

ひだまりうむ

2025年3月予定表

	月曜日 03	火曜日 04	水曜日 05	木曜日 06	金曜日 07
AM	ひだまりサロン	ひだまりサロン	ひだまりサロン	ひだまりサロン	クラフトワーク 粘土細工
PM	★ひだまりカフェ 茶話会	ひだまりラックス アロマの日	ひだまり散歩	表現ワーク	ひだまりサロン
	10	11	12	13	14
AM	ひだまりサロン	ひだまりラックス アロマの日	ひだまりサロン	ひだまりサロン	クラフトワーク レジン
PM	★ひだまりスポーツ 卓上ピンポン	ひだまりサロン	農業体験 ※事前予約制	★女性限定★ ひだまりサロン	ひだまりサロン
	17	18	19	20	21
AM	ひだまりサロン	ひだまりサロン	ひだマッスル 簡単ストレッチ	春分の日	ひだまりサロン
PM	★ひだまりカフェ 茶話会	ひだまりラックス アロマの日	ひだまりサロン		クラフトワーク 寄せ木細工
	24	25	26	27	28
AM	ひだまりサロン	ひだまりラックス アロマの日	ひだまりサロン	表現ワーク	ひだまりサロン
PM	★ひだまりスポーツ ポッチャ	ひだまりサロン	農業体験 ※事前予約制	★女性限定★ ひだまりサロン	クラフトワーク 勾玉作り
	31	01	02	03	04
AM	ひだまりサロン				
PM	★ひだまりカフェ 茶話会				

プログラムの時間：午前：9:30～11:30 午後：13:30～16:00

ひだまりサロン

・パソコンを利用したり、雑談したり、テーブルゲームをしたり、自由に過ごせる居場所です。

今月の農業体験 ・3/12(水)・3/26(水) ※農業体験は事前予約をお願いします。

ピアサポーター交流 月曜の午後はピアサポーターがプログラムに参加します！（3/3・10・17・24・31）

3/31（月）茶話会のテーマ 『季節の楽しい思い出』です。

※各プログラムに参加せず、個別に居場所利用することも可能です。

※プログラムは、予告なく変更となる場合があります。あらかじめご了承ください。

ご利用については、

板橋区ひきこもり相談窓口 ☎ 03-6909-6218

までご相談ください

☀ 板橋区居場所支援 🌸 ひだまりうむ

住所 板橋区成増1-28-14 小倉ビル5階
あい・リンク・プレイス内

開設時間 9:30～16:00（昼休み 12:00～13:00）

交通 東武東上線 成増駅 徒歩3分
東京メトロ副都心線・有楽町線 地下鉄成増駅 徒歩1分
※駐車場・駐輪場はございません。