

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
4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
			ビーズ教室 今月のイベント →			
5	6	7	8	9	10	11
			ヨガ教室 →		ひだまり 喫茶	
12	13	14	15	16	17	18
			運動クラブ		ひだまり ランチ	
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		
			昭和の日			

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
- 皆様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
1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

ヨガ教室
8日(水)
13:45~15:00
ヨガで心と体を癒しましょう
※動きやすい服装でご参加ください



3月ひだまりの様子

ひな祭りで利用者の皆さまに作ってもらったひな飾りです。春が早めにやってきたようでした。

ひだまり喫茶
10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
15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。

今月のイベント
4/1~4/10
来所された皆さまに、桜の花を色紙で切ったり、壁に貼ったりしてもらい、満開の大きな桜の木を完成させたいと思います。ひだまりで春らんまんを感じる時間を過ごしましょう！！

ひだまりランチ
17日(金)
12:00~
200円(一般は、300円)
※予約が必要です

