

### ◎開所時間

金曜日

10時～15時

### ◎利用料

100円(半日)

昼食利用者(希望者)は500円

(利用料200円+昼食代300円)

### ◎利用できる方

★要支援1・2の要介護認定がある方

および要支援相当で基本チェックリストを活用して事業の対象となった方(事業対象者)で、地域包括支援センターなどによる介護予防ケアマネジメントなどでサービスBの活動がケアプランに位置付けられた方

★上記以外の方もご自由に参加できます。

★個人情報の保護に関する条例を遵守し、サービス提供のみに利用し、その他の目的に利用提供することはありません。



### アクセス:

横浜駅東口から、横浜市営バス89系統

一本松小学校前バス停下車

横浜駅西口から横浜市営バス68,102系統

久保山(または境之谷)バス停下車

運営責任者: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

電話:045-311-0233

E-mail: info@guppii.jp

(月～金、9時～17時)

問い合わせ先:ばあばの家あさだ

横浜市西区境之谷30-6

電話:045-341-4248

(月～金、10時～15時)

NPO 法人ワーカーズ・コレクティブ  
たすけあいぐっぴい

## ばあばの家あさだ デイサロン

横浜市介護予防・生活支援補助事業

ばあばの家



あさだ



## ばあばの家でフレイル予防

年齢を重ねていくと、様々なダメージを受けたときの回復力が低下します。

ばあばの家で、フレイルを予防し、進行を遅らせましょう

ばあばの家でボランティアなどいかがでしょう？

健康麻雀、体操、脳トレやみんなでおしゃべり！

たすけあい、いたわりあって、楽しく一日を過ごしましょう！



## お楽しみプログラム

- ★ ■ 椅子に座って体操
- ★ ■ ガーデニング
- ★ ■ 健康麻雀
- ★ iPadを使った脳トレなどなど

ご希望者には、美味しい手作りの昼食もご提供

毎月のプログラム情報は  
たすけあいぐっぴい HP まで  
<https://guppii.jp/>

