



# コミュニティサロン アペリティーヴォ



今年もよろしくお願ひします

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・木は介護予防プログラムあり！ 月・火・金は上記時間内 何時に来ててもOK

2023. 10月から参加費を大幅値下げしました♡

【参加費】200円（水・木曜日は+300円）ワンドリンク付

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
<p>水・木曜は多彩なゲストを迎えた介護予防プログラム 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・金曜は珈琲を飲みながらくつろぐだけでもOK</p>					5 書き初め	6 
7	8 成人の日 シニアクラブ 定例会 関内歴史講座	9 フリータイム	10 シニアクラブ 健康麻雀 健康体操で ココロも スッキリ♪	11 シニアクラブ ホラソニア 例会 スマホの基礎 を学ぼう	12 フリータイム	13 シニアクラブ 英会話
14  賀正	15 シニアクラブ 書道教室 フリータイム	16 自己流絵画	17 アートで 右脳を活性化!	18 季節を感じて モノづくり	19 旅を語る	20 
21 	22 シニアクラブ 書道教室 旅を語る	23 フリータイム	24 書き初めで 心機一転♥	25 脳トレで を学ぼう	26 フリータイム	27
28	29 フリータイム	30 心スッキリ 思い出 写真整理□	31 お休み	<p>☆ご好評につき復活企画☆ 3回シリーズ第1弾 一般社団法人写真整理協会 NHK朝イチご出演♪ 代表理事 浅川純子さん (スマホの基礎ゲスト) 簡単★思い出写真にスポットライト! ※写真をデータ化するため、当日アルバムやバラ写真 お気に入りの1~10枚をご持参ください!</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ご連絡をお待ちしています♪

関内駅前セルテ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11階  
3階「関内シニアクラブ」情報もご提供!  
TEL.045-323-9728



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