

1月のイベントスケジュール

1	日	年末年始休業日 12月25日(日)～ 1月9日(月祝)
2	月	
3	火	
4	水	
5	木	
6	金	
7	土	
8	日	英会話サークル 囲碁サークル 10:30～11:30 13:00～17:00
9	月	
10	火	シルクスカーフの装い術 10:30～12:00
11	水	ウォーキング 9:30～
12	木	短歌木曜会 13:00～15:00
13	金	
14	土	
15	日	囲碁サークル 13:00～17:00
16	月	おりがみを楽しむ 10:30～12:00
17	火	
18	水	おいしい紅茶の入れ方 10:30～12:00
19	木	
20	金	生活に活かす心理学 10:30～12:30
21	土	新春餅つき大会 11:00～14:00
22	日	囲碁サークル 13:00～17:00
23	月	
24	火	おしゃべりサロン ハーブのある暮らし 10:30～12:00 10:30～12:30
25	水	
26	木	
27	金	
28	土	花壇のお手入れ 10:00～12:00
29	日	囲碁サークル 13:00～17:00
30	月	
31	火	
カフェ休業日		

シルクスカーフの装い術

年齢を重ねてこそ、正方形のシルクスカーフを装ってみませんか？

眠っているシルクスカーフを見直しましょう？

持ち物：
正方形のシルクスカーフ 卓上鏡 筆記用具



講師：谷川みさえ

(布巾注 scarf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)

定員4名

おいしい紅茶の入れ方

実習とティータイム付きの講習会。

紅茶って入れるのが難しい・・・と思っている方！

茶葉の量、お湯の温度や量、使う道具などなど、ちょっとしたコツを知られば、だれでもおいしく淹れます。

持ち物：ティーカップ(マグカップでもOK)

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：1730円(お茶、お菓子、会場代含む)



ハーブのある暮らし

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。)

今回の講義は、「リラクゼーション」

実習は、アロマオイルを使った芳香浴・手浴・湿布の予定です。

(材料調達上、実習内容が変わる場合があります。)

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)



生活に活かす心理学

ライフスタイルと地域を考える

「移住」を考える

現代社会ではさまざまな理由で住居を変えなければならないことが起きます。住み慣れた地域を離れることによって失うもの、新しく住む地域でいきいきと生きるためのスキルについて考えてみます。

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

お問合せ先：松村 治 TEL 080-4165-1003

メール ma2musi@royal.ocn.ne.jp

おしゃべりサロン in ほっとカフェ

福祉クラブ生協のメンバーが主催する学習会です。

リンパを流すセルフケア

～身体と心の声を聞く～

お気軽にご参加ください。

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」 参加者募集中！	鹿取未放(かとりみほ・女性) TEL045-912-3433 初心者のための短歌サークル 参加費:500円
囲碁 参加者募集中！	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)
楽しくウォーキング どなたでも参加できます	ぐるっと緑道 塩入 TEL 090-7275-1361 参加費:無料 ほっとカフェ前9:30集合 周辺の緑道を歩きます
おりがみを楽しむ どなたでも参加できます	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 会話経験者が対象です	講師:Atia Shibata 参加費:1500円 TEL 090-4667-6340(大塩) sugariko35@yahoo.co.jp

※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

新年あけましておめでとうございます

昨年はたくさんの方々にご利用いただき、ありがとうございました。

ほっとカフェ中川のある中川駅前商業地区は地域の買い物、医療、保育、食事等の生活支援をし、運動・趣味を楽しむ、また交流したりする地域の中心です。

その中川駅周辺のまちをもっと楽しくイキイキと…！もっと交流できる場をつくろう！

ほっとカフェはそんな思いの人たちが集まり、ボランティアで運営している地域のためのコミュニティカフェです。

昨年は、ホッとできる場所としてカフェメニューの提供、さまざまな講座の開催、サークルの活動の場、NRPの花壇作りの拠点等として活動してきました。また、秋から行ってきた都市大留学生カフェは地域での国際交流となりました。

今年も地域の皆さんが、気楽に楽しく交流できるカフェ、まちを魅力的にするカフェ、地域の安心にも貢献できるカフェ、国際交流もできるカフェをめざして運営していきます。

是非ご利用、ご参加くださるようお願いいたします。また、さまざまなご意見を下さるようお願いいたします。

(NPO 法人ぐるっと緑道 理事長 塩入広中)



寒い冬には

ほっと心も身体も温まる

1月13日スタート！

おしるこ



¥250



新しい年に新しいこと…

ご自慢の手作り小物のお店を開きませんか？

カフェ内の小さな出店スペース

“棚シヨップ”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%

新春餅つき大会

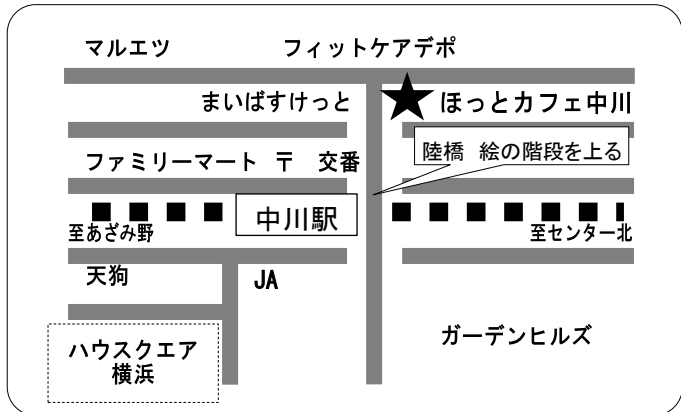
2017年1月21日(土)
11:00~14:00
パレット中川前ステージ広場

つきたての美味しいお餅を
入れた「おしるこ」を販売！
※なくなり次第終了となります。



荒天の場合は、中止になります。

★当日のイベント★
お正月らしい楽しいイベントを予定しています。
・子供たちの餅つき体験
・和太鼓の演奏
演奏は、「和楽会・昇・亜叶夢(あとむ)」さん
(内容は予告なく変更になる場合があります)
主催：中川駅前商業地区振興会・NPO法人ぐるっと緑道



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・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
ホームページ <http://cafenakagawa.jp/>
メール hotcafe.nakagawa@gmail.com



運営：NPO 法人 ぐるっと緑道