

## 4年間続く「ほっとカフェサロン」



ほっとカフェサロンは、様々なテーマについてコーヒーを飲みながら気楽に話をする、交流する、まさにサロンを目指した企画でした。2018年5月から始まり、4年間のテーマは歴史、海外旅行、ふるさと、まちづくり、趣味、短歌、紅茶、消費者/家族法、心理学、バレエと健康、日本語講師の体験、地域活動など様々でした。しかし、コロナ禍の2年間は感染防止の為に、サロンと言うより、講義になってしまい残念な思いをしています。

これからは、企画の原点である、話しをする、交流する場に徐々に戻していきたいと思えます。5/23は「山崎公園と愛護会活動」がテーマで、4月から山崎公園愛護会会長に就任された萩原さんにお話ししていただきます。6/27は、いくつかのテーマについて語り、聞く企画を計画していますので、是非ご参加ください。

ぐるっと緑道 塩入広中

## 「生活に活かす心理学」活動の紹介

「生活に活かす心理学」の4月のテーマは「春への思い」です。みなさんはどのように冬から春への季節の変化を感じていますか。北国では春の到来は大きな喜びをもって迎えられますが、首都圏のような大都市では季節の変化が感じられにくくなっています。その理由の1つとして季節の変化を感じる自然の営みにふれる機会が少なくなっていることがあります。都市の生活は季節の変化が感じられなくなることにとどまらず、さまざまなところで、本来人がもっている生き生きとした心の動きを乏しくする要因があります。そしてその結果から生じるウェルビーイング(心の健康的な状態)の低下があるように思われます。

この講座は、都市生活で失われがちな、生き生きとした心の動きを失わないためにどうすればよいかについて、さまざまなテーマをとりあげ参加者の皆さんと話し合う場になっています。



生活に活かす心理学 松村 治

## イベントスケジュール

開催会場：中川地域ケアプラザ 多目的ホール

| 講座・サークル     | 開催日時                                    | 内容                                               | 申込・お問い合わせ                                                                                             |
|-------------|-----------------------------------------|--------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 楽しくウォーキング   | 5/11(水)・6/8(水)<br>9:30～                 | ※ステージ広場ケヤキベンチ<br>(旧パレット前)集合                      | 事前申込不要<br>ぐるっと緑道 塩入 ☎ 090-7275-1361                                                                   |
| 生活に活かす心理学   | 5/13(金)・6/10(金)<br>9:30～11:30           | 5月 東洋思想と自然<br>6月 感染症と人類                          | 松村治 (早稲田大学総合人文科学研究センター) 参加無料<br>☎ 080-4165-1003 メール ma2musi@royal.ocn.ne.jp                           |
| 生花アレンジメント   | 5/13(金)・6/10(金)<br>10:00～11:30          | 5月 新緑アレンジ<br>6月 紫陽花アレンジ                          | 講師 関根直子 (フラワーアドバイザー)<br>☎ 090-7831-4210 参加費 1500円                                                     |
| 折り紙を楽しむ     | 5/23(月)・6/27(月)<br>10:00～11:30          | 季節の行事や動植物の折り紙、実用折り紙を楽しみます。脳トレにもなる折り紙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) 参加費 600円<br>資料準備のため初めて参加の方は必ずお申込みください<br>☎ 090-4667-6340 メール origami-tzk@ymail.ne.jp |
| NRP 花壇のお手入れ | 5/21(土)9:00～12:00<br>6/18(土)10:00～12:00 | 5月 夏花の植え込み<br>6月 花壇のお手入れ                         | ほっとカフェ中川<br>メール hotcafe.nakagawa@gmail.com                                                            |
| ほっとカフェサロン   | 5/23(月)・6/27(月)<br>10:00～11:30          | 5月 山崎公園愛護会の活動<br>6月 話そう、聞こう                      | ぐるっと緑道 塩入 ☎ 090-7275-1361 参加無料<br>様々なテーマを話し合い、親交を深めます                                                 |
| 手芸講座        | 5/23(月)・6/27(月)<br>12:30～14:30          | レース針で編むビーズネックレス                                  | 丹治玉江 参加費 2000円(材料費別途)<br>オンラインレッスン要相談可<br>☎ 080-5528-3077 メール t_tanji28@yahoo.co.jp                   |
| 青女短歌会       | 当面の間休講                                  | 歌会・秀歌鑑賞                                          | 講師 鹿取未放(現代歌人協会会員・「かりん」選者)<br>☎ 045-912-3433 参加費 1000円                                                 |

※コロナ感染防止に細心の注意を！【新型コロナウイルス感染拡大防止のためのお願い】

- ※ 緊急事態宣言等々が発令された場合、イベントは中止または内容変更になることがありますのでご了承ください。
- ※ イベントに参加ご希望の方は必ず申込をお願いいたします。(3密を避けるため、参加人数制限があります)
- ※ 当日は参加者名簿への記入、朝の体温(要:37℃以下)の記入、入室時はマスク着用し、手のアルコール消毒をお願いいたします。
- ※ 講座では当面の間、飲食サービスを控えていますので、飲み物代の代わりに運営協力金として100円/人 お支払いください。