

コミュニティサロン アペリティーヴォ メニュー 10・11月予定



毎週水曜日 13:00～16:00

参加費 800 円

ワンドリンク・お菓子付き

ゲスト謝礼・材料費・保険代含む

※コロナ禍で感染防止対策を徹底してお待ちしています。

変更が生じる場合もあるため、事前に確認申込をお願いします。

ご参加の際は体調確認や水分補給用の飲み物をご持参ください。

日時	内 容	ゲスト・スタッフ
10/5 (水)	座ったままのヨガでニコニコ 😊 ～ ヨガや手遊びでココロもカラダも解します ～	多彩なヨガ指導 紙谷由起子さん
10/12 (水)	健康体操で夏の疲れを吹き飛ばそう ↑ ～ ゆったりマイペースにキモチもスッキリ ～	横浜市中区地域指導員 酒井イムチャルン 順子さん
10/19 (水)	芸術の秋①簡単版画にチャレンジ 🎨 ～ 想いのままに描いて右脳を活性化 ～	瀬谷区美術協会 会長 画家 宮崎和之さん
10/26 (水)	芸術の秋②どんぐりでモノづくり 🍁 ～ 季節を感じながら右脳を活性化 ～	アペリティーヴォ 福ちゃん&ハッターリ～サ
11/2 (水)	座ったままのヨガでニコニコ 😊 ～ ヨガや手遊びでココロもカラダも解します ～	多彩なヨガ指導 紙谷由起子さん
11/9 (水)	健康体操で免疫力アップ ↑ ～ ゆったりマイペースにキモチもスッキリ ～	横浜市中区地域指導員 酒井イムチャルン 順子さん
11/16 (水)	世界で一つだけのモノづくり 🎨 ～ たのしみながら右脳を活性化 ～	瀬谷区美術協会 会長 画家 宮崎和之さん
11/30 (水)	心スッキリ思い出写真の整理 📁 ～ アルバムやバラ写真をデータ化しよう ～ ※ 当日1～10枚の写真をご持参ください	一般社団法人写真整理協会 代表理事 浅川純子さん

※メインメニューの他、交流タイムもお楽しみに♪

注：11/23祝日はお休みです

みなさんからのアイデアやご意見をきかせてください、一緒につくっていきませんか？

※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語り合います。

仲間と語り合いや趣味のひとときを過ごす居場所にも

水曜以外は何時に来ても O.K
(13:00 から 16:00 までの間)



何もせず珈琲を飲みながらくつろぐだけでも O.K !

3年目の感謝をこめてイベントも企画第4弾♪

ドリームマイホーム♪

～ 住宅の売却・相続の悩みをプロがきめ細かく伝授 ～
本格台湾茶をいただきながら将来について語り合しましょう！

参加費
400 円

本格台湾茶・お菓子付き

日時	内 容	ゲ ス ト
10/27(木) 準備の都合のため、事前にお申し込みをお願いします	13:30～ 住宅に関するお得な情報 高齢者の住宅問題・ 売却したい場合の相続等 最新情報を伺います！ 15:00～ 交流タイム 本格台湾茶を愉しむ ※ 住宅に関する悩み事を この機会に解決しませんか？	どんな小さなことにも優しさとおもいやりをもって行動することを心がける 身近で大切な「小さな社会貢献」を考える地域密着型企业 神奈川ロイヤル株式会社 様 茶人ヒロジューこと たなべ宏幸 氏 薬剤師・台湾茶師 養生訓研究家



上記以外の日は
こんなメニューに
気軽に参加可能！

創作チャレンジ🎨

～ 自由な発想で右脳を活性化 ～

旅を語り合う✈

～ 旅の思い出を語り合います ～

ごちゃまぜを愉しむ♪

～ 歌や楽器にふれあいます～

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】・ 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
食事や買い物をしながら
気軽にお立ち寄りください♪

※会場までの移動に不安のある方は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