

であい館(北本生活館)だより

8月のお知らせ

地域のみんなの居場所です。毎日、ランチ、喫茶もやっています。遊びに来てくださいね♪

(★は組合員限定企画)

		みんなの居場所 わ〜くわっく北本 利用時間 月～金曜日 10:00～16:00	組合員活動	その他
1	木	10:00～16:00 みんなのサロン		自然体ヨガ教室
2	金	10:00～11:00 ばぶばぶ赤ちゃん集まれ!(寝相アート)		自然体ヨガ教室
3	土			学習支援・こども食堂
4	日		13:30～16:00 鴻巣Tハウス『結』	
5	月	10:30～11:30 ドレミでジャ〜ンプ♪		
6	火	10:00～12:00 コラージュの会		自然体ヨガ教室
7	水	13:30～15:00 午後のちくちく		
8	木	14:00～15:30 オレンジ茶房		自然体ヨガ教室
9	金		13:30～16:00 こうのとりのひろば	こども食堂(弁当配布) 自然体ヨガ教室
10	土	10:00～12:00 メンズキッチン		自然体ヨガ教室
11	日			
12	月			
13	火	夏季休業		
14	水		9:30～12:00 鴻巣支部委員会 ★	
15	木			
16	金			フードパントリー
17	土	17:30～19:30 夏祭り		自然体ヨガ教室
18	日			
19	月		10:00～16:00	
20	火		10:00～16:00	自然体ヨガ教室
21	水	10:30～11:30 歌声サロン 13:30～15:00 午後のちくちく	13:30～16:00	活元運動/愉気の会
22	木	10:00～16:00 みんなのサロン	13:30～16:00	自然体ヨガ教室
23	金	10:00～11:00 トコトコ走って みんなで遊ぼう!	10:00～16:00	自然体ヨガ教室
24	土	14:00～はじめてまして雅楽の会(13:00～体験講座)	10:00～16:00	自然体ヨガ教室
25	日		10:00～16:00	
26	月	10:00～11:30 セラバンド健康体操		
27	火		10:00～12:00 であい館協議会 ★ 13:30～16:00 であい館運営委員会 ★	自然体ヨガ教室
28	水	10:30～13:00 ガーデンサロン		
29	木	10:00～16:00 みんなのサロン	13:30～16:00 手仕事くらぶ(連)	自然体ヨガ教室
30	金	10:30～11:30 離乳食学習会		自然体ヨガ教室
31	土			自然体ヨガ教室

であい館(北本生活館)が変わりました♪

居場所代がなくなります。
全館どなたでもご利用いただけます。
地域に開かれた、みんながであう地域の居場所です。
「てとてごはん」毎日ご利用いただけます。

「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。

- ★ てとてごはん new! 600円
気軽に利用できる家庭の味のごはんです♡
- コーヒー 200円
 - ジュース・牛乳 など 200円～
 - バナナジュース(生) 350円 他

できるだけ
ご予約下さい♡

♡一時託児

¥1,200/1時間 (10:00～16:00)

生活クラブ組合員以外の方は、事前契約が必要です。

施設の利用ができます。
(2階フリースペース・2階調理室・3階ホール・3階和室)



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

夏祭り

8月17日(土)

17:30~19:30 (雨天決行)

皆様のお越しをお待ちしています☆

こどものゲームコーナー

中央4丁目自治会による

ポッチャコーナーもあります(3F)

フラダンス公演(2回)



メニュー
たこ焼き・枝豆・鶏肉料理
きゅうりの1本漬け・マヨ
ポテト・ソーセージ・ご飯
もの 他
生ビール・ジュース 他

ガーデンサロン

8月28日(水) 10:30~13:00

建物前駐車場で、ガーデンサロン開催します。地域の福祉事業所などの出店もあります。遊びに来てくださいね。地域の方の、出店もご相談ください(^_^)☆「布ぞうり作り」も行います!

予定事業所・びおもす「一粒」のお豆腐
・くじら雲 野菜や手作り品など

メンズキッチン

8月10日(土) 10:00~12:00

参加費: 材料費込1500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。



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】

生活しづらさを抱える方の

みんなのサロン

8月1・22・29日(木) 10:00-16:00

動き回ったり、大きな声を出したり、大丈夫! 安心して遊びにきてね。

- ・施設からのお散歩先、外出先に、スタッフさんと一緒にどうぞ。
- ・一人でいらっしゃれる方は、おひとりでも、いつ来てもいつ帰っても自由です。

オレンジ茶房

(北本市西包括主催)

8月8日(木) 14:00~15:30

参加費: 100円(お茶代込)

認知症があってもなくても、安心して楽しく過ごせる居場所です。お茶をいただきながら一緒におしゃべりしませんか? 予約不要です。

医療生協北本支部による

セラバンド健康体操

8月26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?

気分すっきりクラージュの会

8月6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。

親子で参加のつと

対象 1歳半くらい~

ドレミでジャ〜ンプ!

8月5日(月) 10:30~11:30

参加費: 300円

リトミックをとりいれ音楽に合わせて親子で楽しく体を動かします♪

【歩けるようになるまで】

ばぶばぶ赤ちゃん集まれ!

8月2日(金) 10:00~11:00

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

8月30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。

【対象 歩けるようになったら】

トコトコ走ってみんなで遊ぼう!

8月23日(金) 10:00~11:00

参加費: 300円

たくさんの子どもの成長を見てきたベテラン保育士が担当しています。

午後のちくちく

8月7日・21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・手作りしたいものをお持ちください。

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

8月21日(水) 10:30~11:30

参加費: 300円

Tハウス『結(ゆい)』

8月4日(日) 13:30-16:00

参加費: 100円

月1回お菓子を食べながら楽しくおしゃべりをしています。遊びに来てください。どなたでも出入り自由です。〔鴻巣支部〕

こうのとりのひろば

8月9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]

はじめまして雅楽の会

~雅楽ってどんな音楽かな~

8月24日(金) 14:00~

参加費: 2500円(別途お飲み物代、お酒もあります) 13:00~笛体験講座(要予約・無料)もあります。子どもも大人もどうぞ♪

共催・出演: 香風舎

申込・問い合わせ ko.fu.sha@gmail.com

布ぞうり作り

作りたい仲間募集! 開催は3名~

参加費: 500円 別途材料費: 300円

初心者も経験者も、一緒に楽しみましょう! 「ガーデンサロン」でも、作ることができます。

きたもとこども食堂

こども食堂&学習支援 8月3日(土)

フードパントリー 8月16日(金)

弁当配布(餃子の王将) 8月9日(金)

*詳細は「てとて」ブログをご確認ください。

「わ~くわ~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ぽと(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



公式LINE



* 事前にお申し込みのうえご参加ください。

★棚貸しも行っています。是非、お気軽に足をお運びください! 「わ~くわ~北本」で作品展を開催してみませんか?

★「みんなの本棚」貸出期限なしの、本の貸し出ししています。