

「ばあばの家 あさだ」

横浜市介護予防・生活支援サービス補助事業
通所型支援「サービスB」

ばあばの家



2020年9月の予定

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
					椅子に座って体操 10:00～12:00 13:00～15:00	
6	7	8	9	10	11	12
	手遊び 10:30～12:00 13:00～14:30				コグニサイズ 10:00～12:00 13:00～15:00	
13	14	15	16	17	18	19
	笑いヨガ 10:30～12:00 13:00～14:30				椅子に座って体操 10:00～12:00 13:00～15:00	
20	21	22	23	24	25	26
	手遊び 10:30～12:00 13:00～14:30				コグニサイズ 10:00～12:00 13:00～15:00	
27	28	29	30	コグニサイズとは？ 軽い運動をしながら、計算や「しりとり」をする頭と体の体操。 心身ともにリフレッシュしませんか？		
	コグニサイズ 10:00～12:00 13:00～15:00					

コロナウィルス感染拡大防止に留意してオープンしています。

新しい生活様式で、楽しい「ばあばの家」にいたしましょう。

ご利用は午前または午後になります。ご予約ください。

毎週木曜日

9月3日より「手仕事くらぶ」を再開いたします



毎週金曜日(10:00～12:00, 13:00～15:00)

「横浜市介護予防・生活支援サービス補助事業通所型支援(通称サービスB)」をおこなっています

「ばあばの家あさだ」連絡先&地図
横浜市西区境之谷30-6

TEL 045-341-4248 FAX 045-341-4249

ばあばの家あさだ運営団体・発行責任者

NPO法人ワーカーズ・コレクティブたすけあいぐっぴい
横浜市西区戸部本町50-21 プエルト横浜705
TEL 045-311-0233 (月～金、9時～17時)

横浜駅・桜木町駅から市営89系統「一本松小学校」下車
市営バス68系統、102系統「境の谷」下車

