

コミュニティサロン アペリティーヴォ



いくつになっても自分らしく生きる出会いと寛ぎの場
仲間と語り合いや趣味のひとときを過ごす居場所にも

【日時】月～金曜日 13:00～16:00

水・木曜以外は上記時間内 何時に来てもOK

【参加費】400円（水・木曜日は+400円）ワンドリンク&お菓子付

水・木曜は介護予防のゲスト謝礼代・材料費・行事用保険代含む
月・火・金曜はサロンで飲み物と一緒にゆったり過ごせます
オーガニック珈琲・台湾茶・お抹茶・・・なにが出るかおたのしみ♪



介護予防もワイワイ
ココロもカラダもリラックス



お抹茶でほっこり一息
おしゃべりに花が咲き



10ポイント獲得で
参加費1回無料特典あり



みんなでごちゃまぜ
得意を活かしてワクワク



アペリティーヴォとは
イタリアの習慣で、食前酒を楽しむ時間のこと
“始まり”という意味のラテン語
aperitivus（アペリティヴス）からきています。

3 日月火水木金土
2023 5 6 7 8 9 10 11
12 13 14 15 16 17 18
19 20 21 22 23 24 25
26 27 28 29 30 31



2023 4月



5 日月火水木金土
2023 1 2 3 4 5 6
7 8 9 10 11 12 13
14 15 16 17 18 19 20
21 22 23 24 25 26 27
28 29 30 31

日	月	火	水	木	金	土
<p>水・木曜日は 13:00 から介護予防プログラムに参加 月・火・金曜日はフリータイムでゆっくりお過ごしになれます お気軽に参加いただけるメニューもあります</p>						1
2 	3 自由に創作	4 フリータイム	5 座ったままのヨガ	6 脳トレにチャレンジ	7 旅を語る	8
9 	10 フリータイム	11 自己流絵画	12 健康体操でスッキリ	13 台湾茶と健康の話	14 フリータイム	15
16 	17 旅を語る	18 フリータイム	19 絵画で右脳を活性化	20 スマホの基礎を学ぶ	21 自由に創作	22
23	24 フリータイム	25 自己流書道	26 耳のしくみを知ろう	27 季節を感じて物作り	28 フリータイム	29 昭和の日
30	<p>水・木曜プログラム後の交流タイムもお楽しみに♪ 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 月・火・金曜は何もせず珈琲を飲みながらくつろぐだけでもOK</p>					

【会場】・JR 関内駅前・市営地下鉄出口より徒歩 1 分



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

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♪

会場までの移動に不安のある方は送迎の対応など個別にご相談ください

【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