

7

2024 文月
July



コミュニティサロン アペリティーヴォ



日	月	火	水	木	金	土
						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						

8

日	月	火	水	木	金	土
						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

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♪

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
30	1 シニアクラブ 定例会 フリータイム	2 シニアクラブ 健康麻雀 自己流書道	3	4 シニアクラブ 書道教室	5	6 コラボ企画！ アペリ × IKIINKI × 花・草・木
7 	8 自由創作	9 シニアクラブ 英会話 健康麻雀 フリータイム	10 シニアクラブ お0教室 健康体操で ココロも スッキリ	11 スマホ 教室 シニアクラブ ボランティア例会 ウクル・茶道教室	12 シニアクラブ 文書教室	13 ☆ご好評につき第2弾☆ 一般社団法人写真整理協会 代表理事 浅川純子さん “はじめの一步” スマホの基礎操作、電話・カメラ・地図 アプリ・インターネット利用等 全21コマ 1コマからの選択参加可能 スマホをもっと便利に
14	15 海の日	16 自己流書道	17 シニアクラブ お0教室 アートで 右脳を活性化	18 シニアクラブ 書道教室 108歳に向 けて健康真 剣勝負！	19	20
21 	22 シニアクラブ スマホ教室 自由創作	23 シニアクラブ ウクル教室 フリータイム	24 シニアクラブ お0教室 みんなで ワイワイ 音を楽しむ♪	25 シニアクラブ 書道教室 脳トレを 学ぶ♡	26 シニアクラブ 文書教室 旅を語る	27
28 	29 フリータイム	30 旅を語る	31 壁画に チャレンジ 右脳活性化☆	- 第1部 - 奥深い話と台湾茶を楽しむ 貝原益軒養生訓研究家 薬剤師・台湾茶師 ヒロジ - 第2部 - 季節のアロマスプレー作り ～アロマの魔法で心と体をほぐしましょう～ アロマセラピスト・ソトビューティ&ケア代表 森川弘子さん		

【会場】JR・市営地下鉄関内駅から徒歩1分 関内セルテ 11階

セルテ3階でご活躍
「関内シニアクラブ」
情報も提供！
TEL.045-323-9728

どちらもお気軽に
お立ち寄りください♪



平日 13:00～16:00
水・木曜は介護予防と
交流タイムでワイワイ♪

月・火・金曜はフリータイム
珈琲を飲みながら
くつろぐだけでもOK

【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