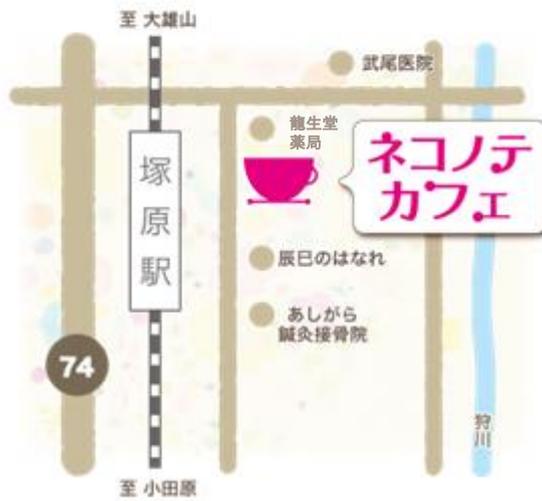


ネコノテ カフェ 通信



第73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

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)

今年こそは！

あけましておめでとうございます。皆さま健やかに新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。一昨年、昨年とコロナに振り回された2年間でした。今年こそはやりたいことが自由にやれる年となって欲しいですが、秋から急激に感染者が減り、少し思うように動けるとしたら今度は聞き慣れない名前の新しいコロナ株。もうやめてと言いたいところですね。まだ実態が明らかになっていないだけにビクビクしてしまいますが、どうやら感染力が強いことは間違いないようです。感染者の少ない今、感染対策がつつい疎かになりがちですが、人との交流が増えるお正月だからこそ、基本の感染対策を万全に行なって行きたいですね。

ワクチンの3回目の接種も順次始まりますね。私は副反応が強い方だったので、正直接種は嫌だなあと思ってしまうのですが、第5波が急激に収まったことを考えると、社会全体での接種率向上はコロナ収束の大きなカギなのは確実でしょう。会いたい人に会える世の中になる方がいいなあと思うので、私も順番が来れば3回目の接種はするつもりです。昨年秋には私も2年以上会っていなかった両親に会うことででき、久しぶりの嬉しい時間を過ごしましたが、まだ会いたいけれど会えていない人が沢山います。皆さんももう十分頑張ってきたとは思いますが、今年こそはきっと明るい年になるはずです。あと少し、みんなで頑張ってくださいね！



感謝感動の歌声喫茶300回記念



毎週金曜日に開催している歌声喫茶。コロナ前は参加者20名を超えようなことも多い人気イベントでしたが、コロナ禍で中止にせざるを得ない時期もあったり、参加者6名に限定するなど厳しい運営を強いられてきました。しかし細々と続けてきて、昨年11月には300回を迎えました。これも支えて下さった皆さまのおかげです。皆さまからの手作りの感謝状も頂いてしまって、感動で思わず涙してしまいました。300回を記念して、参加者と、妹のヴァイオリニスト三谷峰生の協力のもと、記念動画を製作しました。お店のテーマソング「ネコノテソング」をソロや合唱で歌っています。昔の写真で思い出を振り返る場面もあります。コロナ禍ですっと参加を見合わせている皆さまにも見て頂けたら嬉しいです。YouTubeにアップしてありますので、ぜひご覧になってくださいね！「ネコノテカフェ 動画」で検索するか、下のQRコードを読み込んでみてください！



↑ 歌声喫茶
300回記念動画



南足柄応援し隊のHPができました！



南足柄の活性化に少しでも貢献できればという思いで活動している南足柄応援し隊。私たちの思いや活動内容をまとめたホームページを作ったのでぜひ見て下さい！仲間も随時募集中です。



↑ 応援し隊HP

令和4年1月のネコノテカフェ

1月の壁は、遠藤綾子さんの書道展です。お正月らしい雰囲気をお楽しみください！

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

1月18日(火) 10:30~11:30

音楽に合わせて体を動かしいつの間にか笑顔いっぱい！脳も体も心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

1月22日(土) 10:30~11:30

「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！

「チェアヨガ」受講費 ¥700

1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。新年も心新たに身も心もスッキリさせましょう！！

「カフェリラクゼーション」

1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！

新企画！ 3回連続講座

「タピボンクッション作り講座」

受講費 ¥1000(1回につき)

材料費・道具代別途必要

1月27日(木) 13:30~15:30(第4木曜)

絨毯のような手触りの、毛糸を使った刺繍手芸のタピボンでクッションを仕上げるまでを学びます。不要になった毛糸の活用にも！不要な毛糸のご寄付も受け付けています。(羊毛・中細~並太)



「たさききょうこさんの水彩画教室」

1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。

「己書幸座」受講費 ¥2000

1月21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。

「歌声喫茶」参加費 ¥500 定員12名

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・時間短縮で開催します。唱歌から昭和歌謡まで幅広く歌います。

※感染対策の為、講座参加時にご予約をお願いします。またマスク着用・手指消毒、体調不良時の参加ご遠慮をお願いします。

「大人の塗り絵の会」¥500 1/19(水)13:30頃~ (今月は1回のみです)

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 1/5(水)・11(火)・2/3(木)

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 1/8(土)・15(土)・22(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！

日	月	火	水	木	金	土
1/2 正月休み	3 →	4	5 ものづくり カフェ	6	7 🎵 歌声喫茶	8 パソコン教室
9 休み	10 🎵 成人の日 休み	11 ものづくり カフェ	12 応援し隊14時	13	14 🎵 歌声喫茶	15 パソコン教室
16 休み	17	18 スマイル元気 アップ体操	19 大人の塗り絵	20	21 己書9:30~ 歌声喫茶	22 ロコトレ講座 パソコン教室
23 休み	24 チェアヨガ	25 きょうこさんの 水彩画教室	26	27 タピボン クッション講座	28 🎵 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	2/1	2 応援し隊14時	3 ものづくり カフェ	4 🎵 歌声喫茶	5 パソコン教室

先月のお取り寄せの会のぶりかまめし、源さんがお歳暮で対応できないとのことで延期となり申し訳ありませんでした。再開しましたら再度予定を立て、前回頼まれた方に個々にご連絡いたします。私も楽しみにしていたのでショックでした。今シーズンブリは深刻な不漁とのこと。温暖化のせいでしょうか。「幻のぶりかまめし」が本当の幻にならないことを願います。