




# 陽だまりサロン

2021年 4月

会場:山中・比叡平住民交流センター こもれび

時間	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
				1	2
10-12				パソコンの友	ミニデイサービス(10時-13時)
13-15					やまの保健室(10時-13時) いきいき体操(11時-12時)
	5	6	7	8	9
10-12		陽だまり喫茶	そろばん教室		ミニデイサービス(10時-13時)
13-15		詩吟の会			やまの保健室(10時-13時) いきいき体操(11時-12時)
	12	13	14	15	16
10-12	陽だまり英会話 11時30分迄	健康ウォーキング 陽だまり喫茶		パソコンの友	ミニデイサービス(10時-13時)
13-15		ニットカフェ	名画サロン 休み	歌声ひろば	やまの保健室(10時-13時) いきいき体操(11時-12時)
	19	20	21	22	23
10-12		陽だまり喫茶		パソコンの友	ミニデイサービス(10時-13時)
13-15		詩吟の会	紫紺染め教室	国語の時間	やまの保健室(10時-15時) いきいき体操(11時-12時)
	26	27	28	29	30
10-12	陽だまり英会話 11時30分迄	健康ウォーキング 陽だまり喫茶		第5週休み	
13-15		ニットカフェ			

☆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。

## 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」

## 本部事務局

☎ 077-575-7536  
 大津市比叡平 2-35-16  
 環境と福祉の家

お問い合わせ



2021年4月

# 陽だまり掲示板

日本における新型コロナ(COVID-19)の流行第3波による緊急事態宣言の解除を受け4ヶ月間お休みにしてたサロンを、4月から再開することになりました。

参加者にマスク着用、検温、手指消毒をお願いし、3密を避けるなどの注意を払って活動を続けます。



## 紫根染め教室

前回コロナウイルスに対して抗菌作用がある柿渋染めが好評でしたので4月もストールの柿渋染めを行います。



参加費+材料費実費 =  
2500円

問合せ 森家要 077-529-2128

## いきいき体操



サロン休会中も一部の会員の要望を受けて毎週活動を続けてきました。かみかみ体操も併せて1時間、終ると気分はスッキリ。

500gのウエイトもご用意しています。



## トレーニング教室

「環境と福祉の家」で4月より再開します。

## 墨彩画教室、絵手紙教室

ながらく休んでいました上記サロンですが、都合により閉会になりました。

## やまの保健室

コロナ禍で迎える2回目の4月になりました。まだまだ感染者は増え続けており油断はできません。自分で出来る予防対策はしっかりしましょう(うがい、手洗、マスクの着用、換気、3密を避けるなど)。また新型コロナワクチン接種も始まり厚生労働省の電話相談窓口も開設されました。

**厚生労働省新型コロナワクチンコールセンター**

電話 0120-761770(フリーダイヤル)

受付時間 9:00~21:00

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、どうぞお越してください。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)



## 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)

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