



# 3月のイベントスケジュール

3日(土) 10:30~11:30



『雛祭り額縁花飾りアレンジ』～大切な日に思い出作り～  
 ラブリーひな祭りカラーの絵画風 3D アレンジ  
 壁掛け、立て掛け、両方 OK  
 お母様お一人はもちろん親子参加も大歓迎 \*限定 3組  
 講師: 吉田明美 フラワーデザイン工房『Fiorutta(フィオルツタ)』主宰  
 参加費: 材料費 2500 円+ドリンクをご注文ください

10日(土) 13:00~15:00  
 17日(土) 14:00~16:00

世話焼きおばちゃんの都筑相談窓口 in ほっとカフェ  
 例えば、介護保険を使えるかどうかわからない、保険適用ではないがちょっとした助けが必要、困ったときに子どもをちょっと預けたい、安全な食べ物を宅配してほしい、留守中の庭の水やりなど…  
 事前予約無しで気軽になんでも聞いていただけます。  
 参加費: ドリンクをご注文ください。

14日(水) 10:30~12:30



イキイキ生きる(3) ~健康を心理学から考える~  
 “自然とふれあう” 早春の公園を散策して、自然とふれあうことによって気分がどのように変化するかを知りましょう。  
 講師: 松村 治 (キラリ青葉代表、日本健康心理学会認定健康心理士)  
 公園散策ガイド: 塩入広中 (ぐるっと緑道・遊歩道研究会代表)  
 参加費: ドリンクをご注文ください。

21日(水) 10:30~12:00



初めての遺言  
 自分の親、そして自分の人生が終わるとき、あなたやあなたの家族は何をしなくてはいけないでしょう？  
 財産があってもなくても、残された家族のために今から準備しましょう。  
 40代から始める、家族のための遺言作りです。  
 講師: 塚越 豊 (行政書士)  
 参加費: ドリンクをご注文ください。

24日(土) 10:30~12:00



香るイースターエッグ  
 卵の殻の中にポプリを入れ、周りに布をパッチワークのようにボンドで貼り付けます。10個くらいを籠などに入れて玄関や部屋などに置くとポプリがほのかに香ります。また、消臭効果もあります。  
 講習対象者は、小学生以上で親子ペアでも OK です。  
 講師: 丹治玉江  
 参加費: 材料費 1セット(3個分)500円+ドリンクをご注文ください。

各イベントの参加お申し込みはご来店いただくか電話ください

ほっとカフェ中川 ☎ 070-5545-8107(受付 10:30-17:30)

ホームページ <http://cafenakagawa.web.fc2.com/>