


# 陽だまりサロン

2016年 3月

会場：山中比叡平住民交流センター こもれび



	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
日時	1	2	3	4
10-12時	おしゃべり火曜 やまの保健室		 パソコンの友	
13-15時	詩吟の会			
	8	9	10	11
10-12時	おしゃべり火曜 やまの保健室	墨彩画の教室	パソコンの友	
13-15時	ニットカフェ	名作映画サロン		
	15	16	17	18
10-12時	おしゃべり火曜 やまの保健室			
13-15時	詩吟の会		歌声ひろば	
	22	23	24	25
10-12時	おしゃべり火曜 やまの保健室	墨彩絵手紙	パソコンの友	やまの保健室 11時～15時
13-15時	ニットカフェ		国語の時間	
	29	30	31	
10-12時	おしゃべり火曜			

## NPO法人 比叡平・陽だまりの会 の活動

- 1) 住民交流センター「陽だまりサロン」
- 2) 福祉有償運送（身体障害者、要介護者の送迎）
- 3) 介護予防「陽だまりトレーニング教室」  
健康相談、介護相談の「やまの保健室」
- 4) 生活支援（介護保険外）  
庭の草引き、剪定、生活のお困りごと全般。
- 5) 環境活動「リユースセンター事業」  
山中比叡平里山倶楽部の支援

ご希望の方の送迎をいたします  
電話してください



## 問い合わせ先

NPO法人 比叡平・陽だまりの会  
大津市比叡平二丁目35 - 16  
環境と福祉の家(中山)  
TEL 080-3814-1479  
<http://heidaira.town-web.net/>

他の連絡先  
一丁目 笈田 昭 529-0301  
一丁目 田畑三郎 529-1301  
一丁目 岡部陽子 529-0358

三丁目 南出成子 529-2667  
三丁目 楠本耕之 529-0149  
三丁目 川岸喜代美 529-0357



# 陽だまり掲示板



## リユースセンター 第9回「即売会 & フリーマーケット」

春休みの期間の開催です。ご家族そろってお越しください。

日時: 4月1日(金) 10:00~13:00

場所: 住民交流センター(リユースセンター)

不用家具や小物類の引取り相談、フリーマーケット申込みを承ります。

問合せ: 090-4565-8506 笈田(おいだ)

## 3月の名作映画サロン

日時: 3月9日(水) 12:50~

場所: 住民交流センター、サロン③

2014年イギリス・アメリカ合作

「イミテーション・ゲーム/エニグマと天才数学者の秘密」

アカデミー脚色賞受賞作

第2次世界大戦時、ドイツ軍の世界に誇った暗号の解読に成功し、連合軍に勝機をもたらしたイギリスの数学者アラノ・チューリングの人生を描いた物語…。



## いきいき体操教室

日時: 3月25日(金) 10:00~12:00

場所: 住民交流センター、多目的室

ゆっくりした動作で簡単なようですが、「効く!」体操です。

楽しいDVDを見ながらみんなで口と体を動かしましょう。。

参加費無料

担当: 南出成子 090-7765-3291

徳田幸子、堀和子

## うたごえサロン

電話の声を聞くとよくわかります。

お腹の底から声を出しているとは、若さを保つのです。



## 墨彩画の会 墨彩絵手紙

童心に戻って、墨をすって絵を描いてみませんか? 淡い色つけもできます。

月2回の後半は

墨彩絵手紙を描いています。



## やまの保健室



毎日の生活の中で、健康に関するお悩みがあれば どうぞおこしください。

健康相談・看護相談・介護相談なんでも…

**ご希望の方には訪問もいたします。**

看護師が交替でお伺いいたします。

費用は訪問の場合のみ

生活支援と同様 チケット1枚プラス100 円

代表 南出成子 Tel 529-2667 090-7765-3291

## おしゃべり火曜



コーヒーを飲みながら気ままなおしゃべりをどうぞ

<参加費 お茶代 ¥200>

## 「マッサージサロン」案内 第1, 第3水曜日

日時: 3月2日(水) 16(水) 13:00~17:00 <予約制>

場所: 環境と福祉の家

マッサージ師: 遠藤弘昌先生

料金 ¥1500(30分)

訪問マッサージも相談に応じます。

問合せ: 080-3814-1479(中山)

## 身体障害者、要介護者の送迎 福祉有償運送

(要支援者は大津市の審査あり)

滋賀運輸支局認可の規定料金です

## 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 ほか承ります

福祉サービス券1枚+ ¥100(45分)

(ボランティアさん+NPOへ)

## 福祉有償運送・運転者募集

(65歳前後の人を一名募集します)

問合せ: 080-3814-1479(中山)