


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 12月号

NPO法人ココフロ運営
 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	2	3	4	5	6
	7	8	9	10	11	12
	14	15	16	17	18	19
	21	22	23	24	25	26
28	29	30	31			

火9:40~(約20分間) うえたん号

火9:40~(約20分間) うえたん号

うえたん号お休み

12月30日(火)~1月5日(月)まで休業します

2日(火)
10:00~11:00
文化筆体験
定員五名(予約制)
参加費 300円
ワンドリンク付き



16(火)
10:00~12:30
折り紙カフェ
「馬(来年の干支)」
参加費 300円
ワンドリンク付



4日(木) 10:00~12:30
新聞ちぎり絵
「富士山」
参加費 300円 ※ワンドリンク付



12日(金)
10:00~12:30
手芸くらぶ
「洗濯ばさみネコ♥」
定員8名(予約制)
参加費 400円
ワンドリンク付き
※あれば裁縫セット持参

毎週金曜日
10:00~12:30
編み物サロン
利用料 200円
ワンドリンク付き
※お好きな糸と編み棒持参

9日・23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

24日(水)
10:00~12:00
「ポッチャ大会」
初心者大歓迎!
どなたでもすぐできます♪
※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

17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

3日(水)・10日(水)
18日(木)・25日(木)
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

お問い合わせ
NPO法人 ココフロ
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!
イトイン利用料200円
※ワンドリンク付き

※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。



又ックのクリスマス会



2025 12.11 木

10:00 ~ 12:30

参加費
500円

又ックで又ック 第2弾!!

ホットケーキを作って
みんなでお腹いっぱい食べよう!



持参物: エプロン、三角巾、マスク

おうちレゼント交換会しよう!

- お家で眠っている未使用品
 - 食品もOKです(賞味期限内のもの)
- ※ 買い足しの必要はありません!
家にあるもので大丈夫です。

1つお持ち下さい!

ミスター★ショー さんの
マジックショー



※都合により中止する場合があります。



当日は 焼き菓子 Blume
カヌレも販売!!



お出演者募集

又ックでライブ

しませんか?

又ックカフェでは、
ライブ、ショー、演奏会などに出演して
下さるボランティアを募集しています!

- ★ 練習の成果を発表したい!
- ★ 誰かの前で演ずる経験をしたい!

★ 発表会の平行演習もしたい!
...などのステージをお探しの方大歓迎!

★ 所要時間は応相談
(15分くらい~)

※詳しくはスタッフへお尋ね下さい😊

いろいろ募集集中!!

又ックで又ック

レシピ募集しよう!

あれは、
食材の寄付も受け付けます!

目的:
みんなで簡単な調理をして
ワイワイ! 食べよう😊

- ★ カセットコンロ2台で出かけるもの
- ★ 調理時間は応相談
(15分~1時間)

ご自慢のレシピを教えてください😊

※詳しくはスタッフへお尋ね下さい😊