

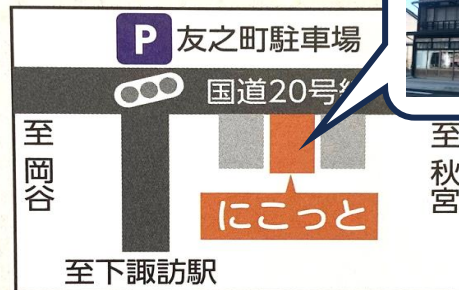
コミュニティスペースにこっと

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。 参加費：1回につき100円 | 大歓迎 |
| 習字ふれあい講座 | 第2週金曜 14時～15時 第3週月曜 14時～15時 | 習字を通して字の上達を目指します。 参加費：年会費1000円 | 令和7年 1、2月は 休止 |
| 緑一色 | 毎週火曜 10時15分～12時15分 | 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。 参加費：1回につき1000円 | 応相談 |
| 手しごとチーム | 毎週水曜 10時15分～12時 | ちりとり、熊手、布ぞうり、ぞうきんを作っています。 | 大歓迎 |
| ねこの手 | 第2/4水曜 13時30分～15時 | 着物生地を使った「ねこはんでん」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 |
| クラフト講座 | 毎週木曜 13時～15時 (月に一度お休みがあります) | 折り紙を使った作品を作っています。 参加費：年会費1000円 | 大歓迎 |
| ほっとヨガ | 第1/3金曜 10時15分～11時15分 | 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15分～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。 道具代：6100円(初回無料貸し出し) | 大歓迎 |
| にこっとTK | 第3週月曜 11時～12時 (隔月で調理をします) | 食事に関する講話です。参加費：100円 (調理の月はプラス材料費) | 令和7年 1、2月 は休止 |

令和6年12月現在の情報です。
日程等変更になっている場合がありますので、お問い合わせください。

【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