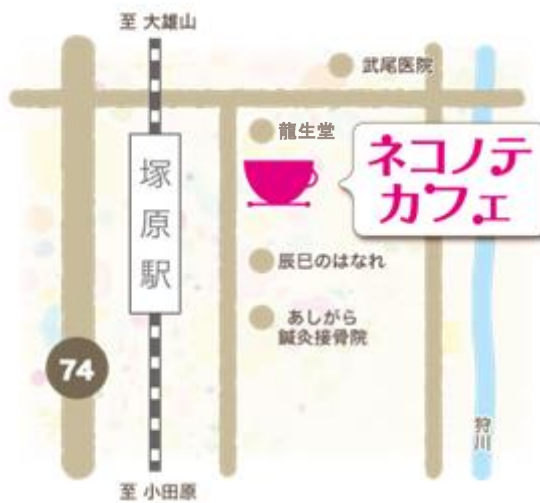


ネコノテ カフェ 通信



第96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

日常をXにて発信中!

電話: 0465-72-7725

営業時間 9:00~16:30

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)

寿命が延びるハロウィンパーティ

前号のネコノテカフェ通信の発行後、ハロウィンパーティがありました。毎年恒例となっておりますが、今年は初めての参加の方も多かったです。そこで聞かれたのが「なぜ今まで参加しなかったのだろう、損をした」というお声。そうなんです。ハロウィンというと一定年齢以上の方には馴染がなく、少し気遅れしてしまう部分があるのですが、一度参加してみるとその楽しさにハマってしまうのがハロウィンなんです。

仮装することで、いつもの自分の枠からちょっと飛び出ることが、実はストレス解消になるんですね。そして、仮装を考える楽しさ。もう来年は何にしようかなんて話も出ています。かくし芸も楽しくて、今まで見るだけだったけれど、来年は何かやるわ、という方も。これでまた一年元気でいる理由ができましたね。ぜひ今まで参加したことのない方も来年はチャレンジしてください。お待ちしております!



今年もやります「一人分の手作りおせち」

おかげさまで毎年大好評を頂いているネコノテカフェのおせち。全て店長手作りの薄味健康おせちを少量ずつ小分けにして1人前の詰め合わせにします。少人数のご家庭や手軽にお正月気分を味わいたい方、塩分が気になる方、様々な方におすすめてす!原料費高騰していますが、価格は据え置きで頑張りますね。大人気の為ご予約はお早めに!



¥2,500 (税込¥2,750)

- ・50個限定
- ・予約開始12月1日(金)~(予定数終了まで)
- ・おひとり様4個まで
- ・受付時にお代を頂きます。(お電話でのご予約の場合は1週間以内にお店へお越しください)
- ・お渡し日 12月31日(日)10時~15時
- ・※31日は簡単なデザートとドリンクの提供を行います。あわせてどうぞ。

ネコノテ SDGs 講座

10 人や国の不平等をなくそう



今、世界全体の資産のうち38%を世界のたった1%の人々が保有しており、逆に下位の50%の人々が保有する資産は2%しかありません。(2021年)それほどまでに世界では経済格差があるのです。世界では50%の人々が社会保障をもらっていませんし、災害によって死亡する人々の90%は低所得国と中所得国に集中しています。また、格差は経済だけでなく、教育や性別、貿易の格差など様々なものがあります。

生まれた国によって、人としての在り方が全く違う今、その不平等をなくして行こうというのがこの目標10です。先進国では移民による問題が起きていますが、これは国によって不平等や大きな格差があるからこそ人々が移民となって移動しようとした結果です。だからこそ弱い立場にある国や人に対してそれを助ける政策や不平等をなくすための取り組みが必要なのです。正しい情報を知り、差別や不平等について話し合ったり、フェアトレード商品を購入したり、人道支援団体に寄付したりと不平等をなくす為に私たちにもできることがあります。ネコノテカフェでも今年も年末のNHK海外たすけあい募金に参加しますのでご協力をお願いします。

ネコノテ
カフェ
公式LINE
友だち募集中



公式LINEに登録して頂くと、このネコノテカフェ通信を一番早いタイミングでお届けします。また、お席やお弁当の予約、各種講座の予約もできます。お店の臨時休業の情報などもこちらから配信しますのでぜひ登録をお願いします。おせちの予約もこちらでOKです。



令和5年12月のネコノテカフェ



「楽器収集会&AIMEC講演会・サクソコンサート」

¥1000(1ドリンク&お茶菓子)

12月6日(水)14:00~15:30

使われなくなった楽器を途上国へ寄付し平和の活動を行うAIMECの講演会&会員によるサクソのコンサートです。ピースボート水先案内人を務める理事長の講演。サクソは名曲の他クリスマスソングも♪家に使っていない楽器があればお持ちください。どんな楽器でもOK!

「歌声喫茶」参加費¥600 定員14名

毎週金曜日14:00~15:00

歌はコロナ感染リスクが高いのでマスク着用は任意ではなく全員着用したままの開催とさせていただきます。唱歌から昭和歌謡まで幅広く歌います。大人気講座のため予約必須でお願いします。

「中学英語で楽しく話そう!英会話教室」

12月21日(木)14:00~15:00 ¥500

中学を卒業して〇十年たっている方もまずは何となく英語に触れてみませんか。

「たさききょうこさんの水彩画教室」

12月13日(水)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。

ちよい呑みDAY アルコールALL¥500

12月2日(土)・19日(火)

16:30~20:00(15時~一旦休憩)

今年のネコノテ納め!みんなで乾杯しましょう!



ネコノテカフェの健康講座

「スマイル元気アップ体操」

受講費 ¥700

12月19日(火)10:30~11:30

音楽に合わせて体を動かし脳も体も心も刺激しながら元気になる体操です。

「チェアヨガ」受講費 ¥700

12月18(月)10:30~11:30

椅子に座ったまま行うリラックスヨガです。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。

「カフェDEリラクゼーション」

12月27日(水)10:00~14:00

首周り・肩周り各1回(10分) ¥500

首や肩回りなどがワンコインで楽になります!今年の疲れを癒しにどうぞ!

「ロコトレ講座」受講費 ¥1000

12月16日(土)10:30~11:30

ロコモ予防トレーニングジム「とれさぼ」代表のイケメン健康運動指導士金盛先生による、理論&実践のロコモ予防講座です!スロートレーニングで筋肉量UP!

「大人の塗り絵の会」¥500 12/4(月)・20(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 12/4(月)・11(月)

店内でなんでも手作りできます。色々なキットもあります(材料費別途 ¥100~ ¥1000)

「スマホ・パソコン教室」45分 ¥1000 12/2(土)・16(土)(要予約)

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。スマホの設定や使い方もOK!

※講座がある日も時間はランチと被っていないのでお食事できます。

※講座参加時のお願い①人数把握、中止の際のご連絡等の為ご予約をお願いします

②会場維持の為ワンオーダーをお願いします

日	月	火	水	木	金	土
11/26 休み	27 チェアヨガ	28	29	30 棚入替日 タピボン講座	12/1 おせち予約開始 歌声喫茶	2 パソコン教室 ちよい呑みDAY
3 休み	4 塗り絵 & ものづくり カフェ	5 己書	6 AIMEC講演 & サクソ コンサート	7 応援し隊カイギ	8 歌声喫茶	9 休み
10 休み	11 ものづくり カフェ	12	13 水彩画教室	14	15 歌声喫茶	16 ロコトレ講座 パソコン教室
17 休み	18 チェアヨガ	19 スマイル 元気アップ体操 ちよい呑みDAY	20 大人の塗り絵	21 英会話教室	22 己書 歌声喫茶	23 休み
24 休み	25 クリスマス パーティ	26	27 カフェDE リラクゼーション	28 休み	29	30

31 棚入替日
おせち
お渡し

ビーフシチュー&パンなどの特別メニュー、ドリンク、デザートつき ¥2000、希望制で500円プレゼント交換会有、予約制

本当に1年がたつのはあっという間です。今年も新しいネコノテ仲間が沢山増えて嬉しい限りです。皆さんずっと前からの知り合いみたい。(笑)来年もよろしく願いいたします!