

COCOLの通信

2025年 10/11月

COCOLのほらの風景 COCOLのほらの 介護予防

食を楽しむ！



COCOLのほらでは毎週月曜日10時から介護予防の会「のびのび会」を開催しています。

介護状態にならないように椅子に座ったままの歌いながらの体操、間違い探しなどの脳トレ、時には簡単な工作や講師を招いた講座も行っています。月末にはお誕生会も開催。

会のあとは、和気あいあいとおしゃべりや手作りランチをみんなで行っています。

参加者の年代は70代から80代、女性が多いですが、是非男性の参加もお待ちしています。

人生100年時代、高齢になってからの新しい仲間たちはかけがえのないものとなるでしょう。

見学は無料なので、お気軽にお問い合わせください。



よるによる会、開催しました！



9月12日(金)の台風一過の夕方に、今年2回目のみんなでカレーを食べる「よるによる会」を開催しました！

3連休前ということもあり、たくさんの方にお越しいただきました。COCOLのほらに以前通っていた親子が久しぶりに来てくれたり、「家族全員で来ました〜！」と一家団欒の場となったり。おひとり暮らしの高齢者にはにぎやかな夕食となりました。

お替わりも含めて60食近くのカレーが出てボランティアさんもスタッフも大忙しでしたよ〜！

来年以降の「よるによるの会」でもボランティアさんを募集しています！カレー作りがお得意な方、お給仕ならできますなどなど…よければお手伝い待ってま〜す♪



こどもからこうれいしゃまで
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

COCOカフェ

ごちそうさん食堂

(月・水・木・金)

9:30~15:00

9:30~15:00

11:30~13:00

秋のイベント いろいろ☆



☆11月16日(日) 10時~12時

しのはら合同文化祭に出店します♪

駄菓子の魚釣り

1回100円



☆COCOしのキャンドルナイト(予定)

◇10月の遊ぼうデーはハロウィン遊び!

10月 2日(木) ハロウィンクラフト

10月16日(木) ハロウィン散歩

*ハロウィン散歩は0歳も参加OK! *

みんな遊びに来てね〜♪



☆COCOLのボランティア紹介☆

「貴田工房」貴田さん



昨年からは段ボール工作や「よるによるの会」の看板、25周年イベントの門など、COCOLのほらやびーのびーの法人で活躍されている貴田さんです。

『メインはダンボールを使った作品作りですが、身近な素材で看板のアイディア提供など、みなさんに喜んでいただいています。今後いろいろなチャレンジして楽しく活動していけたらと思っていますので、今後ともよろしくお願いします』

