

ふれあいサロン

ほっこり広場

マーサ21 北館4階

～笑顔がつなぐ地域のわ～

いつでも誰かに会え、楽しいイベントが盛りだくさん！
誰でも気軽に立ち寄れる、多世代交流のできる居場所です。

多世代交流

笑いヨガ

ひとりよりふたりだと、
おしゃべりも囲碁もより楽しいね♪
みんなの笑顔がいっぱいの「ほっこり広場」
に遊びに来て下さい。

ほっこり広場

【開催日】

★ 毎週火・木曜日

※詳しくはま毎月の予定表をご覧ください。

【時間】

★ 午前 10:15 ~ 12:00

★ 午後 13:00 ~ 15:00

【基本利用料】

★100円(各回)

※飲み物1杯無料

編み物

囲碁

体操

スタッフとボランティアの
方々で、みなさんをお
待ちしています♪

ポーリング大会

折り紙

おしゃべりタイム♪

ほっこり 広場

子育て
コミュニティ

niconico

北館4階

立体駐車場

★1階からはミスタードーナツ前の
エレベーターよりお越し下さい

【問い合わせ先】

NPO 法人グッドライフ・サポートセンター

(岐阜市正木中1丁目1番1号 カワボウビル3階)

TEL 058-295-3420

岐阜市社会福祉協議会 鷺山支部

ほっこり広場協議会

(鷺山自治会連合会・包括支援センター・カワボウ(株) など)

この事業は岐阜県より平成24年度

NPO 法人 グッドライフ・サポートセンターが受託した

「県民の参画と協働による地域づくり支援事業」事業です。

ほっこり広場

参加費：各回 100円

回覧

| | 時間 | 講座内容 |
|----------|-----------------------|--|
| 2月 4日(火) | 10:15~12:00 予約してね! | 155★ 認知症を学びましょう ～認知症サポーター養成講座～ 講師：黒野病院 岐阜県認知症疾患医療センター 玉木 康雄氏 |
| | 13:00~15:00 | 156★ ほっこりタイム  |
| 2月 6日(木) | 10:15~12:00 | 157★ 笑いヨガ ～いっぱい笑うことで健康になりませんか～ 講師： ^{まましていうようば} 茂益亭蝶代さん |
| | 13:00~15:00 | 158★ ほっこりタイム  |
| 2月11日(火) | お休み | |
| 2月13日(木) | 10:15~12:00 | 159★ ザ・昭和 ～昭和30年代から40年代のヒット歌謡曲も たくさんご用意しました♪♪～ 講師：杉浦 尚美氏 |
| | 13:00~15:00 | 160★ ほっこりタイム  |
| 2月18日(火) | 10:15~12:00 | 161★ 元気脳♪ ～いつまでも元気な自分であるために～ 講師：地域包括支援センター |
| | 13:00~15:00 | 162★ ほっこりタイム  |
| 2月20日(木) | 10:15~12:00 | 163★ いきいき筋トレ ～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 | 164★ ほっこりタイム  |
| 2月25日(火) | 10:15~12:00 | 165★ DVD鑑賞をしよう♪ 綾小路きみまろ ～今年もみんなで笑ってストレス解消!!～ |
| | 13:00~15:00 | 166★ ほっこりタイム  |
| 2月27日(木) | 10:15~12:00 予約してね! | 167★ ボウリングを楽しもう♪ (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 (申し込み締め切り：2/25(火)) |
| | 13:00~15:00 | 168★ ほっこりタイム  |