

# 陽だまりサロン

2024年 11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
					1
10~12					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					
	4	5	6	7	8
10~12	振替休日	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)			
	11	12	13	14	15
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)			
	18	19	20	21	22
10~12		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)			
	25	26	27	28	29
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)	第5週は休み
13~15		ニットカフェ (13時30分~15時30分)			

## 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



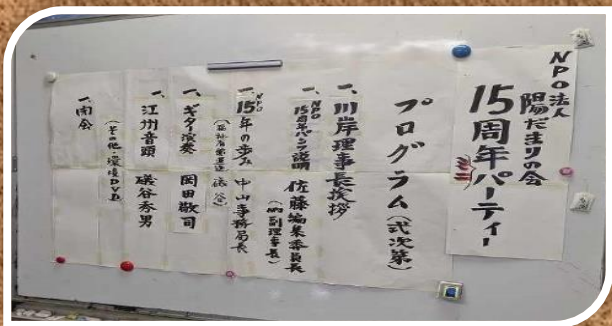


2024年 11月

# 陽だまりサロン掲示板

15周年ミニパーティーが開催されました。

10月4日（金）こもればサロン①②にて



理事長挨拶



15周年記念パンフレットの説明  
(編集委員長)



15周年のあゆみ  
(事務局長)

福祉有償運送の現状  
(磯谷理事)



## 第2部 アトラクション

