

# 陽だまりサロン

2023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
	2	3	4	5	6
10-12		健康ウォーキング 池の谷9時集合		パソコンの友	こもれびカフェ(10時-12時) やまの保健室(10時-12時) いきいき体操(11時-12時)
13-15		詩吟の会			
	9(スポーツの日)	10	11	12	13
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) いきいき体操(11時-12時)
13-15		ニットカフェ			
	16	17	18	19	20
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) いきいき体操(11時-12時)
13-15		詩吟の会			
	23	24	25	26	27
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) いきいき体操(11時-12時)
13-15		ニットカフェ		国語の時間 13時30分~	
	30	31			
10-12		健康ウォーキング 池の谷9時集合			
13-15					

29日(日)  
文化祭

## NPO 法人 比叡平・陽だまりの会の活動

### 福祉有償運送



(身体障がい者、要介護者の送迎)  
☆通院、買物、食事などの送迎をいたします。  
問合せ 090-5051-8893 (磯谷)

### 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)



### 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)

ボランティアを募集しています

福祉有償運送 草引き、剪定作業 家事援助

### 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



2023年 10月

# 陽だまり掲示板

## こもれびカフェ

6月から始まっています

お気軽におしゃべりを楽しみませんか？

毎月第一金曜日午前10時～12時

場所は自治会館 こもれび サロン①②

ドリンク代 100円

フリードリンク（コーヒー、紅茶、日本茶）

どなたでも参加できます。ご希望の方は送迎致します



9月の  
こもれび  
カフェ



いきいき体操もいつも通りやっています



やまの保健室も OPEN しています

4年ぶりの開催です

## 文化祭に参加します

10月29日(日)

模擬店出店「陽だまり喫茶」コーヒー(菓子付) ¥200

「やまの保健室」

作品出展 「お習字の会」の作品

「切り絵」会員個人の出品