



4月のイベントスケジュール

1	金	
2	土	
3	日	囲碁サークル 13:00~17:00
4	月	
5	火	
6	水	おしゃべりカフェ 10:40~12:00
7	木	朗読サークル 短歌木曜会 10:30~12:00 13:00~15:00
8	金	
9	土	
10	日	英会話サークル 囲碁サークル 10:30~11:30 13:00~17:00
11	月	おりがみを楽しむ 10:30~12:00
12	火	ハーブのある暮らし 10:30~12:30
13	水	楽しくウォーキング 9:30~
14	木	
15	金	
16	土	
17	日	囲碁サークル 13:00~17:00
18	月	
19	火	
20	水	紅茶でめぐる世界の旅 10:30~12:00
21	木	
22	金	こころとからだのエクササイズ 10:30~12:30
23	土	
24	日	囲碁サークル 13:00~17:00
25	月	母の日に贈るフラワーフレーム 10:30~12:30
26	火	
27	水	ストールを巻いたおしゃれ塾 10:30~12:00
28	木	
29	金	
30	土	
		カフェ休業日

母の日に贈るフラワーフレーム 大好きな写真を添えて

お花とリボン、そしてクレイ(粘土)で作ったマカロンをたっぷり詰め込んだ、ふんわり可愛いフレームアレンジです。裏側にはお写真をデコレーションできます。お母さまのお気に入り2ショット写真や家族写真など、プレゼントされたいスナップをぜひお持ちください！小さなお子さまと一緒にご参加も大歓迎です。



講師：中河原悠子
(フラワーデザイン Atelier-U Flowers 主宰)
申込先： TEL 080-3453-0902
メール nkgwr5192@icloud.com
参加費： 3400円 定員：5名

紅茶でめぐる世界の旅 スリランカ

日本の輸入紅茶量の第一位はスリランカ紅茶(セイロン紅茶)ということをご存知でしょうか？スリランカは小さな島国でありながら、様々な風味、香りの紅茶が作られています。



その5大産地の特徴を知り、テイスティングをすることで、自分の好みの味をみつけられるかがでしょうか。持ち物：ティーカップ(マグカップでも可)
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
参加費： 1500円 (お茶、お菓子、会場代含む)

ストールを巻いたおしゃれ塾

ストールを主役にしたコーデ術の10回シリーズ。7回目のテーマは「正方形のスカーフあらしい術」です。正方形のスカーフを味方にして素敵に装ってみませんか？シリーズ途中参加も大歓迎です。持物：正方形のスカーフ数枚(大小)、卓上鏡、筆記用具

講師：谷川みさえ(秘書 スカーフコーディネーター)
申込先： TEL 080-5423-6700
メール stall5scarf@gmail.com
参加費： 1000円 (資料代)

ハーブのある暮らし

ハーブ？スパイス？ポプリ？アロマセラピー？違いは何？ハーブティー・料理・ポプリ・クラフト・リラクゼーション・美容などに活用できるように幅広く講習します。正しい知識を学んで日常にハーブを取り入れ、ゆとりのある暮らしをしましょう！

定員8名。10回シリーズ(1年間)、毎回後半に実習をする予定。いつからでも開始出来ます。(欠席した回は個別対応いたします。)
講師：丹治玉江(ハーブコーディネーター)
申込先： TEL 080-5528-3077
メール t_tanji28@yahoo.co.jp
参加費： 1500円 (資料、実習代含む)

こころとからだのエクササイズ

生活に活かす心理学
テーマ：「ライフスタイルと地域を考える」
ストレスをネガティブなものにとらえない健康心理学の考え方を紹介し、今年度どんなテーマを取り上げるかを参加者といっしょに考えます。
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
お問合せ先：松村 治 TEL 080-4165-1003
メール ma2musi@royal.ocn.ne.jp

おしゃべりカフェ

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楽におしゃべりに来てください。



参加費：無料
申込先：事前申込は必要ありません

サークル活動 お申込み・お問合せ先

短歌「木曜会」	初心者対象の短歌サークルです。 鹿取未放(かとりみほ・女性) TEL045-912-3433 参加費:500円
カエで朗読	秋山佳子 TEL090-1454-9619 参加費:500円 メール harmony-yokko0503@ae.auone-net.jp
囲碁	服部 TEL 045-911-3376 メール khattori@mx.mesh.ne.jp 参加費:300円 入会金:1000円(初回のみ) ホームページ http://nic.khtr.net/
楽しくウォーキング	ぐるっと緑道 塩入 TEL 090-7275-1361 参加費:無料 カフェ前に9:30集合
おりがみを楽しむ	大塩桂子(日本折紙協会認定講師) TEL 090-4667-6340 初めて参加の方は必ずお申込みください 参加費:500円
英会話	講師:Atia Shibata 参加費:1500円 TEL 090-4667-6340(大塩) 会話経験のある方が対象です。 sugariko@gmail.com

※各イベントへの参加にはドリンクをご注文ください。



ほっとカフェ中川は、まちづくりNPO法人ぐるっと緑道が地域の交流の為にボランティアで運営するコミュニティカフェ

新年度 ボランティアスタッフ大募集!

ほっとカフェ中川を拠点とする地域参加の中川ルネッサンスプロジェクトにより、中川駅前商業地区は多くの花壇などにより「花と緑と香り」にあふれ、ベンチやステージのある公園のような街に生まれ変わりました。ボランティアスタッフは、ほっと一息できるカフェの運営、イベント開催やサークル活動、花壇の維持活動など地域の人の心の豊かさに貢献するコミュニティカフェを目指しています。

新生活が始まる4月、「あなたもボランティア活動を始めませんか?」

AM シフト (10:00~14:00)

スタッフの一日

PM シフト (14:00~18:00)



10:00~10:30 開店の準備
ブラックボードを店頭へ
レジを準備、棚ショップの用意
食器やコーヒーマーカーの準備
前日の日報を確認して足りないものを購入。開店準備完了。

を購入。開店準備完了。

10:30 カフェ開店

お客様が来店、ご注文が入ると、コーヒーマーカーや紅茶、などを作ります。カフェ業務の経験がなくても大丈夫。



図解入りのレシピが準備されているので、作り方は全部覚える必要がありません。

12:00 過ぎからは、ピザトーストやシフォンケーキなどの食べ物の注文も入りはじめます。

14:00 シフト終了。

子供さんが学校から帰る時間にも帰宅できます。フィットネスで汗を流すスタッフも。

シフトは最長でも一日4時間まで2時間でもOK!



棚ショップオーナーさん募集中!



棚ショップはほっとカフェ内の小さな出店スペースです。カフェにご来店のお客様は皆さまのぞいて行かれる素敵なお店が並んでいます。ご自慢の手作り雑貨を販売しませんか? 今ならすぐに販売開始できます!

午前中の家事や用事を済ませてからカフェへ。

14:00 午前中のスタッフから引き継ぎます。

15:00 子供さんのお稽古事をお母さま。

友人同士でのおしゃべりなど、午後のお茶の時間はカフェもにぎわいます。

この日は暖かくアイ스티ーの注文も入りました。



17:00 オーダーストップ

閉店に向けて、食器や布巾の洗浄、など後片付けで忙しくなります。

17:30 閉店。

日報記入。



18:00 シフト終了。

閉店時のレジ操作や店内の清掃などは

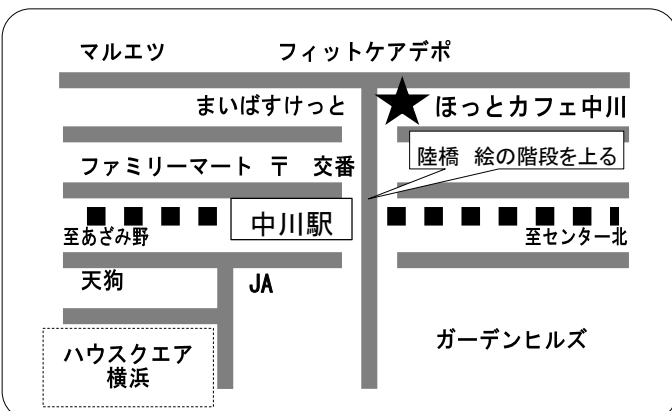
ぐるっと緑道の男性スタッフの担当です。

シフトの回数や時間帯などはお応募の時にご相談ください。初めてでも研修があるので安心、お気軽にお応募ください。



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%

◆出店ご希望の方は下記までお気軽にお問い合わせください。



スタッフのご応募やお問合せはお気軽にどうぞ!

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 パレット中川1F

TEL 070-5545-8107

受付 10:30~17:30 (日曜・第1,第2木曜 定休)

横浜市営地下鉄ブルーライン 中川駅下車徒歩1分

<http://cafenakagawa.jp/>

hotcafe.nakagawa@gmail.com



運営: NPO 法人 ぐるっと緑道