

# 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、好きなことをしたり、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

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
	お休み	お休み	お休み	お休み	お休み	
5	6	7	8	9	10	11
					ひだまり 喫茶	
12	13	14	15	16	17	18
	成人の日		運動クラブ		ひだまり ランチ	
19	20	21	22	23	24	25
			ビーズ教室			
26	27	28	29	30	31	

新年あけましておめでとうございます。

旧年中は大変お世話になりました。

今年も楽しい企画盛りだくさんで

スタッフ一同、皆さんのお越しを

心よりお待ちしております！

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

皆様のご参加をお待ちしております！！

※インフルエンザ、コロナ等の感染症対策のために手洗いに協力ください。

**ヨガ教室**

今月はお休み

**ひだまり喫茶**

10日（金）  
12:00~15:30

**\*\*鏡開き\*\***  
当事者の皆さんにはぜんざいを無料で提供します

**運動クラブ**

15日（水）  
13:30~  
メイトム宗像

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**

17日（金）  
12:00~

200円（一般は、300円）  
予約が必要です。

**ビーズ教室**

22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

