



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)

ネコノテ カフェ 通信



一喜一憂してもしょうがない！

皆さまこんにちは。やっとのことで緊急事態宣言が解除されたと思ったら、あっという間にまた感染者の増加。日々のニュースを見ていると、心が休まる時がないと感じる方も多いのではないのでしょうか。しかしニュースから離れ、外へ出てみると、若葉が萌え、山の緑がモザイク模様になる美しい季節がやって来ています。花粉も減り、厚い上着もいらす、吹き抜ける風はとっても気持ちがいい！感染者が増えようとも、私たちが行える対策には変わりありませんよね。マスクをして、人と人との距離を取ったり、外出時や帰宅時の手指消毒や手洗い。混雑が予想される場所や時間は避ける。体調が悪い時は無理をしない。それらを守ったら、後はとにかく、冷静に日常を送ることしかできないのではないのでしょうか。遠くへのおでかけはできませんが、幸い、私たちが住むこの地域は、人も少なく、自然が豊かです。まだまだ先の見えないコロナ禍、目先の感染者数に一喜一憂するよりも、散歩をしたりして季節の移り変わりを楽しみながら、大事に日々を送ることに専念した方が良いような気がします。私も11月に北海道の大沼公園にシマエナガちゃんを見に行き、以来、小田原駅にさえ行っていない日々が続きますが、近場の山を散歩して花を見たり、山菜を取ったり、お店に来て下さる皆さまとおしゃべりすることで、特にストレスを感じずに済んでいます。コロナ禍になって始めた、毎月のお取り寄せも楽しみの一つです。遅いながらもワクチンの接種も始まる見込みですし、明るい見通しが全くない訳ではありませんよね。ストレスは万病のもとです。ニュースに一喜一憂することなく、毎日を大事に過ごしなが、過ぎ行く季節の移り変わりを楽しみましょう！

ワクチン接種された方へのサービス



もうすぐ高齢者へのワクチン接種が始まる見込みですね。ワクチンへの不安は多いと思いますが、接種が進むイギリスなどでは大きな効果を上げているようです。様々なお考えから

ワクチンを接種されない方はいらっしゃると思いますが、地域でのワクチン接種率が上がると感染爆発を防ぐ可能性は高まると思います。当店としては、ワクチンへの不安を抱えながらも接種を決めて頂いた方への感謝の気持ちをこめて、サービスを行なうつもりです。(決してワクチン接種されない方への差別行為という訳ではありません。) 詳細については南足柄市での接種が始まりましたらまた詳しくお知らせしますね。

みなみん&あしがーにゃ グッズ販売開始しました！

南足柄の魅力を発掘、再発見してツイッターにて発信中のみなみん&あしがーにゃ。二人のグッズができました！Tシャツや缶バッジなど様々なグッズがあります。専用サイト「みなみん&あしがーにゃのお店」にて販売中！ぜひのぞいてみて下さいね！



※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

5月18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

5月22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! 5月のテーマは「1日1万歩のウソ?」

「チェアヨガ」受講費 ¥700

5月24日(月)10:30~11:30
 椅子に座ったまま行うリラックスヨガ。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

5月11日(火)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。

「カフェdeリラクゼーション」

5月31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。!

「たさききょうさんの水彩画教室&家族の絵本づくり」

5月25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。描きためて絵本に仕上げることもできます。

「大人の塗り絵の会」 ¥500 5/10(月)・5/19(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 5/10(月)・17(月)・26(水)

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。

「スマホ・パソコン教室」45分 ¥1000 4/29(木)・5/8(土)・22(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」

5月14日(金) 注文締切日
 5月28日(金) 注文品受取日
今月は茨城「地ビール」



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? 今月は茨城県の老舗酒造が作る「常陸野ネストビール」です。国際的なコンテストで何度も世界一を受賞する味をお取り寄せして家で味わいましょう!

「歌声喫茶」参加費 ¥500

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
4/25 休み	26 チェアヨガ	27 きょうこさんの水彩画教室	28	29 昭和の日 パソコン教室 ものづくりカフェ	30 棚入替日 歌声喫茶	5/1 休み
2 休み	3 憲法記念日 いちごの販売 10時~12時	4 みどりの日 いちごの販売 10時~12時	5 子どもの日 休み	6	7 歌声喫茶	8 パソコン教室
9 休み	10 ものづくりカフェ (塗り絵もOK)	11 己書 9:30~11:00	12 南足柄応援隊 カイギ 13:30~	13	14 お取寄せ締切日 歌声喫茶	15 休み
16 休み	17 ものづくり カフェ	18 スマイル元気 アップ体操	19 大人の塗り絵	20	21 歌声喫茶	22 ロコトレ講座 パソコン(PM)
23 休み	24 チェアヨガ	25 きょうこさんの水彩画教室	26 ものづくり カフェ	27	28 お取寄せ受取日 歌声喫茶	29 休み
30 休み	31 棚入替日 カフェDE リラクゼーション	ネコノテ恒例の露地ものいちご。今年はいつもとより早く収穫が始まり、4月半ばより、店長は毎日、いちごの甘い幸せに浸っています。中まで真っ赤ないちごはジャムにしても美しい、そのまま食べても味が濃い! 3日、4日はGWですが特別に店を開けて販売します。				