

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

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

★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 <9月の予定>

参加費：各回 100円

開所時間：午前 10:15~12:00 午後 13:00~15:00

| | 時間 | 講座内容 |
|----------------------|-----------------------|--|
| 9月 2日 (火) | 10:30~12:00 | 71★ 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 | 72★ ほっこりタイム 将棋・囲碁・ぬり絵・脳トレなど おいしいお茶を飲みながら 楽しみませんか? |
| 9月 4日 (木) | 10:30~12:00 | 73★ 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 | 74★ ほっこりタイム 将棋・囲碁・ぬり絵・脳トレなど おいしいお茶を飲みながら 楽しみませんか? |
| 9月 9日 (火) | 10:30~12:00 予約してね! | 75★ 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：9/4 (木)) |
| | 13:00~15:00 | 76★ ほっこりタイム 将棋・囲碁・ぬり絵・脳トレなど おいしいお茶を飲みながら 楽しみませんか? |
| 9月11日 (木) | 10:30~12:00 予約してね! | 77★ 絵手紙をつくろう ~季節のお便りをかいてみませんか~ 成瀬 博子さん |
| | 13:00~15:00 | 78★ ほっこりタイム 将棋・囲碁・ぬり絵・脳トレなど おいしいお茶を飲みながら 楽しみませんか? |
| 9月16日 (火) | 10:30~12:00 | 79★ 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 | 80★ ほっこりタイム 将棋・囲碁・ぬり絵・脳トレなど おいしいお茶を飲みながら 楽しみませんか? |
| 9月18日 (木) | 10:30~12:00 予約してね! | 81★ 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 | 82★ ほっこりタイム 将棋・囲碁・ぬり絵・脳トレなど おいしいお茶を飲みながら 楽しみませんか? |
| ◎9月23日は、お休みです | | |
| 9月25日 (木) | 10:30~12:00 | 83★ いっしょに声を出して おとな絵本を楽しみましょう 講師：アナウンサー 浅井 彰子氏 |
| | 13:00~15:00 | 84★ ほっこりタイム 将棋・囲碁・ぬり絵・脳トレなど おいしいお茶を飲みながら 楽しみませんか? |

午後の『ほっこりタイム』では、おいしいお茶をのみながら
囲碁・忍者将棋・折り紙・ぬり絵など楽しみましょう♪