

# 2月の陽だまりサロン

日本の伝統・初午 ~しもつかれ~

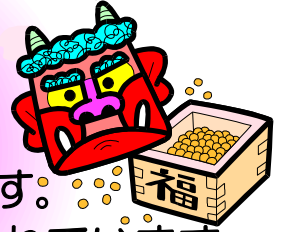
2月10日(水) 11:30~

『はつうま』とは、節分のあとの初めての午(うま)の日です。  
郷土料理(初午料理)のしもつかれは学校給食でも紹介されています。  
しもつかれ・お赤飯・甘酒などをいただきながら  
初午の昼食を楽しみましょう

定員：10名(申し込み順) 費用：200円

\*10時30分より笠原小の1年生のお友達が体験いたします。

ご自由にご見学ください



これは  
何でしょう?  
正解は・・・



## おひなさまのストラップ

2月20日(土) 10:30~12:00

頭の先から10等位のおひなさまです  
どなたでも簡単に作れます

定員：10名 費用：100円



## 第4土曜開館日

2月27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しょう

## 陽だまりサロンの一週間

のんびりの日・・・第2月曜日 共想法13:30~

健康体操・・・毎週火曜日 10:30~11:30

\*うわばき、体操できる服装で

囲碁・将棋の日・・・毎週水曜日 10:30~

2/10は午後2時からのご利用になります

2/17は終日お休みになります

さをり織り体験・・・毎週木・金 10:30~15:30

今月は マフラー ※要申込・町内在住の方

持物：中細毛糸2・3玉 費用：800円~

お問い合わせは・・・

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りびとみやしろ

## 共想法体験

2月8日(月)

13:30~14:30

『共想法』ってご存知  
ですか?写真を持ち寄  
って、楽しく認知症を  
予防する方法です。  
出不精の方、人前で  
お話しするのが苦手な  
方こそ、ぜひ、体験し  
てみてください

