

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

【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

10月より参加費を大幅値下げします♡

【参加費】200円（水・木曜日は+300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♪



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



介護予防もワイワイ
ココロもカラダもリラックス



本格台湾茶と健康講話
免疫力を高めます



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。



日	月	火	水	木	金	土
1	2 自己流絵画	3 フリータイム	4 座ったままの ヨガで スマイル😊	5 脳トレで イキイキ♡	6 旅を語る	7
8 	9 スポーツの日	10 自由に創作	11 健康体操で ココロも スッキリ♪	12 スマホの 基礎を一緒に 学ぼう	13 フリータイム	14
15 	16 旅を語る	17 フリータイム	18 アートで 右脳を活性化!	19 四季春茶を 楽しみ養生訓 の教えを知る	20 自由に創作	21
22	23 フリータイム	24 自己流書道	25 ベネチア号 サウンド クルーズ♪	26 季節を台湾 感じながら モノづくり	27 フリータイム	28
29	30 自由に創作	31 フリータイム	<p>♥日頃の感謝をこめて特別企画♥ いつもの景色を汽船道周辺運河から眺めてみませんか? ◆集合場所:横浜日の出棧橋(中区日ノ出町 1-206) ※原則現地集合解散(不安な方は要相談) ◆乗船時間:12:30 集合 13:00 出航 14:10 帰着予定 ◆参加費:2,000円(乗船1,000円+演奏1,000円) アペリ参加の方は「お出かけプレゼント」で1,500円 ◆申込方法:参加の際直接または事務局へお電話 ①氏名②緊急連絡先をご連絡ください 万国橋など橋の下で二胡のサウンドが響きます♪</p>			

水・木曜は多彩なゲストを迎え介護予防に参加
交流タイムであたたかい飲み物をいただきながらワイワイ♪
月・火・金曜はマイペースにくつろぐだけでも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
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