

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、楽しい講座が盛りたくさん！
誰でも気軽に立ち寄れる、そんな場所です☆

一人でも
大丈夫！

どこの
地域の方でも！

気軽に立ち
寄ってね☆

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☆

ボランティアさん
大募集！

*特典付き！

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

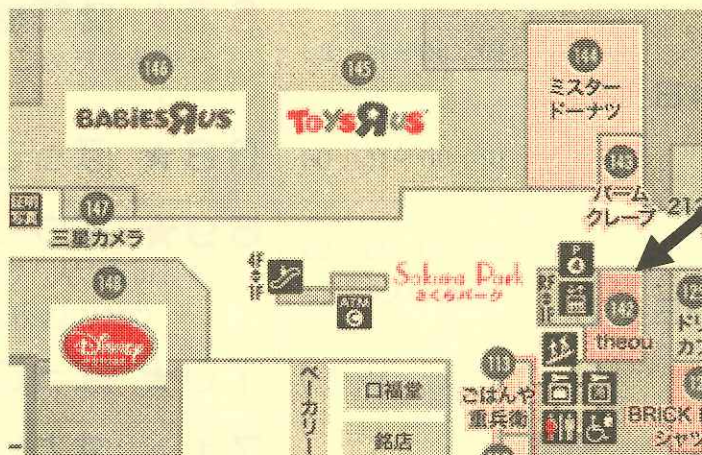
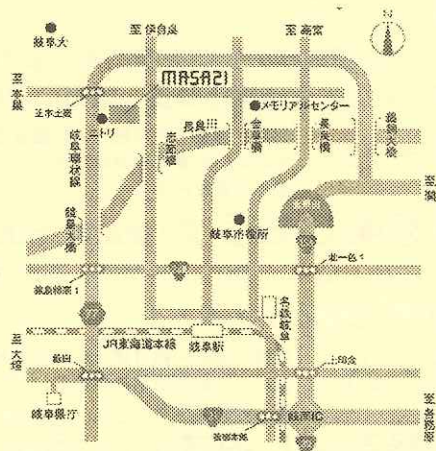


マーサ21アクセス

にっこりバス・さんさんバス・七郷・木田バス
☆コミュニティバスもご利用になれます☆

ほっこり広場へのアクセス

マーサ21店内地図



ミスタードーナツ前
エレベーターで4階へ

【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

岐阜市社協鷺山支部・鷺山自治会連合会・包括支援センター・カワボウ株

ふれあいサロン **ほっこり広場** 平成29年 <8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 |
|--------------------------------|-----------------------|--|
| 8月 1日 (火) | 10:30~11:30 予約してね! | 57★ 似顔絵を描いてもらおう(えんぴつ画) ~長良高校 美術部の生徒さんがきてくれるよ~ 先着10名 岐阜県立長良高校 美術部 |
| | 13:00~15:00 | 58★ 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? |
| 8月 3日 (木) | 10:30~11:30 | 59★ 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 | 60★ 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? |
| 8月 8日 (火) | 10:30~11:30 | 61★ 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 | 62★ 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? |
| 8月 10日 (木) | 10:30~11:30 | 63★ 笑いヨガ ~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 | 64★ 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? |
| ~8月15日(火)・17日(木)はお休みです~ | | |
| 8月 22日 (火) | 10:30~11:30 | 65★ 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 | 66★ 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? |
| 8月 24日 (木) | 10:30~11:30 | 67★ 認知症とは ~家族のために 自分のために認知症の知識を深めましょう~ 講師：黒野病院看護総師長 増田ゆかり氏 |
| | 13:00~15:00 | 68★ 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? |
| 8月 29日 (火) | 10:30~11:30 予約してね! | 69★ 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：8/24 (木)) |
| | 13:00~15:00 | 70★ 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? |
| 8月 31日 (木) | 10:30~11:30 | 71★ オカリナ演奏を楽しみましょう♪ 講師：アンサンブル オカリーナ 小栗卓郎氏 |
| | 13:00~15:00 | 72★ 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♪