



6月の活動予定



5月の活動報告

3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
6日(土) 10:00~15:00 参加費：300円	そよかぜどようび メニュー：天津飯 白いスンドゥブスープ
10日(水) 13:00~15:00 参加費：300円	ビーズ教室 マクラメ編み アクセサリ
17日(水) 13:00~16:00 参加費：100円	オープンカフェ メニュー：水無月の飲み物
24日(水) 12:00~13:30 ランチ代：300円	みんなでランチ メニュー：天津飯 白いスンドゥブスープ



山の空気をいっぱい吸って年に1度の森林浴を愉しみ、
散策後は豆とごぼうのキーマカレーを食べました♪

5/2(土)そよかぜどようび



5/8(金)ストレッチ体操



5/13(水)そよかぜ教室/花の絵の複写をしました



5/20(水)オープンカフェ

6月から「なんでも相談日」が、
第2月曜日に変わります

~なんでも相談日~

6月8日(月) 午後1時~午後3時

第2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。





そよかぜ八木予定表

2026年

は休所日です。

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	フリーサロン	フリーサロン	ストレッチ体操 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 参加費:300円 10:00~15:00
7	8	9	10	11	12	13
きゅうしよび 休所日	なんでも相談日 参加費:無料 13:00~15:00	きゅうしよび 休所日	ビーズ教室 参加費:300円 13:00~15:00	フリーサロン	おかいもの 場所:亀岡方面 持ち物:お小遣い	きゅうしよび 休所日
14	15	16	17	18	19	20
きゅうしよび 休所日	フリーサロン	フリーサロン	オープンカフェ 参加費:100円 13:00~16:00	フリーサロン	きゅうしよび 休所日	きゅうしよび 休所日
21	22	23	24	25	26	27
きゅうしよび 休所日	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	フリーサロン	きゅうしよび 休所日
28	29	30				
きゅうしよび 休所日	フリーサロン	きゅうしよび 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。

そよかぜ八木 TEL/FAX: 0771-42-5605