

# 陽だまりサロン

2017年10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	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			
	10	11	12	13
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	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	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
13-15時	詩吟の会		歌声ひろば	
	24	25	26	27
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 11時~12時
13-15時	ニットカフェ		国語の時間	やまの保健室 11時~15時
	31			
10-12時	おしゃべり火曜			
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」

★ 希望者の送迎を致します。連絡ください。

## 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
- 一丁目 安倉弘志 529-2296

- 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
- 三丁目 徳田幸子 529-2732
- 三丁目 岡本 健 529-0267

2017年10月

# 陽だまり掲示板

 **行事の予告** 

- ◆11月5日(日)文化祭で模擬店「陽だまり」(やまの保健室併設)を出店予定です  
かやく御飯¥200、コーヒー¥100、ケーキ又はクッキー¥100
- ◆11月17日(金) 第14回 リユースセンター物品即売会

**リユースセンター**

常設展示販売を行っています。先日の即売会後に引取りました新しい物品が増えています。  
購入と不用品引取り等は下記まで電話下さい。  
問合せ: 笈田(おいだ)昭  
電話: 090-4565-8506

**10月の名作映画サロン** 第2水曜日

日時: 10月11日(水) 12:50~  
場所: 住民交流センター、サロン③  
2010年アメリカ映画「ソーシャル・ネットワーク」  
監督: デビッド・フィンチャ  
主演: ジェシー・アイゼンバ  
SNSサイトのフェイス・ブックを創設したマーク・

 **やまの保健室**

**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

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 南出成子 Tel 529-2667 090-7765-3291

**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。

**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。

**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。

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)

**「マッサージさろん」案内**

日時: 10月4日、18日(水) 14:00~17:00(予約制)  
第1、第3水曜日  
場所: 環境と福祉の家 遠藤弘昌先生  
料金: ¥1,500(30分)