

コミュニティスペースにこっと

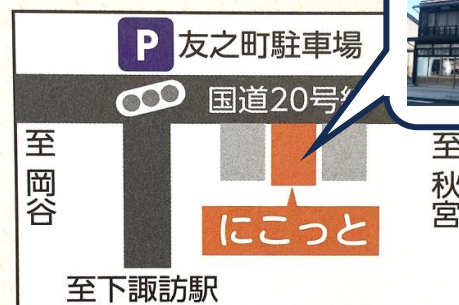
以下の活動が行われています。一緒に仲間になりませんか。

コミュニティスペースにこっと

開館日：平日 午前10時～午後3時

(祝祭日を除く)

TEL：27-1703



【活動一覧】

グループ名	活動日	内容	募集状況
にこっとサロン	第2/4月曜 13時～14時30分	茶話会です。折り紙や脳トレなどをします。	大歓迎
習字ふれあい講座	第1金曜 14時～15時 第3月曜 14時～15時	習字を通して字の上達を目指します。	応相談
緑一色	毎週火曜 10時～12時	脳トレを目的とした健康的な麻雀同好会です。	応相談
mymaiヨガ	第1/3火曜 13時30分～15時	ヨガを通して身体と心と呼吸を整えます。	応相談
手しごとチーム	毎週水曜 10時～12時	ちりとり、熊手、布ぞうりを作っています。	大歓迎
手しごとチーム内 ねこの手 班	第2/4水曜 13時30分～15時	着物生地を使った「ねこはんてん」などを作り、必要としている方へ寄付もしています。	大歓迎
健康クラブ泉の会	毎週木曜 10時～11時 11時～12時	おしゃべりと体操で楽しく健康づくりをしています。	応相談
クラフト講座	毎週木曜 13時～15時	折り紙を使った作品を作っています。	大歓迎
ほっとヨガ	第1/3金曜 10時～11時	椅子に座りながらヨガをします。 足腰の弱い方でも自分のペースでできます。	大歓迎
マグネット吹矢	第2/4金曜 10時～12時	吹き矢をして肺活量を鍛えましょう。 合間に茶話会をします。	大歓迎
にこっとTK	最終金曜 13時～14時	食事に関する講話です。隔月で調理をします。	大歓迎



【お問い合わせ】

コミュニティスペースにこっと TEL27-1703

下諏訪町社会福祉協議会 地域福祉推進係 TEL27-8886