

ココ COCOLの通信



2017年6月

4月末、岸根公園にほど近い篠原の閑静な住宅街の一角に、世代を問わず誰もがフラッと立ち寄れる地域福祉交流スペース「COCOのほら」をオープンしました。ご縁もあり広いお庭のある一軒家をお借りすることができました。

お庭には大きな木を中心に草木が生い茂り、耳を澄ますと小鳥の鳴き声とともに近くの幼稚園の子どもたちの元気な声が聞こえてきます。移り変わる四季を感じながら、みんなで一緒におしゃべりをしながら食事や講座を楽しみ、自分の趣味や活動を通して、それぞれが「ちょこっとできること」をいかした、みんなが出番のある居場所を地域の方々と一緒につくっていきたいと思っています。

4月27日の開所式では横山港北区長をはじめ、地域の方々をお迎えし無事に終えることができました。式の中では温かい応援のお言葉をたくさんいただきました。今後、高齢者社会になり私たちもその中で生活をするを見据えて、自分たちも過ごしたいと思えるような居場所を目指して活動をしていきたいと思えます。

10時から15時までは「交流カフェ」を
11時30分から13時まではヘルシーメニューの
「ごちそうさん食堂」をおこなっています。
講座やサークル活動で利用していただけるレンタルスペースもあります。
みなさんぜひお立ち寄りください。



(COCOのほら代表 斎藤靖子)



～ スタッフ紹介 ～

多世代交流の場所で、色々な世代の方々との出会いが楽しみです。「こんな講座を受けてみたい」または「教えられる」というご希望等ありましたら是非お聞かせください。
(スタッフ戸松)



地域の皆様と一緒に、COCOのほらを盛り上げていきたいと思っております。皆様のお声が何よりの活力になりますのでアドバイス・アイデア等お聞かせくださいどうぞよろしくお願いいたします。
(スタッフ吉原)

(スタッフ吉原)

預かり保育「まんまーる篠原」

入園前のお子さん(おおむね2歳,3歳)を対象としたグループ保育。お庭でいっぱい遊んだり、公園にも歩いて行きます♪

開催日:火・木・金 9時30分～13時00分

只今、大募集中です!!

見学などお気軽にお越しください。
お問い合わせは事務局
(045-540-7422) まで。



どなたでも
どうぞ!



子どもから うれしいしままで
ココでいっしょに COCOLのほら

〒222-0026

横浜市港北区篠原町 1077

☎045-716-9875

月・火・水・木・金 9:30～15:30

交流カフェ 10:00～15:00


ごちそうさん食堂 11:30～13:00



NPO法人
びーのびーの

事務局 〒222-0037 横浜市港北区大倉山 5-40-3 大倉山壹番館 207
TEL: 045-540-7422 <http://www.bi-no.org/>

COCOしのはら6月行事カレンダー

	月	火	水	木	金
午前			ボランティア 大募集中です!	● 1	2
午後					
午前	5	6	7	8	● 9
午後			COCOのびのび コーラスの会 13:30~15:00		
午前	庭いじり 9:30~10:30	● 13	14	● 15	● 16
午後			スマホ講座 13:30~14:30		
午前	19	● 20	21	● 22	● 23
午後	のびのび健康講座 10:00~11:00		COCOのびのび スマホ講座 13:30~14:30		
午前	庭いじり 9:30~10:30	● 27	28	● 29	● 30
午後			スマホ講座 13:30~14:30		

半額
キャンペーン中!

※全ての講座は世代を問わず参加できます。

ワンCOイン講座

- ◆ **コーラスの会(仮) 毎月開催決定!**
6月7日(水)13:30~15:00
参加費:500円(飲物付・税込) 要:予約
講師:田中範子さん
童謡からポピュラーまで一緒に歌ってみませんか?
年齢を問わずどなたでも参加できます。

- ◆ **スマホ講座(3回講座)*一回のみの受講も歓迎**
6月14日・21日・28日(水)13:30~14:30
参加費:500円(税込み) 要:予約
持ち物:スマホをお持ちの方はスマホ
色々便利な機能があるスマホ、少しずつ学んで
使いこなしましょう。
14日 メールとSNSについて(LINE、Facebook)
21日 カメラの使い方
27日 スマホでマップ(地図)の使い方

COCOのびのび講座

- ◆ **のびのび健康講座 第1回 骨粗鬆症予防の食事について**
6月19日(月)10:00~11:00
参加費:ランチ付き400円 要:予約
年齢とともに減少してくる骨密度。今回は、食事でする方法を管理栄養士がお伝え致します。9月には、骨密度測定も開催するので、そちらも合わせて参加してみたいか
がでしょうか。(協力:薬樹薬局)
(6月のみの受講、9月のみの受講も可)

レンタルスペース

ミーティング、学習会、趣味の会...など
使い方はご自由に。時間外のご利用については
お問い合わせ下さい。

10~15名程度。

レンタル料金:1,000円/h~



利用時間

平日	10:00~15:00 (多目的室のみ)
平日夜間	16:00~19:00 (居間、和室、多目的室含む)
土・日・祝日	10:00~19:00 (居間、和室、多目的室含む)

ごちそうさん食堂

月曜日~金曜日 11:30~13:00

○月・火・木・金曜日:400円

野菜たっぷり汁物・小鉢・ご飯セット

○水曜日:600円

メイン料理・汁物・小鉢・ご飯セット

*食後のコーヒー・紅茶 100円



カフェメニュー
250円~

※無添加のおいしい
リンゴ&みかん
ジュースもご用意
しています。