

NPO 法人 比叡平 陽だまりの会

13 周年

陽だまりサロン

2023 年 2 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
			1	2	3
10-12				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					いきいき体操(11時-12時)
	6	7	8	9	10
10-12		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		詩吟の会			いきいき体操(11時-12時)
	13	14	15	16	17
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		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		ニツカフェ			いきいき体操(11時-12時)
	20	21	22	23	24
10-12		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	詩吟の会	詩吟の会		国語の時間 13時30分～	いきいき体操(11時-12時)
	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			
13-15		ニツカフェ			



リユースセンター

毎週金曜日 10 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。

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

☎090-7488-9503 (川岸)
大津市比叡平 2-35-16
環境と福祉の家

お問い合わせ



2023年2月

陽だまり掲示板

昨年12月23日に開催の「陽だまり忘年会」には、約30名以上の会員の参加がありました。3年ぶりの集まりで、お茶とお菓子だけのささやかな会でした。いくつかのサロンの発表がありました。一部の写真を掲示します。詳しくは陽だまりホームページ (<https://hieidaira.org/hidamari/>) をご覧ください。スマホの方は1面のQRコードから。今月も基本的な感染対策を守り、サロンを続けます。



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 090-5051-8893 (礒谷)

生活支援(介護保険外)

草引き、剪定 活動休止中

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 090-1599-6659 (安倉)

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