

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。

2025
9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
			ビーズ教室			
7	8	9	10	11	12	13
			ヨガ教室		ひだまり 喫茶	
14	15	16	17	18	19	20
	敬老の日		運動クラブ		ひだまり ランチ	
21	22	23	24	25	26	27
		秋分の日				
28	29	30				

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

3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

10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

12日(金)

12:00~15:30

当事者の皆さんにはお菓子とお茶を無料で提供します

※予約が必要です



運動クラブ

17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も大歓迎です！！

今月もバトミントンが大好きな(趣味・特技)スタッフが参加します
タオルや飲み物等をご持参ください



ひだまりランチ

19日(金)

12:00~

200円(一般は、300円)

※予約が必要です

お知らせ

ビーズ教室の日程変更について

今月より先生の都合によりビーズ教室が第1水曜日となりました。

染物の体験企画に多数のご参加ありがとうございました。

7月、8月に染物にチャレンジして下さった皆さんありがとうございました。それぞれのできばえに満足してもらえたようで本当に良かったです。

今後も楽しい企画を提供していきたいと思っております。