

9月の陽だまりサロン

はじめての共想法

9月14日（月）13:30～14:30

共通のテーマで写真を持ち寄ってみんなで話をします。認知症予防の『共想法』のデモンストレーションを行いますので一緒に体験してみませんか？

見学だけでも大歓迎です！

癒しの苔玉を作ります

9月26日（第4土曜開館日）10:30～



写真はイメージです
実際とは異なります

ながめているだけで癒される苔玉を手作りします

定員：10名（申込順） 費用：500円

持物：洗面器 木綿糸（黒） はさみ

45ℓのビニール袋 持ち帰り袋

9月19日（土）10:00～16:00

土曜開館日！

笠原小学校運動会があります
ぜひお立ち寄り下さい！

ミニ喫茶
オープン！
コーヒー 100円



陽だまり
サロンの
一週間の

健康体操・・・毎週火曜日 10:30～11:30

うわばきをご持参ください（スリッパ不可）

*1日はヨガです。29日はお休みです

囲碁・将棋の日・・・毎週水曜日 10:30～

さをり織り体験・・・毎週木・金 10:30～15:30

今月は裂き織りマット 持物：綿布 費用：600円～ 要申込



陽だまりサロンは、年齢や性別、しょうがいのあるなしを問わず、どなたでもご利用いただけます。予約はいりません。お気軽にお立ち寄りください

お問い合わせ 笠原小学校内 陽だまりサロン 37-0145

宮代町指定管理者 特定非営利活動法人 きらいびとみやしろ