



ひだまり 通信



VOL-228 (隔月1回発行)

令和3年11月12月号

コロナが少し落ち着き、やれやれと気が付けばあっという間に、年末が近づいてきました。

日が暮れるのも早くてなんだか気ばかり焦る時期ですが、ひだまりでは、盛りだくさんの新しい講座やサークル、相談会なども計画しています、どうぞ楽しいひとときをお過ごしください。



【ひだまり】

月曜日～金曜日
10:00～16:00

【安心おとどけ隊】

随時電話で受付

新講座、サロン、サービスご案内

12月28日午後から
1月4日までお休み

【一閑張り教室】 詳細は2P

- ①毎月2回、第1, 3木曜日 10:30～12:00
- ②毎月2回、第2, 4金曜日 10:30～12:00
- ①か②のいずれかのコースをお選びください

【笑話で元気アップの会】 詳細は6P

- ・毎月2回、第1, 3水曜日 13:30～15:00
- ・参加費: 850円 ・定員: 6人
- 昭和の人たちで楽しく元気に笑話しましょ

【足の日なんでも相談DAY】 詳細は6P

- ・毎月1回、第2火曜日 13:30～15:30
- ・足のプロ集団「Sum歩」のメンバーがその時間帯は常駐します

【ちょっと聞きたいスマホ操作】

- 営業時間内であれば随時可能です
(多忙時是对応できない場合もあります承ください)
- ・15分で500円(飲み物付き)

【よろずちょこっと相談日】

- ・毎週木曜日 13:00～15:30
- 多忙の場合はお受けできない場合もあります
- ・20分で500円(飲み物付き)



【火曜と金曜は気軽に おしゃべりできるかも?!】

- ・毎週火曜日はひげじい
- 毎週金曜日はあべちゃんが当番で来ていますので、喫茶コーナーでおしゃべりできるかも



【ギャラリーの予定】

- 11月のギャラリー
「切り絵」ひだまり教室の作品展
- 12月のギャラリー
篠田政一さんの油彩展



＜熊谷さんの手作り

無添加クッキー＞

とってもおいしいです、不定期です



「ひだまり」は、2000年にオープンした、皆がホッとくつろげる“おうちコミュニティスペース”です。飲食・物販・講座などの他、「NPO法人志民アシストネットワーク」と連携し、地域支え合い活動やよろず相談などにも取り組み、「自己実現」「いきいき暮らす」「社会貢献」のための活動をしています。

<11月&12月の教室・講座①>

随時 参加者募集

○切り絵教室

11/9 12/14 (火)

(毎月1回、第2火曜日)

- ・時間：午後1時半～3時半
- ・参加費：1,150円
- ・講師：小川利明さん



カッターを使って、切る楽しさが広がります。見学もOKです。
11月はギャラリー展示します

○アングルン教室 (インドネシア民族竹楽器)

11/5, 19 12/3, 17 (金)

(毎月1回・第1, 3金曜日)

- ・時間：午後1時～2時
- ・参加費：1,100円
- ・講師：大杉明さん



一人一音を手に持ち、軽く振るだけ。ほとんど練習なしに、「アメイジング・グレイス」「春の小川」など、10人位で即興合奏を楽しむことができます。

○布ぞうり作り講座

11/11, 25 12/9, 23 (木)

(毎月2回、第2, 4木曜日)

- ・時間：午後1時半～4時
- ・参加費：850円
(初回材料費1100円別途)
- ・講師：渡辺さん



手作り台を使用するので、楽に仕上げられます。

○羊ちゃん編み物教室

11/18 12/16 (木)

(毎月1回・第3木曜日)

- ・時間：午後1時半～3時半
- ・参加費：850円
(材料費別)
- ・講師：井上容子さん



これからシーズンですね。自分の編みたい物もOK

○笑話で元気アップの会

11/10, 17 12/1, 15 (水)

(毎月2回、第1, 3水曜日)

- ・時間：午後1時半～3時
- ・定員：6人
- ・参加費：850円
- ・講師：小川陽子さん



- ・参加者が主役で元気アップ
 - ・声を出して免疫力アップ
 - ・軽い体操で筋力アップ
- 思い出話、生活の知恵
笑い話朗読、早口言葉
転倒防止の軽い運動

NEW

○一閑張り教室

11/4, 18 12/2, 16 (木)

11/12, 26 12/10, 24 (金)

- (毎月2回、①第1, 3木曜日コース
②第2, 4金曜日コース)

- ・時間：①②とも午前10時半～12時
- ・参加費：850円(材料費別途)
- ・講師：向後弥生さん

竹かごやザルに和紙を貼り、その上から柿渋を塗った物を一閑張りといいます。

家に眠っているかごに命を吹き込みましょう。
2回で1つ仕上げます。

NEW

<ひだまり 無料よろず相談会>

随時受付しています！(ただし要予約)

* 行政書士や司法書士などの専門家が
対応いたします。

電話でご予約後、日程を調整
します。☎ 048-253-6306



○初級パソコン・スマホ個別レッスン

(火曜日、水曜日、金曜日の午後で、先生と都合が合う曜日と時間で)

- ・予約制ですので、まずは電話ください。
- ・1時間2000円

★どの講座も随時、受講者を募集していますが、準備の関係上、事前の予約をおねがいします。

<11月&12月の教室・講座②>

随時、受講者募集中

○初級パソコン・スマホ教室①

11/10, 24 12/8, 22 (水)

(毎月2回、第2, 4水曜日)

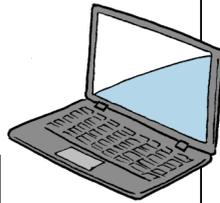
初心者向けのパソコン全般やスマホの便利な使い方を学びます。

少人数対象で、それぞれの知りたいことを丁寧に教えてくれます。パソコンやスマホ持参ください。

前日までに予約してください。

- ・時 間：午前10時半～12時
- ・参加費：1, 100円
- ・講 師：吉田健一さん
- ・定 員：4人

要予約



○初級パソコン・スマホ教室②

NEW

11/2, 16 12/7, 21 (火)

(毎月2回、第1, 3火曜日)

初心者向けのパソコン全般やスマホの便利な使い方を学びます。

少人数対象で、それぞれの知りたいことを丁寧に教えてくれます。パソコンやスマホはご持参ください。

前日までに予約してください。

- ・時 間：午前10時半～12時
- ・参加費：1, 100円
- ・講 師：吉田健一さん
- ・定 員：4人

要予約

○足の日なんでも相談DAY

NEW

11/9 12/14(火)

(月1回・第2火曜日)

- ・時 間：午後1時半～3時半
- ・相 談：15分500円
- ・講 師：Sun歩メンバー



足の専門家が対応します。

足のむくみや冷え、爪の気になること、靴の選び方はき方などの相談は15分500円です。爪切りやマッサージなどの施術は別料金、当日受付可能です。

○着物リメイク教室

11/8 12/13 (月)

(毎月1回、第2月曜日)

- ・時 間：午前10時～15時
- ・入会金：1, 000円
- ・参加費：1回 2, 500円
- ・講 師：近藤美沙枝さん

直線裁ちでおしゃれな普段着の「はおりもの」を1カ月1回で1着のペースで作ります。



☆フットマッサージ

(リフレクソロジー)

要予約

- ・料 金：3, 000円
- ・セラピスト：関純子さん



疲れた時の足のマッサージだけでなく、爪や靴などの足の悩み全般に対応します。

爪のお手入れや自分で切れない爪切りとマッサージと、その方の状態に合わせて施術します

☆美顔エステ

料金

- ・超音波＝3, 500円
- ・エステティシャン：

岩崎かほるさん

化粧品等の販売は一切ありませんのでご安心ください。

初夏の日差しはお肌に大敵！

しっかりケアしましょう。

予約をお願いします。

要予約



ひだまりはみんなのもの！ この場所を使ってなにかやってみませんか

「新しく「講座や講習会」を開いてみたい！」「皆さんがホッとくつろげる【民間の公民館＝ひだまり】で交流の場を造りたい…」 「レンタルでスペースを借りたい」 など
そんな想いを持った時にはご相談ください。



★どの講座も随時、受講者を募集していますが、準備の関係上、事前の予約をおねがいします。

ひだまりカルチャー 予定表

<11月のスケジュール>

日曜	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土
	1	2	3 祝	4	5	6
		ギフトボックス対応 ●元気に過ごすための足づくり 10:30~12:00 ○パソコン・スマホ教室 10:30~12:00	ギフトボックス対応 ●便利なスマホの使い方 10:30~12:00	ギフトボックス対応 ●認知症予防 10:30~12:00 新 ○一閑貼り 10:30~12:00	ギフトボックス対応 ●民族楽器 アンクルン教室 13:00~14:00	休
7	8	9	10	11	12	13
休	○着物 リメイク教室 10:00~15:00	○切り絵教室 13:30~15:30 新★足の日 13:30~16:00	○パソコン・スマホ教室 10:30~12:00 新○笑話で元気アップ 13:30~14:30	○布ぞうり 13:30~16:00	新 ○一閑貼り 10:30~12:00	休
14	15	16	17	18	19	20
休		ギフトボックス対応 ●元気に過ごすための足づくり 10:30~12:00 ○パソコン・スマホ教室 10:30~12:00	ギフトボックス対応 ●便利なスマホの使い方 10:30~12:00 新○笑話で元気アップ 13:30~14:30	ギフトボックス対応 ●認知症予防 10:30~12:00 新 ○一閑貼り 10:30~12:00 ○羊ちゃん 13:30~15:30	ギフトボックス対応 ●民族楽器 アンクルン教室 13:00~14:00	休
21	22	23祝	24	25	26	27
			○パソコン・スマホ教室 10:30~12:00	○布ぞうり 13:30~16:00	新 ○一閑貼り 10:30~12:00	休
28	29	30				
休						

★パソコン個別で教えます 希望の内容に対応OK!

パソコン、携帯電話、スマートフォンなどの使い方や、インターネットの活用法、写真の整理などなんでもOK!

・1時間=2,000円

事前予約で個別対応自宅へもOK (交通費実費)

<ひだまり 無料よろず相談会>

随時受付します! (ただし要予約)

* 専門家が対応します。

まずは電話でご予約後、日程を調整します。

まずはひだまりへご連絡ください。

電話：048-253-6306



ひだまりカルチャー 予定表

<12月のスケジュール>

日曜	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜
			1	2	3	4
			ギフトボックス対応 ●便利なスマホの使い方 10:30~12:00 ○笑話で元気アップ 13:30~14:30	ギフトボックス対応 ●認知症予防 10:30~12:00 ○一閑貼り 10:30~12:00	ギフトボックス対応 ●民族楽器 アンクルン教室 13:00~14:00	休
5	6	7	8	9	10	11
休		ギフトボックス対応 ●元気に過ごすための足づくり 10:30~12:00	○パソコン・スマホ教室 10:30~12:00	○布ぞうり 13:30~16:00	○一閑貼り 10:30~12:00	休
12	13	14	15	16	17	18
休	○着物 リメイク教室 10:00~15:00	○切り絵教室 13:30~15:30 ★足の日 13:30~16:00	ギフトボックス対応 ●便利なスマホの使い方 10:30~12:00 ○笑話で元気アップ 13:30~14:30	ギフトボックス対応 ●認知症予防 10:30~12:00 ○一閑貼り 10:30~12:00 ○羊ちゃん 13:30~15:30	ギフトボックス対応 ●民族楽器 アンクルン教室 13:00~14:00	休
19	20	21	22	23	24	25
休		ギフトボックス対応 ●元気に過ごすための足づくり 10:30~12:00	○パソコン・スマホ教室 10:30~12:00	○布ぞうり 13:30~16:00	○一閑貼り 10:30~12:00	休
26	27	28	29	30	31	
休			冬休み⇒令和4年1月4日まで 1月5日より通常営業			

☆フットマッサージ

(リフレクソロジー)

- ・料 金：3,000円
 - ・セラピスト：関純子さん
- 事前に予約ください

その他、足の爪切りやお手入れなど、足全般のお悩みにも応じます



☆美顔エステ

料金

- ・超音波 = 3,500円
- ・エステティシャン：
岩崎かほるさん



化粧品等の販売は一切ありません。
冬の乾燥の時期お手入れは大事！

いろいろインフォメーション

【新講座・「笑話（しょうわ）で元気アップの会」が

11月10日から月2回開催されます！

昭和生まれの方々が集まり、年齢を重ねたからこそ、その経験を活かして、みんなで笑話で盛り上がりながら、元気アップを図りましょう。

「メニューの一覧」（内容はいろいろ変わります）

○参加者が主役で元気アップ

思い出話、得意なこと、生活の知恵など、なんでもおしゃべり

○声を出して免疫力アップ

みんなで笑い話など朗読、早口言葉、歌など、声を出すことって元気の源

○軽い体操で筋力アップ

身体と対話しながら転倒防止のなどの軽い運動

* 11月は10日と17日の水曜日、午後1時30分～3時、参加費：850円 定員：6人（要予約）



貸スペース等料金一覧

令和4年3月までのオープン記念料金となります
（月曜から金曜の10時～16時。土日利用の場合は応相談）

○ギャラリー展示

1週間＝2000円 1か月＝6000円

*販売の場合は売上の20%をいただきます

○1階A室（4.5畳）

①10:00～13:00 ②13:00～16:00

①②いずれも900円

○2階B, C室（6畳）

①10:00～13:00 ②13:00～16:00

①②いずれも2000円

○喫茶コーナーとキッチンの貸し切りも可能です

毎月第2火曜日午後「足の日」

足の専門家が対応します！

足のむくみや冷え、爪の気になること、靴の選び方などの相談は15分500円です。

【募集中！！】

☆お茶の間カフェの

お話し相手のボランティア

☆ギャラリーでの作品展示、販売をしたい人

☆場所を使って、サークル活動などの運営をしたい方

☆困ったときの支え合い活動

安心おとどけ隊サポーター募集！

【編集後記】

新店舗の方針を決めかねている私に、来店される多くの方からアドバイスをいただく。なにも得意なことがない私にできることといったら、この場所を使って人と人を結びたいということだけなんだよね、と改めて確認。

さて、そのためになにをしたらいいのか、しかも継続するためには、利益をあげていかなくちやならないし(^)/と、自問自答。なんだ、20年前からなんにも変わってない悩みなんだなあ。そういいながら、皆さんの応援のおかげで、細々続けてこれたんだと実感。今の場所は、建物が古いし階段が急だし、周りは住宅街で気を使うし、駐車場はないしと不便なところを数えたらたくさ～んあるけど部屋数が多いことが利点！どんどん使ってください(y)

ひだまり & 志民アシスト事務局

川口市西青木4-3-30

【ひだまり】

TEL 048-253-6306

【安心おとどけ隊】

TEL 048-250-5587

ホームページ

<http://www.hidamari-net.jp>

メールアドレス

shop@hidamari-net.jp

詳しい地図はHPをご覧ください



QRコードからLINEの「ひだまり」の友だちに追加してください。クーポン券など発行