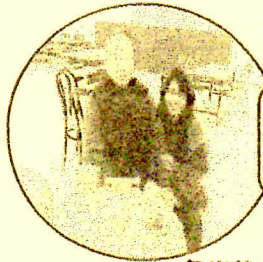


ふれあいサロン

ほっこり広場

マーサ21 北館4階

～笑顔がつなぐ地域のわ～



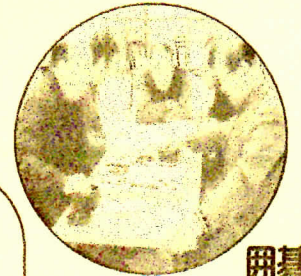
多世代交流

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。



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。



囲碁

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

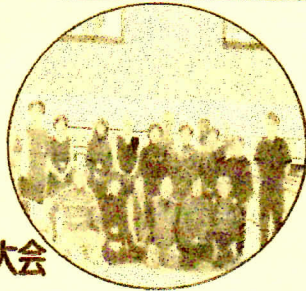


編み物

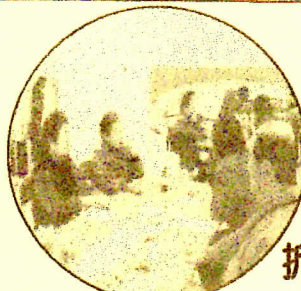


体操

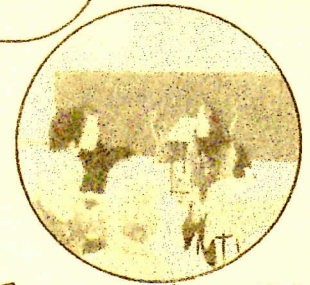
スタッフとボランティアの
方々で、みなさん
をお待ちしています♪



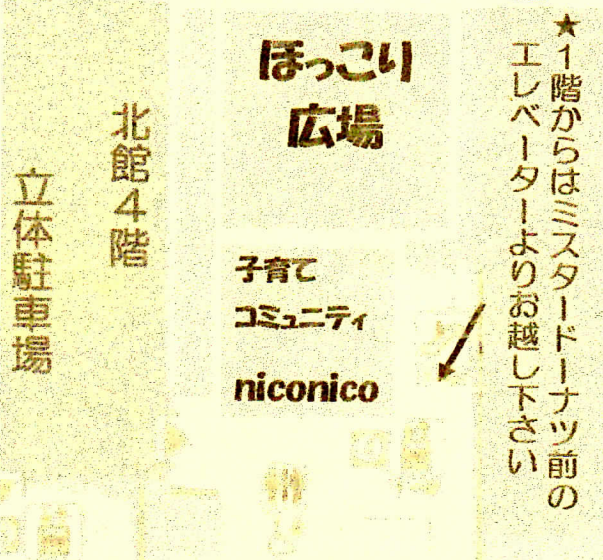
ボーリング大会



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。

回覧

	時間	講座内容
2月 3日 (火)	10:30~12:00	147★ 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	148★ 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？ 
2月 5日 (木)	10:30~12:00	149★ ヤクルト講座 ~腸の元気が健康の秘訣~ 講師：岐阜ヤクルト販売(株)
	13:00~15:00	150★ 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？ 
2月10日 (火)	10:30~12:00	151★ 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	152★ 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？ 
2月12日 (木)	10:30~12:00	153★ 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~ 予約してね！ 予約受付2月3日(火) 10時から 講師：にこにこの先生
	13:00~15:00	154★ 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？ 
2月17日 (火)	10:30~12:00	155★ ザ・昭和 ~歌ったり、楽器を鳴らしたり、そして体操も。 楽しみながら音楽で心と体を健康にしよう！~ 講師：岐阜県音楽療法士 杉浦 尚美氏
	13:00~15:00	156★ 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？ 
2月19日 (木)	10:30~12:00	157★ 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：2/17(火))
	13:00~15:00	158★ 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？ 
2月24日 (火)	10:30~12:00	159★ いきいき筋トシ ~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	160★ 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？ 
2月26日 (木)	10:30~12:00	161★ DVD鑑賞をしよう♪ ~東京キッド~ 主演：美空 ひばり
	13:00~15:00	162★ 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♪