

# やぎつうしん そよかぜハ木通信

(第178号)

はつこうひ：令和8年1月22日

はつこうもと：なんなんし：しゃかいふくしきょうぎかい  
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



## 2月の活動予定



4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をほぐすセルフケアです

7日(土)  
10:00~15:00  
参加費：300円

そよかぜどようび  
メニュー：キンパ  
具沢山スープ

13日(金)  
11:00~15:00  
〆切：2月6日(金)  
ランチ代：300円

ちかつごうどうきかく  
地活合同企画  
今年度は、皆さんと一緒にお弁当を食べてボランティアさんによる公演を楽しみます。

18日(水)  
13:00~16:00  
参加費：100円

オープンカフェ  
メニュー：チョコレートケーキ  
のもの  
飲み物

25日(水)  
12:00~13:30  
ランチ代：300円

みんなでランチ  
メニュー：助六寿司  
(キンパといなり寿司)  
しるもの  
汁物

そうだんび  
～なんでも相談日～  
2月16日(月) 午後1時~午後3時  
※2月は第3月曜に開催します。

まいきだい げつようび なんたんし しんたい ちてき  
毎月第4月曜日は南丹市の身体・知的・  
せいしんじょう しゃそうだんいん こ  
精神障がい者相談員さんが来られます。  
ひょう めりょう きがる そだん  
費用は無料です。お気軽にご相談ください。



## 1月の活動報告



1/7(水)ストレッチ体操



1/10(土)そよかぜ土曜日



1/10(土)書初め



1/16(金)みんなでランチ



1/21(水)オープンカフェ



そよかぜは しょう かた しゃかいさんか おうえん  
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。  
みなさま さんか ま  
皆様のご参加お待ちしております。



2026年



# そよかぜハ木予定表

■ は休所日です

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
きゅうしょび 休所日	フリーサロン	きゅうしょび 休所日	ストレッチ体操 さんかひ むりよう 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:300円 10:00~15:00
8	9	10	11	12	13	14
きゅうしょび 休所日	フリーサロン	フリーサロン	きゅうしょび 休所日 けんこくきねん ひ 建国記念の日	フリーサロン	ちかつ 地活 ごうどう きかく 合同企画 べんと せい お弁当代:300円 11:00~15:00	きゅうしょび 休所日
15	16	17	18	19	20	21
きゅうしょび 休所日	なんでも相談日 さんかひ むりよう 参加費:無料 13:00~15:00	フリーサロン	オープンカフェ さんかひ 参加費:100円 13:00~16:00	きゅうしょび 休所日	おかいもの ばしょ かめおかほうめん 場所:亀岡方面 ももの こづか 持ち物:お小遣い 13:00~	きゅうしょび 休所日
22	23	24	25	26	27	28
きゅうしょび 休所日	きゅうしょび 休所日 てんのうたんじょうひ 天皇誕生日	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	きゅうしょび 休所日	きゅうしょび 休所日

## 「地域活動支援センター合同企画」

日時:令和8年2月13日(金) 11:00~15:00 場所:詩の郷 お弁当代:300円

し き が つ か き ん そ う げ い し ょ く い ん と い あ わ く だ  
締め切り:2月6日(金) 送迎についてはそよかぜ職員までお問合せ下さい。



- ☆ 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

※今月のピース教室は  
やす いただ  
お休みさせて頂きます。