

2月の陽だまりサロン

日本の伝統・初午 ～しもつかれ～

2月6日(木) 11:30～

『はつうま』とは、節分のあとの初めての午(うま)の日です。
郷土料理(初午料理)のしもつかれは学校給食でも紹介されています。
しもつかれ・お赤飯・甘酒などをいただきながら
初午の昼食を楽しみましょう

定員：10名(申し込み順) 費用：200円

* 10時30分より笠原小の1年生のお友達が体験いたします。
ご自由にご見学ください



ひな飾りを作ります

2月15日(第3土) 10:30～15:00

定員：10名(2月5日10時より電話受付
初めての方優先)

持物：和布 6cm×6cmを30枚 縫い糸 はさみ
ものさし(針は持ち込まないでください)

費用：350円



第4土曜開館日

2月22日(土) 10:00～16:00

10:30～12:00 俳句

13:30～14:30 リコーダーを吹きましょう

陽だまりサロンの一週間

のんびりの日・・・第2月曜日 共想法13:30～

健康体操・・・毎週火曜日 10:30～11:30

囲碁・将棋の日・・・毎週水曜日 10:00～12:00

さをり織り体験・・・毎週木・金 10:30～15:30

今月は マフラー ※要申込・町内在住の方

持物：中細毛糸2・3玉 費用：800円～

共想法体験



2月10日(月)

13:30～14:30

『共想法』ってご存知
ですか？写真を持ち寄
って、楽しく認知症を
予防する方法です。
出不精の方、人前でお
話するのが苦手な方
こそ、ぜひ、体験して
みてください



お問い合わせは・・・

笠原小学校内 陽だまりサロン 37-0145

宮代町指定管理者 特定非営利活動法人きらりびとみやしろ