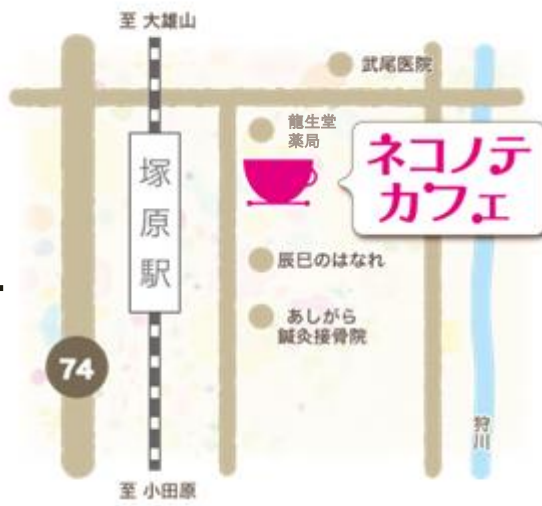


ネコノテ カフェ 通信



第67号



発行：ネコノテカフェ
〒250-0117
神奈川県南足柄市塚原2706-101
ホームページ：nekonotecafe.com
メール：mail@nekonotecafe.com
ブログ：ネコノテカフェのキセキで検索
電話：0465-72-7725

営業時間 9:00～16:30

※緊急事態宣言発令中は9:00～16:00

基本的に日曜・祝日はお休みです
(その他都合により土曜・平日にもお休み有)

今年も折り返しですね

皆さまこんにちは。今年は例年より梅雨入りが早いと予想されていたのに、逆にまだかまだかの遅い梅雨入りでしたね。歌声喫茶でも雨の歌はたくさんあるのに、なかなか堂々と歌えず困ってしまいました。雨は憂鬱になることもありますが、やはり紫陽花には雨が似合いますね。それにしても時間がたつのは本当に早いものですね。コロナに振り回されつつも今年ももう半年が終わってしまいました。後半は少しでも自由に動けるようになるといいなという淡い思いです。少しでも早く、社会に安心が訪れる日が早く来るといいですね。

ワクチン接種後サービス 始まっています！

ワクチンの接種は終わりましたか？当店ではワクチン接種した方にサービス券を差し上げています。とってもお得なサービスですのでぜひお使い下さいね！

サービスの内容について

- ☆1回目の接種後
 - ・ランチ100円引き(ミニランチは50円引)
 - ・デザート無料(ランチまたはドリンク注文の方)
- ☆2回目の接種後
 - ・ランチ100円引き(ミニランチは50円引)
 - ・ドリンク無料(ランチ注文の方)
 - ・お茶セット無料(講座受講した方)
- ☆期限は1回目の接種より6カ月
- ☆サービスの使用順序はありません
- ☆サービスの同時使用はできません



今をより良く生きるために・・・まずは初めてみよう！

「エンディングノート書き方講座」

7月29日(木)14:00～15:30

講師 社会福祉協議会あんしんセンター 平川恵理子さん

お茶セット代¥600(受講費は無料)

講師よりお話の後、お茶をしながら実際に書いてみます。
質問を自由に受け付けますので気軽に書いてみましょう！



皆さんはエンディングノートをご存知でしょうか？エンディングノートとは自分の人生の終末期や死後のことについて書き記すノートです。「死」をイメージし書くことをためらう方も多いかもかもしれませんが、エンディングノートはこれまでの人生を振り返った上で現在の自分を見つめ直し、残りの人生をより良く生きるために頭の中を整理できるとても便利な道具なのです。

現在当店では社会福祉協議会が作成したエンディングノートの無料配布を行っております。しかし記入する項目は多岐に渡り、自分一人ではどこから書いて良いか分からない方も多いと思います。また専門家の知識が必要な項目もあります。そこで、このエンディングノートの書き方講座を実施することにしました。今回はまず始めの第一歩ということで、導入編の講座となります。人間、残りの人生がどれだけあるかなど誰にも分かりません。ぜひ若いも若きもご参加どうぞ！

夏はもうすぐ！小さな星雲コラボ企画

「シルバークレイ講座」7月19日(月)13:30～
受講費¥2750(税込、材料・道具レンタル代込)
銀粘土で形を作り、焼くだけで固い銀に早変わり。
今回はペンダントヘッドを作ります。定員5名。

「ビスマス結晶作り講座」8月3日(火)13:30～
受講費¥2200(税込、材料・道具レンタル代込)
科学嫌いでもうっとりするビスマスの結晶を作ります。
どんな風にできるかは挑戦した人だけのお楽しみ！定員7名。

令和3年7月のネコノテカフェ 今月の壁は大人の塗り絵の会の展示です！

※コロナ感染拡大防止の為、全ての講座が少人数制&完全予約制となっております。
 ※全てのお席に飛沫防止アクリル板を設置し、十分なお席の間隔を取り、CO2濃度を測定しながらの換気を行っておりますので安心してご利用下さい。(お食事は、同居家族以外のご利用は4人までとさせていただきます。)

ネコノテカフェの健康講座
 ※コロナ禍での運動不足による健康障害を防ぐ為、人数限定して開催します。全て定員6名です。

「スマイル元気アップ体操」
 受講費 ¥700
 7月20日(火) 10:30~11:30
 音楽に合わせて笑顔いっぱい！体も心も脳も刺激しながら元気になる体操です。

「ロコトレ講座」 受講費 ¥1000
 7月31日(土) 11:00~12:00
 「楽動」のイケメン健康運動指導士金盛先生による、コロナ時代の為の理論&実践のロコモ予防講座です！終了後はたんぱく質強化メニューで筋肉量up！7月のテーマは「股関節について」です！

「チェアヨガ」 受講費 ¥700
 7月26日(月) 10:30~11:30
 椅子に座ったまま行う大人気のリラックスヨガ。無理のないヨガなので、膝の痛い方や年齢問わず参加できます。終わった後は心も体もスッキリ！！

「己書幸座」 受講費 ¥2000
 7月29(水) 9:30~11:00
 己書(おのれしょ)とは筆ペンで絵を描くように文字を描く書です。味のある筆文字が描けますよ。

「カフェdeリラクゼーション」
 7月12日(月) 10:00~14:00
 首周り・肩周り各1回(10分) ¥500
 首や肩回りがワンコインで楽になります！外出自粛でゴチゴチの身も心も癒します。！

「たさききょうこさんの水彩画教室&家族の絵本づくり」
 7月27日(火) 13:30~
 受講費 ¥1000(お道具代 ¥100)
 家族やペットとの思い出の絵や季節の絵を描きます。小さな額つきですぐに飾れます。

「大人の塗り絵の会」 ¥500 7/5(月)・7/21(水) 13:30頃~
 お店にある沢山の塗り絵本の中から2枚選んで頂き、ケント紙に印刷します。色鉛筆も350本以上あるので手ぶらでOK！塗り絵は自律神経を整える効果があります。
「ものづくりカフェ」 席チャージ料 ¥200 7/1(木)・5(月)・14(水)
 店内でなんでも手作りできます。押し花レジンやオニヤンマちゃん作りもできます！
「スマホ・パソコン教室」 45分 ¥1000 7/3(土)・17(土)・31(土) PM
 知りたいところをマンツーマンレッスンで丁寧に教えます。パソコンやスマホの設定もOK!

「全国お取り寄せの会」
 7月19日(月) 注文締切日
 7月30日(金) 注文品受取日
今月は北海道からうに醤油！
 コロナ禍で行きたい所に行けない、買いたいものも買えない、と不満がたまっていますか？今月は究極の卵かけご飯ができる話題の北海道空知舎の雲丹醤油をお取り寄せ。1本1296円。じゃがバターにかけたりアレンジも楽しみですね！

「歌声喫茶」 参加費 ¥500(23日→22日)
 毎週金曜日 14:00~15:00
 飛沫飛散を防ぐ為全員マスクを着用したまま、距離を取っての歌唱・少人数制・時間短縮で開催します。歌って気分転換！

日	月	火	水	木	金	土
6/27 休み	28 チェアヨガ	29 きょうこさんの水彩画教室	30 棚入替日	7/1 ものづくりカフェ	2 歌声喫茶	3 パソコン教室
4 休み	5 ものづくりカフェ(塗り絵もOK)	6	7 七夕メニュー 南足柄応援し隊 カイギ 14:00~	8	9 歌声喫茶	10 休み
11 休み	12 カフェDE リラクゼーション	13	14 ものづくり カフェ	15	16 歌声喫茶	17 パソコン教室
18 休み	19 お取寄せ 締切日 シルバークレイ 講座	20 スマイル元気 アップ体操	21 大人の塗り絵	22 海の日 歌声喫茶	23 スポーツの日 休み	24 休み 南足柄グッズ 注文締切日
25 休み	26 チェアヨガ	27 きょうこさんの 水彩画教室	28	29 己書(AM) エンディング ノート講座(PM)	30 お取寄せ 受け取り日 歌声喫茶 リクエストの日	31 ロコトレ講座 パソコン(PM)

先日、我が家のかわいいコザクラインコのもみちゃんが網戸を突き破ってきた近所の猫に襲われ怪我をしました。一時は死を覚悟するように言われ家族で辛い思いもしましたが、ありがたいことに回復し、今は元の元気なもみちゃんになりました。今ある幸せが儚いものであることを実感し、家族で元気に過ごしている「今」のありがたさを噛み締めた出来事でした。