

陽だまりサロン

2024年 9月

自治会館 こもれび

「つむぐ」さん
のお弁当有り
先着順

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 池ノ谷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) いきいき体操教室(11時~12時)
13~15		詩吟の会 (13時30分~15時30分)			
	9	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 池ノ谷9時集合	お習字の会		やまの保健室(10時~12時) いきいき体操教室(11時~12時)
13~15		ニットカフェ (13時30分~15時30分)			
	16	17	18	19	20
10~12	敬老の日	健康ウォーキング 池ノ谷9時集合		パソコンの友	やまの保健室(10時~12時) いきいき体操教室(11時~12時)
13~15		詩吟の会 (13時30分~15時30分)			
	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 池ノ谷9時集合	お習字の会	パソコンの友 (おしゃべり会)	やまの保健室(10時~12時) いきいき体操教室(11時~12時)
13~15	振替休日	ニットカフェ (13時30分~15時30分)		国語の時間	
	30				
10~12	各サロン、祭日はお休みになります。但し、陽だまり英会話、健康ウォーキング、国語の時間は祭日も開催します。				
13~15					

NPO法人 比叡平・陽だまいの会の活動

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 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
ホームページ

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



陽だまりサロンのご案内

2024年 9月

陽だまりの会は9月で15周年を迎えます

15周年 ミニパーティ案内

日時 2024年10月4日(金)
10:00-12:30



場所 こもればいサロン①②

10:00-11:00 セレモニー

11:00-12:30 懇親会

コーヒー、ちらし寿司(つむぐさん)あり



費用 無料

参加をお待ちしています

参加者は、9月23日(月)までに
別紙申込用紙に記入の上、お申し込みください。

申込書提出先

山中町(磯谷)、1丁目(岡部、島田)、
2丁目(佐藤、中山、竹原)、3丁目(川岸、徳田)