

岐阜市住民主体型テイサービス事業 (J)
ふれあいサロン事業

ほっこり広場

マーサ21北館4階

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☆

気軽に立ち
寄ってね☆

ボランティアさん
大募集！

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 10:00~12:00

☆午後 13:00~15:00

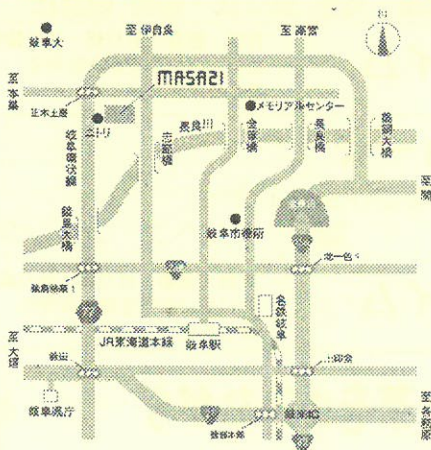
【基本利用料】

☆100円(各回) *飲み物1杯付



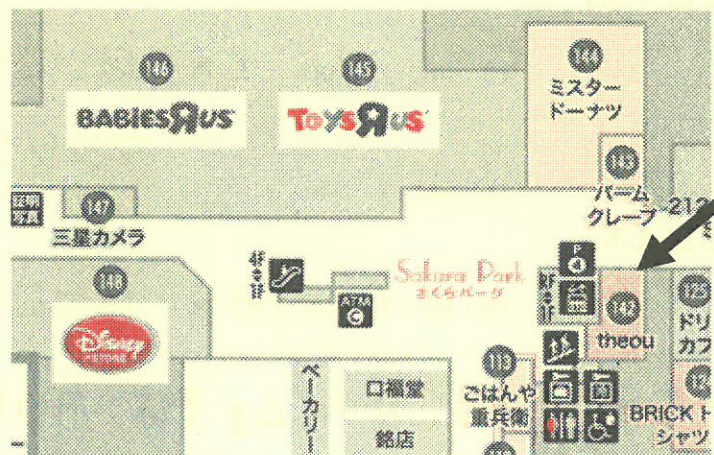
マーサ21アクセス

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

岐阜市高齢福祉課・岐阜市社協鷺山支部・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

<4月の予定>

参加費：各回 100円

開所時間：午前 10:00~12:00 午後 13:00~15:00

回覧

講座時間

講座内容

~4月3日・5日は、お休みです~

4月10日(火)	10:30~11:30	1J 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	1★ 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?	
4月12日(木)	10:30~11:30	2★ 歌とミュージックベルを 楽しみましょう♪ 講師：加藤 恵美子氏	
	13:00~15:00	3★ 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?	
4月17日(火)	10:30~11:30	2J 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	4★ 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?	
4月19日(木)	10:30~11:30 予約してね!	5★ 絵文字でお部屋を飾りましょう♪ ~好きな言葉をフレームに入れて飾りましょう~ 材料費 200円 定員20人 講師：nico nico 井上 恵子先生	
	13:00~15:00	6★ 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?	
4月24日(火)	10:30~11:30	3J 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	7★ 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?	
4月26日(木)	10:30~11:30	4J マジックショー☆ ~マジックを楽しみましょう~ 講師：メルヘン・ファンタジー	
	13:00~15:00	8★ 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♪

体を動かす講座の時は、必ず水分をご持参ください。
講座中はこまめに水分補給しましょう♪

