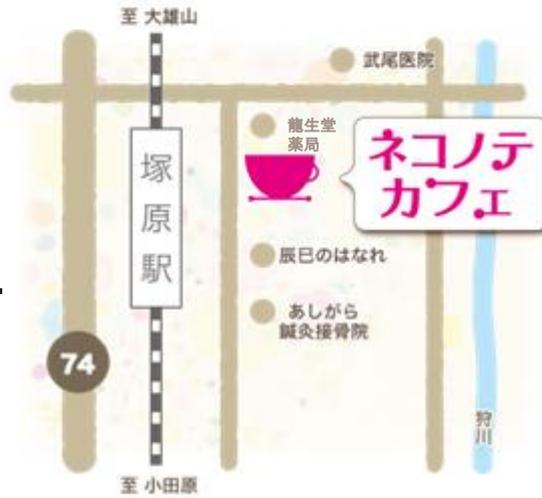




# 通信



## 第55号



発行：ネコノテカフェ

〒250-0117

神奈川県南足柄市場原2706-101

ホームページ：[nekonotecafe.com](http://nekonotecafe.com)

メール：[mail@nekonotecafe.com](mailto: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 8:30~16:30

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)

## コロナとうまく付き合いながら

皆さまこんにちは。緊急事態宣言が解除されひと月ほどが経ちましたが、この地域では6月に入ってからはほぼ感染者は増えておらず、ひとまず安心ですね。でも東京などの感染状況を見るとコロナは決してなくなった訳ではなく、気を緩め過ぎず、マスクの着用、手洗いや消毒の徹底など、これからも感染しない、感染を広げない生活を続けることが必要なのかなと思います。気を抜けない生活は精神的にも辛いものがありますが、みんなで頑張ってください！南足柄は高齢化率も高く、ご家族に重篤化しやすい疾患をお持ちの方も多くいらっしゃいますので、できることはできるだけやって、みんなで安心して過ごせる地域を作って行けたらいいですね。しかしコロナも心配ですが、外出を控える生活によって筋力の低下や生活習慣病の発症なども心配です。人との交流も減りおしゃべりや笑う数も減っていますよね。対策をした上で、社会活動を増やし、健康維持にみんなで努めていきましょう！

### ご寄付に感謝！



政府から配布された布マスク(いわゆるアベノマスク)について、ご不要な方にご寄付をお願いいたしましたところ、沢山の方にご協力頂きありがとうございました！先日集まったマスクを南足柄社会福祉協議会さんの方へお届けしたところ、皆さまのご厚意を大変喜んで下さいました。介護や障がい者の現場で活用して下さるそうです。引き続き回収ボックスは設置し寄付の受け付けはさせて頂きまますので、ご不要な方はご協力よろしくをお願いいたします。(未開封のみ可)



### レジ袋有料化のお知らせ

レジ袋について、7月1日より、大きさ問わず1枚当たり3円頂くこととしました。お買い物の際はできるだけマイバッグのご持参をお願いいたします！

### 当たり前が嬉しい



緊急事態宣言解除に伴い、6月よりいくつかの講座を再開しました。マスク着用、少人数制、など気を使いながらでの開催でしたが、以前の日常が戻ってきたようで、とても嬉しかったです。普通のこと普通に見えるという喜び。みんなで幸せを分け合いました。まだまだ以前のように行きませんが、少しでも今できることをやりながら、人生を楽しむという当たり前の暮らしを取り戻していけたらと思っています。

### コロナウイルス感染拡大予防のためのお願い

当店では感染防止のためにできるだけ対策を講じさせて頂いております。

- ・ご来店前に検温頂き37℃以上ある場合はご来店を見合わせて頂くようお願いいたします。
- ・入店時など随時手洗い又は手指消毒をお願いいたします。
- ・一定間隔を置いての着席をお願いしております。
- ・飲食しない間や講座の参加時などはマスクの着用をお願いいたします。(店員・講師も着用させて頂きます)
- ・講座に関しては参加者同士の密接を防ぐため、参加者の数を限定しておりますので、ご予約をお願いいたします。

# 令和2年7月のネコノテカフェ

## 「簡単おもてなし英会話」

7月13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。

※同日午前にチェアヨガ講座があります

- ・ 今月の壁は大人の塗り絵の会の展示です
- ・ 外出自粛で衰えた力を少しずつ取り戻そう！

### ロコトレ講座 7月18日(土)受講費 ¥1000

1部 9:30~10:30 筋肉アップドリンク注文OK  
2部 11:00~12:00 筋肉アップドリンク&ランチ注文OK  
イケメン健康運動指導士金盛先生による、大人気の理論&実践のロコモ予防講座が再開します！最大人数6名の為、7月は2部制とします。ご予約はお早めに！（終了後のドリンク&ランチはできるだけ予約時に注文をお願いします）

### 「たさききょうこさんの水彩画教室&家族の絵本づくり」

7月28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。(小さな額絵に入れる季節の水彩画も選べます。)

### 「七夕特別メニュー」

7/7(火) ¥1000  
限定数8(予約のみ)  
久しぶりの季節の特別メニュー！

### 「チェアヨガ」

7月13日(月)10:30~11:30

受講費 ¥700

椅子に座ったまま行うリラクソヨガ。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。コロナ後の心と体の疲れを癒しましょう。

### 「カフェDeリラクゼーション」

7月20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！コロナで疲れた心もほぐれます。

### 「スマイル元気アップ体操」

7月21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。初参加者には手ぬぐいプレゼント！



### 「歌声喫茶」(完全予約制)

毎週金曜日プラスα

14:00~15:00参加費 ¥500

飛沫飛散を防ぐ為全員マスクを着用したままでの歌唱・少人数制(最大6名)・時間短縮で開催します。テーマを決めて開催しますので、お好みの日をお選びの上ご予約下さい。※少人数制なので譲り合ってください。

### 「大人の塗り絵の会」¥500 7/6(月)・15(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 7/6(月)・9(木)・30(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 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！

日	月	火	水	木	金	土
6/28 休み	29 通常ランチ再開予定 きょうこさんの水彩画教室	30 歌声喫茶 リクエストの日	7/1 土産カイギ 13:30~	2	3 歌声喫茶 朝ドラの日	4 パソコン教室
5 休み	6 大人の塗り絵 (ものづくりも可)	7 七夕メニュー 歌声喫茶 星の歌の日	8	9 ものづくり カフェ	10 歌声喫茶 ニューミュージックの日	11 休み
12 休み	13 チェアヨガ・ おもてなし英会話	14	15 大人の塗り絵	16	17 歌声喫茶 昭和歌謡の日	18 ロコトレ講座 パソコン(PM)
19 休み	20 カフェDE リラクゼーション	21 スマイル元気 アップ体操	22 歌声喫茶 海の歌の日	23 海の日 休み	24 スポーツの日 休み	25 休み
26 休み	27	28 きょうこさんの 水彩画教室	29	30 ものづくり カフェ	31 棚入替日 歌声喫茶 リクエストの日	8/1 パソコン教室 オラクル占い

娘が入学した私立高校はオンライン授業が進んでおり入学以来まだ2回しか登校していません。緊急事態宣言が出てからほとんど人に会わない生活にすっかり慣れてしまった娘。過去を振り返っても、今できないことにイライラしてもしょうがない、と完全に開き直っています。もともとのおんびりしておりストレスは感じない質でしたが、ここまでとは親の私もびっくりです。(笑)