

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

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。

笑いヨガ

囲碁

体操

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 10:15 ～ 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

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♪

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㈱ 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

回覧

	時間	講座内容
12月 2日(火)	10:30~12:00	117★ 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	118★ ほっこりタイム 将棋・囲碁・折り紙・編み物など おいしいお茶を飲みながら 楽しみませんか？ 
12月 4日(木)	10:30~12:00	119★ DVD鑑賞をしよう♪ ～社長道中記～ 主演：森繁 久彌
	13:00~15:00	120★ ほっこりタイム 将棋・囲碁・折り紙・編み物など おいしいお茶を飲みながら 楽しみませんか？ 
12月 9日(火)	10:30~12:00	121★ 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：12/4(木))
	13:00~15:00	122★ ほっこりタイム 将棋・囲碁・折り紙・編み物など おいしいお茶を飲みながら 楽しみませんか？ 
12月11日(木)	10:30~12:00	123★ 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	124★ ほっこりタイム 将棋・囲碁・折り紙・編み物など おいしいお茶を飲みながら 楽しみませんか？ 
12月16日(火)	10:30~12:00	125★ 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	126★ ほっこりタイム 将棋・囲碁・折り紙・編み物など おいしいお茶を飲みながら 楽しみませんか？ 
12月18日(木)	10:30~12:00	127★ 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～ 予約受付 12月1日(月) 10時から 講師：にこにこの先生
	13:00~15:00	128★ ほっこりタイム 将棋・囲碁・折り紙・編み物など おいしいお茶を飲みながら 楽しみませんか？ 
◎12月23日は、お休みです		
12月25日(木)	10:30~12:00	129★ ほっこりクリスマス会♪ 今年最後のほっこり広場、 みなさんと楽しくすごしましょう 
	13:00~15:00	130★ ほっこりタイム 将棋・囲碁・折り紙・編み物など 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・編み物など楽しみましょう♪