

10月のネコノテカフェ

10月20日(木)
10:30~11:30
心も体もリラックス
「チェアヨガ講座」

¥600

参加した方から「体がとっても
楽になる」といつも大好評の、
椅子に座ったままできるヨガ
講座です。運動にもぴったりの
この季節、心と体を気持ち
良くほぐしましょう！

みんなの壁は手作り講座の講師
春美さんのパッチワーク展です

10月27日(木)
13:30~15:30
「ハーバルライフ講座
ポマンダー作り」

¥1300

(お茶・お菓子・材料費込)
殺菌効果の高いクローブを
使って、香りのお守り、ポマン
ダーを作ります。
ハーブのお茶会つき。

・10月10日は予約制
イベントの為、通常営
業はしていません。
・10月6日と17日は
ランチ付カイロプラク
ティック講座です。
詳細は「おひさま」
080(3210)8673
までお問い合わせお
願いたします。半面
貸し切りですがお食事
等できます。

「大人の塗り絵の会」

第1・3水曜の午後のんびり塗ってます！ ¥500 予約・持ち物不要

「歌声喫茶」懐かしの歌を！ 毎週金曜14時~ ¥500 予約不要

「あなたの為に教えるパソコン教室」

毎週土曜1時間 ¥1000 マンツーマンレッスンのため完全予約制

Mon	The	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
2016					1 パソコン教室	2 お休み
3	4	5 大人の 塗り絵	6 カイロ	7 歌声喫茶	8 パソコン教室	9 お休み
10 イベント	11	12 春美さんの 手作り講座	13	14 歌声喫茶	15 お休み	16 お休み
17 カイロ	18	19 大人の 塗り絵	20 チェアヨガ	21 歌声喫茶	22 パソコン教室	23 お休み
24/31	25	26 春美さんの 手作り講座	27 ポマンダー 作り	28 歌声喫茶	29 ハロウィン 特別メニュー	30 お休み

現在お店ではリボンレイ作りがブームです。脳トレにもなりますよ。仲間に入りたい方集まれ～！