

2025年  
多世代交流サロンヌック イベント情報

# ヌックカフェ 10月号

ちぎり絵

毎週火曜日9時40分～(約20分間)  
日用品移動販売車「うえたん号」来ます！

NPO法人ココプロ運営  
ヌックカフェ HP→  
営業日 火水木金10:00～12:30  
定休日 月・土日祝  
利用料200円(ワンドリンク付き)



日	月	火	水	木	金	土
			1 10:00～12:30 女性向け麻雀教室	2 10:00～12:30 新聞ちぎり絵	3 10:00～12:30 (入退室自由) 秋の編み物サロン	4 休
5	6	7 10:00～11:00 文化等体験	8 13:30～15:30 会員制サロン ※詳細は裏面	9 10:00～12:30 「ヌックでクック」 詳細は裏面	10 10:00～12:30 (入退室自由) 秋の編み物サロン	11 休
12 休	13 火9:40～ (約20分間)	14 10:30～11:30 イス体操	15 13:30～15:30 会員制サロン「サロン・ド・ヌック」	16 10:00～12:30 女性向け麻雀教室	17 10:00～12:30 (入退室自由) 秋の編み物サロン	18 休
19 休	20 火9:40～ (約20分間) うえたん号	21 10:00～12:30 折り紙カフェ	22 10:30～12:00 うたごえ喫茶	23 10:00～12:30 女性向け麻雀教室	24 10:00～12:30 手芸くらぶ	25 休
26 休	27 火9:40～ (約20分間) うえたん号	28 10:30～11:30 イス体操	29 10:00～12:30 女性向け麻雀教室	30 10:00～12:00 ボッチャ大会	31 10:00～12:30 (入退室自由) 秋の編み物サロン	休
13:30～15:30 会員制サロン「サロン・ド・ヌック」	13:30～15:30 会員制サロン「サロン・ド・ヌック」	13:30～15:30 会員制サロン「サロン・ド・ヌック」	13:30～15:30 会員制サロン「サロン・ド・ヌック」	13:30～15:30 会員制サロン「サロン・ド・ヌック」		

7日(火) 初心者歓迎!

10:00～11:00  
文化等体験  
定員五名(予約制)  
参加費 300円  
ワンドリンク付き



21日(火)

10:00～12:30  
折り紙カフェ  
「くす玉」  
参加費 300円  
ワンドリンク付

文化等の演奏が  
聴けますよ♪



22日(水)

10:30～12:00  
みんなで歌おう  
♪うたごえ喫茶♪  
参加費 300円  
ワンドリンク付き

24日(金)

10:00～12:30  
手芸くらぶ  
「貝のピルケース♥」  
定員8名(予約制)  
参加費 500円  
ワンドリンク付き  
※あれば裁縫セット持参

14日・28日(火)  
10:30～11:30

リズムにあわせて血流アップ！

イス体操

参加費600円

ワンドリンク付き

※初回体験200円

※介護予防運動指導員

※送迎必要な方は応相談

1日(水)・16日(木)

23日(木)・29日(水)

10:00～12:30

女性向け麻雀教室

要予約

参加費 600円

ワンドリンク付き

※送迎必要な方は応相談

30日(木)

10:00～12:00

「ボッチャ大会」

初心者大歓迎！

どなたでもできまーす♪

※小さなコートで行います

※あれば上履き持参

参加費 300円

ワンドリンク付き

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

毎週木曜日

11:30～

パン屋さん来ます！

イートイン利用料200円

※ワンドリンク付き

駐車場あり P



※イベントの有無にかかわらずカフェをご利用できます。

※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。

# 新企画!!



# お知らせ あります!

みんなで作って食べよう!  
「ほかほかごはん」  
食材... 新米・旬の野菜



## 2025.10/9(木)

10:00~12:30 定員10名(予約制)

参加費▶ 500円(利用料込み)

持ち物▶エプロン、三角巾、マスク

みんなのご参加お待ちしております。

\* 岸ファームさんから寄付していただいた新米と野菜を使ってごはんとお味噌汁と一緒に作って食べましょう。

LINE登録はこちらのQRコードから↓



ホームページはこちらのQRコードから↓



食べましょう。

インスタグラムはこちらのQRコードから↓



10:00~ 簡単な調理  
(エプロン、三角巾、マスク着用)  
11:00~ ゲーム(ビゴー、クイズ  
その他)  
※景品もあります!

12:00~ みんなでワイワイ  
食べましょう!  
12:30~ 終了

↑↑↑ 「ホックカフェ」の情報はこちらからどうぞ! ↑↑↑