

2026年2月 ほっこりぷらす通信

申込Tel 03-5904-8831 smile@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(月額制)¥5,500



日	月	火	水	木	金	土
定休日			<div style="border: 1px solid orange; border-radius: 15px; padding: 10px; background-color: #fff9c4;"> <p>脱”ぼっち生活”の強い味方 池袋にある地域密着型のあなたの居場所! ほっこりぷらすでは、みんなで散歩に出かけたり、ワークショップや手づくり品を販売したり、様々な使い方を提供しています ワークショップやカウンセリングはオンラインにも対応しています「ちょっと ほっこりに行ってくる」という居場所</p> </div>			
1 定休日	2	3 11:00-16:00 カウンセラーのいる 相談室(オンライン)	4 10:00-12:00 ほっこりカフェ	5 10:30-15:30 new ほっこりくらぶ (あみもの)	6 11:00-12:15 英会話	7 11:00- おだんご販売
8 定休日	9	10 臨時休業	11 建国記念の日	12 13:30-15:00 書	13 10:15-12:00 唄声サークル	14 10:30-12:30 タティングレース
15 定休日	16	17	18 14:00-16:00 ほっこりアロマ	19	20 10:30-15:30 ほっこりくらぶ (ミシン)	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(オンライン)	25 11:00-12:30 new ほっこりサロン	26 13:00-15:00 ハーダンガー刺繍	27 11:00-13:30 【完全予約制】 おしゃべりランチ会	28 11:00-13:00 new 【講座】心のメンテ

ワークショップ紹介



ワークショップ詳細はホームページで確認できます

申込みは、1週間前まで 電話・ホームページお問い合わせメールより

脱”ぼっち”生活の強い味方 はじめの一步はほっこりぷらすから！
ほっこりぷらすとは 緩やかなつながりを大切に仲間づくりや悩みが話せる相談室、ワークショップと雑貨販売もある地域密着型の憩いの場
「ちょっと ほっこりに行って来る」という居場所となります

コラージュ 自分らしく生きるため

コラージュを続けていくと、本当の自分を知ることができます あなたが選んだ写真やイラストが、今の正直な気持ちとして現れるのです 講師:坂井 参加費 ¥1,100

唄声サークル 健康のために

カラオケBOXで懐かしのメロディに浸りストレス発散！久しぶりの方も大歓迎 催行人数5名 参加費 ¥1,800

英会話 中級レベル

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

お花 花のある暮らしを

気楽に季節の花を一輪挿しに飾ってみましょう 花ばさみと一輪挿しは持参下さい 講師:柳明 参加費 ¥2,200 花材 ¥600~

ほっこりアロマ 気分転換したい

アロマの好きな香りを知りたい方や暮らしの中に取り入れてい方にお勧め 暮らしのアロマを学びます 講師: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)

介護相談や心のモヤモヤを整えます アロマとコラージュで今の気持ちに気づき、心身を整える時間にしませんか どなたでも大歓迎！ 参加費 ¥200

カウンセラーのいる相談室【予約制】~ほっこりからの提案

カウンセラーに、ちょっとした悩みこそ話してみることをお勧めします メンタル調整は、自分を守ることにつながり、次の行動に進んでいきます 自分の気持ちを軽くしていきましょう 【オンライン】英語での相談可能 カウンセラー kaz 初回1時間 ¥5,500 回数券あり

書 ころ静かに、集中できる空間

小筆や筆ペンを使い、手紙文を書きます 書き続ければ、必ず上達します！ 始めようと思った時をきっかけに 参加費 ¥2,200 講師:芳雅

おしゃべりランチ会【完全予約制】

ひとりで食事をしている人に来てほしい おしゃべりしながら食事を楽しみます 仕出し弁当とお茶付き 定員6名 参加費(弁当込) ¥1,800

new ほっこりくらぶ

(あみもの・ミシン)
ほっこり商品は頼もしい作り手に支えられています かわいい、使いやすいものを作ります 参加費 ¥200

タティングレース

シャトルでひと目ずつ結び目を作っていく繊細な手編み 手と頭を使う脳トレみたい itotomoworks 参加費 ¥2,200

new ほっこりサロン おしゃべりの場

おうちで暇を持て余しているあなたへ ほっこりでおしゃべりしませんか？ 参加費 ¥500

new 心のメンテ オンライン講座

心の傷つきについて考えながら学ぶ講座です 答えはそれぞれ自分の中にあります それと一緒に見つけていきましょう 講師:kaz 参加費(テキスト代込) ¥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

<https://www.hokkoriplus.com>

有楽町線東池袋駅 豊島区役所より徒歩5分



お団子販売のお知らせ

