



つうしん そよかぜ通信

(第143号)

3月の活動予定



2月の活動報告



1日(水)
13:30~14:30
参加費：無料

ストレッチ体操
ゆっくりした呼吸法で身体を
ほぐすセルフケアです。



2/1(水) ストレッチ体操

4日(土)
10:00~15:00
参加費：250円

そよかぜ土曜日
メニュー：炒飯 & 餃子



8日(水)
13:30~14:30
参加費：100円

絵手紙教室
季節の題材を使った
作品作り



15日(水)
13:00~15:00
参加費：100円

オープンカフェ
メニュー：おはぎ
飲み物



2/15(水) オープンカフェ

2/4(土) そよかぜどようび



2/7(火) ビーズ教室

そだんび
~なんでも相談日~
3月27日(月) 13:00~15:00
毎月第4月曜日に南丹市の身体・知的・精神
障がい者相談員さんがこられます。費用は
無料です。気軽にご相談ください。




そよかぜは障がいのある方の社会参加を応援しています。
生きがい活動や交流を通して、お互いを理解し、
支え合いの輪が広がればと願っています。
皆様のご参加お待ちしております。



新型コロナウイルス感染拡大防止対策のためプログラムを縮小、または変更して開催しております。ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解のほどよろしくお願いいたします。

2023年  **3月**  **そよかぜ八木** 

 は休所日です

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			ストレッチ体操 ばしょ 場所:そよかぜ八木 さんかひ 参加費:無料 13:30~14:30	フリーサロン	フリーサロン	そよかぜ どようび さんかひ 参加費:250円 10:00~12:00
5	6	7	8	9	10	11
やすみ	フリーサロン	フリーサロン	えてがみきょうしつ 絵手紙教室 ばしょ 場所:そよかぜ八木 さんかひ 参加費:100円 13:00~15:00	フリーサロン	フリーサロン	やすみ
12	13	14	15	16	17	18
やすみ	フリーサロン	フリーサロン	オープンカフェ ばしょ 場所:そよかぜ八木 おやつ:100円 13:00~	にんちしよえん 認知症支援を かんが 考える講座・第2弾 ばしょ 場所:そよかぜ八木 14:00~15:30	フリーサロン	やすみ
19	20	21	22	23	24	25
やすみ	フリーサロン	しゅんぶん ひ 春分の日	フリーサロン	フリーサロン	フリーサロン	やすみ
26	27	28	29	30	31	
やすみ	なんでも相談日 ばしょ 場所:そよかぜ八木 さんかひ 参加費:無料 13:00~15:00	フリーサロン	フリーサロン	フリーサロン	フリーサロン	

- ☆ そよかぜは障がいのある方を対象としています。
- ☆ 利用料はいりませんが、活動内容により実費を頂く場合がございます。
- ☆ 開所時間は午前9:00~午後4:00です。
- ☆ いつでもお気軽にお立ち寄りください。



※ プログラムは予約が必要です。また、予告なく変更する場合がありますので事前の確認をお願いします。

そよかぜ八木 TEL/FAX:0771-42-5605