

11月の陽だまりサロン

田口先生の手作りクリスマスリース

11月16日(土) 10:00~12:00

毎年大好評の手作りクリスマス。手作りリースでクリスマス飾りましょう！生の葉を使って作ります。
持物：ワイヤーハンガー 新聞紙 持ち帰り用袋
費用：800円(材料費) 定員：10名(申込順)



前回の作品です

はじめての共想法

11月18日(月) 13:30~14:30

写真を使った認知症予防の『共想法』の見学・体験ができます。
見学だけでも大歓迎です！ ※要申込

折り紙で作るクリスマスリース

11月26日(火) 13:30~15:00

折り紙で立体のクリスマスリースを作ります♪
定員：10名 費用：50円(材料費)



お話しとリコーダーの演奏会♪

12月3日(火) 14:00~15:00

今年で8回目になります『あおむし』のみなさんのお話と『アンソレイユ』によるリコーダーの演奏会です。
お話しとリコーダーの音色をお楽しみください♪

お話し：こねこのチョコレート

曲目：遠くへ行きたい・ラバースコンチェルト・ふるさと(嵐)ほか

陽だまりサロンの一週間 *

のんびりの日 毎週月曜日 大人のぬりえ 13:30~
ゆったりとした気分で好きな色を塗ってみませんか。

第3月曜日 共想法体験 13:30~

いきいきの日 毎週火曜日 健康体操！ 10:30~11:30

第1・2・4週目は健康体操、第3週目はヨガになります。

持物：健康体操はうわばき

囲碁・将棋の日 毎週水曜日 初心者歓迎！ 10:00~12:00

椅子に座ってできます

さをり織り体験の日 木・金曜日 ※要申込 10:30~15:00

今月は『ウールのショール』を作ります 費用：800円~ 持物：中細毛糸



問い合わせ・申込みは…笠原小学校内 陽だまりサロン 37-0145

宮代町指定管理者 認定特定非営利活動法人きらいびとみやしろ