

CoCokara 通信 vol.48 発行 R2 年 11 月号

特定非営利活動法人まちづくり宗像



日に日に日暮れが早くなり、朝夕の冷え込みに秋の深まりを感じるようになりました。
インフルエンザも流行る季節になりますので、コロナ対策も継続しながら体調管理に気を付けて元気に過ごしていきたいですね。
バス待ちのベンチも再設置しましたので、また CoCokara でゆっくり過ごして下さいね。

11 月の開館時間は10:00~19:00です。

(月・木のみ 21:00 まで開館します)

*ご入館の際には、コロナ感染拡大防止のため手指消毒、マスク着用をお願いいたします。



~Xmas の雑貨づくりをしよう~



12/5(土) 各回定員 10 名

要予約
必切
11/25

- ① 10:00~
- ② 11:30~
- ③ 13:30~
- ④ 14:30~

Xmas が来るのが楽しみになるような雑貨を作って
おうちに飾ろう。何を作るかは当日のお楽しみ。

対象 : 小学生

参加費 500 円 (当日持ってきてください)

申込み : 学年・名前・連絡先を ☎・FAX にてお知らせください

月 1「絵手紙サークル」へのお誘い

「へたでいい、へたがいい」

心を贈る・楽しい絵手紙と一緒に描いてみませんか？

期日 2020 年 12 月~2021 年 5 月 (全 6 回)

A : 第 2 木曜 10:30~12:00

B : 第 3 金曜 10:30~12:00

指導者 坂元恵子先生

会費 3,000 円 (全 6 回分) 一括払い

申込み CoCokara ひのさとまで

気軽におしゃべりしませんか？

暮らしの保健室

11 月 26 日(木)10:00~12:00

病気の悩み・健康に関する相談・くらしの悩み
などを相談したり話したりできる場所です。

どなたでも無料で参加できます。予約不要です



主催 : 在宅看護センターミモザ・CoCokara ひのさと

※日本財団地域啓発活動助成により開催されます*

CoCokara ひのさとからのお願いです

CoCokara
ひのさと
存続のため
会員を募集
しています

まちの賑わいつくりや新たな担い手つくり、団地の再生、世代間交流の場つくりなどに取り組んでいる「CoCokara ひのさと」を継続するための設立されたのが「特定非営利活動法人まちづくり宗像」です。市民

主体のまちづくり実現のため、『まちづくり宗像』では市民の皆さんや事業者の方々から会員を募集しています。詳しくは、CoCokara ひのさとスタッフまでお尋ねください。



11 月のメディカルアロマ健康教室

16 日 12:00~13:00 参加費 1,000 円

※筆記用具持参・マスク着用

香りによる癒やしではなく、精油の持つ成分に着目した
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
ご自身やご家族の健康管理に取り入れてみませんか？

<講座内容>

- ☒ 免疫とメディカルアロマ
- ☒ 抗菌スプレーを作ります。



13:00~13:20 メディカルアロマワークショップ
ジェルやクリームを作ることかできます (要材料費)
— La Sante —

お申込み・お問い合わせ

CoCokara ひのさと

日の里 1-31-1 (東郷駅日の里口駅前広場)

☎・FAX 0940-26-1587

mail

cocokarahinosato@jcom.zaq.ne.jp

11月 CoCokara ひのさと イベント情報

開館時間 平日10:00～19:00 (土日・祝祭日はイベント実施時のみ開館)月・木は21時まで開館します。

曜日	9:00	午前	12:00	午後
1 (日)	10:00～17:00 むなかた出会いサポートセンター JUNOALL			
2 (月)	 9:00～11:00 ココカラ市場		今月のお休み * スマホ教室(来月未定) * イングリッシュカフェ(休会)	15:00～21:00 公文教室
3 (火)				
4 (水)	 10:30～11:40	健康UP!いきいきヨガ		
5 (木)				15:00～21:00 公文教室
6 (金)				
7 (土)	休館			
8 (日)	休館		13:00～17:00 むなかた出会いサポートセンター	
9 (月)	 9:00～11:00 ココカラ市場			15:00～21:00 公文教室
10 (火)	10:30～11:40	健康UP!いきいきヨガ		
11 (水)	 10:30～11:40	健康UP!いきいきヨガ	 13:00～17:00 日の里句会	
12 (木)	 10:30～12:00	絵手紙サークル		15:00～21:00 公文教室
13 (金)	 10:00～12:00	川柳教室		
14 (土)	休館			
15 (日)	10:00～17:00 むなかた出会いサポートセンター JUNOALL			
16 (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	15:00～21:00 公文教室
17 (火)	10:30～11:40	健康UP!いきいきヨガ		
18 (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	
19 (木)				15:00～21:00 公文教室
20 (金)	 10:30～12:00	絵手紙サークル		
21 (土)	休館			
22 (日)	10:00～17:00 むなかた出会いサポートセンター JUNOALL			
23 (月)	休館			
24 (火)	10:30～11:40	健康UP!いきいきヨガ		
25 (水)	 10:30～11:40	健康UP!いきいきヨガ	 13:30～15:00 謡曲初歩教室	
26 (木)	10:00～12:00	暮らしの保健室 		15:00～21:00 公文教室
27 (金)	 10:00～12:00	川柳教室		 18:30～20:30 英語勉強会
28 (土)	休館			
29 (日)	10:00～17:00 むなかた出会いサポートセンター JUNOALL			
30 (月)	 9:00～11:00 ココカラ市場			15:00～21:00 公文教室

☺ 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、きれいに利用してくれてありがとうございます☺