み 
13-15時	詩吟の会		歌声ひろば	
	24	25	26	27
10-12時	健康ウォーキング 陽だまり喫茶	墨彩絵手紙	パソコンの友	ミニテイサービス(10時~13時) やまの保健室(10時~15時) いきいき体操教室(11時~12時)
13-15時	ニットカフェ	紫根染め教室	国語の時間	

NPO法人 比叡平・陽だまりの会の活動

- 1) 住民交流センター「陽だまりサロン」
- 2) 福祉有償運送（身体障害者、要介護者の送迎）
- 3) 介護予防「陽だまりトレーニング教室」
健康相談、介護相談の「やまの保健室」
- 4) 生活支援（介護保険外）
庭の草引き、剪定、生活のお困りごと全般。
- 5) 環境活動「リユースセンター事業」

- ★ 希望者の送迎を致します。連絡ください。
- ★ サークルの見学は自由です。ぜひどうぞ。

問合わせ先

NPO法人 比叡平・陽だまりの会

大津市比叡平二丁目35 - 16

環境と福祉の家(中山)

TEL 080-3814-1479

<http://heidaira.town-web.net/>

入会案内

ボランティア活動に参加される方、サークルに参加される方、
種々サービスを利用される方

入会金 ¥1000

年会費 ¥2000

2020年 3月

陽だまり掲示板



(1) 新サークル「紫根染め教室」参加者募集

曜日：毎月第4水曜日 13:00～15:00

場所：住民交流センター、サロン③

問合せ：中山元男 080-3814-1479

(2) 健康ウォーキング

第2、第4火曜日9:00住民交流センター駐車場集合

問合せ：松浜節男 090-5961-7280

(3) ミニデイサービス

毎週金曜日10:00～13:00

問合せ：中山元男 080-3814-1479



やまの保健室

毎日の生活の中で、健康に関するお悩みがあれば どうぞおこしください。

健康相談・看護相談・介護相談なんでも・・・

ご希望の方には訪問もいたします。

看護師が交替でお伺いいたします。

費用は訪問の場合のみ

生活支援と同様 チケット1枚プラス¥100

代表 岡部陽子 連絡先090-7368-2039

3月の名作映画サロン 第2水曜日

日時：3月11日(水) 12:50～

場所：住民交流センター、サロン③

2017年イギリス・アメリカ合作映画

「ウィンストン・チャーチル/ヒトラーから世界を救った男」

監督：ジョー・ライト 出演：ゲイリー・オールドマンほか

イギリスのチャーチル首相を主人公に、第2次世界大戦中の激動を描いた映画。 ¥200

墨彩画の会 墨彩絵手紙

童心に戻って、墨をすって絵を描いてみませんか？

淡い色つけもできます。

月2回の後半は、墨彩絵手紙を描いています。

そろばん教室

記憶力・思考力のトレーニングを備えた珠算は手と脳に刺激を与えます。個別の指導を受けて楽しみながらやれます。ゆっくり・ゆっくりやっていきましょう。

環境活動

リユースセンター

- ・常設展示販売を行っています。
 - ・不用家具の引取りの相談も承ります。
- 問合せ：笈田 昭 090-4565-8506

滋賀グリーン購入ネットワーク

- ・サロン③の部屋に、掲示コーナーを設けました。
- ・「グリーン商品カタログ」も手にとって、ご覧いただけます。

身体障害者、要介護者の送迎

福祉有償運送

★通院、買物、食事などの送迎をいたします

問合せ：080-3814-1479(中山)

介護予防「陽だまりトレーニング教室」

高齢者の筋力回復に、低負荷で楽しいマシントレーニングです。 料金：¥300 (60分)

場所：環境と福祉の家

問合せ：080-3814-1479(中山)

生活支援(介護保険外)

草引き、剪定 承ります

福祉サービス券1枚+¥100(45分)

(ボランティアさん+NPOへ)

ボランティア募集

- ・福祉有償運送
- ・草引き、剪定作業
- ・家事援助