

令和2年3月のネコノテカフェ

3月の壁は岡中美術部の作品展です！

オラクルカード占い

3月28日(土)12:30~15:30

1コマ10分 ¥1000

(複数コマ可 & 予約可)

JAZZシンガーでもあるソラノウタイテ芳美さんが、あなたの思い、悩みなどの深部にアクセスしメッセージを授けます。

カフェDeリラクゼーション

3月4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！(予約可・予約なくても可)

己書(おのれしょ)幸座

3月18日(水)10:00~11:30

受講費 ¥2000

己書とは筆ペンで絵を描くように文字を描く書です。講師は岡中元校長中野敏治先生！

ネコノテカフェの健康講座

簡単！すっきり体操

3月12日(木)10:30~11:30

受講費 ¥700

リンパツボを取り入れたセルフマッサージ体操。リンパの流れをスムーズにし免疫力up!&自律神経を整えます。

ロコモ予防塾

3月14日(土)10:45~11:30

受講費 ¥1000

楽動のイケメン健康運動指導士、金盛先生がロコモ予防法を教えてくださいます！腰痛や膝痛に悩む方には特におすすめ！※大人気の為お早目のご予約を！

スマイル元気アップ体操

3月17日(火)10:30~11:30

受講費 ¥700

アップテンポな音楽に合わせて歌って笑って声を出して！体も心も刺激しながら元気になる体操です。初参加者にはかわいい手ぬぐいタオルプレゼント！

簡単おもてなし英会話

3月9日(月)14:00~15:00

受講費 ¥500

海外からのお客様をスマートにおもてなしするべく簡単な英会話を学びます。

たさききょうこさんの水彩画教室 & 家族の絵本づくり

3月24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を毎月少しずつ描き絵本に仕上げます。(いつもの小さな額絵に入れる季節の水彩画も選べます。)

~~「歌声喫茶」 ¥500 毎週金曜14時~~ **4月3日まで中止・代わりにものづくりカフェ開催**

「大人の塗り絵の会」 ¥500 3/2(月)・18(水)13:30頃~ (予約不要)

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 3/2(月)・16(月)・26(木)

一日中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) 土産カイギプロジェクトの試作品作りも行っています。ぜひお力添えを！

「スマホ・パソコン教室」45分 ¥1000 土曜日 (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。最近ご要望の多いパソコンやスマホの設定や使い方もOK！

※講座は基本的にご予約&ワンオーダーをお願いします。お茶セットは ¥500 です。
※講座開催日も通常通りお茶&お食事して頂けます (体操 & 歌声喫茶開催中以外)

日	月	火	水	木	金	土
3/1 休み	2 ものづくり カフェ (塗り絵もOK)	3 ・ひな祭り 特別メニュー ・キャラクター 名前募集締切	4 土産カイギ 14:00~ カフェDE リラクゼーション	5	6 ↓中止 歌声喫茶	7 休み ↓臨時休業
8 休み	9 おもてなし 英会話	10	11 岡中卒業式の為 休み	12 ↓中止 簡単！ すっきり体操	13 ↓中止 歌声喫茶	14 パソコン教室 ロコモ予防塾
15 休み	16 ものづくり カフェ	17 ↓中止 スマイル元気 アップ体操	18 ・己書幸座 ・大人の塗り絵	19	20 春分の日 ↓中止 歌声喫茶	21 休み
22 休み 岡中吹奏楽部 定期演奏会	23	24 きょうこさんの 水彩画教室	25	26 ものづくり カフェ	27 ↓中止 歌声喫茶	28 パソコン教室 オラクル占い
29 ↑中止 休み	30 都合により 休み	31 棚入替日	4/1 南足柄土産カイギ 13:30~	2	3 ↓中止 歌声喫茶	4

やっと娘の受験が終わりました。原稿を書いている今は、結果発表を待つ苦しい時間です。娘の今までの人生の中で一番一つのことに立ち向かった受験という出来事、揺れ動く子どもの気持ちを支えるのは親にとっても厳しい試練でした。どんな結果にしろ、頑張った娘を褒めてあげたいです。全ての受験生、その親御さんにもお疲れ様！と言いたいですね。