

ひだまり通信

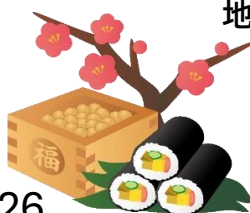
地域活動支援センターひだまり

NPO法人 宗像コスモス会

〒811-3431 宗像市田熊1-3-48

TEL 0940-39-3950

FAX 0940-39-3951



『ひだまり』は、のんびりお茶を飲んだり、おしゃべりをしたり、好きなことをして仲間とゆっくり過ごす場所です。

2026
2月号

ひだまり利用時間
12:00~15:30
毎週月曜日~金曜日
(土日祝お休み)

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
		節分祭り	ビーズ教室			
8	9	10	11	12	13	14
			建国記念日	バレンタインデー	ひだまり 喫茶	
15	16	17	18	19	20	21
			秘密の 料理教室		ひだまり ランチ	
22	23	24	25	26	27	28
	天皇誕生日		ヨガ教室			

ひだまりは、宗像市・福津市の委託を受けて居場所の提供を行っています。地域の皆さんに楽しんでいただけるよう、様々なイベントを企画しています。

〈毎月恒例スケジュール〉

第1水曜日・・・ビーズ教室

第2水曜日・・・ヨガ教室

第2金曜日・・・ひだまり喫茶

第3水曜日・・・運動クラブ

第3金曜日・・・ひだまりランチ

皆さんのご参加をスタッフ一同心よりお待ちしております！！

ビーズ教室

4日(水)

10:00~13:00

オリジナルアクセサリを
作ってみましょう

※材料費は実費が必要です



ひだまり喫茶

13日(金)

12:00~15:30

当事者の皆さんにはお菓子と
お茶をを無料で提供します

※予約が必要です

運動クラブ

お休み



ひだまりランチ

20日(金)

12:00~

200円(一般は、300円)

※予約が必要です

ヨガ教室

25日(水)

13:45~15:00

ヨガで心と体を

癒しましょう

3日 節分祭り

皆さんの健康を祈願して
豆まきをしましょう。



12日♡13日

バレンタインデー

ささやかですがチョコを
プレゼントします。



～大山プレゼンツ～『秘密の料理教室』開催

日時：18日(水) 12:00~15:00 参加費：300円

大山施設長自慢の手料理と一緒に作りましょう！！

メニューは秘密ですが...美味しい料理を皆さんで作って食

