



ヌックカフェ 9月号

NPO法人ココアロ運営
ヌックカフェ
営業日 火水木金 10:00~12:30
利用料100円(ワンドリンク付き)



日	月	火	水	木	金	土
休	休	13:30~15:30 会員制サロン			1	2
3	4	5	6 佐倉きのご園 きのご販売	7 11:00~(約15分間) パンの移動販売	8	9 休
10	11	12 10:30~11:30 イス体操	13	14	15 10:30~11:30 手芸くらぶ	16 休
17	18	19 10:30~11:30 折り紙カフェ	20	21 11:00~(約15分間) パンの移動販売	22	23
24	25	26 10:30~11:30 イス体操	27	28	29	30



12日(火)・26日(火)
10:30~11:30

イス体操

リズムに合わせて血流アップ

※送迎必要な方は応相談

参加費500円(体験100円)

ワンドリンク付き

介護予防運動指導員 渡邊



15日(金)
10:30~12:00

手芸くらぶ

ハロウィン飾りを作ろう!

~折田紀光子さんを

お招きして

※裁縫セットある方は持参

参加費300円

ワンドリンク付き



19日(火)
10:30~11:30

折り紙カフェ

~小出洋子さんをお招きして

参加費200円

ワンドリンク付き



お野菜も少し販売しています
※日によって増減あり

も!
で歌えるか
文化琴の伴奏

笑って
歌って
おしゃべりして
サロンに
遊びに来ませんか?

火水木金
13:30~15:30

送迎付き

会員制サロン

サロン・ド・

ヌック

会員募集中!

会費一回500円

・ドリンク飲み放題

・カラオケ

・体操

・ゲーム など

※イベントはやむを得ず中止する場合がございます。

ご予約をおすすめいたします。

※多世代交流サロンヌックは

「地域のすべての世代の方に心温まる居場所を創る」
を基本理念に運営しています。

お問い合わせ
NPO法人 ココアロ
佐倉市江原台2-10-3
☎043-376-1817
受付時間:9:00~15:00
定休日:月・土日祝

