

♡ 2月の陽だまりサロン

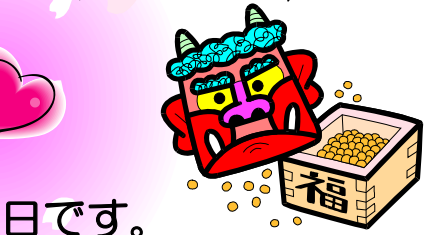
日本の伝統・初午 ～しもつかれ～

2月6日(木) 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・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(申込順) 費用：300円。

これは
何でしょう?
正解は・・・



大人の倶楽部活動 自然観察部 『ホントの春の七草』

2月15日(土) 10:00～12:00

山崎山で自然の春の七草を探して、七草がゆを作ります。いくつ
見つけられるでしょうか?おひとりでもご家族でもご参加ください♪

講師：八木橋孝雄氏 持物：レジ袋

定員：こども～大人まで10名(申込順)

箱を折ります 第12回

2月25日(火) 13:30～15:00

八角形の箱を折ります。

定員：12名(申込順) 費用：50円(材料費)

昨年の
様子です



はじめての共想法

2月17日(月) ※要申込
13:30～14:30
写真を使った認知症予防
の『共想法』の体験がで
きます。見学だけでも大
歓迎です。

陽だまりサロンの一週間

のんびりの日・・・毎週月曜 13:30～大人のぬりえ

健康体操・・・毎週火曜 10:30～11:30

※第1,2,4週は健康体操、第3週はヨガです

囲碁・将棋の日・・・毎週水曜 10:00～12:00

※19日は交流会のためお休みです。

さをり織り体験・・・毎週木・金 10:30～15:00

今月は **ウールのショール** ※要申込

持物：中細毛糸2・3玉 費用：800円～

リコーダーを吹きましょう

2月22日(土)

13:30～14:30

持物：ソプラノまたは
アルトリコーダー

お問い合わせ・お申し込みは・・・

笠原小学校内 陽だまりサロン 37-0145

宮代町指定管理者 特定非営利活動法人 きらりびとみやしろ