

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・木曜は介護予防の講師謝礼代・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



みんなでごちゃまぜ
得意を活かしてワクワク



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



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。

4 日 月 火 水 木 金 土
2023 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



2023 5月



6 日 月 火 水 木 金 土
2023 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

日	月	火	水	木	金	土
30	1	2	3 憲法記念日	4 みどりの日	5 こどもの日	6

メニューは例示。フリータイムの過ごし方は自由です♪

アペリティーヴォはいつでも見学・参加大歓迎!

7 	8 自由に創作	9 フリータイム	10 健康体操で心もスッキリ	11 本格台湾茶と健康のお話	12 旅を語る 	13
14	15 フリータイム	16 自己流書道	17 アートで右脳を活性化!	18 スマホの基礎を一緒に学ぼう	19 フリータイム	20
21 	22 旅を語る	23 フリータイム	24 季節を感じながら物作り	25 手作り絵手紙で繋がろう	26 自由に創作	27
28 	29 フリータイム	30 自己流絵画	31 第5水曜はお休みです	<div data-bbox="906 1016 1570 1240" data-label="Text"> <p>画家宮ちゃんにみなさんの魅力が引き出されます🎨 ご好評につき見学会兼ねて開催♪ 特にケアマネジャーや関係者の方々にオススメです</p> </div>		

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

水・木曜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

【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

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