



地域福祉交流スペース  COCOLのほら

COCOLの通信



2018年 5月

☆ COCOLのほらの講座や有志の会のご案内

COCOLのほらが開所してから1年、今まで色々な講座を開催してきましたが、その中でもおすすめの講座をご案内します。地域でも活躍されている先生が参加しやすい参加費設定で特別に開催してくださっています。講座や気軽な有志の会なので、一度是非、ご参加ください。

脳トレ健康麻雀の会(有志の会なので先生はいません)
毎月第1木曜 10:00~11:30 参加費：ランチ飲物付 700円

COCOLのほらのボランティアが中心になり、4月から始めた会です。指先を動かしたり、点数を数えたりとてもよい脳トレになりますよ。初めての方もお気軽にどうぞ。その日に来たメンバーで楽しく過ごしています。要予約



ちぎり絵講座 毎月1回
不定期月曜又は木曜日 参加費：500円+
材料費(150円程度)

開所以来続いている山中先生の講座。和紙を使って季節の花などを色紙、団扇などに貼っていきます。年齢を問わず参加していただけます。要予約



スマホ講座
毎月2~3回 不定期水曜日 13:30~
参加費：500円

初めてスマホを持つ方から写真やアプリの活用法までその日のテーマに合わせて進めていきます。やさしい語り口の小林先生の講座です。参加費500円。毎回参加すればあなたもスマホ名人。予約不要



手芸カフェ (有志の会なので先生はいません)
毎週金曜日 10:30~
飲み物付き 100円 予約不要

お家で作っているものを持ってきて、おしゃべりしながら楽しみましょう。



のびのび会

月曜日に加えて水曜日にも開催しています！
詳細についてはお気軽にお問い合わせください。

第10夜 COCOプレミアムナイト
映像とインタビューで紹介
「今年の篠原・岸根のオープンガーデン」

- 日 時: 5月29日(火) 午後5時半~7時半
- 出演者: 篠原・岸根地区の皆さま
- 参加費: ドリンク・軽食付き 1,000円
アルコールの方 1,500円



こどもから ころいしやまで
ここでいっしょに COCOLのほら

〒222-0026 横浜市港北区篠原町 1077
☎045-716-9875
月・火・水・木・金 9:30~15:00
COCO 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: 〒222-037 横浜市港北区大倉山 2-7-47 シャトレ大倉山 103
TEL: 045-5407422 <http://www.bi-no.org/>

COCOしのはら5月行事カレンダー

※全ての講座は世代を問わず参加できます。前日までに予約がない場合、当日開催されない場合もあります。ご了承ください。月曜午前のランチ・カフェについては来館前にお問い合わせいただけると助かります。

	月	火	水	木	金
午前		1	2	3	4
午後					
午前	7	8	9	10	11
午後					
午前	14	15	16	17	18
午後					
午前	21	22	23	24	25
午後					
午前	28	29	30	31	
午後					

「のびのび会」毎週月・水曜日
10:00～13:00
参加費：ランチ・飲物付700円
週2回来てもOK！（税込）
*初回見学無料。
講座のない日をお願いします。

・預かり保育
まんまーる篠原
火曜、木曜日
会員募集中！
※見学・体験
受付中です。

必ずのびのび
会にご登録く
ださい。
要予約

必ずのびのび
会にご登録く
ださい。
要予約

プレミアムナイト
「今年の篠原・岸根のオ
ーブンガーデン」
17:30～19:30
出演：篠原・岸根地
区の皆さま
詳細は表面を参照

庭いじり
10:00～11:30
園芸ボランティア
募集中！

のびのび会1日体験（要予約）
5月23日（水）10:00～
600円（ランチ・飲物付・体操無料）で
水曜日の「のびのび会」体験見学会を
開催します。
どうぞお気軽にお越しください。

※各講座の持ち物等、詳細については、COCOしのはらにお問い合わせください。

予約はご来館またはお電話にてお受けします。 (TEL:045-716-9875)

*講座のないときはレンタルスペースとしてお使いいただけます。1時間1,000円～

会食、ミーティング等 お気軽にお問い合わせください。