

であい館(北本生活館)だより

2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♪

利用時間 月～金曜日 10:00～16:00 (★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。	組合員活動	その他
1	水	○				
2	木					ヨガ教室
3	金	○	10:30～11:30 ばぶばぶ赤ちゃん集まれ!(寝相アート)			ヨガ教室
4	土					お弁当配布(こども食堂) ヨガ教室
6	月	○	10:30～11:30 ドレミでジャ～ンブ♪ 10:30～11:30 Tea Time			
7	火	○			9:30～12:30 北本支部委員会 ★	ヨガ教室 こうのす家庭科部(連)
8	水	○	13:30～15:00 午後のちくちく			
9	木					ヨガ教室 ウクレレ(連)
10	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	ヨガ教室
11	土		10:00～12:00 メンズキッチン			ヨガ教室
13	月		10:00～11:30「みんなの本棚」読書会			
14	火	○	10:00～12:00 コラージュの会			ヨガ教室 こうのす家庭科部(連)
15	水	○	10:30～11:30 歌声サロン 13:30～15:00 午後のちくちく		9:30～11:30 鴻巣支部委員会 ★	
16	木		11:30～ アニバーサリーランチ♡			ヨガ教室
17	金	○				フードパントリー ヨガ教室
18	土		17:30～19:30 みんなの居酒屋			ヨガ教室
20	月					
21	火	○			10:00～12:00 であい館協議会 ★	ヨガ教室
22	水	○				
23	木		—お休み(天皇誕生日)—			ヨガ教室 ウクレレ(連)
24	金	○	10:30～11:30 離乳食学習会		13:30～15:30 であい館運営委員会★	ヨガ教室
25	土				10:30～14:00 であいの広場	学習支援(こども食堂) ヨガ教室
27	月	○	10:00～11:30 セラバンド健康体操 10:30～11:30 親子でひな祭り🎏(ドレミでジャ～ンブ♪)			
28	火	○	10:30～12:00 布ぞうり作り		10:00～12:00 北本Tハウス	ヨガ教室

ちょっと出かけてランチをしたり、お茶を飲んだり、おしゃべりをしたり、サロンのつどいに参加したり、ふらっと立ち寄れるところがみんなの居場所「わ～くわっく北本」(1階)です。一人でゆっくり過ごす場所、リモートワークをする場所にしていいただいてもOKです。小さいお子さんと一緒に過ごせるお部屋(親子のひろば)もあります。車いすのままご利用いただくこともできます。

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(^_^)☆

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 行っています。

(9:00～16:00)

¥1,000/1時間

生活クラブ組合員以外の方は、事前契約が必要です。



「わ～くわっく北本」

日替わりランチ

ご予約下さい♡

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

生活クラブの安心・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。

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 西となり

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。

「みんなの本棚」読書会

2月13日(月) 10:00~11:30
参加費:300円

スタッフの朗読を楽しんだ後、みんなで
おしゃべりしましょう。

2月のおはなし「雪渡り」

♪持ち物:お気に入りの本やオススメ本
《定員5名》

みんなの居酒屋

2月18日(土) 17:30~19:30

【お料理】350円
メニューはお楽し
み☆

予約不要!

【お飲み物】
ビール・酎ハイ・ハイボール・
ワイン・日本酒 350円

メンズキッチン

2月11日(土) 10:00~12:00

参加費:材料費込1200円 《定員5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。

かんたんお菓子作り

今月はお休みです

参加費:500円 材料費...
場所:2階調理室 《定員5名》

親子で参加のつどい

ばぶばぶ 赤ちゃん集まれ!

《10組限定》

2月3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。

トコトコ走って みんなで遊ぼう!

2月10日(金) 10:30~11:30

参加費:300円 《10組限定》

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。

Tea Time

「わ〜くわっく北本」のスタッフと語ろう!

2月6日(月) 10:30~11:30

参加費:300円(コーヒー or 紅茶付き)

コーヒーを飲みながら、おしゃべりを
楽しみませんか。気楽にゆるーい感じ
のTea Timeです。《定員5名》

今月のテーマ

『好きな映画の話をしませんか?』

午後のちくちく

2月8日・15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。

医療生協北本支部による

セラバンド健康体操

2月27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?

布ぞうり作り

2月28日(火) 10:30~12:00

参加費:500円 別途材料費:300円

自分だけのオリジナル布ぞうりを作っ
てみませんか。健康グッズを手作りしま
しょう。《定員5名》

離乳食学習会 《5組限定》

2月24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。

ドレミでジャ〜ンプ! 《13組限定》

2月6日(月) 10:30~11:30 参加費:300円

2月27日(月) 10:30~11:30 参加費:700円

『親子でひなまつり☆』

リトミックをとりいれ音楽に合わせて親子で
楽しく体を動かしています♪

北本Tハウス

《申し込み不要》

2月28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。

こうのとりのひろば

《申し込み不要》

2月10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。)

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

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

2月15日(水) 10:30~11:30

参加費:300円

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

気分すっきりコラージュの会

2月14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。

アニバーサリーランチ

2月16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

スペシャルな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。

であいの広場

《申し込み不要》

2月25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。

きたもとこども食堂

お弁当配布

2月4日(土)

フードパントリー

2月17日(金)

みんなで勉強しようの会

2月25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。参加費には、居場
所利用料が含まれています。

「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



ホームページ・ブログ(「北本 てとて」で検索!!)・インスタ・フェイスブック・公式LINEもあります。

★「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。