

陽だまりサロン

2016年 8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	2	3	4	5
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
13-15時	詩吟の会			
	9	10	11	12
10-12時	おしゃべり火曜 やまの保健室	墨彩画の教室	パソコンの友 休み	いきいき体操教室
13-15時	ニットカフェ	名作映画サロン		
	16	17	18	19
10-12時	おしゃべり火曜 やまの保健室 休み			いきいき体操教室
13-15時	詩吟の会 休み		歌声ひろば 休み	
	23	24	25	26
10-12時	おしゃべり火曜 やまの保健室	墨彩絵手紙	パソコンの友	いきいき体操教室 やまの保健室
13-15時	ニットカフェ		国語の時間	11時~15時
	30	31		
10-12時	おしゃべり火曜			
13-15時				

ご希望の方の送迎をいたします
電話してください



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」

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



陽だまり掲示板



8月の名作映画サロン 第2水曜日

日時: 8月10日(水) 12:50~
 場所: 住民交流センター、サロン③
 2009年独仏中国映画「ジョン・ラーベ」
 ~南京のシンドラー~
 世界的に高い評価を受けたが、「南京事件」を描いているので、日本では5年間未公開だった作品…。
 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
 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。

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

おしゃべり火曜



コーヒーを飲みながら気ままなおしゃべりをどうぞ
 <参加費 お茶代 ¥200>

パソコンの友

各自の撮った写真で、カレンダー作りを楽しんでいます。
 来年のカレンダー作りも、そろそろ始めます。
 Windows10を使いやすくする設定も、分かる範囲でサポートしています。
 休憩時間の、おしゃべりも楽しいですよ。



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。

身体障害者、要介護者の送迎

福祉有償運送

(要支援者は大津市の審査あり)
 滋賀運輸支局認可の規定料金です

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、網戸張替 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: 8月3日、17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)