

# ココ COCOLの通信

2017年 9月

楽しく参加して、生き生きボランティア!

## COCOLのほらボランティア大募集!

COCOLのほらでは庭の手入れ、コーヒーボランティア、講座のお手伝い、配膳、あと片付けなど、をしてくださるボランティアを募集しています。世代を問わずどなたでも。(詳細は来館またはお電話 045-761-9875にお問い合わせください。)

☆ 9月29日にボランティア入門講座としてコーヒー講座があります。(詳細裏面ご参照)

☆ 10月7日(土)に初のバザーを予定しています。その際に企画を練ったり、お手伝いをしてくださるボランティアの方も募集しています。

～ひと足お先にボランティアになられた照井さんをご紹介します～

5月より調理ボランティアをしています。こちらは環境が素晴らしく、緑豊かな広いお庭に木々が風に揺れて、一瞬、都会の喧騒を忘れさせてくれます。

ランチは肥満気味や野菜不足の方にピッタリのメニューで、特に具沢山の味噌汁がおすすめです。食後の満足感を味わっていただける一品です。



ボランティア 照井さん

月曜日は元気に(\*^o^)/

## 「のびのび会」スタート!

9月より毎週月曜に「のびのび会」として朝 10時から12時までを体操や健康講座で過ごし、12時から13時までの間にランチを召し上がっていただく会を立ち上げます。

参加費 200円+ランチ・お飲物 500円で合計 700円いただきます。体操の他に脳トレタイムやお話タイムなどもあります。みんなで身体を動かして楽しく介護予防しましょう。



### ～お知らせ①

篠原地域ケアプラザ・地区センター 合同文化祭に出店します。

9月24日(日) 10:00~12:00

COCOLのほらは駄菓子つりで出店。文化祭は23日、24日両日行われます。楽しい催し物がたくさん予定されているので足を運んでみてくださいね。

### ～お知らせ②

COCOのほら バザー&フリマ

10月7日(土) 10:00~14:00

カレー、お団子、甘酒などの飲食の他、皆様から頂いたバザー品の販売をいたします。掘り出し物が見つかるはず?!バザー品の持ち込みは9月25日より。バザーの企画に参加して下さるボランティアの方も募集します。詳細はお問い合わせください。



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

COCO カフェ 10:00~15:00

ごちそうさん食堂 11:30~13:00

