



# 障害者地域活動 スペースSORA (そら) 通信

障害者地域活動スペースSORA (そら) は日常生活や福祉サービス全般に関わる相談を受け付けています。また、創作活動、パソコン教室、サロン活動などで生活リズムを整えたり、体力づくりにつながります。活動に参加する中で仲間作りを支援します。



## ■プログラムの紹介■

### ◎パソコン教室

(月~金 10:00~11:30、11:30~12:30)

### ◎クックサタデーSORA

(第2・第4土曜 10:00~14:00)

### ◎もくようホビー

(毎週木曜 14:30~16:00  
16:30~18:00)

### ◎ロイヤルタイム

(第1・第3・第5土曜 13:00~15:00)

### ◎聴覚サロン

(毎週月曜 13:00~16:00)

### ◎からだヘルスけあー

(第1・第3金曜 16:30~18:00)

### ◎柔道クラブ

(毎週土曜 14:00~15:30)

午前9時から午後6時まで営業  
日曜、祝日はお休みです。



twitter

SORA tikatusora

# SORAの4つの魅力とオススメのプログラム

## SORAの上手な使い方

### 気軽に、いつでも、誰でも！

見学も相談も自由。気軽にふらっとのぞいてください。午前9時から午後6時まで営業しています。お電話やメール、FAXでのお問い合わせもお待ちしております。利用登録は無料です。障害者手帳の有無に関わらずご利用いただけます。

→書籍、マンガ、Wiiなどを楽しむだけでもOK。ドリンクやお菓子もご用意しています。

### 学ぶ！楽しむ！参加する！

初心者向けのパソコン教室やクッキング、柔道教室・フィットネスなどの健康づくり、プランターでの野菜作り、手芸教室やお菓子作りで趣味の幅を広げてみませんか。参加費は無料で材料費の実費分のみいただきます。

→裏面のプログラム紹介を読んで、希望のプログラムを見に来てください。

### スタッフや他の利用者と仲良くなる！

SORAでは優しく元気なスタッフが皆様のお越しをお待ちしています。手話通訳士や視覚、肢体不自由のピアカウンセラーが日頃の悩みや恋愛相談にも乗ってくれます。

→人間関係・人付き合いのストレス、仕事・職場のストレスについても、対応方法のちょっとしたコツを学んでみませんか？

### 何がしたいかよくわからない！

大丈夫！知識や経験豊富なスタッフが自分の『居場所』や安心できる『仲間』探しをお手伝いします。楽しみながら何かにチャレンジできるように応援します。

→あなたの得意なこと、興味のあることを教えてください。そこから新たなプログラムができるかも。ご家族や関係機関からの相談もお待ちしております。

### SORAへのアクセス

最寄りのバス停は『西長尾』になります。

〈京阪バス利用の場合〉

#### ■JR長尾駅より

「国道招堤経由樟葉駅」行き  
(〔22〕〔92〕〔93〕〔94〕)に乗り  
「西長尾」下車(バス約10分)

#### ■京阪枚方市駅より

長尾駅方面行きに乗り「長尾谷町」下車後  
樟葉駅行き(〔22〕〔92〕〔93〕〔94〕〔95〕〔97〕)  
に乗り、「西長尾下車」(バス約30分)

#### ■京阪樟葉駅より

「藤阪ハイツ」「長尾駅」「枚方カントリー」行き  
(〔92〕〔93〕〔94〕〔95〕)に乗り  
「西長尾」下車(バス約20分)



〒573-0164 枚方市長尾谷町1-101-1

TEL 072(868)1301 / Fax 072(868)3305

E-mail [tikatu.sora@gmail.com](mailto:tikatu.sora@gmail.com)

ホームページ <http://www.warasibe.or.jp/index.html>

ブログ <http://sora1ro1ro.blog.fc2.com/>