



# 5月のイベントスケジュール

## 12日(月) 紅茶のある暮らし 10:30~12:00 実践!おいしい紅茶のいれかた

最近、テレビでもとりあげられる紅茶の淹れ方の極意。ポイントを絞って説明し、さらに実習で学んでいただきます。

持ち物:ティーカップ、茶葉を計るティースプーン(あれば結構です) ※定員8名

講師: 山口裕子(日本紅茶協会認定 ティーインストラクター)

申込先: TEL 080-5443-6027

メール invitation\_to\_tea5714@yahoo.co.jp

参加費: 1200円(お茶、お菓子、会場代含む)



## 13日(火) フラワーエッセンス体験会 10:30~12:30 人と動物を癒す、花のエネルギー

- ・フラワーエッセンスとは?
- ・フラワーエッセンスの作り方
- ・人と動物に使える8つのフラワーエッセンス
- ・自分に合ったフラワーエッセンスを見つける
- ・あなただけのボトルを作ろう

講師: 信藤ひとみ

申込先: メール chantic7@yahoo.co.jp

参加費: 500円(オリジナルボトル代含む)



## 14日(水) おりがみを楽しむ

10:30~12:00

月に一回のペースでおりがみを  
楽しむサークルです。

実用的なおりがみや動物、植物などの  
折り方など情報交換もします。

初めて参加される方も大歓迎!

持物: 折り紙、はさみ、筆記用具をご持参ください。

申込先: 事前申し込みは必要ありません

参加費: 無料



## 14日(水)・21日(水) おしゃべりカフェ

10:40~12:00

こんにちは福祉クラブ生協です。  
福祉クラブ生協のメンバーが主催する  
おしゃべり会です。

夕飯のおかずの話や、ちょっと困った時の助け合いの話など  
気軽におしゃべりに来てください。

申込先: 事前申し込みは必要ありません

参加費: 無料



## 16日(金) ころろとからだのエクササイズ 10:30~12:30 健康を考える

イキイキと生きている感じ(健康感)はどこから生まれてくるのか  
どうしたら健康感を高められるかを話し合ってみます。

講師: キラリ青葉 松村 治(代表)、白川美里、比嘉幸子

参加費: 無料 事前申し込みは必要ありません

講座についての質問などお問い合わせは:

松村 治 TEL 080-4165-1003

メール ma2musi@royal.ocn.ne.jp

## 19日(月) あなたに似合う色は? 10:30~12:30 パーソナルカラー講座

- ・パーソナルカラーとは?
  - ・色のもつパワーについて
- お一人お一人に直接布を当てて、  
パーソナルカラー診断(お一人約10~15分)  
★診断結果のグループの色が確認  
できるカラーシートを差し上げます。

人数: 8人まで

講師: 白尾有紀(+one/ プラスワン)

申込先: ☎ 080-4196-5998

メール purasuwan.s.s.n@gmail.com

参加費: 600円(パーソナルカラー診断料500円、資料代100円)



## 27日(火) ロープを使った壁飾り

10:30~12:30

ロープを使った長さ45cmの土台に3色の  
ミニサイズアレンジ3個をつけた  
タペストリータイプの壁飾りです。

飾る壁に合わせてロープの色が選べます。

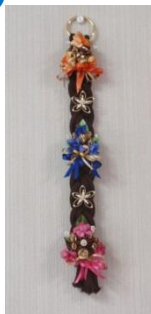
※ 見本と材料が変わる場合があります。

講師: 丹治玉江

申込先: TEL 080-5528-3077

メール 1028.tamae.t@ezweb.ne.jp

参加費: 1500円



## 30日(金) フレンチテイストアレンジ

10:30~11:30

フレンチテイストの器にビビッドな  
色彩。小洒落たアレンジでお部屋を  
バージョンUP!

\* 最少催行人数2人

\* 写真はイメージです。予告なく変更に  
なる事があります。

講師: 吉田明美(フラワーアレンジ教室 FioRutta 主宰)

申込先: TEL 090-1772-6959 メール info@fiorutta.jp

参加費: 3500円



★各イベントの参加にはドリンクをご注文ください。

ほっとカフェ中川 営業時間 10:30~17:30(日曜日 11:30~17:30) 木曜定休

☎ 070-5545-8107 メール hotcafe.nakagawa@gmail.com

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





ほっとカフェ  
NAKAGAWA

カフェ通信 2014年5月号

中川をここから元気に



営業時間: 10:30~17:30 (日曜日 11:30~17:30) 木曜定休

<ゴールデンウィーク 5/1(木)~5/6(月) 休業いたします>

## ほっとカフェでのサークル活動紹介

趣味を楽しむサークル、情報交換したり勉強会を定期的に開催したり、ほっとカフェでは地域の皆様の集いの場を提供しています。

今年4月から、新しいサークルが活動を始めました。サークル活動に参加されたい方、これから新しいサークル活動を始めたい方、大募集中です。お気軽にほっとカフェまでお問い合わせください。

### 楽しくウォーキング

「楽しくウォーキング」サークルは毎月第2水曜日の10時から12時まで、当日、誰でも参加できるサークルです。

「ほっとカフェ」から周辺の緑道と里山を自然観察しながら歩くのが特徴で、時季にあったコースを設定し、草花に詳しいメンバーがいらっしゃいますので、四季折々の草花、樹木、野鳥を話し合いながら歩きます。ポールウォーキングを楽しみながら歩く方もいます。そしてウォーキングの後は、カフェで軽い食事をとりながらおしゃべりをするのも楽しみです。



### 朗読 New!

「朗読」サークルは月1回月曜日(何週目かは未定)の10時半から12時半まで活動。

当日誰でも参加できるサークルです。

好きな本、読んでみたい本を持ちより、人に読み聞かせをする意識をもって、声に出してみる。

最初はそんなことから始めます。

### おりがみを楽しむ New!

「おりがみを楽しむ」サークルは月1回水曜日(何週目かは未定)の10時半から12時まで活動。

当日誰でも参加できるサークルです。

実用的な折り紙から、立方体、動物、植物などを作って楽しんでいます。作った後、飲物を飲みながらのおしゃべりも楽しみです。

### 楽しい花壇のお手入れ



みんなできれいな花壇を維持していきましょう。初めて参加される方には、お花の説明と手入れの説明をさせていただきながら作業をしていただきます。

5月1日(木)13時~15時 ほっとカフェ前集合  
5月17日(土)13時~15時 ほっとカフェ前集合

### 花と緑の中川ふれあいフェスタ

6月7日(土)11:00~16:00

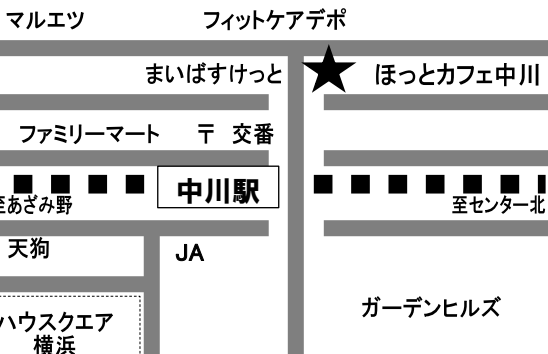
場所: 中川駅前みんなの広場、ステージ広場  
内容: 和太鼓、アカペラ等のイベント、模擬店、フリーマーケット、お楽しみ抽選会



### 棚ショップ新規オーナーさん募集中!!

お気軽にお問い合わせください。

1区画 幅40cm レンタル料 ¥800~¥1,200/1ヶ月  
販売手数料 売上の10%



### ほっとカフェ NAKAGAWA

〒224-0001

横浜市都筑区中川 1-18-5

フィットネスハウス バレット中川1F

TEL 070-5545-8107

受付 10:30~17:30 (日曜日 11:30~17:30)

横浜市営地下鉄ブルーライン 中川駅下車徒歩1分

<http://cafenawa.web.fc2.com/>

[hotcafe.nakagawa@gmail.com](mailto:hotcafe.nakagawa@gmail.com)

運営: NPO 法人 ぐるっと緑道



ほっとカフェ NAKAGAWA