

4

2025
April

コミュニティサロン アペリティーヴォ Aperitivo



3						
S	M	T	W	T	F	S
					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					

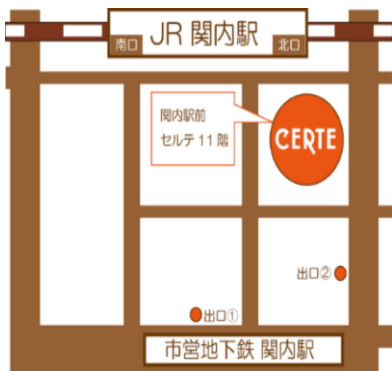
5						
S	M	T	W	T	F	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
		1 赤口 	2 先勝 アートで 右脳を 活性化	3 友引 季節を 感じて ものづくり	4 先負 	5 仏滅
6	7 赤口 	リクエスト企画♡ アロマでハンドマッサージ 体験してリフレッシュ！ 大切な誰かに癒しの リレーションしませんか？ アロマセラピスト 伊東睦美さん		9 友引 ほっこり アロマで マッサージ	10 先負 スマホの 基礎を 学ぼう	11 仏滅 感謝のステップアップ♪ スマホの基礎を丁寧に伝授 個別に指導いただきます！ 一般社団法人写真整理協会 代表理事 浅川純子さん
13 赤口	14 先勝 	15 友引 	16 先負 健康体操 ココロも スッキリ	17 仏滅 台湾茶など お茶を 楽しみながら	18 大安 どうもその話本当らしい！ 貝原益軒の「養生訓の 神髄を学ぶ！」 薬剤師・台湾茶師・ 養生訓研究家ヒロジイ	
20 先勝	21 友引 	22 先負	23 仏滅 気になる 身体を チェック	24 大安 快適生活 めざして 散歩体験	25 赤口 どこモビ(ジョイカート)を体験、 横浜公園から赤レンガ倉庫 等へ散策しませんか♪ ※どこモビ:どこでも気軽に外出(モビ リティ)できる乗り物の愛称	
27 友引 	28 仏滅 	29 大安 (公益)横浜市寿町健康福祉交流協会様 「自己啓発講座」連携企画 ベジタル・血管・血圧・握力を 測定してみませんか？ <small>昭和の日</small>	自身を 知ろう！			

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ご連絡をお待ちしています♪

平日 13:00~16:00
 ~いつでもお気軽にお越しください~
水・木曜は介護予防プログラムと
交流タイムでワイワイ♪
月・火・金曜はフリータイム
 ~好きな時間をご利用可能~
珈琲を飲みながらマイペースで
くつろげる居場所です！

【会場】 JR・市営地下鉄 関内駅から徒歩1分
 関内セルテ 11階



関内駅北口前の商業施設で
 買い物や食事をしながら
 お気軽にお立ち寄りください♪

セルテ3階「関内シニアクラブ」でも
 趣味や教養文化学習等様々な事業を展開
 お問い合わせTEL.045-323-9728
 どちらもお気軽にご連絡ください♪

~参加された方の声~
 ★水曜:スマホ講習会 初のEさん
 交流タイムで「何のために生きているのか」の問いかけがあり
 「それを探すために来ました～」と即答くださり拍手喝采♡
 ★水曜:健康体操 常連Kさん
 「家では誰とも話さないからここに来ると元気になるわ」と身体も動かし笑顔いっぱい♪
ありがとうございます！



【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



コミュニティサロン アペリティーヴォ



6年目を迎えた感謝をこめて♡

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・木曜は介護予防プログラムと交流タイム

月・火・金曜は上記時間内 フリータイム



【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



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。