

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

囲碁

体操

編み物

スタッフとボランティアの
方々で、みなさんを
お待ちしております♪

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

立体駐車場

北館4階

★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。

開所時間：午前 10:15~12:00 午後 13:00~15:00

回覧

	時間	講座内容
11月 4日 (火)	10:30~12:00	101★ 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	102★ 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?
11月 6日 (木)	10:30~12:00	103★ ザ・昭和 歌声喫茶♪ ~アコーディオン演奏~ 講師：大城 豊次氏・幸子氏
	13:00~15:00	104★ 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?
11月11日 (火)	10:30~12:00	105★ 認知症を学びましょう ~いつまでも心にトキメキを~ 講師：黒野病院 岐阜県認知症疾患医療センター室長 玉木 康雄氏
	13:00~15:00	106★ 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?
11月13日 (木)	10:30~12:00	107★ 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：11/11 (火))
	13:00~15:00	108★ 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?
11月18日 (火)	10:30~12:00	109★ 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	110★ 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?
11月20日 (木)	10:30~12:00	111★ DVD鑑賞をしよう♪ ~大勝負~ 主演：コント55号・水前寺清子
	13:00~15:00	112★ 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?
11月25日 (火)	10:30~12:00	113★ 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	114★ 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?
11月27日 (木)	10:30~12:00	115★ 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	116★ 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♪