

# 陽だまりサロン

2019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	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	墨彩画教室		
	10	11	12	13
10-12時	健康ウォーキング 陽だまり喫茶			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	ニットカフェ	名作映画サロン	歌声ひろば	
	17	18	19	20
10-12時	陽だまり喫茶		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	墨彩絵手紙		
	24	25	26	27
10-12時	健康ウォーキング 陽だまり喫茶		パソコンの友(休み)	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		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

2019年 12月



# 陽だまり掲示板



 **(1) 10周年記念「望年会」のご案内** 

日時: 12月14日(土) 12:00  
 場所: 住民交流センター、サロン①②  
 ★10周年記念の楽しい催しです。参加者に  
 ①10周年記念パンフレット ②記念ボールペン  
 (欠席者には、後日配布します)  
 ★参加費 ¥500 (別紙申込書で申し込んでください)

**(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。(無料)  
 代表 岡部陽子 連絡先 090-7368-2039

## 12月の名作映画サロン 第2水曜日

日時: 12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・オールドマン他  
 首相に就任したばかりのウィンストン・チャーチルを主人公に、  
 第2次世界大戦中の激動を描いた映画。  
 お茶代 ¥200

## 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。

## 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

## 滋賀グリーン活動ネットワーク

- ・サロン③の部屋に、掲示コーナーを設けています。
- ・「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