

2月の陽だまりサロン

茶の湯と写経を愉しむ

2月4日(土) 13:30~15:00

茶の湯で心休まるひと時を過ごしてみませんか? 昼でのお点前も体験できます。漢字・かなによる写経体験(書道)も一緒に楽しみましょう。

講師: きっさこキッズ代表井上奈穂子氏

定員: 15組(申込順) 費用: 500円(茶菓代)

持物: あれば好きな茶碗 布巾

楽しく使おうスマホ教室

2月6日(木)・20日(木) 10:30~12:00

スマホの基礎、緊急SOS、LINEの使い方等、楽しく学びましょう。

講師: 月野由枝氏

ポッチャdeかるたをやってみよう

2月7日(金) 10:30~11:30

椅子に座って、大きなかるためがけてお手玉を投げる「ポッチャかるた」です。

子どもから大人まで、年齢問わず、ひとりでも家族でもご参加ください。

「宮代みんなのふくしかるた」を使って遊びましょう。輪投げもあります♪

みんなのほっとカフェ

2月14日(金) 10:30~12:00 ※時間内であればいつでも相談できます

子育てや人間関係の悩み、モヤモヤを、ニーズカードを使って整理するお手伝いをします。

肩の荷をおろしてホッとする時間を過ごしませんか。

聞き手: 宮代町家庭教育支援チーム・佐藤 対象: どなたでも

はまぐり雛を作しましょう

2月15日(土) 10:00~12:00

和柄の折紙を貼って貝雛を作ります。

定員: 8名(申込順) 費用: 100円 持物: 木工用ボンド はさみ

はるるの折紙タイム

2月18日(火) 13:30~15:00

かわいい蓋つきの箱を折ります。

定員: 10名(申込順)

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

4・25日は新しい村の芝生広場で行います(雨天中止)

持物: 飲み物・リジャー(1人分くらいのサイズのもの)

※新しい村へのお問い合わせはご遠慮ください

18日は陽だまりサロンでヨガを行います

※11日はお休みです

囲碁・将棋の日・・・毎週水曜 10:00~ 椅子に座ってできます

さをり織り体験・・・毎週木・金 10:30~15:00 ※要申込

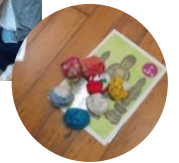
持物: 中細毛糸3玉 費用: 800円~

今月はウールのマフラーを織ります

陽だまりサロンにあなたの作ったおひな様(つるし雛など)を飾ってみませんか?

陽だまりサロンまでお持ちください。詳しくはお問い合わせください♪

展示期間: 3月3日(月)まで



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

スクエアステップ

歩く脳トレ!

升目(スクエア)で区切ったマットの上で足踏み(ステップ)をして、頭と身体を同時に鍛えることができるエクササイズです。お子様連れでも大歓迎です。

第2・第4金曜日
13:30~15:00

持物: 運動靴
汗拭きタオル
飲み物



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 認定特定非営利活動法人 きらりびとみやしろ