

ひだまり通信



地域活動支援センターひだまり

NP0法人 宗像コスモス会

〒811-3431 宗像市田熊1-3-48

TEL 0940-39-3950

FAX 0940-39-3951

4月号

『ひだまり』は、のんびりお茶を飲んだり、おしゃべりをしたり、好きなことをして仲間とゆっくり過ごす場所です。

ひだまり利用時間
12:00~15:30
毎週月曜日~金曜日
(土日祝お休み)

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
			園芸サークル レジンフレンズ			
6	7	8	9	10	11	12
			ヨガ教室		ひだまり 喫茶	
13	14	15	16	17	18	19
			運動クラブ		ひだまり ランチ	
20	21	22	23	24	25	26
			ビーズ教室		コースター を作ろう	
27	28	29	30	31		
		昭和の日	コースター を作ろう			

ひだまりは、宗像市・福津市の委託を受けて居場所の提供を行っています。地域の皆さんに楽しんでもいただけるよう、様々なイベントを企画しています。

〈毎月恒例スケジュール〉

第2水曜日・・・ヨガ教室

第2金曜日・・・ひだまり喫茶

第3水曜日・・・運動クラブ

第3金曜日・・・ひだまりランチ

第4水曜日・・・ビーズ教室

皆さんのご参加をスタッフ一同心よりお待ちしております！！

ヨ ガ 教 室

9日(水)
13:45~15:00
ヨガで心と体を
癒しましょう

ひだまり喫茶

11日(金)
12:00~15:30
当事者の皆さんにはお菓子と
お茶をを無料で提供します
※予約が必要です

園芸サークル

ひだまりの庭に春の花苗を一緒に植えませんか!!
4月2日(水) 13:30~
終了後は参加者皆さん
でお茶しましょう。

4月の特別企画

刺し子でオリジナルコースターを作りましょう!!
4月25日(金)
4月30日(水)
随時・参加費無料
短時間でできる超簡単な針仕事です。是非チャレンジしてください。丁寧に指導します。材料等は こちらで準備します。

運 動 ク ラ ブ

16日(水)
13:30~
メイトム宗像
(ひだまりは13:15出発)
ストレッチやバトミントンで体を動かします。お友達やご家族など地域の皆さんの参加も大歓迎です!!
タオルや飲み物等をご持参ください。

ひだまりランチ

18日(金)
12:00~
200円(一般は、300円)
※予約が必要です

ビーズ教室

23日(水)
10:00~13:00
オリジナルアクセサリを作ってみましょう
※材料費実費必要です

