

陽だまりサロン

2022年 6月

自治会館 こもれび

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
		1	2	3
			パソコンの友	やまの保健室(10時-12時) いきいき体操(11時-12時)
6	7	8	9	10
	健康ウォーキング 9時集合 詩吟の会	お習字の会		やまの保健室(10時-12時) いきいき体操(11時-12時)
13	14	15	16	17
陽だまり英会話 11時30分迄	健康ウォーキング 9時集合 ニットカフェ		パソコンの友	やまの保健室(10時-12時) いきいき体操(11時-12時)
20	21	22	23	24
	健康ウォーキング 9時集合 詩吟の会	お習字の会	パソコンの友 国語の時間 13時30分~	やまの保健室(10時-12時) いきいき体操(11時-12時)
27	28	29	30	
陽だまり英会話 11時30分迄	健康ウォーキング 9時集合 ニットカフェ			



リユースセンター
毎週金曜日 10時~12時

☆希望者の送迎をいたします。ご連絡ください。
☆サークルの見学は自由です。ぜひどうぞ。

本部事務局

☎ 077-575-7536
大津市比叡平 2-35-16
環境と福祉の家

NPO 法人 比叡平・陽だまりの会の活動

- 1)自治会館こもれび「陽だまりサロン」
- 2)福祉有償運送(身体障がい者、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」

お問合せ



2022年6月

陽だまり掲示板

2022年3月21日をもって「まん延防止等重点措置」が全国的に解除されました。5月の連休の後、感染者急増が心配されました。高止まりの状態ですが、ある程度落ち着いてきています。



今月もマスク、換気、手指消毒など基本的な予防措置を継続し、サロン活動を続けます。

第13回通常総会

5月14日、少人数の出席者と会員の皆様の委任状多数という形で開催された総会は無事終了しました。

第1号議案【13期（2021年度）決算】、第2号議案【14期（2022年度）予算】ともに可決承認されました。

ニットカフェ

昨年「編み物教室」から「趣味の会」として新たにスタートしましたが、お休みの月も多くありました。今月から再開します。

ミニデイサービスを終了します

2018年5月に開始以来、4年間続いたサロンですが、このサロンを終了することになりました。最近では、ミニデイに参加して下さっている方々が他の介護保険事業者が提供されているデイサービスなどに通うことができていること、また担当するスタッフの高齢化に伴い、安全なサロン活動に不安が生じていることなどによります。

楽しみにして参加して下さっている参加者には大変申し訳なく残念ではありますが、ご理解くださいますようお願いいたします。

2022年度年会費のお支払がまだの方はお支払いをお願いいたします。

やまの保健室

いよいよ憂鬱な梅雨の季節の到来です。気温や湿度のバラツキによって自律神経の乱れが生じ、体がだるい・頭痛・肩凝りなどの症状が出てくることがあります。また体が暑さに慣れていない時期でもあり、急激な気温上昇があると脱水や熱中症になることもあります。バランスのとれた食事、睡眠、適度な運動、こまめな水分補給に努め梅雨を乗り切りましょう。



毎日の生活の中で、健康・介護・看護に関するお悩みなどがあれば、どうぞお越しください。電話相談もお受けします。ご希望の方には訪問もいたします。

連絡先 岡部陽子 090-7368-2039

身体障がい者・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)

生活支援(介護保険外)

草引き、剪定 承ります

料金 500円+100円(45分)

(ボランティアさん+NPOへ)

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ー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)

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