


陽だまりサロン

2022年 1月

自治会館 こもれび

時間	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	3	4	5	6	7
10-12				パソコンの友	ミニデイサービス やまの保健室(10時-13時)
13-15		詩吟の会 休み			いきいき体操(11時-12時)
	10	11	12	13	14
10-12	陽だまり英会話 11時30分迄	健康ウォーキング	お習字の会		ミニデイサービス やまの保健室(10時-13時)
13-15		ニットカフェ			いきいき体操(11時-12時)
	17	18	19	20	21
10-12				パソコンの友	ミニデイサービス やまの保健室(10時-13時)
13-15		詩吟の会			いきいき体操(11時-12時)
	24	25	26	27	28
10-12	陽だまり英会話 11時30分迄	健康ウォーキング	お習字の会	パソコンの友	ミニデイサービス やまの保健室(10時-13時)
13-15		ニットカフェ		国語の時間 13時30分～	いきいき体操(11時-12時)

☆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。



リユースセンター
毎週金曜日 10時～14時

NPO 法人 比叡平・陽だまりの会の活動

- 1)自治会館こもれび「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



2022年1月

陽だまり掲示板

パンデミック、コロナに翻弄された昨年でしたが、新しい年をむかえました。思い通りにいかないことがいっぱいありました。最近はいちおうの落ち着きを見せているようですが、今後どのような展開になるのか不安がいっぱいです。基本的な感染対策を行いサロンの無事継続をこころがけていきたいと思ひます。



ご挨拶

理事長 笈田昭

新年おめでとうございます。

昨年は、多くのサロン活動の中止を余儀なくされました。また、残念ながら忘年会など多数が集まる集会なども開くことができませんでした。

本年もよろしくお願ひいたします。一日も早く日常が戻ることを願って。

ニットカフェ



昨年10月からニットカフェが再開しました。コロナ禍の間に、季節は移り、先日の例会の日は、窓の外ではすべての落葉も終り、すっかり冬景色となりました。

お休み中に、見事にセーターを完成させて、冬到来を待ち構えていたメンバーもいます。

本格的なニットの季節をおしゃべりと共に楽しみたいと思ひます。

やまの保健室

水分補給に努めましょう！

風邪やインフルエンザが流行する冬は乾燥に要注意。原因となるウィルスは乾燥が大好きで活発になります。水分補給はのどや鼻の粘膜をうるおしてウィルスの侵入を防ぎ、痰や鼻水となって体外へ排出する作用を助けます。また脳卒中や心筋梗塞などの予防にもつながります。うがい、手洗いとともに喉が渇いていなくても積極的に水分補給をしましょう。



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、どうぞお越しく下さい。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)

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)

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)

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