

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
7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
			ハンドメイドcafe			
5	6	7	8	9	10	11
	★七夕まつり★		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
	海の日					
26	27	28	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・・・ハンドメイドcafe

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！！

ハンドメイドcafe

1日(水)

10:00～15:00

ビーズ教室と巾着とポケットティッシュカバー作り

※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

ひだまり喫茶

10(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)

ストレッチやバト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也大歓迎です！！
タオルや飲み物等をご持参ください

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

★七夕祭り★

7/6(月)～7/10(金)

短冊に願い事を書いたり、色紙で飾りを作ったりして七夕まつりを楽しみましょう！！(参加者にはあめ玉をプレゼントします)

今月のハンドメイドcafe

○布巾・・・基本の針で手縫いをしてみましょう！
○ポケットティッシュカバー・・・縫うところは2か所だけの簡単なカバーを作ってみましょう！

※7月、8月は同じ内容で手芸を楽しんでください！！
※材料はこちらで準備します(材料費は必要)
※ビーズ教室は通常通り

