

コミュニティサロン

アペリティーブ

メニュー 2023年2・3月予定

毎週水曜日 13:00～16:00

参加費 800 円

ワンドリンク・お菓子付き

ゲスト謝礼・材料費・保険代含

※コロナ禍により、**時間短縮で実施します。**
変更が生じる場合もあるため、事前に確認申込をお願いします。
※ご参加の際は体調確認や水分補給用の飲み物ご持参ください。

日時	内容	ゲストコーチ
2/1(水) 3/1(水)	座ったままのヨガでニコニコ 😊 ～ ヨガや手遊びでカラダを解し台湾茶でほっこり～	ヨガ指導 紙谷由起子さん 台湾茶師 たなべ宏幸さん
2/8(水) 3/8(水)	健康体操で寒さを吹き飛ばそう 🏃 ～ ゆったりマイペースにキモチもスッキリ～	横浜市中区地域指導員 酒井イムチャルン 順子さん
2/15(水) 3/15(水)	世界で一つだけのモノづくり 🎨 ～ 季節の移り変わり感じて右脳を活性化～	瀬谷区美術協会 会長 画家 宮崎和之さん
2/22(水)	脳トレと一緒に考えておきたい介護 ♪ ～ 知って得する介護情報で不安を解消～	朝日生命保険相互会社 近澤美穂さん
3/22(水)	転ばぬ先の杖(車いすに乗って外に出よう) ↑ ～ 春を感じながら車いす体験と介助方法を学ぶ～	認定 NPO 法人 横浜移動サービス協議会 ※ 詳細は裏面でご案内

メインメニュー後の交流タイムもお楽しみに♪

みなさんからのアイデアやご意見をきかせてください、一緒につくっていきませんか？
最後にほっとひと息、あたたかい飲み物をいただきながらワイワイ語り合います。

水曜以外 (13:00 から 16:00 までの間) 何時に来ても O.K
仲間と語り合いや趣味のひとときを過ごす居場所にも

上記以外の日は
こんなメニューに
気軽に参加可能!

創作チャレンジ🎨

旅を語り合う*

ごちゃまぜを愉しむ♪

～ 自由な発想で右脳を活性化～

～ 旅の思い出を語り合います～



～ 歌や楽器にふれあいます～

3年目の感謝をこめてイベントも企画♪

当会ご登録のガイドボランティア・支援対象者の

みなさまも是非ご参加を！ 参加費 400円 ワード・リッパ・お菓子付き



日時	内容 ※事前にお申込みをお願いします	ゲスト
3/10(金)	<p>自分らしく ～成年後見制度の活用～</p> <p>成年後見制度は、認知症の方、知的障害のある方、精神障害のある方などが安心して生活できるように、保護し、法律的に支援する制度です。成年後見人等が本人の意思を尊重しながら身上保護や財産管理を行います。後見人等には、親族だけではなく、第三者や法人になることもできます。</p> <p>13:30～14:00 高齢者・障害者の心理と接し方 14:00～15:00 「法人後見と申し立て支援について」 15:00～15:30 意見交換</p> <p>「分らしく生きるため」について語り合しましょう</p> <p>講師 須田幸隆氏（認定NPO法人 よこはま成年後見つばさ 前理事長、NPO法人 後見つぼみ 理事）</p> <p>2016年に成年後見制度利用促進法が制定されました。しかし、利用が進まない現状と申し立てのハードルの高さが課題となっています。法人後見の申し立て支援や将来の展望について講演して頂きます。</p>	<p>特定非営利活動法人後見つぼみ 理事 須田幸隆さん 理事 多比羅千賀子さん</p> <p>横浜移動サービス協議会 後藤まゆみ（認知症キャラソムイト） 富永伸治（就労継続支援サービス管理者）</p> <p>リモート参加も可能です。このQRコードから、ご参加ください。</p>   
3/22(水)	<p>転ばぬ先の杖 ～車いすで外へ出よう～</p> <p>地域やイベント等出張研修も承ります！</p> <p>13:30～14:00 車いす介助方法のポイントを学ぶ 14:00～14:30 車いすで利用者目線の疑似体験 14:30～15:00 みんなで「移動」を語り合う</p>	<p>横浜移動サービス協議会 事務局次長 江口幹郎 東戸塚地域ケアプラザ「おじさんボランティア助っ人隊」代表としても活躍中！</p>

【会場】・JR 関内駅前・市営地下鉄出口より徒歩 1分

アペリティーヴォはいつでも見学・参加大歓迎！
興味や関心のある方は是非ご連絡をお待ちしています♪



関内駅前商業施設で食事や買い物しながら気軽にお立ち寄りください♪

【お問い合わせ・お申し込み】 ※ 横浜市介護予防・生活支援サービス補助事業
認定NPO法人 横浜移動サービス協議会 アペリティーヴォ担当
横浜市中区真砂町3-33 セルテ11F よこはま市民共同オフィス内
電話:045-212-2863 FAX:045-212-2864 ✉ info@yokohama-ido.jp