



## 5月の活動予定



## 4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  
ゆっくりした呼吸で身体の凝りをほぐします。



4/2(火)ビーズ教室

4日(土)  
10:00~15:00  
参加費：300円

そよかぜどようび  
お天気がよければ  
森林浴に行きます



4/6(土)そよかぜどようび

8日(水)  
13:00~15:00  
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)  
13:00~16:00  
参加費：100円

オープンカフェ  
メニュー：抹茶白玉ぜんざいの飲み物



4/10(水)ストレッチ体操

22日(水)  
12:00~13:30  
ランチ代：300円

みんなでランチ  
事前予約が必要です  
定員：10名



4/12(金)みんなでランチ



4/17(水)オープンカフェ

~なんでも相談日~  
5月27日(月) 午後1時~午後3時

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来られます。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。



2024年



# そよかぜ八木

は休所日です。

日	月	火	水	木	金	土
やすみ			1 ストレッチ <sup>たいそつ</sup> 体操 さんかひ むりよう 参加費:無料 13:30~14:30	2 フリーサロン	3 けんぽうきねんび 憲法記念日	4 そよかぜ どようび さんかひ えん 参加費:300円 10:00~15:00
5	6	7	8	9	10	11
こどもの日	ふりかえきゆうじつ 振替休日	フリーサロン	えてがみきょうしつ 絵手紙教室 さんかひ えん 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 さんかひ えん 参加費:100円 13:00~16:00	フリーサロン	やすみ	やすみ
19	20	21	22	23	24	25
やすみ	フリーサロン	フリーサロン	みんなでランチ ランチ代:300円 12:00~13:30	フリーサロン	やすみ	やすみ
26	27	28	29	30	31	
やすみ	なんでも相談日 そうだんむりよう 相談無料 13:00~15:00	フリーサロン	フリーサロン	やすみ	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。



☆プログラムは予告なく変更する場合があります。事前にご確認ください。

地域活動支援センターそよかぜ八木 0771-42-5605