

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☆

一人でも
大丈夫！

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☆

ボランティアさん
大募集！

*特典付き！

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

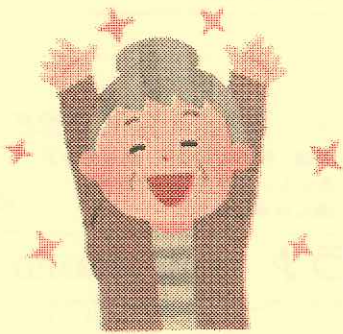
【時 間】

☆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

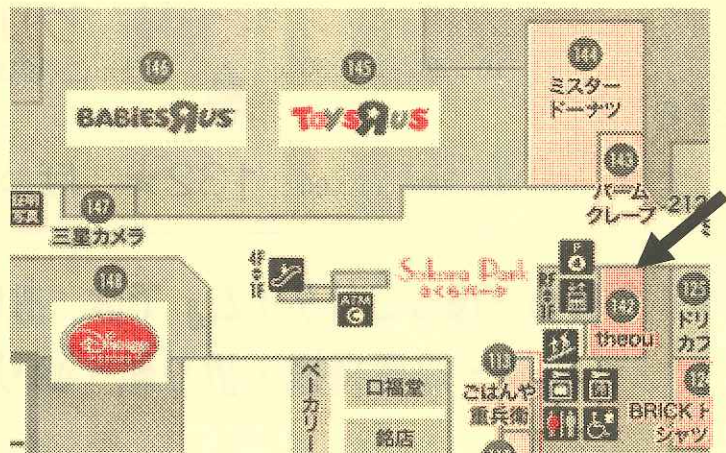
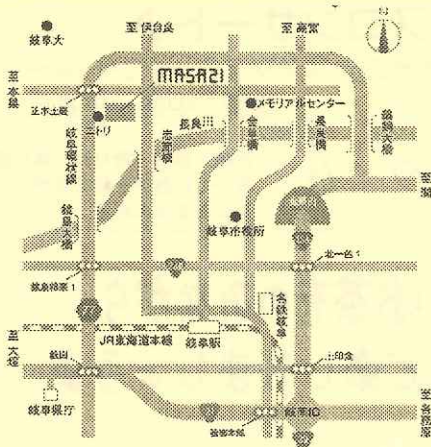


マーサ21アクセス

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 <12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 |
|------------|-----------------------|---|
| 12月 5日 (火) | 10:30~11:30 | 121★ 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 | 122★ 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？ |
| 12月 7日 (木) | 10:30~11:30 予約してね! | 123★ 絵手紙をつくろう (材料費：100円) ~季節のお便りをかいてみませんか~ 成瀬 博子さん |
| | 13:00~15:00 | 124★ 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？ |
| 12月12日 (火) | 10:30~11:30 | 125★ 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 | 126★ 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？ |
| 12月14日 (木) | 10:30~11:30 | 127★ いきいき筋トレ ~楽しく若々しく健康に~ 講師：河合 輝久氏・鷲見 勝彦氏 |
| | 13:00~15:00 | 128★ 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？ |
| 12月19日 (火) | 10:30~11:30 予約してね! | 129★ ポ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：12/14 (木)) |
| | 13:00~15:00 | 130★ 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？ |
| 12月21日 (木) | 10:30~11:30 | 131★ クリスマスコンサート♪ ~ほっこり広場から歌声のクリスマスプレゼント☆~ 講師：中島 由衣氏 |
| | 13:00~15:00 | 132★ 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♪

12月26日 (火)・28日 (木) はお休みです。
 新年は1月11日 (木) からです。
 よいお年をお迎えください。