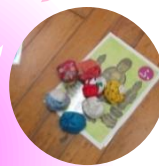


2月の陽だまりサロン

ポッチャ de かるたをやってみよう

2月6日(金) 10:30~11:30

椅子に座って、大きなかるた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♪



はるるの折紙タイム

2月17日(火) 13:30~15:00

ちょうちょのブックマークを折ります。

定員：10名(申込順)



茶の湯と写経を愉しむ

2月21日(土) 10:30~12:00

茶の湯で心休まるひと時を過ごしてみませんか？小さなお子様と一緒に体験できます。

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)

ひな祭りフラワーアレンジ

2月21日(土) 13:30~15:00

生花を使ったフラワーアレンジ花育体験をしませんか？優しい気持ちを育みましょう！

講師：いしづかゆか氏 定員：10組(親子の場合2人で1組)

費用：800円 持物：花切ばさみ・工作ばさみ・セロハンテープ・あれば折紙・持ち帰り用袋

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(火)まで

リコーダーを吹きましょう

2月28日(土) 13:30~14:30

先生はいません。吹きたい曲を楽しくみんなで吹いています。

持物：ソプラノまたはアルトリコーダー

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

持物：室内履き・飲み物・タオル

18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 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

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



※ 開館時間変更のお知らせ ※

令和8年4月1日(水)より

陽だまりサロンの開館時間が下記に変更になります。ご理解のほどよろしくお願い致します。

月曜日~金曜日 10時~14時

第3・4土曜日 10時~16時

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