

# 陽だまりサロン

2022年 10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		健康ウォーキング 池の谷9時集合		パソコンの友	やまの保健室(10時-12時) リユース(10時-12時)
13-15		詩吟の会			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 池の谷9時集合	お習字の会		やまの保健室(10時-12時) リユース(10時-12時)
13-15		ニットカフェ 休み			いきいき体操(11時-12時)
	17	18	19	20	21
10-12		健康ウォーキング 池の谷9時集合		パソコンの友	やまの保健室(10時-12時) リユース(10時-12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 池の谷9時集合	お習字の会	パソコンの友	やまの保健室(10時-12時) リユース(10時-12時)
13-15		ニットカフェ 休み		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～12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10月

# 陽だまり掲示板

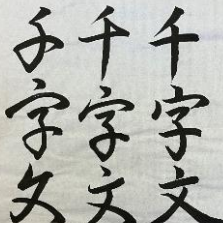
オミクロン株によるコロナ感染の第7波も全国的に収まってきました。7月末ごろには1日25万人を超える感染者数でしたが、最近では10万人を下回るようになってきました。滋賀県の感染者数もすこずつ減少してきています。またオミクロン株に対応したワクチン接種も始まるようです。

今月も基本的な感染対策を守り、サロンを続けます。



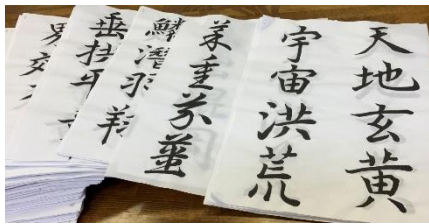
## お習字の会

スタートして1年になりました



同好会として「お習字の会」がスタートして1年を迎えます。毎回5~6名の参加で各々が自分の書きたい文字を選び、思い思いに筆を運びます。

中国で発祥した漢字、それを簡略化して日本で作られた仮名文字。その時代に書かれた先人の筆遣い、息遣いを感じながら筆を持つ楽しさを味わいませんか？



## 健康ウォーキング

—集合時間・集合場所が変わります—



10月から9時に池ノ谷地蔵に集合です。交流センター駐車場が集合場所ではありません。車の手配ができません。

参加者が増え、希望者全員が車で行くことは困難となってきました。ご不便をおかけしますが、よろしくお願ひします。

陽射しを遮る杉木立の中を歩く誰にも優しい山道です。大文字山の三角点まで登ります。好評で会員以外の参加者も多くなっています。

## ニットカフェ

8月、9月とお休みしていましたが、残念ながら今月もお休みにしたいと思います。

## やまの保健室



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。

毎週金曜日 10時-12時  
サロン4

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

料金 500円+100円(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