



ヌックカフェ 11月号

日	月	火	水	木	金	土	
			7日(木) 10:00~12:30 新聞ちぎり絵 「身近な野菜いろいろ」 参加費200円 ※ワンドリンク付き			1 10:00~12:30 (入退室自由) 編み物サロン	2 休
3	4	5 10:00~11:00 文化筆体験 ※予約制	6 10:30~11:30 うたごえ喫茶	7 10:00~12:30 新聞ちぎり絵 	8 10:00~12:30 (入退室自由)	9 休	
13:30~15:30 会員制サロン「サロン・ド・ヌック」							
10 休	11 火9:40~(約20分間)うえたん号	12 10:30~11:30 イス体操	13 10:30~12:30 女性向け麻雀教室 	14	15 10:00~12:30 (入退室自由) 編み物サロン 	16 休	
13:30~15:30 会員制サロン「サロン・ド・ヌック」							
17 休	18 火9:40~(約20分間)うえたん号	19 10:00~12:30 折り紙カフェ	20	21 10:30~12:30 女性向け麻雀教室 	22 10:00~12:30 手芸くらぶ 焼き菓子販売 	23 祝	
13:30~15:30 会員制サロン「サロン・ド・ヌック」							
24 休	25 火9:40~(約20分間)うえたん号	26 イス体操お休み します 27日(水)に振替	27 10:30~11:30 イス体操	28 10:30~11:30 うたごえ喫茶 	29 10:00~12:30 (入退室自由) 編み物サロン 	30 休	

日用品
食品
販売車

火9:40~(約20分間)うえたん号

毎週火曜日「うえたん号」
9時40分~(約20分間)



文化筆の演奏が
聴けますよ!

5日(火)
10:00~11:00
文化筆体験
定員五名(予約制)
参加費 200円
ワンドリンク付き

12日(火)・27日(水)
10:30~11:30
リズムにあわせて血流アップ!
イス体操
参加費500円
ワンドリンク付き
※初回体験100円
※介護予防運動指導員
※送迎必要な方は応相談

6日(水)・28日(木)
10:30~11:30
♪うたごえ喫茶♪
参加費 200円
ワンドリンク付き
※詳細は裏面

野菜やハンドメイド作品も
販売しています!

19日(火)
10:00~12:30
折り紙カフェ
八角形の箱を作ろう!
参加費 200円
ワンドリンク付



22日(金)焼き菓子
フルーメさんの
焼き菓子販売

13日(水)・21日(木)
10:30~12:30
女性向け麻雀教室
要予約(お一人様でも可)
参加費 500円
ワンドリンク付き
※送迎必要な方は応相談

毎週木 11:15~
(約15分間)
パン屋さん来ます!
店内で召しあげられます
利用料100円
ワンドリンク付

22日(金)
10:00~12:30
手芸くらぶ
「ティッシュケース作り」
定員5名(予約制)
参加費 300円
ワンドリンク付き
※あれば裁縫セット持参

毎週金曜日
10:00~
秋の編み物サロン
利用料100円
※ワンドリンク付き
※お好きな糸と
編み棒持参

大好評!

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」
・ドリンク飲み放題
・歌・体操・ゲーム など
参加費500円
※初回体験100円

お問い合わせ
NPO法人 ココプロ
佐倉市江原台2-10-3
☎043-376-1817
営業日 火水木金
受付時間:9:00~15:00
定休日:月・土日祝

※イベントは天候等により、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。

