

やぎつうしん そよかぜ八木通信

(第180号)

発行日：令和8年3月19日
発行元：南丹市社会福祉協議会
地域活動支援センター そよかぜ八木
TEL/FAX：0771-42-5605



4月の活動予定



3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すセルフケアです
4日(土) 10:00~15:00 参加費：300円	そよかぜどようび メニュー：お花見弁当 お天気が良ければ河原へお花見に出かけます。
8日(水) 13:00~15:00 参加費：300円	ビーズ教室 春のアクセサリ作り
10日(金) 12:00~13:30 ランチ代：300円	みんなでランチ ロコモコ風目玉焼き丼 野菜スープ
15日(水) 13:00~16:00 参加費：100円	オープンカフェ メニュー：豆乳ババロアの飲み物



3/4(水)ストレッチ体操



3/7(土)そよかぜどようび



3/11(水)そよかぜ教室：組みひもでミサンガ作り



3/13(金)みんなでランチ



3/18(水)オープンカフェ



~なんでも相談日~
4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来られます。費用は無料です。お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。



2026年 ^{ねん} ^が **4月**

そよかぜ八木 予定表

 ^{きゅうしよび} は休所日です。

にち日	げつ月	か火	すい水	もく木	きん金	ど土
			1 ストレッチ体操 ^{たいそ} さんかひ:むりよう 参加費:無料 13:30~14:30	2 きゅうしよび 休所日	3 フリーサロン	4 そよかぜ どようび さんかひ:300えん 参加費:300円 10:00~15:00
5	6	7	8 ビーズ教室 ^{きょうしつ} さんかひ:300えん 参加費:300円 13:00~15:00	9 フリーサロン	10 みんなでランチ ランチ代:300円 12:00~13:00	11 きゅうしよび 休所日
12	13	14	15 オープンカフェ さんかひ:100えん 参加費:100円 13:00~16:00	16 フリーサロン	17 きゅうしよび 休所日	18 きゅうしよび 休所日
19	20	21	22 フリーサロン	23 フリーサロン	24 おかいもの ばしよ かめおがぼうめん 場所:亀岡方面 ももの:こづかい 持ち物:お小遣い 13:00~	25 きゅうしよび 休所日
26	27 なんでも相談日 ^{そうだんび} さんかひ:むりよう 参加費:無料 13:00~15:00	28 フリーサロン	29 きゅうしよび 休所日 しょうわ ひ 昭和の日	30 フリーサロン		

☆ ^{しょう} ^{かた} ^{たいしよ} そよかぜは障がいのある方を対象としています

☆ ^{りようりよう} ^{かつどうないよう} ^{じつび} ^{いただ} ^{ばあい} 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。

☆ ^{かいしよじかん} ^{ごぜん} ^{ごご} 開所時間は午前9:00~午後4:00です。

☆ ^{きがる} ^た ^よ いつでもお気軽にお立ち寄りください。

※ ^{よやく} ^{ひつよう} ^{よこく} ^{へんこう} ^{ばあい} 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

