

～健康と美容の教室～ **スマイル** 予約制 平成 30 年 1 月

お一人でも参加できる雰囲気です☺

9 日(火) 10:30～ 脳のデトックス ～アクセスバズ～

11 日(木)17 日(水) 魅せカラ✂ (まねき猫 取手東口店)

お好きな曲で個人指導いたします♪お一人 60 分

12 日(金)13:00～ 目指せ!!マイナス 5 才、ツヤツヤ肌♡

12 日(金)11:00～ 心・色いろカフェ♡ あなたに似合う色を見つけ
ましょう☺ 2 回目参加：あなたが輝く best の口紅の色は！

12 日 18 日 22 日 25 日 癒しほっかほっかカフェ(*^^*)

15 日(月)11:00～腸内環境改善で痩せ体質になろう♪

(コンビニフードや近所のスーパーにある食材で腸内環境の改善を)
♡腸内環境改善ランチ付き♡

18 日(木) 11:00～ ふわっふわのフアーで作るアクセサリー☘

22 日(月)11:00～ スマイル!(^^)!ボイストレーニング♪

24 日(水)13:00～ 自然治癒力アップ！ボディートーク療法
お一人 60 分

25 日(木) 11:00～ 美味しい韓流講座♡トック (韓国風お雑煮)

トックの作り方を見て食べて楽しみ、簡単な韓国語も学びます。

30 日(火) 13:00～ 魔法の手当て療法 “タッチフォーヘルス” 体験会

問 ～健康と美容の教室～スマイル ☎090-2767-7600

場所 ザ・ステーションラウンジ内 (取手駅東口駅前)

詳しくは Facebook ステーションラウンジ取手駅東口 で検索！

～ Café 温々亭 1 月の予定 ～

11 日(木)年始 OPEN

16 日(火)時間予約→美顔エステ ¥3500

18 日(木)時間予約→ラッキーペイント ¥1500～

18 日(木)～22 日(月)時間予約→YOSA 体験 ¥4000(初回 ¥2000)

22 日(月)時間予約→鍼灸相談 ¥2500

22 日(月)・29 日(月)時間予約→素肌洗顔

23 日(火)14:00～→笑いヨガ ¥500

24 日(水)11:00～→折り紙 ¥500

25 日(木)18:00～→カラオケ ¥2000

26 日(金)10:30～→ブレインジム ¥1000

26 日(金)12:00～→お茶会① ¥1200

26 日(金)14:00～→お茶会② ¥1200

26 日(金)気まぐれパン販売

問 Café 温々亭 本郷 2-6-31 ☎72-7166 定休日 水・日・祝日

営業時間 11:00～18:00 2 階レンタルルームも、ご利用ください。
.....

～ CAFÉ RESTAURANT そよかぜ ～

そよかぜは、「茨城県健康作り支援店」です。有機米・有機野菜中心のヘルシーメニューです。1 月の画廊展示は、『新春五人展』(小熊るり子・桑原則子・日高恵美子・森川恒子・吉田富子)です。ランチは(コーヒー又は紅茶付) 700 円です。

月 カレー・パスタ

火・金 おまかせランチ

水 カレー・シチュー

木 ワンプレートランチ・オムライス

ティータイムメニュー 手作りケーキ 300 円 ケーキセット 550 円

有機コーヒー・紅茶・ジュース 各 300 円

ティータイム 13:30～15:30(お飲み物とお任せケーキ)1000 円

*1 月 31 日開催の歌声開催は、お陰さまで完売のため締め切りました。次回の歌声喫茶は、4 月になります。

新年は、1 月 4 日より営業いたします。

問 そよかぜ 取手市寺田 6337 (国道 294 号線市役所向い)

☎ 84-6475 土日祝休 営業時間 11:30～16:00 ランチ～13:30

そよかぜ 2 フジ取手ボウル内 土日祝休 10:00～16:00

1 月号プレゼントの申し込み方法

応募方法 必要事項を記入しハガキ・FAX・メールのいずれかでお申し込み下さい。
〒302-0024 取手市新町 5-11-3 FAX 0297-73-0988 小沼新聞舗 HP から申し込み可。

*申し込み締切 5 日必着 当選者には、10 日以降にお届けいたします。

①新年のプレゼント ひざかけ毛布 ムーミン【5 名様】

②紳士用靴下 2 足セット【1 名様】

③ゆるゆる入浴ふろろん 部分洗いミトン【1 名様】

④「音楽と健康のサロンはるか堂」提供 DVD 付 演歌の上達法とカラオケのコツ 「こぶし」や「ビブラート」もマスター! 鈴木みち著【2 名様】

⑤毎日新聞 なるほどりバック【100 名様】

⑥岸井格成さんストラップ【10 名様】

⑦MULTI STORAGE【1 名様】

⑧世界の山旅日本の山旅【申込者全員】

⑨西原理恵子による日本の漫画 毎日かあさんクリアファイル【10 名様】

⑩フジ取手ボウル 1 ゲーム券【希望枚数記入 申込者全員】

氏 名 _____ 電話番号 _____

郵便番号 _____ 住 所 _____

1 月号希望プレゼント名 _____ フジ取手ボウル希望の方 _____ 枚

なるほどりファイル 希望する 希望しない (ご希望の方全員に差し上げます。)

～～～ご購入申込書～～～ ご自宅まで配達させていただきます。

① ハズキルーペ 赤 _____ 個 黒 _____ 個 本体価格 10,980 円 (税込)

② 安心安全の静岡産乾燥きくらげ 5 個セット _____ 個 単価 1,350 円

③ 青森県産フデばあさんの親孝行黒にんにく 100g × 2 個 _____ 個 1,500 円 190g × 2 個 _____ 個 2,700 円

④ 茨城産ほしいも 1 月 12 日より注文受付 お徳用平干し _____ 箱 2kg 3,960 円 他