

ネコノテ カフェ 通信



第94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Twitter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)

祝! ネコノテカフェ8周年

おかげさまでネコノテカフェは10月10日に8周年を迎えます。オープンに向けて奔走していた日々からもう8年経ってしまったのかと早いような気がしますし、皆さんと積み重ねた思い出の多さにまだ8年しか経っていないのかと驚く気持ちもあります。しかし8年のうち3年半はコロナ禍。制限の多い中でも何とかみんなが集う場所を維持しようと必死に努力を続けて参りました。そしてそれを応援して下さる方々あってこそ迎えられた8周年という記念すべき日だと思います。ネコノテカフェがいつも笑顔で溢れる場所であり続けられているのは、応援して下さる皆さまあってのことです。本当にありがとうございます!

まずは10周年に向けて着実に日々を重ねて行きたいと思いますので、これからもよろしく願いいたします。10周年には記念の万博ツアーを行いたいと企んでおりますので、楽しみにしててくださいね!

8周年記念パーティ

10月10日(火)17時~(15時で一度閉店)

2ドリンク(アルコール有)&お料理 ¥2500

パーティというまでのものでもありませんが、皆さんと乾杯し、おしゃべりしたいと思っています。お馴染みさんもネコノテ初心者さんもぜひおいでください。

新聞折り込み終了のお知らせ

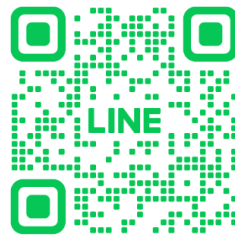
ネコノテカフェ通信について、開店以来新聞への折り込みを続けて参りましたが、ネコノテカフェを新しく地域の方に知って頂くという役目は十分に果たしたと思いますので今号を持って新聞への折り込みは終了とさせて頂くことにしました。長年お読み頂いた皆様ありがとうございました。ただ、これからも

ネコノテカフェ通信の発行は続けます。お店では紙でのお渡しもいたしますし、Twitter(X)やHPからの閲覧、公式LINEからの配信もいたします。今後もネコノテカフェのイベント等のお知らせや私からのメッセージをご覧になりたい方は公式LINEへの登録、またはお店へのご来店をお願いいたします。

ネコノテカフェ

公式LINE

友だち募集中



未病に見える化! 体力測定会

10月23日(月)13:30~15:30まで

30分ごとに各回5名ずつの完全予約制

参加費 無料

(ドリンクなどのワンオーダー頂けるとありがたいです)

南足柄市健康づくり課が行っている体力測定会をネコノテカフェでもやって頂くことになりました! 今回の測定項目は握力・片足立ち・骨密度・ロコモ度テスト・血管年齢・塩分濃度測定(ご希望の方は自宅のみそ汁等をご持参)です。気になっていたけれど今までの会場が遠かったり、日程が合わなくて参加できなかった方もぜひご参加ください。健康寿命を延ばす為に、自分の現状を知って、対策を立てましょう! 少しでも長く元気でみんなと笑い合えるよう、ネコノテカフェもお手伝いします。

大人が楽しむハロウィンパーティ

10月31日(火)12:00~

参加費 ¥2400(飴細工つき)

今年もやってきました! 毎回皆さんの気合の入った仮装が楽しいハロウィンイベント! 参加条件は仮装をすること!(ちょっぴりでも良いですよ)ランチはかぼちゃ料理にかぼちゃのデザートをお出しします。そしてかくし芸大会も行います。全員強制ではありませんが、一発芸やマジックなど何でもOK! みんなで楽しみましょう。そして今年の目玉は…飴細工「飴善」の中戸川さんをゲストにお迎えしました! 全員飴細工のお土産つきです! 何を作ってもらうか考えてご参加くださいね~! また今回参加できない方もご予約で飴細工のみのお受け取りもOKです。



令和5年10月のネコノテカフェ

10月はゆかわめめさんの新作絵本「だいすきなともだち」の原画展です。動物たちのかわいい友情に癒されてください！

「タピボン講座」受講費 ¥1000

材料費・道具代別途必要
10月26日(木)13:30~15:30
毛糸を使った刺繍手芸のタピボン。玄関マット、座布団、スリッパなど色々な物が作れます。夏休みのお子さんの参加もOK。かわいいコースターが作れます。

「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ため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をお願いします。

「大人の塗り絵の会」¥500 10/2(月)・18(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 10/2(月)・16(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)
8月31日はとんぼ玉作り体験あり(1個500円)

「スマホ・パソコン教室」45分 ¥1000 10/7(土)・28(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！

「たさききょうこさんの水彩画教室」

10月11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。

「中学英語で楽しく話そう！英会話教室」

10月19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。

「己書(おのれしょ)幸座」受講費 ¥2200

10月10日(火)・27日(金)9:30~11:00
己書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。

ちよい呑みDAY アルコールALL ¥500

10月25(水)

16:30~20:00(15時~一旦休憩)

ちよっとほろ酔い、ちよっとおしゃべりしませんか



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

10月17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

10月23(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」

10月25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！終わった後は目もぱっちり！

「ロコトレ講座」受講費 ¥1000

10月28(土)10:30~11:30

ロコモ予防トレーニングジム「とれさぽ」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！

※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
10/1 休み	2 塗り絵 & ものづくり カフェ	3	4 応援し隊カイギ	5	6 歌声喫茶	7 パソコン教室
8 休み RingNeで お話します	9 体育の日 休み	10 己書 8周年記念 パーティ	11 きょうこさんの 水彩画教室	12	13 歌声喫茶	14 休み
15 休み	16 ものづくり カフェ	17 スマイル元気 アップ体操	18 大人の塗り絵	19 英会話教室	20 歌声喫茶	21 休み
22 休み	23 AMチェアヨガ PM体力測定	24	25 カフェDE リラクゼーション ちよい呑みDAY	26 タピボン講座	27 己書 歌声喫茶	28 ロコトレ講座 パソコン教室
29 休み	30 休み	31 棚入替日 ハロウィン パーティ	11/1 応援し隊カイギ	2 ものづくり カフェ	3 文化の日 休み	4 休み

長期休暇を頂きありがとうございました。おかげさまで青春を謳歌する娘に会ったり、大山に登ったりと楽しむことができました。水曜どうでしょうのイベントも大成功で多くの方に南足柄を知って頂く機会ができてよかったです。しかしフィリピンにボランティアに行った娘がコロナとインフルに同時感染し大変な思いをしました。過去最大の流行と感じ気を引き締めています。