

ひだまり通信



地域活動支援センターひだまり

NP0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

12月号

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
			ビーズ教室		カレンダー作り	
7	8	9	10	11	12	13
	カレンダー作り		ヨガ教室		ひだまり喫茶	
14	15	16	17	18	19	20
			運動クラブ	クリスマスマーケット	ひだまりランチ	
21	22	23	24	25	26	27
	クリスマスマーケット					年末年始お休み
28	29	30	31	1	2	3
	年末年始お休み 12/27~1/4					

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)

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

第3水曜日・・・運動クラブ

第2金曜日・・・ひだまり喫茶

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

19日(金)

12:00~

200円(一般は、300円)

クリスマス特別メニュー

どうぞお楽しみに！！

※予約が必要です

クリスマスマーケット

12/18(木)~12/25(木)

素敵なクリスマスグッズをゲットして楽しんでください！！

300円(5枚綴り)の金券を販売します。



カレンダー作り

12/5(金)~12/11(木)

2026年のオリジナルカレンダーを作りませんか！

年末年始お休み

12/27(土)~1/4(日)

年始は1月5日です。