



## 2月のイベントスケジュール

### 11日(土) 気軽にプリザーブドフラワー

10:30~12:30 **バレンタインケーキ風アレンジ**  
 もうすぐバレンタイン、大切な人に心を込めて。  
 親子参加も大歓迎！ ケーキのカラーは三色から選べます。  
 大人っぽいチョコレート、ラブリーなピンク、清楚なホワイト  
 講師：吉田明美  
 参加費：¥2,300(材料費)+ドリンクをご注文ください。



### 22日(水) イキイキ生きる

11:00~13:00 **健康を心理学から考える2**  
 身体の緊張をほぐすことでリラックスを得る方法を教えます  
 普段着でお越しください。

講師：早稲田大学名誉教授 春木先生  
 理学療法士 山口先生

参加費：¥1,000+ドリンクをご注文ください。

### 13日(月) スマートフォン入門

10:30~11:30 **Android スマートフォンで解説します**  
 スマートフォンと携帯の違い、どんな事ができるか、使用上の注意点など。  
 これからスマートフォンに替えようと思っている方。使っているけれど、いまひとつ使い  
 方など良くわからない方へアドバイスいたします。  
 参加費：ドリンクをご注文ください。



### 22日(水) 自分探し応援団

13:30~15:30  
 保育、介護、家事、食事サービスなどの  
 お仕事探しを応援。

主催：都筑相談窓口、横浜北部福祉ユニット都筑

参加費：ドリンクをご注文ください。



### 15日(水) 福祉クラブ生協ワーカーズ

10:30~11:30 **コレクティブ(W.co)説明会**

毎日の生活の中で「普段から助け合うしくみ」を作っています。  
 あなたも福祉クラブの助け合いに参加してみませんか。

参加費：ドリンクをご注文ください。

### 24日(金) コサージュ&花のリング作成

10:30~11:30  
 卒 入学シーズンの着  
 回しに一役買う、あると  
 便利なコサージュ&お花  
 の指輪。材料は当日



お好きなモノをお選びください。コサージュだけ、リングだけ、または  
 どちらかを複数での作成も可能です。

講師：吉田明美

参加費：コサージュ¥1,200 リング¥400(材料費)  
 +ドリンクご注文ください。

### 20日(月) 自分に似合うポイントメイク

11:00~15:00  
 30分毎の予約制 各2名 飛び込みOK!  
 眉、アイカラー、チーク、リップなど自分に似合う  
 ポイントメイクをアドバイス。  
 無料の肌診断と自分でできるフェイス  
 マッサージもアドバイスします。



参加費：ドリンクをご注文ください。

### 28日(火) 不思議な宝箱アート

10:30~12:30  
 粘土でつくるカタチから  
 自分の新しい力を発見!



講師：石井智美 アートセラピスト

参加費：¥1,100+ドリンクをご注文ください。

### 21日(火) 福祉クラブ生協ワーカーズ

10:30~11:30 **コレクティブ(W.co)説明会**

毎日の生活の中で「普段から助け合うしくみ」を作っています。  
 あなたも福祉クラブの助け合いに参加してみませんか。

参加費：ドリンクをご注文ください。

お申し込みは...

ご来店いただくか、お電話ください。

ほっとカフェ中川

(フィットネスハウスパレット中川1F)

☎ 070-5545-8107

(受付 10:30~17:30)

ほっとカフェ  
 NAKAGAWA