

2024年12月 ほっこりぷらす通信

ワークショップ申込は Tel03-5904-8831

info@hokkoriplus.com

へお問合せください

参加前払い 講座毎¥1,100～ サブスク(月定額制) ¥5,500



ほっこりぷらす QRコード

日	月	火	水	木	金	土
1 定休日	2	3 11:00-16:00 カウンセラーのいる相談室 (リモート)	4 10:00-12:00 ほっこりカフェ	5 10:30-15:30 ほっこりくらぶ	6 11:00-12:15 英会話	7 11:00- おだんご販売
8 定休日	9	10 11:00-16:00 カウンセラーのいる相談室 (リモート) ~15:30 臨時休業	11 10:30-12:00 スマホしつもん 13:00-15:00 案①干支おりがみ	12 10:30-12:00 脳トレ 13:30-15:00 書	13 10:00-14:00 健康ウォーキング	14 10:30-12:30 タティングレース
15 やさしい マルシェ	16 定休日	17 11:00-16:00 カウンセラーのいる相談室 (リモート) 13:00-15:00 案②干支おりがみ	18 13:00-14:00 日日ガーデン 14:00-16:00 ほっこりアロマ	19 10:30-12:30 編み物サークル 13:00-15:00 案③干支おりがみ	20 10:30-15:30 ほっこりくらぶ	21 10:30-13:00 コラージュ
22 定休日	23	24 11:00-16:00 カウンセラーのいる相談室 (リモート)	25 10:30-12:00 いっしょに終活ノート	26 11:00-16:00 書初め①②③④	27 年末年始休業	28 年末年始休業
29 定休日	30	31 年末年始休業	1 年末年始休業	2 年末年始休業	3 年末年始休業	4 年末年始休業
5	6	7 年末年始休業	<div style="border: 2px solid blue; border-radius: 15px; padding: 10px; display: inline-block;"> 年末年始休業 12/27(木) - 2026/1/7(火) </div>			

ワークショップ紹介

英会話 初級・中級レベル

英語で身の回りの出来事や興味がささいな事も伝え合う時間です
脳への刺激が止まりません
楽しく学びましょう
mami 参加費¥2,200

タティングレース 初めての方でも

シャトルを使い、ひと目ずつ結び目を作っていく繊細な手編み。始めると手と頭を使う脳トレみたい!!
アクセサリーを作りませんか?
itotomoworks 参加費¥2,200

編み物サークル

編み物好きな人が集まり、おしゃべりしながら編んでいます 編みかけのものや皆で同じものを作り始めたりと自由です お互いに教え合いながら 楽しい時間を過ごしています
参加費¥1,100

書 ころ静かを求めている方

気楽に小筆や筆ペンを使い、写経、手紙文を書いています。書き続ければ必ず上達します!
芳雅 参加費¥2,200



☆ おだんご販売のお知らせ
12月7日(土)11時~

干支おりがみ

お馴染みのおりがみで作ります
大人のおりがみなので少し難しいと思いますが、お手伝いしますのでぜひお出かけください 完全予約制
節子
参加費¥2,200 材料費~¥1,000

スマホしつもん 初心者レベル

便利なスマホのはずなのに…使い方が分からなくなってしまうあなたのための講座です
chamo 参加費¥1,100

ほっこりくらぶ

ほっこり商品を作るくらぶ 作ってみたい、手伝いたい、お茶を飲みながら洋裁を楽しむ日にしましょう たまに買い出しも行くよ
茶菓子代¥200~

脳トレ 初心者レベル

計算やクロスワード、数独をします
楽しみつつ、いつもと違う行動をして脳への刺激を与えちゃう!!
tomo 参加費¥1,100

ほっこりぷらす (am10~pm5)

☎03-5904-8831(定休日:日・月・祝日)

豊島区南池袋2-4-1ames101

HP:<https://www.hokkoriplus.com>

有楽町線東池袋駅 豊島区役所より徒歩5分

池袋駅東口徒歩10分 都電雑司ヶ谷駅徒歩2分

新講座 いっしょに終活ノート

エンディングノートが何年もそのままになっている方必見!
まずできることから確認していきましょう
ひとりより誰かと話しながら、これからのことを考えてみませんか
★お持ちのエンディングノートご持参下さい
ない方はプリント代(¥300)を頂きます

ほっこりぷらす 参加費¥500

カウンセラーのいる相談室

ほっこりぷらすからのご提案

些細な悩みをカウンセラーに話そうとは思わない日本人ですが、海外では些細な悩みこそ日常的に、定期的に相談してメンタルを保っているそうです
自分を守るために、つぶれないために 一度話してみませんか
完全予約制 オンラインのみ(時々対面)
英語での会話も可能
kaz 初回1時間¥5,500

自分らしく生きるためのコラージュ 初めての方でも

「自分らしさ」って何でしょう 当講座ではその時、目にとまった、好きな、気に入った写真やイラストを台紙に自由に貼りつけ作成するコラージュを通して、自分が本当に求めているものを探します 坂井 参加費¥1,100

ほっこりアロマ 気分転換したい方

アロマが身体の不調を和らげる働きがあるのをご存じですか? 香りとハーブティの効能を知り、身体のセルフケアをしていきます 飛鷹美里
参加費¥2,200 材料費¥300

ほっこりカフェ(オレンジカフェ)

こころのモヤモヤを整えたい方

介護者のこころのサポートをします 好きな香り(アロマ)に触れ、好きな切り抜きを選んで(コラージュ)、今日の自分を表現していきます ちょっとした心のモヤモヤを整理し、心身ともに整えていきましょう
どなたでも大歓迎! 参加費¥200

ほっこりぷらすへのアクセス

