

6月の陽だまりサロン

おかげさまで陽だまりサロンは25周年を迎えました！

福祉交流センター『陽だまりサロン』は、高齢者や障がいのある方、赤ちゃんやお母さん、お父さんなど、いろいろな方々が垣根を越えて気軽に話し合える場所、学校のこどもたちや、福祉作業所の作業生のみなさんとの交流の場所として、笠原小学校の空き教室を利用して作られ、25年目を迎えています。
NPO 法人 きらりびと みやしろが指定管理者として運営をしています。『困ったときはお互いさま』をモットーに、大人も子供も、障がいのある人もない人も、理解しあい、支えあえる『人にやさしいまちづくり』を目指しています。

ポッチャ de かるた

6月6日（金）7月4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。



みんなのほっとカフェ

6月13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

きさこキッズ「茶の湯と写経を楽しむ」

6月24日（火）10：30～12：00

茶の湯で心休まるひと時を過ごしませんか？畳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。
小さなお子様連れでも大丈夫です。

講師：井上奈穂子氏 定員：15組（申込順） 費用：500円（茶菓代）

楽しく使おう！スマホ教室

6月25日（水）10：30～12：30

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

リコーダーを吹きましょう

6月28日（土）

13：30～14：30

持物：ソプラノまたは
アルトリコーダー

レッツ！ 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の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・4金曜日
13:30～15:00

持物：上履き・タオル・飲み物

陽だまりサロンの1週間

のんびりの日 毎週月曜日 大人のぬりえ 13：30～
予約不要・色鉛筆等の用意もあります

※24日は布ぞうり作りのためお休みです

いきいきの日 毎週火曜日 カラダのびのび！体操 10：30～11：30
3・10・24日は新しい村の芝生広場で行います
持物：飲み物・タオル・ジャージ（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

17日は陽だまりサロンでヨガを行います。

囲碁・将棋の日 毎週水曜日 10：00～12：00

さをり織り体験の日 木・金曜日 10：30～ 要予約

今月は『裂きをりマット』を作ります

費用：700円（縦糸代）持物：綿布（応相談）

お問い合わせ…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