

4月

出会いの季節がやってきました。新しく日の里に引っ越してきた皆さん、ようこそ日の里へ。就職や進学、転勤などで日の里から離れる皆さん、心からのエールを送ります。コロナウイルスの影響で、窮屈で不安な生活を過ごされていると思いますが、こんな時こそ、楽しい未来を考えて明るく前を向いていきましょう。早く普段の生活に戻れますように。

ココカラ市場

毎週月曜 9:00~11:00

旬の野菜や玄海のおいしいもの、パンやお菓子が並びます。お目当てのものはお早めに!!

「ヘタでいい、ヘタがいい」

4月~9月

月1 絵手紙サークル 参加者募集

A: 第2木曜 10:30~12:00 全6回

B: 第3金曜 10:30~12:00 全6回

会費: 3000円 (6回分) 一括払い

CoCokara ひのさと受付に会費を添えてお申し込みください (申込書あり)



スマートフォン教室

参加費
無料

暮らしに便利なスマホ。上手く使いこなせない、ガラケーから変えてみようかなといった皆さん!一緒に楽しく学びませんか。(定員20名)

4月は、毎週木曜日と第2・4金曜日
時間は、いずれも午後1時~2時まで

スマートフォンの基本から、お子さんやお孫さんとの会話が弾むラインなど、便利なアプリの紹介と使い方をわかりやすく学んでいただきます。毎回大好評の教室です。

※スマホをご持参ください。(携帯会社は問いません)

※スマホをお持ちでない方にはお貸しします。

初めての方は CoCokara ひのさとまで、お申し込みください。

謡曲初歩教室

無料

4月25日(水)13:30~15:00

講師: 観世流名譽師範 戸丸敦子氏

『能』ってなんだろう。能の基本知識を学んで一緒に謡曲を謡ってみましょう

新型コロナウイルス感染の影響により、イベントや教室は中止になる場合があります。詳しくはホームページをご覧ください。

暮らしの保健室 (毎月第4木曜開催)

4月23日(木) 10:00~12:00

日本財団地域啓発活動助成により開催されます

カフェのような雰囲気の中で、病気の悩みや健康に関する心配ごとや、暮らしに関する悩みを相談したり、話したりできる場所です。予約は不要です。どなたでも自由に参加できます。おいしいお茶やコーヒーなど、ご用意してお待ちしています。



4月20日スタート!

メディカルアロマ健康教室

第3月曜日 12:00~13:00 参加費 1,000円
※筆記用具持参・動きやすい服装

香りによる癒やしではなく、精油の持つ成分からレシピを組み立てるメディカルアロマセラピーをご存知ですか? 医療費の削減や健康寿命を伸ばす方法として取り入れてご自身やご家族の健康管理に役立ててみませんか?

<講座内容>

- ☑メディカルアロマ・ミニ講座 (季節で内容は変わります)
- ☑ラベンダークリームの作成体験
- ☑メディカルアロマのジェルを使い座ってできる
痛みの予防・改善のための簡単な体操



13:00~13:20 メディカルアロマワークショップ
ジェルやクリームの作成体験ができます (要材料費)
— La Sante —

カーニバルさんの夕方マルシェ

毎週月曜 17:30~19:30

韓国風海苔巻きやお惣菜などを販売しています。

売り切れごめん! お早めにお越しください。



お申込み・お問い合わせ

CoCokara ひのさと 日の里1-31-1 (東郷駅日の里口側)

☎・FAX 0940-26-1587

mail cocokarahinosato@jcom.zaq.ne.jp

4月 CoCokara ひのさと イベント情報

開館時間 平日10:00~21:00 (土日・祝祭日はイベント実施時のみ開館)

曜日	9:00	午前	12:00	午後	21:00
1 (水)	 10:30~11:40	健康UP!いきいきヨガ			
2 (木)					
3 (金)					
4 (土)	休館				
5 (日)	 10:00~17:00 むなかた出会いサポートセンター JUNOALL 				
6 (月)	 9:00~11:00 ココカラ市場			17:30~19:30 夕方マルシェ 	
7 (火)	 10:30~11:40	健康UP!いきいきヨガ	 13:00~15:00 ギター教室		
8 (水)	 10:30~11:40	健康UP!いきいきヨガ	 13:00~17:00 日の里句会		
9 (木)	 10:30~12:00 絵手紙サークル		 13:00~14:00 スマートフォン教室		
10 (金)	 10:00~12:00	川柳教室	 13:00~14:00 スマートフォン教室		
11 (土)	休館				
12 (日)	 13:00~17:00 むなかた出会いサポートセンター				
13 (月)	 9:00~11:00 ココカラ市場			17:30~19:30 夕方マルシェ 	
14 (火)	 10:30~11:40	健康UP!いきいきヨガ	 13:00~15:00 ギター教室		
15 (水)	 10:30~11:40	健康UP!いきいきヨガ	13:00~15:00 成年後見についての無料相談会		
16 (木)			 13:00~14:00 スマートフォン教室		
17 (金)	 10:30~12:00 絵手紙サークル				
18 (土)	休館				
19 (日)	 10:00~17:00 むなかた出会いサポートセンター JUNOALL 				
20 (月)	 9:00~11:00 ココカラ市場		 12:00~13:00 メディカルアロマ健康教室	17:30~19:30 夕方マルシェ 	
21 (火)	 10:30~11:40	健康UP!いきいきヨガ	 13:00~15:00 ギター教室		
22 (水)	 10:30~11:40	健康UP!いきいきヨガ	 13:30~15:00 謡曲初歩教室		
23 (木)	10:00~12:00	暮らしの保健室 	 13:00~14:00 スマートフォン教室		
24 (金)	 10:00~12:00	川柳教室	 13:00~14:00 スマートフォン教室	 18:30~20:30 英語勉強会	
25 (土)		 11:00~15:00 イングリッシュカフェ 			
26 (日)	 10:00~17:00 むなかた出会いサポートセンター JUNOALL 				
27 (月)	 9:00~11:00 ココカラ市場			17:30~19:30 夕方マルシェ 	
28 (火)	 10:30~11:40	健康UP!いきいきヨガ	 13:00~15:00 ギター教室		
29 (水)	休館				
30 (木)			 13:00~14:00 スマートフォン教室		

☞ 自習室は、イベント等がなければ、いつでも使えます。いつも、きれいに利用してきてありがとうございます☞