

# 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と、みなさんをお待ちしています♪

ボーリング大会

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

★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。

立体駐車場

北館4階

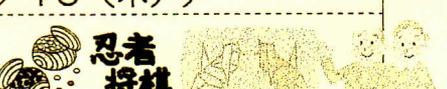
# ふれあいサロン ほっこり広場

<4月の予定>

参加費：各回 100円

## 回覧

開所時間：午前 10:15~12:00 午後 13:00~15:00

	時間	講座内容
4月 8日 (火)	10:30~12:00	1★笑いヨガ ~いっぱい笑うことで健康になりませんか~ 講師：茂益亭蝶代さん
	13:00~15:00	2★ ほっこりタイム 
4月10日 (木)	10:30~12:00	3★ DVD鑑賞をしよう♪ ~美空 ひばり 映画~ 主演：美空 ひばり
	13:00~15:00	4★ ほっこりタイム 
4月15日 (火)	10:30~12:00 予約してね!	5★ 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：4/10 (木))
	13:00~15:00	6★ ほっこりタイム 
4月17日 (木)	10:30~12:00 予約してね!	7★ にこにこサロン (材料費：初回200円) ~季節の折り紙を製作してお部屋に飾りましょう~ 講師：にこにこの先生
	13:00~15:00	8★ ほっこりタイム 
4月22日 (火)	10:30~12:00	9★ 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・鷲見 勝彦氏
	13:00~15:00	10★ ほっこりタイム 
4月24日 (木)	10:30~12:00	11★ 元気脳♪ ~カロムで遊ぼう (岐阜長良川カロムゲーム) ~ 講師：地域包括支援センター
	13:00~15:00	12★ ほっこりタイム 

今年度も「ほっこり広場」よろしくお願ひします。



今年度からにこにこサロンが始まります。すだれに季節を折り紙で製作していきます。初回のみ別途すだれ代100円・別途材料費100円でご参加いただけます。それ以後は別途100円の材料費ですだれを素敵にアレンジしていきます☆すでにすだれをお持ちの方は別途材料費100円で参加できます。

お楽しみに☆