

NPO法人 比叡平・陽だまりの会

16
周年

陽だまりサロン

2025年 12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
	健康ウォーキング 池ノ谷8時50分出発		パソコンの友 (10時～12時)	陽だまりの会 忘年会 10時～
	詩吟の会 (13時30分～15時30分)			
8	9	10	11	12
陽だまり英会話 10時～11時30分	健康ウォーキング 池ノ谷8時50分出発	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)
	ニットカフェ (13時30分～15時30分)			
15	16	17	18	19
	健康ウォーキング 池ノ谷8時50分出発		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)
	詩吟の会 (13時30分～15時30分)			
22	23	24	25	26
陽だまり英会話 10時～11時30分	健康ウォーキング 池ノ谷8時50分出発	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)	お 休 み
	ニットカフェ (13時30分～15時30分)			
29	30	31	1	
お 休 み				良いお年を お迎えください



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(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

ホームページ

大津市比叡平 2-35-16
環境と福祉の家

☎080-3814-1479(中山)





陽だまりサロンのご案内

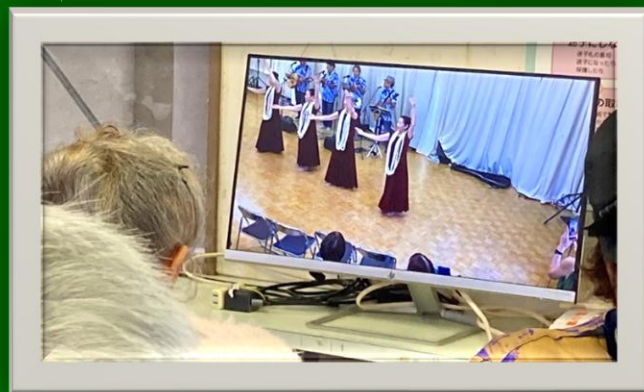
2025年 12月

10月26日(日)に開催された文化祭の様子です

手作りのぼり



手作り暖簾



こもればカフェで市民センターの
実際の催し物がテレビで観れました！
これはスゴイ事です！



◎ご参加いただきありがとうございました。

皆さま
ステキなクリスマスを ...

