



歌声喫茶やラフターヨガなど、介護予防にも最適なプログラムをご用意しています。お好きなプログラムを選んでご参加いただけるので、気の合う方達と知り合い、交流が楽しめるサロンとなっています。はじめてでも、お一人でもどうぞお気軽にご参加ください。

10月のプログラム

10/7 (月)
10:00 ~ 13:00
ラフターヨガ
「笑うこと」はとても身体に良いと言われています。笑って元気に！
■参加費：800円（昼食付き）
■定員：10名
■ゲスト：森山三枝さん

10/21 (月)
10:00 ~ 13:00
健康麻雀
睡けない飲まない吸わない。頭と指先を使って老化防止にも！
■参加費：800円（昼食付き）
■定員：12名
■ゲスト：田中武彦さん

10/28 (月)
10:00 ~ 13:00
健康麻雀
睡けない飲まない吸わない。頭と指先を使って老化防止にも！
■参加費：800円（昼食付き）
■定員：12名
■ゲスト：田中武彦さん

10/28 (月)
10:00 ~ 13:00
やさしい折り紙
どなたでも簡単にできて素敵な折り紙を一緒に楽しみましょう。
■参加費：900円（昼食付き+材料費）
■定員：5名
■ゲスト：若山紀子さん

10/7 (月)
12:30 ~ 15:30
歌声喫茶
昭和のメロディーに合わせて一緒に歌いませんか。
■参加費：800円（昼食付き）
■定員：10名
■ゲスト：田中久子さん

10/21 (月)
12:30 ~ 15:30
ギター演奏と歌
ギター演奏を聴いた後は、懐かしい曲を皆さんで歌いましょう。
■参加費：800円（昼食付き）
■定員：10名
■ゲスト：ビッグリーフさん

10/28 (月)
12:30 ~ 15:30
ひだまりサロン
扇トレやおしゃべりなどができるサロン。要支援の方にオススメです。
■参加費：800円（昼食付き）
■定員：10名

月曜開催

ランチ付き



楽しくおしゃべりしながら、紙を折っているうちに素敵な作品ができあがります。指先を動かすこと（やさしい）折り紙

*午前と午後両方参加の場合は、昼食代500円割引します。
*ドリンクなどが必要な場合は、別途実費でご注文下さい。(280円~400円)

小箱ショップ

80を超える小箱には心のこもった手作り作品がキラキラと並びます。温かい木のぬくもりにやされながらゆっくりと小箱を眺めているとそれだけで時間がたつのを忘れてしまいそうです。

カフェサロン

- 貸しスペース：会合や打ち合わせ・セミナーなど
- 貸しギャラリー：絵画や写真展・個展・グループ展など（利用料が必要となります）
- 音楽通り in CAFE

cafe menu

- ドリンク：コーヒー・紅茶・中国茶・ハーブティーほか
- スイーツ：白玉抹茶アイス・アイスクリーム・抹茶ラテフロートほか
- フード：6種のトーストスープ・ヨーグルトセット・天然酵母のパン（火食）・お弁当（月・水・木）

港南台タウンカフェとは・・・



手づくり雑貨の小箱ショップとギャラリーに囲まれたカフェサロンです。まちの情報誌発行や地域交流イベント、港南台テント村やキャンドルナイトの事務局など、まちづくりプロジェクトの発信基地にもなっています。



至 鎌倉街道・日野IC
至 環状3号・港南台IC
至 高島屋 港南台店
至 イオンフードスタイル パーズ
至 タクシー乗り場
至 港南台駅
至 テスコビル
至 三菱UFJ銀行
至 ココス
至 港南台タウンカフェ (ブックスタミ 2F)
至 スポーツクラブ
至 港南台IC

営業時間：10:00 ~ 18:00（日・祝・第1火曜定休）
※第3金曜は20時まで営業
TEL：045-832-3855 FAX：045-832-3864
住所：横浜市港南区港南台 4-17-22 ブックスタミ 2F
(JR 港南台駅より徒歩 2分)
<http://www.town-cafe.jp>

横浜港南台商店会・まちづくりフォーラム港南・株式会社イータウンが連携して運営しています。



港南台タウンカフェ

cafe から始まるおもしろまちづくり **便り** 10
2019.Oct.



青空の下、作家さんとのんびりお話ししながら可愛い作品を見つけてみては。

タウンカフェ・ギャラリー 『三水会写真展』

写真好きな仲間が集まって月に1回を目標に撮影会をしている三水会の写真展。

期間：10/7(月)~12(土)10:00~18:00
場所：港南台タウンカフェ
※入場無料

※カフェでは写真や絵画、手作り作品の展示販売など自由な表現の場としてギャラリーをご利用いただけます。お気軽にお問い合わせ下さい。

港南台テント村*フリーマーケット 2019 秋 『ハンドメイドマルシェ』開催

テント村フリーマーケットの会場でハンドメイドマルシェを開催します。お買い物も出店も楽しめるマルシェです。

*お申し込み等詳細はお問い合わせ下さい。

【日時】10月26日(土) 9:30 ~ 14:00
※雨天翌日に延期

【場所】港南台中央公園
【主催】港南台テント村実行委員会
横浜港南台商店会 TEL 045-833-5944