



7月のイベントスケジュール

1	土	
2	日	囲碁サークル 13:00~17:00
3	月	
4	火	
5	水	おしゃべりカフェ 留学生カフェ 10:40~12:00 16:30~17:30
6	木	短歌木曜会 13:00~15:00
7	金	
8	土	
9	日	囲碁サークル 13:00~17:00
10	月	おりがみを楽しむ 10:30~12:00
11	火	不快な夏をアロマオイルで爽やかに! 10:30~12:30
12	水	ウォーキング おしゃべりサロン 9:30~ 10:30~12:00
13	木	
14	金	
15	土	花壇のお手入れ 9:00~11:00
16	日	囲碁サークル 13:00~17:00
17	月	
18	火	成年後見制度利用のご相談 14:00~16:00
19	水	紅茶セミナー 10:30~12:00
20	木	
21	金	生活に活かす心理学 10:30~12:30
22	土	
23	日	英会話サークル 囲碁サークル 10:30~11:30 13:00~17:00
24	月	
25	火	
26	水	夏に役に立つストール術 10:30~12:00
27	木	
28	金	
29	土	
30	日	
31	月	

カフェ休業日

都市大留学生カフェ

テーマ 韓国の暮らしと環境

留学生の自国のテーマについて、話を聞きながら、自由に意見を出し合い、お互いの社会についての発見や理解を深めたいと考えています。夕方の短い時間ですが、リラックスした雰囲気、留学生と一緒に楽しい時間を過ごしてみませんか?

<紹介者から一言>

アンニョンハセヨ! 韓国の伝統服、韓服(ハンボク)について、推薦する食べ物「これだけは必ず食べるべき!」を紹介します。

話題提供者 東京都市大学環境学部

環境マネジメント学科 3年 金昇ヨブ

申込先: 070-5545-8107 ほっとカフェ中川

成年後見制度利用のご相談

認知症や知的障害、精神障害などによって物事を判断する能力が十分でない方について、その権利を守る援助者(成年後見人等)を選び、本人を法的に支援する制度です。

- ・預貯金や不動産の管理
- ・施設への入所、病院への入退院契約
- ・不利益となる契約の取り消しなど

無料でご相談に応じます。

当日でもお気軽にお越しください。

申込先: 井口正幸(社会福祉士・精神保健福祉士)

TEL 090-3814-5771

生活に活かす心理学

ライフスタイルと地域を考える

時間と健康

意味のあることに没頭できる人の健康度は高いといわれています。時間の使い方と健康の関係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

不快な夏をアロマオイルで爽やかに!

アロマオイルを使用したオリジナル「フレグランス」で汗ばむ季節を爽やかに過ごしましょう!

前半は、フレグランス(パフューム、オーデコロンなどの違い)についての基礎知識、実習は、アロマオイルを使ってオリジナル香水またはオーデコロンを作る予定です。(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)

夏に役立つストール術

紫外線や冷房対策にもとても役に立つことを知っていただきたいです。

持ち物: 夏素材のストール数枚、卓上鏡 筆記用具

講師: 谷川みさえ

(布心主宰 スカーフコーディネーター)

申込先: EL 080-5423-6700

メール stall5scarf@gmail.com

参加費: 1000円(資料代) 定員 4名

紅茶セミナー

セイロン紅茶 150周年

ハイティーを楽しみましょう。

来月、セイロン紅茶 150周年を迎えます。今回はスリランカの紅茶の歴史のお話をしつつ、簡単なティータイムを楽しんでいただきます。

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: 1800円(お茶、お菓子、会場代含む)

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

おしゃべりサロン

福祉クラブ生協のメンバーが主催する学習会です。リンパトリートメントのセルフケア、傾聴の基本を学びます。

お話ししたい方も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!	初心者のための短歌サークル 鹿取未放(かとりみほ・女性) TEL045-912-3433 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 参加無料 9:30 ほっとカフェ前集合、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) メール 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。



今年も登場！夏の限定メニュー

太陽ギリギリの夏がもうすぐそこまで、冷たい食べ物や飲み物で心も身体もひんやりクールダウンはいかがですか？

ところてん ¥250

天草 100%使用
自然な磯の香りと清涼感をお楽しみください。



好きな飲み物に
アイスクリームとトッピング
プラス¥120でサービス



棚ショップ

S U M M E R

これからの季節に大活躍な商品をご紹介します！



カフェ内の小さな手作り雑貨店“棚ショップ”には手から手へ、作り手の心がこもった商品ばかりです。ぜひご来店ください。

初めて参加される方 大歓迎です！



お花がいっぱいの中川
花壇のお手入れ
みんなできいな
花壇を維持していきましょう。
7月15日(土) 9:00~11:00
集合場所:ほっとカフェ前

空きスペース
残りわずか

手芸が大好きなあなたへ！
今ならすぐに販売できます！

カフェ内の小さな出店スペース
“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

営業時間:10:30~17:30 定休日:日曜・木曜 月末のバレット中川休業日

〒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 メール hotcafe.nakagawa@gmail.com

ホームページ <http://cafenakagawa.jp> 運営:ぐるっと緑道

