



# 通信



## 第57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](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)

## 「いつか」ではなく「今」

皆さまこんにちは。長い梅雨が明けたと思ったら、今度は異常なくらいの猛暑が続いていますね。体調は崩されていませんか？お店でも熱中症になってしまったお客様が何人もいます。コロナの感染予防と熱中症対策を同時に行うのは大変ですが、どちらも自分の命を守る為と思って、周りの人を気かけながら、もう少し頑張ってください！

ネコノテカフェでは8月12日、絵本作家たさききょうこさんによる「絵本とお茶の会」を開催しました。毎年絵本に出てくる料理を再現することで大人気のきょうこさんとネコノテのコラボ企画ですが、コロナ禍で大人数で集まることは避けた方がいいという状況下では中止せざるを得ないと考えていました。しかし、「大人も子どもも楽しいことを我慢している今だからこそ、逆にやった方が良いでしょう」と、参加人数を減らしたり、大皿での料理を提供しないなど、できる形を模索して、開催しました。結果、参加して下さった方も、主催した私たちも胸の奥からほっこりとした気持ちになるような、笑顔あふれる会となりました。「コロナ禍だからできない」ではなく、「今できることをやる」ということが大事なんだと、改めて感じた出来事でした。

現在ネコノテカフェでは感染対策をした上で様々な講座を再開させています。しかし、体操の講座など、参加者が少なく、開催を中止せざるを得ない講座も出ています。「感染が怖いから今は見合わせよう」と思う気持ちも理解できますが、このままですと、ネコノテでは続けるのも難しい講座も出てきそうです。これは世の中の様々な活動もそうです。コロナとの付き合いはおそらく年単位になるでしょう。「いつか」食べに行こう、「いつか」買おう、「いつか」参加しよう、と思っているうちに、それはなくなっているかもしれません。その店や活動や団体を応援したいのであれば、どうか「今」応援してください。みんな、コロナ禍でもできることを、と、感染予防に気を付けながら、活動の形を変えてでも、必死に頑張っています。コロナ収束後に楽しみのない世界にしない為にも、皆さまも今一度、自分にできることを考えて頂ければ嬉しいです。

### 豪雨災害への

### 支援金・断捨離品ご寄付に感謝

この夏日本各地で相次いだ豪雨被害について、義援金と断捨離ボックスへの品物の寄付をお願いしました。短い期間でしたが、25,458円という額が集まり、赤十字の方へ納めさせて頂いたことをご報告申し上げます。ご協力頂いた沢山の皆さま、感謝申し上げます。困った時はお互いさま。これからもその気持ちを忘れたくないですね。

### もうすぐ5周年を迎えます

ネコノテカフェは来る10月10日、5周年を迎えます。皆さまに支えられここまで来られたことに感謝し恩返しする企画を考えております。詳細は次号ネコノテ通信でお知らせしますが、参加ご希望の方はご予約を開けておいて頂けると幸いです。(少人数制なので仮予約もOK)

**10月10日(土)**スウェーデン人の落語家三遊亭好青年さんによる**落語イベント&スウェーデン交流会**。午後3部制：1部・2部は落語、3部はスウェーデン料理ディナー(テイクアウト、オンライン参加OK) **10月16日(金)**クラシックギター演奏会。午前午後の2部制。

# 令和2年9月のネコノテカフェ

9月の壁は大前葉子さんの作品展です！

## ネコノテカフェの健康講座

コロナによる外出自粛による健康二次被害を防ぐ為にも運動は大切です。コロナを言い訳にせず、運動してみんなで健康で幸せな未来を作りましょう！※希望者にはフェイスガードの販売もあります。※全て少人数制の為お早めにご予約お願いします。

### 🍌「スマイル元気アップ体操」

受講費 ¥700

9月15日(火) 10:30~11:30

音楽に合わせて笑顔いっぱい！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

9月26日(土) 11:00~12:00

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メニューで筋肉量アップ！

### 🍌「チェアヨガ」受講費 ¥700

9月28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！！

※密を防ぐ為、講座参加時はできるだけご予約をお願いします。

### 「もう一度！大人の英会話」

9月14日(月) 14:00~15:00

受講費 ¥500

オリンピックが延期され、コロナで外国人が来れない今こそ、脳トレを兼ねて簡単な英語からやり直してみませんか？知っている単語を使つての英会話に挑戦してみましょう！

### 「たさききょうこさんの

水彩画教室&家族の絵本づくり

9月29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。)

### 「大人の塗り絵の会」¥500 9/7(月)・9/16(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 9/3(木)・7(月)・19(土)

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！

### 「カラーセラピー」

9月24日(木) 10:30~14:00

今回限りの特別価格！

1コマ(20分) ¥1000(通常 ¥2000)

2コマ(40分) ¥2000(通常 ¥4000)

天使画でおなじみのMiuさんがカラーボードとオラクルカードを組み合わせた、オリジナルセラピーを行います。

### 「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・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。**8日は午前中開催！！**

### 「カフェDeリラクゼーション」

9月23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！終わった後は目もぱっちり！

日	月	火	水	木	金	土
<b>8/30</b> 休み	<b>31</b> 棚入替日 きょうこさんの 水彩画教室	<b>9/1</b>	<b>2</b> 土産カイギ 13:30~	<b>3</b> ものづくり カフェ	<b>4</b> 🎵 歌声喫茶	<b>5</b> パソコン教室
<b>6</b>	<b>7</b> ものづくりカフェ (塗り絵もOK)	<b>8</b> 歌声喫茶 午前中開催 10:30~	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b> 🎵 歌声喫茶	<b>12</b> 休み
<b>13</b> 休み	<b>14</b> もう一度！ 大人の英会話	<b>15</b> スマイル元気 アップ体操	<b>16</b> 大人の塗り絵	<b>17</b>	<b>18</b> 🎵 歌声喫茶	<b>19</b> ものづくりカフェ パソコン教室
<b>20</b> 休み	<b>21</b> 敬老の日 休み	<b>22</b> 秋分の日 休み	<b>23</b> カフェDE リラクゼーション	<b>24</b> カラー セラピー	<b>25</b> 🎵 歌声喫茶 リクエストの日	<b>26</b> ロコトレ講座 パソコン(PM)
<b>27</b> 休み	<b>28</b> チェアヨガ	<b>29</b> きょうこさんの 水彩画教室	<b>30</b> 棚入替日 己書 9:30~11:30	<b>10/1</b>	<b>2</b> 🎵 歌声喫茶	<b>3</b> 休み

8月22日、我が家の大事な家族、猫のぴーちゃんが他界しました。17歳でした。この歳になるまで大きな病気もなく、もうすぐ16歳になる娘が5歳で自分の部屋を持つてからは、21時になるとベッドへ行こうと誘いに来るなど、娘の兄としても大きな役割をしてくれました。最近まで衰えを全く感じなかったのがショックが大きいですが、今はただただ感謝の気持ちでいっぱいです。