

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
3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
			ビーズ教室			
		ひな祭り	→			
8	9	10	11	12	13	14
			ヨガ教室		ひだまり 喫茶	
15	16	17	18	19	20	21
			運動クラブ		春分の日	
22	23	24	25	26	27	28
					ひだまり ランチ	
29	30	31				

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



運動クラブ

18日(水)

13:30~

メイトム宗像

(ひだまりは13:15出発)

ストレッチやバドミントンで体を動かします
お友達やご家族など地域の皆さんの参加も大歓迎です！！
タオルや飲み物等をご持参ください

3日~5日 ひな祭り

画用紙や色紙で雛飾りを作って楽しみましょう！！
イベントに参加された方にひなあられをプレゼントします。皆さんで桃の節句を祝いましょう！！皆さんのお越しをお待ちしております。

＜お知らせ＞

コスモス会の誕生日会に参加しませんか！！2、3月の誕生日を祝います。毎回季節のスイーツをご用意しています。参加希望の方はお知らせください。

ヨガ教室

11日(水)

13:45~15:00

ヨガで心と体を癒しましょう



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



ひだまりランチ

27日(金)

12:00~

200円(一般は、300円)

※予約が必要です

