

5月

～そこに行けば何かがある、誰かがいる～

ぶんたね

くらしか和



月	火	水	木	金	土	日
1 10時30分～11時30分 ゆずの会 ★1 13時～17時 ちくちく倶楽部	2	3	4	5	6 11時～15時 ツキイチ防災 (試食会)	7 お休み
8 14時～15時30分 心と身体の 健康タイム ★5	9	10	11 10時～11時30分 朝ヨガ ★5 14時～16時 HAPPY♡ 音ひろば ★1	12 13時30分～15時 時を競む会	13	14 お休み
15 10時30分～11時30分 ゆずの会 ★1 13時～17時 ちくちく倶楽部	16	17	18 14時～17時 ★2 レッツ☆笑てがみ	19 10時30分～14時 ゆずの会 オンライン ★1 +スマホカフェ 16時～ 貸切	20 13時30分～15時 えんにち屋 (子ども)	21 お休み
22	23 10時30分～12時 えんにち屋 (おとな)	24	25 10時～11時30分 朝ヨガ ★5	26 13時30分～15時 時を競む会	27 お休み	28 お休み
29	30	31		★1 参加費100円 ★2 参加費200円(変動あり) ★5 参加費500円		

ぶんたねサロン



19日は16時まで

月曜日から金曜日:10時～18時、土曜日:11時～15時

どなたでもお立ち寄りいただけます。一緒にお茶を飲みながらおしゃべりしませんか？ぜひいらしてください。

※やむを得ず お休みすることがございます。ご了承ください。

ぶんたね こいしか和は地域のボランティアが運営しています。ご協力のほどよろしくお願いいたします。



運営: 小石川三丁目第三の居場所実行委員会

お問い合わせ先 文京区社会福祉協議会 地域福祉推進係 ☎ 03-5800-2942



定期プログラムの紹介

ゆずの会（フレイル予防体操）

第1・3月曜日 10時30分から11時30分

第1・3金曜日 10時30分から11時30分

フレイル予防体操を行って交流しましょう！

参加費 100円

ちくちく倶楽部

第1・3月曜日 13時から17時

裁縫が得意な方から初心者の方まで誰でも大歓迎！
ユニークな物をみんなで楽しく作しましょう！

参加費 無料

心と身体健康タイム

第2月曜日 14時から15時30分

シニアソロジーや体操を行いながら
楽しく健康な体づくり！

参加費 500円

レッツ☆笑てがみ

第1・3木曜日 14時から17時

割り箸を使って、世界で一枚だけの絵手紙を
あなたも描いてみませんか？

参加費 200円 ※材料によって変動有り※

朝ヨガ

第2・4木曜日 10時から11時30分

ヨガを通じた交流で素晴らしい一日のスタートに！

参加費 500円

絵本祭り えんにち屋

第3土曜日 13時30分から15時（子どもの絵本）

第4火曜日 10時30分から12時（おとなの絵本）

笑いあり！涙あり！バラエティ豊かな絵本を味わいましょう！
「えんにち屋」ワールドによろこそ！

参加費 無料

HAPPY♡音ひろば

第2木曜日 14時から16時

みんなで歌ってHAPPYなひとときを過ごしましょう！ 参加費 100円

今月のイベント

ツキイチ防災 5月6日（土） 11時から15時

☆防災について考えよう☆今月は防災食の試食も！☆ 参加費 無料

詩を読む会 5月12日・26日（金） 13時30分から15時

みんなで詩を読んで、自由に語り合しましょう 参加費 無料



月・水・日は「子ども第三の居場所」を実施中♪

詳しくは

パンフレット 又は NPO法人東京ソレリア(03-3868-0373)まで