

であい館(北本生活館)だより

9月のお知らせ

地域のみんなの居場所です。遊びに来てくださいね♪

(★は組合員限定企画)

	ランチ	みんなの居場所 わ〜くわっく北本 居場所利用料 100円 つどいは参加料がかかります。 利用時間 月〜金曜日 10:00〜16:00	組合員活動	その他
1	金	○ 10:30〜11:30 ばぶばぶ赤ちゃん集まれ!(寝相アート)		自然体ヨガ教室
2	土			弁当配布(こども食堂) 自然体ヨガ教室
3	日			
4	月	○ 10:30〜11:30 ドレミでジャ〜ンプ♪		
5	火	○	13:30〜16:00 こうのす家庭科部(連)	自然体ヨガ教室
6	水	○		
7	木		9:30〜12:30 桶川支部委員会 ★	自然体ヨガ教室
8	金	○ 10:30〜11:30 トコトコ走って みんなで遊ぼう!	13:30〜16:00 こうのとりのひろば	自然体ヨガ教室
9	土	10:00〜12:00 メンズキッチン		自然体ヨガ教室
10	日			
11	月	10:00〜11:30 「みんなの本棚」読書会	9:30〜12:30 北本支部委員会 ★	
12	火	○ 10:00〜12:00 コラージュの会	13:30〜16:00 こうのす家庭科部(連) 10:40〜14:00 牛肉学習会サテライト会場	自然体ヨガ教室
13	水	○ 13:30〜15:00 午後のちくちく	9:30〜11:30 鴻巣支部委員会 ★	
14	木	○ 11:30〜 アニバーサリーランチ♥	13:30〜15:30 ウクレレ(連)	自然体ヨガ教室
15	金	○		フードパントリー 自然体ヨガ教室
16	土	17:30〜19:30 みんなの居酒屋		自然体ヨガ教室
17	日			
18	月	- お休み(敬老の日) -		
19	火	○	10:00〜12:00 であい館協議会 ★	自然体ヨガ教室
20	水	○ 10:30〜11:30 歌声サロン 13:30〜15:00 午後のちくちく		
21	木			自然体ヨガ教室
22	金	○ 10:00〜12:00 石鹸作りワークショップ 10:30〜11:30 離乳食学習会	10:00〜11:30 ほめ*ほめ子育てトレーニング 13:30〜15:00 であい館運営委員会 ★	自然体ヨガ教室
23	土	お休み(秋分の日) -	10:30〜14:00 であいの広場 13:30〜16:00 であい館運営委員会 ★	学習支援(こども食堂)
24	日			
25	月	10:00〜11:30 セラバンド健康体操		
26	火	○ 10:30〜12:00 布ぞうり作り	10:00〜12:00 北本Tハウス	活元運動/愉気の会 自然体ヨガ教室
27	水	○		
28	木	10:00〜12:00 かんたんお菓子作り		自然体ヨガ教室
29	金	○		
30	土			自然体ヨガ教室

「わ〜くわっく北本」 日替わりランチ

生活クラブ生協の安心・安全な食材をメインに使っています。合成添加物や保存料を使った食材は使っていません。

日替わりランチ 900円 (居場所利用料込) お肉・お魚を選べます。
キッズプレート 500円
ランチコーヒー 100円
ランチテイクアウト 900円

★ランチ提供日は、上記カレンダーのランチの欄をご確認ください。
ランチのない日でも、喫茶はご利用いただけます。

ご予約下さい♥

2階は組合員のための
フリースペースです。
是非ご利用ください♪

(Wi-Fi あります)
どなたでも無料でご利用いただけます。
お友達と一緒にどうぞ☆三



♥一時託児 ¥1,000/1時間(9:00〜16:00)

生活クラブ組合員以外の方は、事前契約が必要です。

お申込み・お問い合わせ: (平日 9:00〜16:00)

電話 048-592-9612 FAX 048-592-9613

〒364-0031 北本市中央4丁目67 であい館(北本生活館)

JR 高崎線北本駅西口徒歩7分 ヤオコー北本中央店 西隣り

代表者が組合員であれば、施設の利用ができます。

(2階会議室・2階調理室・3階ホール・3階和室・駐車場)

お問い合わせください。

かんたんお菓子作り

『もうすぐハロウィン☆
かぼちゃのパウンドケーキ』

野菜嫌いの子でもおいしく食べられる、
かぼちゃのパウンドケーキを作ります！

9月28日(木) 10:00~12:00
参加費:500円 材料費:実費(500円程度)
場所:2階調理室
持ち物:大きめの持ち帰り容器

みんなの居酒屋

9月16日(土) 17:30~19:30

【お料理】350円
メニューはお楽
しみ☆

【お飲み物】
ビール・酎ハイ・ハイボール・
ワイン・日本酒 350円

予約不要！

石鹸作りワークショップ

手作りの石けんは保湿成分もプラス
されて除菌やアルコール消毒で荒れた
手にも安心して使えます。

*お土産の石鹸付きです。

9月22日(金) 10:00~12:00
持ち物:エプロン
講師:小松安津子さん(加須支部組合員)
参加費:500円 別途材料費 1,500円

午後のちくちく

9月13日・20日(水) 13:30~15:00
参加費:300円(コーヒーor紅茶付き)

編み物・お絵描き・ぬり絵や折り紙な
どなど・・・手仕事・手作りにしたいも
のをお持ちください。

ほっとカフェ

こころのモヤモヤを話してみませんか?
どんな内容でも結構です。(秘密厳
守) お茶を飲みながら、一対一でお話を
伺います。(公認心理師・精神保健福祉
士・産業カウンセラー)
日時:お一人50分位
お申し込み時にご相談ください。
参加費:一回 ¥1,500【コーヒー付】

歌声サロン

みんなで季節の歌を歌い、ハンドベル
も楽しみましょう! 楽譜が読めない方
でも大丈夫です(^^)v

9月20日(水) 10:30~11:30
参加費:300円

メンズキッチン

9月9日(土) 10:00~12:00
参加費:材料費込1200円 <<定員7名>>

作ったことのある人も、初挑戦の人も、
まだまだ働き盛りの人も、悠々自適の人も、
一緒に楽しくお料理してみませんか。

医療生協北本支部による

セラバンド健康体操

9月25日(月) 10:00~11:30
参加料:100円(医療生協組合員は無料)
持ち物:体操のできる上履き

一緒にフレイル(加齢、生活習慣によっ
ておこる虚弱な状態)を予防しませんか?

気分すっきりカラーズユの会

9月12日(火) 10:00~12:00
講師:松本(公認心理師・精神保健福祉士)
参加費:1,000円

雑誌の切り貼りで作品作りをします。不思議
と気分が落ち着いたり、スッキリするの
を体験できます。

親子で参加のつどい

【歩けるようになるまで】 ばぶばぶ 赤ちゃん集まれ!

9月1日(金) 10:30~11:30
参加費:300円

親と子の楽しい時間です。遊んだ後に、
寝相アートを楽しみましょう。

離乳食学習会

9月22日(金) 10:30~11:30
参加費:800円(別途材料費 月齢に
よって100円~300円が必要です)

月齢に合わせた食材で離乳食を用意
します。集中して食べられる子、野菜
大好きな子、心を育てる離乳食の進め
方の勉強会です。

親子のひろばには、木のおもちゃ、絵本、
積み木、プラレール等おもちゃがありま
す(^^)v 気兼ねなく親子で過ごせるお
部屋です。ベビーベッドもあります。

北本Tハウス 《申し込み不要》

9月26日(火) 10:00-12:00

ようこそ心でお待ちしています。
お茶を飲みながら楽しいひとときを過
ごしましょう。【北本支部】

こうのとりのひろば 《申し込み不要》

9月8日(金) 13:30-16:00

みなさんの居場所です(手芸・おしゃ
べりタイム・DVD鑑賞他)。手芸が苦
手な方でもOK(手作りのベテランがい
ます。)【鴻巣支部】

きたもとこども食堂

個人や企業からの寄付や、様々な助成金を
活用し、ひとり親世帯、多子世帯に、米、
野菜他食材を配布しています。地域みんな
で子どもたちを育てましょう☆

「わ〜くわっく北本」の運営は、
NPO法人ワーカーズコレクティブ
てとてが担っています。

てとては ・介護保険制度外の生活さ
ぼーと(家事支援など)・ケア付き
移動サービス(福祉有償運送・障害児
(者)生活サポート)なども行っています。

ホームページ



アニバーサリーランチ

9月14日(木) 11:30

参加費:1,500円
記念日ランチ・デザート・ドリンク付

ランチとデザートで楽しいひと時を過
ごしませんか?

*イベントではありません。特別ランチの企画です。

「みんなの本棚」読書会

スタッフの朗読とおしゃべりを楽しむ会です。

9月11日(月) 10:00~11:30
参加費:300円(定員5名)

☆紹介したい本がありましたら、お持ち下さい。

であいの広場 《申し込み不要》

9月23日(土) 10:30-14:00

子ども応援バザーを開催しています。
集まった募金は「きたもとこども食堂」に
寄付し子育て支援に活用しています。同時
開催のフリーマーケット出展者も募集。

お弁当配布 9月2日(土)

フードパントリー 9月15日(金)

みんなで勉強しようの会 9月23日(土)

*詳細は「てとて」ブログをご確認ください。

* みんなの居場所「わ〜くわっく北本」のつどい参
加は、事前にお申し込みのうえご参加ください。

★「わ〜くわっく北本」で作品展を開催して
みませんか? 棚貸しも行っています。ご相談
ください。

★「みんなの本棚」
貸出期限なしの、本の貸し出ししています。