

NPO法人 比叡平・陽だまいの会

16
周年

陽だまりサロン

2025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

スマホ相談
コーナー

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
3	4	5	6	7
文化の日	健康ウォーキング 池ノ谷8時50分出発 詩吟の会 (13時30分～15時30分)		パソコンの友 (10時～12時)	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)
10	11	12	13	14
陽だまり英会話 11時30分迄	健康ウォーキング 池ノ谷8時50分出発 ニットカフェ (13時30分～15時30分)	お習字の会 (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)
17	18	19	20	21
	健康ウォーキング 池ノ谷8時50分出発 詩吟の会 (13時30分～15時30分)		パソコンの友 (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)
24	25	26	27	28
陽だまり英会話 11時30分迄	健康ウォーキング 池ノ谷8時50分出発 ニットカフェ (13時30分～15時30分)	お習字の会 (10時～12時)	パソコンの友 おしゃべり会 (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)
振替休日				

各サロン、祭日はお休みになります。但し、陽だまり英会話、健康ウォーキングは祭日も開催します。

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(要支援者)の送迎】
☆通院、買物、食事などの送迎をいたします。

担当 080-3814-1479(中山)
090-5051-8893(磯谷)
090-3703-9350(小山)



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)



やまの保健室

健康・看護・介護に関する相談を受けています。
お気軽にお立ち寄りください。

場 所 サロン4 担当 近藤・佐藤
連絡先 090-7750-4560(佐藤智恵子)



本部事務局

大津市比叡平 2-35-16
環境と福祉の家

☎080-3814-1479(中山)

ホームページ



年末の温かい集まりを楽しむ

陽だまりの会 忘年会のお知らせ

2025年12月5日(金)
10:00~
こもれびサロン1・2

会費 500円
(お弁当・コーヒー・デザート付)



各サークルの志向を凝らした催し物と
発表

ほかにもギター・歌・江州音頭・体操
など

御一緒に楽しめるものがたくさん！

皆様のお越しをお待ちして
おります！