

# 3月の陽だまりサロン

## 癒しのハーバリウム

**3月 8日 (木) 14:00~15:00**

前回大好評のハーバリウム作りを体験してみませんか？  
少し小さめの円錐のボトルに透明感溢れる世界が広がります  
費用：700円 持物：はさみ 定員：6名（申込順）



## はじめての共想法

**3月12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？体験・見学をご希望の方はお気軽にお電話ください

## 布でかわいい子犬を作ります

**3月17日 (土) 10:30~15:00**

はぎれでかわいい子犬を縫います  
おしゃべりしながら一緒に作りましょう  
定員：10名 費用：200円（材料費等）  
持物：はさみ \*針はこちらで用意します



**土曜開館日 3月24日 (土) 10:00~16:00**

10:30~12:00 俳句 13:30~14:30 リコーダーを吹きます

大人のぬりえ・・・毎週月曜日 13:30~  
共想法・・・・・・第2月曜日 13:30~14:30  
健康体操・・・・・・毎週火曜日 10:30~11:30  
第1,2,4は健康体操、第3,5はヨガです  
囲碁・将棋の日・・・毎週水曜日 10:00~12:00  
**3/7の午後はお休みです**  
さをり織り体験・・・毎週木・金 10:30~15:30  
今月は **コットンショール** です ※要申込  
費用：900円~

お申込み・お問い合わせは **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りびとみやしろ