

# 9月の陽だまりサロン

**はじめての共想法 9月11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！

**癒しのこけ玉作り**

**9月16日(第3土曜開館日) 10:00~12:00**



土をこねるところから作ります♡

定員：10名(申込順) 費用：500円

持物：洗面器等(土をこねる) 黒い糸  
鉢受け皿等 持ち帰り用袋

去年の作品です

**ビギナーズ編み物・お花のヘアゴム作り**

**9月28日(木) 13:30~15:00**



編み物初心者さんでも鎖編みだけで作れる

簡単なお花のモチーフでヘアゴムを作ります。

ベテランさんはアレンジして

コサージュにして帽子やバッグにつけても♡

持物：並太毛糸 2色 かぎ針 6号程  
とじ針

定員：10名(申込順) 費用：100円



陽だまり  
サロンの  
一週間の

のんびりの日・・・毎週月曜日 13:30~ 大人のぬりえ

第2月曜日 13:30~ 共想法

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) \*19日はヨガです

囲碁・将棋の日・・・毎週水曜日 10:00~

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：700円~ 要申込

**お問い合わせ・申込み 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