

ひだまり通信



地域活動支援センターひだまり

NPO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

『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。

3月号

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)

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！！

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
	ひな祭り →		「新聞バックを作ろう」 レジンフレンズ			
9	10	11	12	13	14	15
			ヨガ教室		ひだまり 喫茶	
16	17	18	19	20	21	22
			運動クラブ	春分の日	ひだまり ランチ	
23	24	25	26	27	28	29
			ビーズ教室			
30	31					

ヨガ教室

12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

14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

運動クラブ

19日(水)
13:30~
メイトム宗像
(ひだまりは13:15出発)

ストレッチやバド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

21日(金)
12:00~
200円(一般は、300円)
※予約が必要です

ビーズ教室

26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

3日~4日ひな祭り

おひな様にちなんだ簡単な仕事を予定してます。ぜひ、ご参加ください！
ご参加の方には、プレゼントをご用意しています。

3月の特別企画

ワークショップ
「新聞バックを作ろう」
5日(水) 13:30~
・予約が必要
・参加費無料
参加される方は13:30までにお越しください。

