

# 陽だまりサロン

2016年 12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	29	30	1	2
10-12時			パソコンの友	いきいき体操教室 11時~12時
13-15時				
	6	7	8	9
10-12時	おしゃべり火曜 やまの保健室		パソコンの友	いきいき体操教室 11時~12時
13-15時	詩吟の会			
	13	14	15	16
10-12時	おしゃべり火曜 やまの保健室	墨彩画の教室		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	歌声ひろば	
	20	21	22	23
10-12時	おしゃべり火曜 やまの保健室			いきいき体操教室 11時~12時 やまの保健室 11時~15時
13-15時	詩吟の会		国語の時間	
	27	28	29	30
10-12時	おしゃべり火曜	墨彩絵手紙		
13-15時				

## 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」

ご希望の方の送迎をいたします  
電話してください



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/>

他の連絡先

- 一丁目 笈田 昭 529-0301
- 一丁目 田畑三郎 529-1301
- 一丁目 岡部陽子 529-0358

- 三丁目 南出成子 529-2667
- 三丁目 楠本耕之 529-0149
- 三丁目 川岸喜代美 529-0357

12月

# 陽だまり掲示板



## 陽だまり“望年会”のお知らせ

今年も恒例の“望年会”を開催いたします。皆様お誘い合わせの上ご参加ください。各サークルの発表もおこないます。お楽しみに！



日時：12月17日（土）12:00～15:00



場所：住民交流センターサロン①②

参加費：500円（昼食がです）

## 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円

代表 南出成子 Tel 529-2667 090-7765-3291

## 12月の名作映画サロン 第2水曜日

日時：12月14日（水）12:50～

場所：住民交流センター、サロン③

2006年ドイツ映画「4分間のピアニスト」

無実の罪で捕らわれた天才ピアニストが、女性教師との出会いを通して再び人生の輝きを見出す感動作！

参加費：¥200

## いきいき体操教室

筋力維持のために無理せず、楽しく続けましょう

日時：毎週金曜日、11:00～12:00

第5週はお休み

場所：住民交流センター、多目的室

参加費：¥100

## 滋賀グリーン購入ネットワーク(滋賀GPN)を利用しましょう！

滋賀GPNを利用して、環境に優しく生産された食品、エネルギーをあまり使わない電気製品、繰り返し使える製品、長持ちする製品などなど、地球環境保全に役立つものを購入しましょう。

滋賀GPNのホームページは <http://www.shigagpn.gr.jp/> です。

ポスターや資料も「環境と福祉の家」などに置く予定です。

## 詩吟の会

漢詩をお腹から朗々と吟じる詩吟で、思い切り声を出してみませんか。腹式呼吸等による心身の健康につながり、ストレス解消になります。

一度見学に来ていただき一緒に声を出しましょう。

## 歌声ひろば

四季折々の歌、参加者の好きな曲を伴奏付きで歌っています。

身体障害者、要介護者の送迎

## 福祉有償運送

★協力運転者65歳前後の人を募集中

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)

## 「マッサージサロン」案内

日時：12月7日、21日（水）14:00～17:00〈予約制〉

場所：環境と福祉の家 遠藤弘昌先生

料金：¥1500(30分)