



今年もあと残り一カ月…。今年はコロナウイルスによって世の中に様々な変化がありました。その中でもCoCokaraひのさとにたくさんの方が来て下さいました。本当にありがとうございました。年末年始も密にならず楽しくお迎え下さい。来年も笑顔でお会いしましょう！

12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)

◎12月の開館は28日午前中までです。

*ご入館に際には、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。

帰省のお土産・年末・年始のご挨拶にどうですか？



6個入 500円(税込)

ひのさとまんじゅう

「日の里に名物を！」中学生の日の里を思う気持ちから生まれた地元のお土産。日の里を離れて暮らす大切な家族やお友達、お世話になったあの方に、ぜひ、日の里のお土産を！！

希望日の4日前までにご予約下さい。年内の受け取りは28日正午までです。

ご予約・お受け取りはCoCokaraひのさとにて

ご注意：賞味期限は製造日から7日間です

新春を寿いで

謡曲「高砂」を謡ってみませんか

1月6日(水) 13:30～15:00



講師：観世流名誉師範 戸丸敦子氏

受講料：無料 どなたでも気軽にご参加下さい

ご希望の方は080-1728-3946

(古賀まで)

気軽におしゃべりしませんか？

暮らしの保健室

12月24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

まちの賑わいづくりや新たな担い手づくり、地域の再生、世代間交流の場づくりなどに取り組んでいる“CoCokara ひのさと”を継続するため設立されたのが『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。



12月のメディカルアロマ健康教室

21日 12:00-13:00 参加費 1,000円
※筆記用具持参・マスク着用・事前予約必要

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>

- ☒ ホームケアとしてのメディカルアロマ Vo1
- ☒ バスオイルを作ります。

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ができます(要材料費)

— NPO 日本メディカルアロマセラピー協会 認定セラピスト —

12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)

曜日	9:00	午前	12:00	午後
1 (火)	 10:30～11:40	健康UP!いきいきヨガ	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)	
2 (水)	 10:30～11:40	健康UP!いきいきヨガ		
3 (木)				15:00～21:00 公文教室
4 (金)				
5 (土)	 ～Xmasの雑貨づくりをしよう～ (申し込みは締め切りました) 			
6 (日)	10:00～17:00 むなかた出会いサポートセンター JUNOALL			
7 (月)	 9:00～11:00 ココカラ市場			15:00～21:00 公文教室
8 (火)	 10:30～11:40	健康UP!いきいきヨガ		
9 (水)	 10:30～11:40	健康UP!いきいきヨガ	 13:00～17:00 日の里句会	
10 (木)	 10:30～12:00	絵手紙サークル		15:00～21:00 公文教室
11 (金)	 10:00～12:00	川柳教室		
12 (土)	休館			
13 (日)	休館		13:00～17:00 むなかた出会いサポートセンター	
14 (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
15 (火)	 10:30～11:40	健康UP!いきいきヨガ		
16 (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	
17 (木)				15:00～21:00 公文教室
18 (金)	 10:30～12:00	絵手紙サークル		
19 (土)	休館			
20 (日)	10:00～17:00 むなかた出会いサポートセンター JUNOALL			
21 (月)	 9:00～11:00 ココカラ市場			15:00～21:00 公文教室
22 (火)	 10:30～11:40	健康UP!いきいきヨガ		
23 (水)	 10:30～11:40	健康UP!いきいきヨガ	 13:30～15:00 謡曲初歩教室	
24 (木)	10:00～12:00	暮らしの保健室 		15:00～21:00 公文教室
25 (金)	 10:00～12:00	川柳教室		 18:30～20:30 英語勉強会
26 (土)	休館			
27 (日)	休館			
28 (月)	9:00～13:00 公文教室		休館	
29 (火)				
30 (水)	12月28日(月)午後～1月5日(火)まで休館とさせていただきます			
31 (木)				