

(活動類型：通所) 団体名：株式会社イータウン (港南区)

こもればいカフェ ～シニアのための交流サロン～

毎週月曜日/ 1部 9:30～12:30、2部 12:30～15:30

参加費 300円～/1プログラムごと(別途材料費等が必要な場合があります。)

場所/港南区港南台4-17-22 キタミビル 2F ※階段昇降をサポートします。必要な方はお申し出ください。



地域の居場所・交流拠点
港南台タウンカフェ
シニアのための
交流サロン
こもればいカフェ

いつでも自分らしく生き生きと過ごすために
カフェで行う高齢者介護予防プログラムで
一緒にひとときを過ごしませんか?

「こもればいカフェ」の特徴

- ① 習字・書道・折り紙・絵画などの無難なプログラム
- ② 地域ボランティアの方々の温かい見守り
- ③ 週ごとに開催される多彩なプログラム
- ④ 少人数(定員10名)での居心地の良い交流
- ⑤ 港南台駅徒歩2分のアクセスと利便性
- ⑥ 全行儀(横浜駅・港南台駅)との連携・協力

開催日時 毎週月曜日 午前部 9:30～12:30 午後部 12:30～15:30

対象 要支援1・2の認定を受けた方
※要支援認定を受けていない方も参加できます

場所 港南台タウンカフェ
J 港南台駅徒歩2分

参加費 300円～/1プログラムごと
※別途材料費等が必要な場合があります。
※お飲み物サービスは利用できません。

TEL 045(832)3855
横浜市港南区港南台4-17-22 キタミビル2F
協力：港南台駅前ケアプラザ「ココロ・カラダ」

港南台駅徒歩2分



午前の部

9:30～10:00 受付

10:00～11:30 プログラム

11:30～12:30 交流タイム

午後の部

12:30～13:00 受付

13:00～14:30 プログラム

14:30～15:30 交流タイム

「こもればいカフェ」は、港南台駅より徒歩2分の場所にある港南台タウンカフェで開催している通所型の交流サロンです。毎週月曜日の午前午後の2部制で、体操、音楽鑑賞や歌カフェ、折り紙教室、健康麻雀など様々なプログラムを開催しており、ご自分にあったプログラムを選んで参加することが出来ます。毎回 交流タイムを設けているので、地域に顔見知りが出る良いきっかけにもなっています。また、月に1度、ケアプラザ職員も参加する「プラッとおしゃべりタイム」を開催しています。普段もカフェとして利用出来るので、買い物や散歩の途中に、コーヒーを飲みながらスタッフとの会話を楽しむ事も出来ます。