

# 岐阜市住民主体型デイサービス事業 (J)

## ふれあいサロン事業

# ほっこり広場

マーサ21北館4階

いつでも誰かに会え、楽しい講座が盛りだくさん！  
誰でも気軽に立ち寄れる、そんな場所です☆

一人でも  
大丈夫！

どこの  
地域の方でも！

ひとりよりふたりだと、

おしゃべりもより楽しいね♪

みんなの笑顔がいっぱいの「ほっこり広場」に  
遊びに来てください。

まってま～す☆

気軽に立ち  
寄ってね☆

ボランティアさん  
大募集！

## ほっこり広場

【開催日】

☆毎週 火・木曜日

\*詳しくは毎月の予定表をご覧ください

【時間】

☆午前 10:00~12:00

☆午後 13:00~15:00

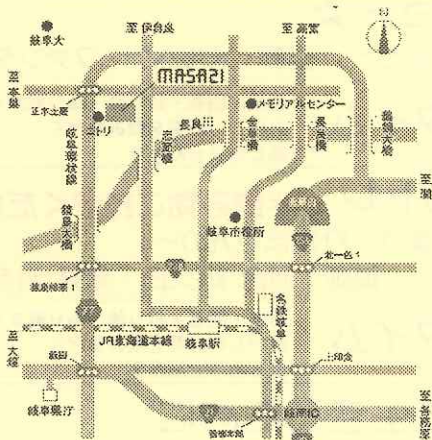
【基本利用料】

☆100円(各回) \*飲み物1杯付



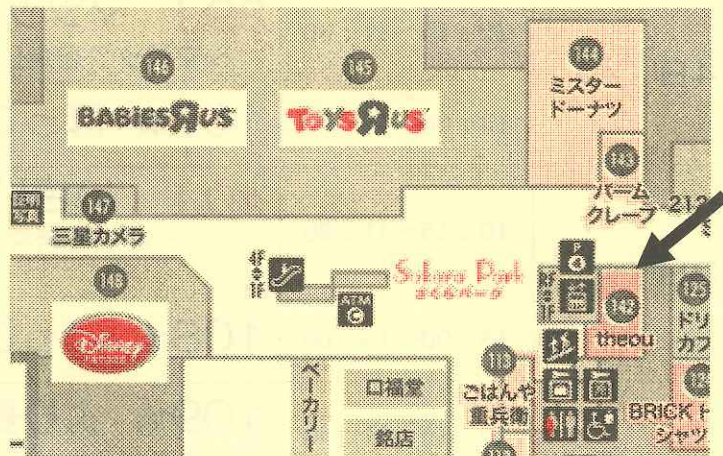
### マーサ21アクセス

にっこりバス・さんさんバス・七郷・木田バス  
☆コミュニティバスもご利用になれます☆



### ほっこり広場へのアクセス

マーサ21店内地図



ミスタードーナツ前  
エレベーターで4階へ

【問合せ先】

NPO法人グッドライフ・サポートセンター

TEL: 058-295-3420

ほっこり広場運営協議会

岐阜市高齢福祉課・岐阜市社協鷺山支部・包括支援センター・カワボウ(株)

NPO法人グッドライフ・サポートセンター

開所時間：午前 10:00~12:00 午後 13:00~15:00

	講座時間	講座内容
<b>1月1日・3日はお休みです☆今年もほっこり広場で明るく元気に！！</b>		
1月 8日 (火)	10:15~11:30	<b>37J 笑いヨガで初笑い☆</b> ~今年もたくさん笑ってスタートです！~講師：茂益亭蝶代さん
	13:00~15:00	<b>99★ ほっこりタイム</b> 将棋・囲碁・折り紙・ぬり絵など おいしいお茶を飲みながら 楽しみませんか？
1月10日 (木)	10:15~11:30	<b>100★ 新春お楽しみショー♪</b> ~腹話術、南京玉すだれ、マジックあり！！~ 松本 好弘さん
	13:00~15:00	<b>101★ ほっこりタイム</b> 将棋・囲碁・折り紙・ぬり絵など おいしいお茶を飲みながら 楽しみませんか？
1月15日 (火)	10:15~11:30	<b>38J 元気脳♪</b> ~いつまでも元気な自分であるために♪カロムも楽しもう~ 講師：地域包括支援センター
	13:00~15:00	<b>102★ ほっこりタイム</b> 将棋・囲碁・折り紙・ぬり絵など おいしいお茶を飲みながら 楽しみませんか？
1月17日 (木)	10:15~11:30 <b>予約してね！</b>	<b>103★ ハーバリウム作り</b> (参加費：1,500円) ~好きなカラーで制作しましょう☆~ 講師：佐藤 清美氏
	13:00~15:00	<b>104★ ほっこりタイム</b> 将棋・囲碁・折り紙・ぬり絵など おいしいお茶を飲みながら 楽しみませんか？
1月22日 (火)	10:15~11:30 <b>予約してね！</b>	<b>105★ ボウリングを楽しもう♪</b> (参加費：500円) ~いい汗かいて元気いっぱい！~ 協力：マーサ21 マーサボウル <b>申し込み締め切り：1/17 (木) *飲み物ご持参ください</b>
	13:00~15:00	<b>106★ ほっこりタイム</b> 将棋・囲碁・折り紙・ぬり絵など おいしいお茶を飲みながら 楽しみませんか？
1月24日 (木)	10:15~11:30	<b>39J マジックショー☆</b> ~マジックを楽しみましょう~ 講師：メルヘン・ファンタジー
	13:00~15:00	<b>107★ ほっこりタイム</b> 将棋・囲碁・折り紙・ぬり絵など おいしいお茶を飲みながら 楽しみませんか？
1月29日 (火)	10:15~11:30	<b>40J いきいき筋トレ</b> *飲み物ご持参ください ~楽しく若々しく健康づくりしませんか~ 講師：河合 輝久氏・鷺見 勝彦氏
	13:00~15:00	<b>108★ ほっこりタイム</b> 将棋・囲碁・折り紙・ぬり絵など おいしいお茶を飲みながら 楽しみませんか？
1月31日 (木)	10:15~11:30	<b>109★ より豊かに生きるために</b> ~食事から考えよう~ 講師：岩砂病院・岩砂マタニティ栄養課
	13:00~15:00	<b>110★ ほっこりタイム</b> 将棋・囲碁・折り紙・ぬり絵など おいしいお茶を飲みながら 楽しみませんか？

午後は、囲碁・将棋・折り紙・ぬり絵など楽しみましょう！

各回飲み物  
ご持参ください