



5月の活動予定



2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

8日(金)
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

13日(水)
13:00~15:00
参加費：100円

そよかぜ教室
季節の題材を使った作品作り

20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

27日(水)
12:00~13:30
参加費：300円

みんなでランチ
メニュー：豆とゴボウの
キーマカレー&サラダ

4月の活動報告



4/1(水)ストレッチ体操



4/4(土)そよかぜどようび



4/10(金)みんなでランチ



4/8(水)ビーズ教室



みなさんとプレーンハーブの演奏
を楽しむことができました♪



4/15(水)オープンカフェ

~なんでも相談日~

5月25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。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。



ねん
2026年



そよかぜ八木予定表

きゅうしょび
は休所日です。

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					フリーサロン	そよかぜ どようび さんかひ えん 参加費:300円 10:00~15:00
3	4	5	6	7	8	9
きゅうしょび 休所日 けんこくきねん 建国記念日	みどりの日	こどもの日	ふりかえきゅうじつ 振替休日	フリーサロン	ストレッチ体操 さんかひ むりよう 参加費:無料 13:30~14:30	きゅうしょび 休所日
10	11	12	13	14	15	16
きゅうしょび 休所日	フリーサロン	きゅうしょび 休所日	そよかぜ教室 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	きゅうしょび 休所日
17	18	19	20	21	22	23
きゅうしょび 休所日	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	きゅうしょび 休所日	フリーサロン	きゅうしょび 休所日
24	25	26	27	28	29	30
きゅうしょび 休所日	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	みんなでランチ だいい えん 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
31						
きゅうしょび 休所日						

- ☆ 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。

ちいきかつどうえん
地域活動支援センターそよかぜ八木 0771-42-5605