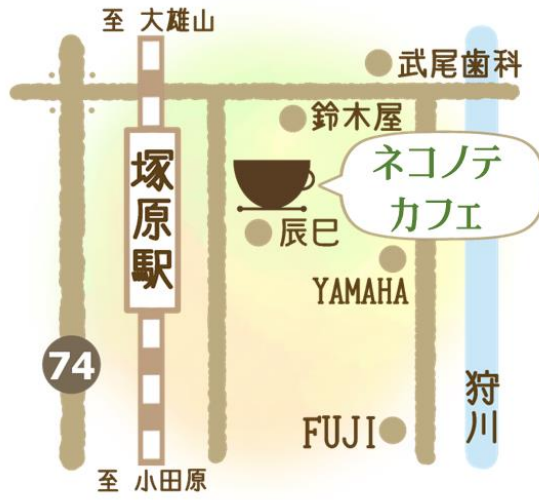




# 通信



## 104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(旧Twitter)にて発信中!

電話:0465-72-7725  
営業時間 9:00~16:30  
※月曜は10時開店に変更します  
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)

## コロナ対策は未来の自分の為!

現在コロナが大流行中のことですね。昨年5類になって、テレビなどでは「コロナが明けて〜」との言葉ばかり。巷では「コロナ」という言葉さえ言うのを憚られるようなような雰囲気さえ感じていましたが、今回11波が始まり、5類になって以降初めてマスコミで取り上げられているような気がします。現在流行しているのはKP.3という株で非常に感染力が高く、現在のペースで行くと1か月後には感染者数が3~4倍になると言う専門家もいます。一度コロナに感染したけれど何ともなかったからもう感染対策をやめてしまったという声も聞きますが、コロナに感染すると、たとえ主症状が少なかったとしても臓器や脳に悪影響を及ぼすという研究

もあり、長く元気でいる為には感染しないに越したことはありません。ネコノテでは5類移行後も、世間では未だにこんなことしているの?と言われるようなアクリル板も設置したままでし、アルコール消毒やマスクもできるだけの着用をお願いしております。それも健康寿命を延ばすことを目的とした店だからこそ。私は少しでも長く、元気に皆さんと楽しく過ごしたいし、その為にできることをできるだけやって行きたいのです。この11波の後も波は何度もやってくると思います。もういい加減嫌だと思ってしまうと思いますが、感染対策を過去のものにしないことで、この後も長く続く人生をみんな楽しく元気に過ごして行きましょう!

### マラソンボランティア終了!

天狗のこみちマラソンのボランティア、無事終了しました。700名の大会参加者がアップダウンの厳しいコースを気温、湿度ともに高い中、一生懸命走っている様子にとっても感動を覚え、涙が出て来そうになるくらいでした。ただ応援するだけではなく、運営側で関わると「大会の成功」が自分事となり、参加者に少しでも良い大会だったと満足して帰ってもらいたく一生懸命活動しました。活動内容はほぼ応援ではありましたが、走っている方から「ありがとう〜」と言われることもあり、そういう交流もとても楽しかったです。私を含め、15人のメンバーのほとんどがマラソン大会の経験自体なく、分からないことばかりの参加でしたが、楽しかった、良い経験になったとの声ばかりでした。みんなで楽しみながら地元にも貢献できてよかったです。協力頂いた皆さまありがとうございました!




### 私、焦っています...

ネコノテカフェは合同会社という形で法人化しています。それは個人事業主と違って赤字でも税金を払う必要があり、少しでも社会に貢献できるからという思いからなのですが、決算ともなると申告に莫大な労力が発生します。今までは税理士の先生にお世話になっていたのですが、昨年インボイス制度が導入され、報酬を大きく請求できない小さな事業所までは手が回らない、と一方的に契約解除されてしまいました。7月は決算月となり、今年は申告のシステムなども導入し自分でやってみることにしたのですが、本当に大変です。私も一応簿記の資格は持っているのですが申告まではしたことがないので不安だらけです。加えて現在は9月の旅行業務取扱管理者試験の勉強中でもあり、本当に時間が足りません。昔から優先順位をつけるのが苦手で土壇場にならないとできない性格。ここへ来て焦りていっぱいの毎日です。

# 令和6年8月のネコノテカフェ

ネコノテカフェ公式LINE 友だち募集中



お食事のお席や講座の予約なども可。まだの方はぜひ登録を！

8月の壁はお子さんの絵を募集します。どんな絵でもOK! 展示に協力してくれたお子さんには次回使えるデザート百円引き券をプレゼントします。ぜひ気軽に持って来てね!

「歌声喫茶」参加費¥600 定員16名  
毎週金曜日 14:00~15:00

唱歌から昭和歌謡まで幅広く歌います。大人気のため予約必須です。(マスク着用)

「中学英語で楽しく話そう! 英会話教室」  
8月15日(木) 14:00~15:00 ¥500

中学を卒業して○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

8月6日(火)・23(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。

「たさききょうこさんの水彩画教室」

8月14日(水) 13:30~

受講費 ¥1000

季節の花や心に留まった風景など、自分の好きなものを自由に描けます。夏休みの課題に挑戦しても。優しいアドバイス受けられます。

「タピボン講座」受講費 ¥1100

材料費・道具代別途必要

8月22日(木) 13:30~15:30

毛糸を使った刺繍手芸のタピボン。座布団、玄関マット、スリッパなど色々な物が作れます。初めての方はコースター作り体験可。

「大人の塗り絵の会」¥500 8/21(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 7/31(水)8/5(月)13(火)29(木)

8月は多めに開催します。夏休みのお子さん、ぜひお店で工作や絵の宿題に挑戦してね。

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 8/10・17(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

ちよい呑みDAY

8月8日(木)16:30~20:00

※15時で一旦閉店。予約不要。夕方涼しくなってきたらふらっと一杯いかがですか? ちよい呑みセット(おつまみ&ワンドリク)¥1100~アルコール各種¥500~

## ネコノテカフェの健康講座

「ロコトレ講座」受講費 ¥1000

8月17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!

「スマイル元気アップ体操」

受講費 ¥700

8月20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

8月26(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。男性にも人気の講座ですよ。

日	月	火	水	木	金	土
7/28	29 10時開店	30	31 棚入替日 ものづくり カフェ	8/1	2 歌声喫茶	3 休み
4 休み	5 10時開店 ものづくり カフェ	6 己書	7 14時~ 応援し隊カイギ	8 ちよい呑みDAY	9 歌声喫茶	10 パソコン教室
11 休み	12 山の日 休み	13 10時開店 ものづくり カフェ	14 きょうこさんの 水彩画教室	15 英会話教室	16 歌声喫茶	17 ロコトレ講座 パソコン教室
18 休み	19 休み	20 10時開店 スマイル 元気アップ体操	21 大人の塗り絵	22 タピボン講座	23 己書 歌声喫茶	24 休み
25 休み	26 10時開店 チェアヨガ	27	28	29 ものづくり カフェ	30 歌声喫茶	31 休み

先日千葉の鋸山に行ってきました。久里浜からフェリーに乗って40分の旅。そこから歩いて頂上まで1時間半。鋸山は江戸時代の巨大な石切り場で、見たことのない不思議な光景が広がっていました。まるでラピュタの世界。また、東京湾を一望できる展望台などとても眺めが素晴らしかったです。ロープウェイで上に上がることもでき、夏休みに行くのもおすすめです!