

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、楽しい講座が盛りだくさん！
誰でも気軽に立ち寄れる、そんな場所です☆

どこの地域の
方でも！

ひとりよりふたりだと、
おしゃべりもより楽しいね♪
みんなの笑顔がいっぱいの「ほっこり広場」に
遊びに来てください。
まってま～す☆

一人でも
大丈夫！

気軽に立ち
寄ってね☆

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杯付

ボランティア
さん大募集！
*特典付き！

企業広告大募集!!

多世代交流広場の運営に協賛していただける企業を大募集しています。
ぜひ！御社のCSRにご活用ください☆
<大きさ・詳細についてはお問い合わせください！>

【問合せ先】

NPO法人グッドライフ・サポートセンター

TEL: 058-295-3420

ほっこり広場運営協議会

鷺山自治会連合会・包括支援センター・カワボウ(株)・社協 鷺山支部

ふれあいサロン ほっこり広場 <7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

	講座時間	講座内容
7月 5日 (火)	10:30~12:00	41★ 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	42★ ほっこりタイム 将棋・囲碁・折り紙・ぬり絵など おいしいお茶を飲みながら 楽しみませんか?
7月 7日 (木)	10:30~12:00 予約してね!	43★ セタかざり作り (定員：15名) *予約受付7月5日(火)10時から 講師：井上恵子先生
	13:00~15:00	44★ ほっこりタイム 将棋・囲碁・折り紙・ぬり絵など おいしいお茶を飲みながら 楽しみませんか?
7月 12日 (火)	10:30~12:00 予約してね!	45★ 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：7/7 (火))
	13:00~15:00	46★ ほっこりタイム 将棋・囲碁・折り紙・ぬり絵など おいしいお茶を飲みながら 楽しみませんか?
7月 14日 (木)	10:30~12:00	47★ けん玉の基本の技をやってみよう! ~生涯スポーツ「けん玉」を基礎から楽しく学びましょう~ 講師：(公益)日本けん玉協会東海地区ブロック長 山内 貞義氏
	13:00~15:00	48★ ほっこりタイム 将棋・囲碁・折り紙・ぬり絵など おいしいお茶を飲みながら 楽しみませんか?
7月 19日 (火)	10:30~12:00	49★ 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	50★ ほっこりタイム 将棋・囲碁・折り紙・ぬり絵など おいしいお茶を飲みながら 楽しみませんか?
7月 21日 (木)	10:30~12:00	51★ しっかり食べて健康生活 低栄養を防ごう!! 講師：岐阜県栄養士会 管理栄養士 寺町 有美子氏
	13:00~15:00	52★ ほっこりタイム 将棋・囲碁・折り紙・ぬり絵など おいしいお茶を飲みながら 楽しみませんか?
7月 26日 (火)	10:30~12:00	53★ 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	54★ ほっこりタイム 将棋・囲碁・折り紙・ぬり絵など おいしいお茶を飲みながら 楽しみませんか?
7月 28日 (木)	10:30~12:00	55★ ハーモニカ演奏♪ 講師：三田洞ボランティアズ 心のハーモニカ 武山 武司氏
	13:00~15:00	56★ ほっこりタイム 将棋・囲碁・折り紙・ぬり絵など 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♪