

# やぎつうしん そよかぜハ木通信

(第168号)

## 4月の活動予定



2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すセルフケアです

5日(土)

10:00~15:00  
参加費:300円

### そよかぜどようび

メニュー:花見弁当  
お天気が良ければ河原へお花見に出来ます。

9日(水)

13:00~15:00  
参加費:300円

### ビーズ教室

はる 春のアクセサリー作り

11日(金)

12:00~13:30  
ランチ代:300円

### みんなでランチ

おとな 大人のお子様ランチ

16日(水)

13:00~16:00  
参加費:100円

### オープンカフェ

メニュー:豆乳ババロア  
の もの 飲み物



3/12  
(水)  
絵手紙教室



そうだんび

### ~なんでも相談日~

4月28日(月) 13:00~15:00

まいつきだい げつようび なんたんし しんたい ちてき せいしん  
毎月第4月曜日に南丹市の身体・知的・精神  
しょう しゃうだんしん こ ひょう 障がい者相談員さんが来られます。費用は  
むりょう きがる そだん 無料です。気軽にご相談ください。

発行日:令和7年3月21日  
発行元:南丹市社会福祉協議会  
ちいきかつどうしえん  
地域活動支援センター そよかぜハ木  
TEL/FAX:0771-42-5605



## 3月の活動報告



3/1(土)そよかぜ土曜日



3/5(水)ストレッチ体操



楽しい交流会  
でした。あり  
がとうござい  
ました。



3/7(金)合同企画  
ホーリーバジルでハンドマッサージ



3/19(水)オープンカフェ

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。



2025年



## そよかぜハ木予定

 は休所日です。

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
		フリーサロン	ストレッチ体操 13:30~14:30	きゅうしょび 休所日	フリーサロン	そよかぜ どようび 参加費:300円 10:00~15:00
6	7	8	9	10	11	12
やすみ	フリーサロン	フリーサロン	ビーズ教室 13:00~15:00	フリーサロン	みんなでランチ 12:00~13:00	やすみ
13	14	15	16	17	18	19
やすみ	フリーサロン	フリーサロン	オープンカフェ 13:00~16:00	きゅうしょび 休所日	フリーサロン	やすみ
20	21	22	23	24	25	26
やすみ	フリーサロン	きゅうしょび 休所日	フリーサロン	フリーサロン	おかいもの 場所:亀岡方面 参加費:自費 13:00~	やすみ
27	28	29	30			
やすみ	なんでも相談日 13:00~15:00	しょうわひ 昭和の日	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。



そよかぜハ木 TEL/FAX:0771-42-5605