

陽だまりサロン

2024年1月

自治会館 こもれび

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
1	2	3	4	5
				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)
8	9	10	11	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 ニットカフェ	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)
15	16	17	18	19
	健康ウォーキング 池の谷9時集合 詩吟の会		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)
22	23	24	25	26
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 ニットカフェ	お習字の会	パソコンの友 国語の時間 13時30分~	やまの保健室(10時-12時) いきいき体操(11時-12時)
29	30	31		
	健康ウォーキング 池の谷9時集合 詩吟の会			

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、買い物、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 **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



2024年1月

陽だまり掲示板

12月9日 4年ぶりに陽だまり忘年会が開催されました

2023年 忘年会 参加者 45名

昼食後以下のサロンが活動報告をしました。(写真のないサロンもあります)

お習字の会、保健室、国語の時間、詩吟の会、トレーニング、福祉有償運送、ニットカフェ、いきいき体操、健康ウォーキング、パソコン、英会話

