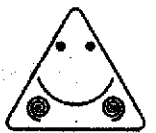


2月おむすびハウス予定表

2026年2月

～人と人とをむすぶ地域の居場所～



おむすびハウス三郷

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
		手作りサロン 13:30～15:30 (タどきオレン ジカフェ 主催:三郷認知症 家族の会) 18:30～20:00			脳トレ健康 麻雀教室A 10:00～12:00 リフレッシュ 体操 14:30～14:45	アフタヌーン コンサート アイリッシュ ハーブ演奏会 14:00～15:30
8	9	10	11	12	13	14
	スマホ・パソ コン相談会 9:30～10:30 10:45～11:45 (レンタル) 14:30～16:30	おむすび オープン カフェ 13:30～16:00 (友遊会) 9:30～12:00			脳トレ健康 麻雀教室B 10:00～12:00 リフレッシュ 体操 13:30～14:45	
15	16	17	18	19	20	21
	(レンタル) 14:30～16:30			心のエクササ イズ 「新春の深大 寺だるま市を 楽しみましょ う」おむすびハ ウスで事前下 調べ(ランチ 付) 12:30～14:00	脳トレ健康 麻雀教室A 10:00～12:00 リフレッシュ 体操 13:30～14:45	歌声サロン ～季節の歌を 楽しみましょ う♪～ 13:30～15:30
22	23	24	25	26	27	28
		おむすび サロン ～手作り、脳 活、おしゃべり 13:30～15:30 (友遊会) 9:30～12:00		フラワーデザ インを楽しむ 会 13:30～15:30	脳トレ健康 麻雀教室B 10:00～12:00 リフレッシュ 体操 13:30～14:45	

★おむすびハウスのホームページが、QRコードでご覧いただけます。

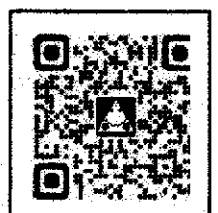
★プログラム参加ご希望の方は、定員がありますのでそれぞれの担当者に事前にお申込み
下さい

★(カッコ)は、レンタル会場利用の自主グループ活動です

★おむすびハウス来所の方は、室内履き 水分をご持参ください

★現在、脳トレ麻雀、歌声サロンは、満員の状態ですので、ご希望があれば、順番待ちで空き
が出た時にご連絡させていただきたいと思います

よろしく、お願いいたします



おむすびハウス 2月イベント ～お気軽にご参加下さい～

★アフタヌーンコンサート

月アイリッシュハーブ演奏会♪

～アイリッシュハーブの奏でる癒しの音色
を一緒に楽しみましょう～

●2月7日(土) 14:00～15:30

演奏 柴崎なおみさん 服部亜麗沙さん

曲目 サリーガーデン アメイジンググレイス

香よ来い 他

参加費: 300円 定員: 30名

事前申込: 下記おむすびまで



おむすびオープンカフェ (毎月第2火曜日)

●2月10日(火) 13:30～16:00

(お好きなお時間にご自由にお越しください)

お茶を飲みながら一緒にしゃべりをしたり囲碁、将棋もできます

★2月も1月に引き続き、間の時間に30分ほどピアノ伴奏で、歌声タイムもあります♪

★地域包括支援センターやボランティアセンターの職員さんも来られてお気軽にご相談もできます
初めての方や見学の方もお待ちしております

参加費: 100円 (飲み物代含む)



スマホ、パソコン相談会 予約受付中!

～初心者の方のスマホやパソコンに関するお困りごとを親切に個別対応でお教えします～

●2月9日(月) 9:30～10:30

10:45～11:45

(※希望者が多い場合は、2部制で行います)

講師 おむすび運営委員(近藤 田崎 池田) 他

定員 4、5名くらい 参加費 300円

事前申込 050-6863-5121 (池田)



心のエクササイズ

「初春の深大寺だるま市を楽しみましょう」

① 2月19日(木) 12:30～14:00

おむすびハウスで事前調べ(ランチ付)

② 3月4日(水) 11:00～14:00

※おむすびハウス集合(予定) 詳細は後日お知らせ

参加費: ①500円 ②200円 (行事保険代含む)

定員 事前申込①②とも7名

申込 問合せ 0422-42-6558

090-1057-4939 (山野)



手作りサロン～手作り、おしゃべり

●2月3日(火) 13:30～15:30

手作り好きな方が作りたいものを持ち寄り、互いに教え合ったり、おしゃべりを楽しんだりして、ゆっくり過ごしています

連絡先(川尻) 090-4702-6507

おむすびサロン～手作り、脳活、おしゃべり

●2月24日(火) 13:30～15:30

「手作りサロン」とクロスワードパズル、数独、かるたなどの「脳活サロン」と2グループで活動しています おしゃべりをして交流しています。初めての方ご見学の方もお待ちしております

参加費 200円 (いずれも)

事前申込 脳活は(土屋) 46-2163



フラワーデザインを楽しむ会

～季節のお花をアレンジします～



●2月26日(木) 13:30～15:30

指導 フラワーアレンジメント講師 山本京子さん

参加費 2,000円 (お花材料費、会場費など)

事前申込 090-1459-4019 (山本)

連絡先 おむすびハウス三鷹

住所 三鷹市下連雀1-10-20

電話 0422-46-4117 090-4065-3632

メール omusubimitaka@gmail.com (藤原)

フェイスブック おむすびハウス三鷹

ホームページ omusubihouse-mitaka.org

協力 三鷹市社会福祉協議会

三鷹駅周辺地域包括支援センター

アクセス バス停下連雀より徒歩3分

