

..... やわらかカフェ通信 4月号

日	月	火	水	木	金	土
			1	2 やわらかカフェ 13:30～15:30	3	4
5	6	7 やわらかカフェ 13:30～15:30	8 イラスト部 13:30～15:30	9 やわらかカフェ 13:30～15:30 たんぼぼの会 (八幡西区)	10 オンライン フリースペース 13:30～15:00頃	11 やわらかコーラス 13:00～15:00
12	13 輪の会(小倉北区)	14 やわらかカフェ 13:30～15:30	15 家族勉強会 実践編① 13:30～15:30	16 やわらかカフェ 13:30～15:30 カフェ内ボード ゲーム会	17 8K 13:30～15:30	18
19	20	21 やわらかカフェ 13:30～15:30	22	23 やわらかカフェ 13:30～15:30	24	25 Cafe☆Tera
26	27	28 やわらかカフェ 13:30～15:30 (飾り作りあり)	29 祝 日	30 やわらかカフェ 13:30～15:30		

フリースペース情報

やわらかカフェ

日 時 毎週火・木曜日 午後1時半～午後3時半
場 所 すてっぷ内
参加費 300円(初回は無料)

オンラインフリースペース

日 時 4月10日(金) 午後1時半～午後3時頃
使用ツール ZOOM

※要予約

予約のない方は参加できません。必ずご予約をお願いいたします。

8K(40代以降のフリースペース)

日 時 4月17日(金) 午後1時半～午後3時半
場 所 すてっぷ内
参加費 100円(初回は無料)

Cafe☆Tera (小倉北区)

日 時 4月25日(土) 午後2時半～午後5時
場 所 宝樹寺居間(小倉北区赤坂5丁目1-3)
参加費 300円(初回は無料)

宝樹寺HP: <https://houjuji.or.jp/>

Cafe☆Teraの様子を記載したフェイスブックが掲載されています

初めて参加される方は、すてっぷにご連絡ください。

家族会

輪の会(小倉北区)

日 時 4月13日(月) 午後2時～午後4時頃
場 所 西小倉市民センター
参加費 無 料

たんぼぼの会(八幡西区)

日 時 4月9日(木) 午後2時～午後4時頃
場 所 筒井市民センター
参加費 200円(初回のみ)

編集後記

少しずつ桜の開花が広がっています。春もすぐそこ。3月15日に、小倉中央ロータリー様のご協力のもと、そば打ち体験を開催いたしました。

今回は20人弱の参加者がいました。先生は二人おり、それぞれ担当するテーブルに二手に分かれて、そば打ちのレクチャーを受けました。先生たちが颯爽とやる姿が様になっており、いざ、その動きをコピーしようと思ってやってみるものうまいくわけもなく、修行が必要だなと感じました。そば打ち体験が終わった後は、皆さんで食べました。

ちなみに先生が、そばつゆで食べる前に、塩のみをつけて食べるとそばの風味を感じられると教えていただき、やってみると確かに。もしも、機会があったらチャレンジしてみてください。それではまた。(下川)

部活動など

やわらかコーラス (合唱部)

日時 4月11日(土) 午後1時～午後3時
場所 ココクル平野・くるくるスペース
参加費 場所代として最低200円のカンパをお願いします
 ※飲食の提供はありません

少人数でゆったり音楽を楽しみましょう。音楽経験がなくても、楽譜が読めなくても大丈夫！ その日だけの参加でもOK！やわらかコーラスで歌いたい曲がございましたら、教えてください。

イラスト部

日時 4月8日(水) 午後1時半～午後3時半
場所 すてっぷ内

創作活動のため、スペースを開放しています。塗り絵なども用意しています。絵を描きながらゆったりとした時間を過ごしませんか？ 画材持ち込みもOKです。

そば打ち体験をしました

3月15日、小倉中央ロータリークラブの皆様のご協力いただき、そば打ち体験を開催いたしました。

そば粉8割・小麦粉2割の比率で作られる二八そばの打ち方を教えていただきました。

こねて、こねて、のばして、切る。書き起こすと簡単な感じですがとても大変で、参加者の皆様で協力して、そばを作りました。

そばをつゆと塩とでいただき、蕎麦湯もいただき、そばを心行くまで堪能しました。小倉中央ロータリークラブの皆様、参加者の皆様、ありがとうございました。



その他イベント

カフェ内ボードゲーム会 #23

やわらかカフェ内でゆるいボードゲーム会を行います。飛び入り参加OK！ぜひご参加ください。

日時 4月16日(木) 午後1時半～午後3時半
 ※時間内の出入り自由です
場所 すてっぷ内
参加費 300円 (やわらかカフェの参加費)
内容 「はあって言うゲーム」

参加者は同じ台詞をそれぞれ与えられたシチュエーションを演じ、ほかのプレイヤーはどれを演じているか当てます。

基本的には身振りや手振りは禁止。声と表情だけで表現しましょう。

お題は「はあ」「えー」「なんで」「うん」といった一言の他に、「寝顔」「振り向いて」「ウィンク」などの仕草や、「早口言葉」「自己紹介」など30種を収録しています。

フリースペース飾り作り

フリースペース内で季節の飾り作りをします。折り紙やモールなどを使った簡単なものです。

日時 4月28日(火) 午後1時半～午後3時半
 ※時間内の出入り自由です
場所 すてっぷ内
参加費 300円 (やわらかカフェの参加費)



家族勉強会実践編①

※3か月に1回行う勉強会です
 ※「聴く・待つ・伝える」家族講座に参加されたご家族のみ、ご参加いただけます。

日時 4月15日(水) 午後1時半～午後3時半
場所 すてっぷ内

ウェブサイト リニューアルしました

すてっぷのウェブサイトをリニューアルしました。スマホ対応でより見やすくなったかと思います。

今度からはこちらで更新を行っていきます。まだ、改装中のところもありますが、よりよいウェブサイトにしていきます。よろしく願いいたします。

SSL化適用に伴い、URLが変わっています。旧アドレスでもアクセス可能です

<https://www.step-kita.com/>



NPO法人 STEP・北九州 事務局

TEL : 093-873-3130 Mail : step@step-kita.com

〒804-0067

北九州市戸畑区汐井町1番6号 ウェルとばた2階
 ひきこもり地域支援センター「すてっぷ」内



ウェブサイト



ブログ



@kitaq_hikisen

発行日 2026年3月31日

イラスト提供：デジタル工房 他