

岐阜市住民主体型デイサービス事業 (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☆

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♪

一人でも  
大丈夫！

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

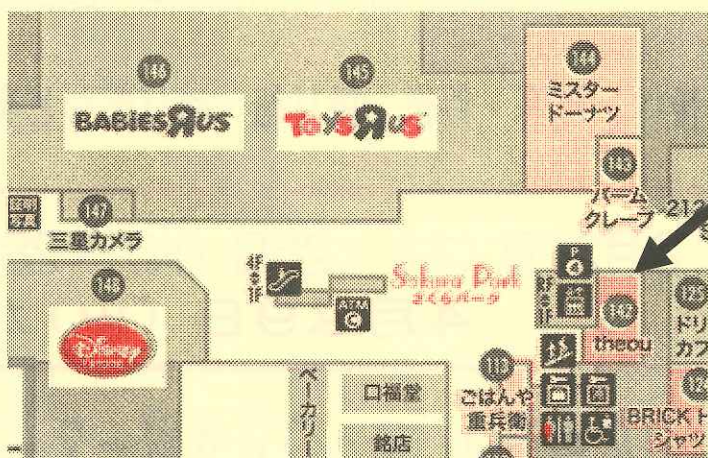
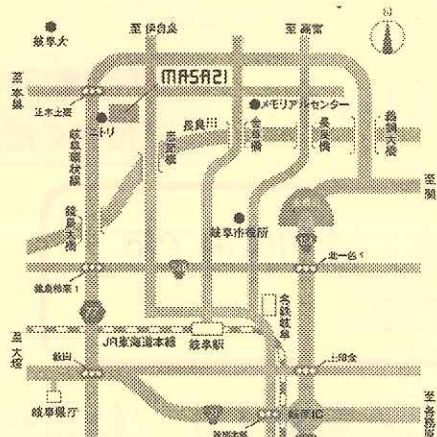


マーサ21アクセス

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)

NPO法人グッドライフ・サポートセンター



開所時間：午前 10:00~12:00 午後 13:00~15:00

	講座時間	講座内容
3月 5日 (火)	10:15~11:30	<b>46J 笑いヨガ☆</b> ~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	<b>122★ ほっこりタイム</b> 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?
3月 7日 (木)	10:15~11:30	<b>123★ ほっこりコンサート♪</b> ~ギターと一緒に歌いましょう!!~ 講師：高橋 真弘氏
	13:00~15:00	<b>124★ ほっこりタイム</b> 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?
3月12日 (火)	10:15~11:30	<b>47J いきいき筋トレ</b> ~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
	13:00~15:00	<b>125★ ほっこりタイム</b> 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?
3月14日 (木)	10:15~11:30	<b>48J 元気脳♪</b> ~いつまでも元気な自分であるために♪カロムも楽しもう~ 講師：地域包括支援センター
	13:00~15:00	<b>126★ ほっこりタイム</b> 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?
3月19日 (火)	10:15~11:30	<b>127★ ボウリングを楽しもう♪</b> (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：3/14 (木) *飲み物ご持参ください
	13:00~15:00	<b>128★ ほっこりタイム</b> 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?

午後は、囲碁・将棋・折り紙・ぬり絵など楽しみましょう!

各回飲み物  
ご持参ください

3月21日 (木)・26日 (火)・28日 (木) はお休みです。

4月は9日 (火) からです。

ほっこり広場では「ほっこりサポーターズ」を大募集!! (特典つき)  
楽しい空間を一緒につくりませんか?  
申し込み：058-295-3420まで