

# 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☆

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！

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 10:00~12:00

☆午後 13:00~15:00

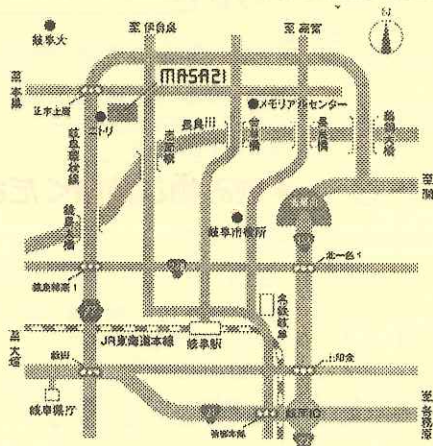
【基本利用料】

☆100円(各回) \*飲み物1杯付



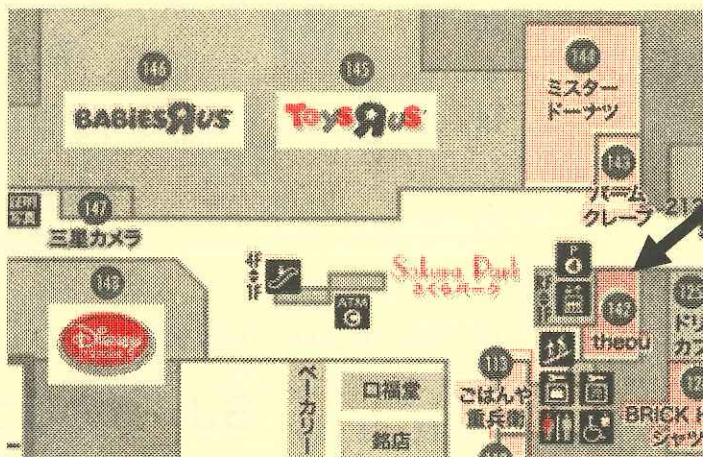
### マーサ21アクセス

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

|                     | 講座時間                  | 講座内容   |
|---------------------|-----------------------|--|
| <b>~5月2日はお休みです~</b> |                       |  |
| 5月 7日 (火)           | 10:15~11:30           | <b>5J 笑いヨガ☆</b><br>~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>9★ ほっこりタイム</b><br>将棋・囲碁・折り紙・ぬり絵など<br>おいしいお茶を飲みながら<br>楽しみませんか?   |
| 5月 9日 (木)           | 10:15~11:30<br>予約してね! | <b>10★ 折り紙でバラのリース作り</b><br>定員 15名 (材料費：100円) 講師：nico nico 井上 恵子先生  |
|                     | 13:00~15:00           | <b>11★ ほっこりタイム</b><br>将棋・囲碁・折り紙・ぬり絵など<br>おいしいお茶を飲みながら<br>楽しみませんか?  |
| 5月14日 (火)           | 10:15~11:30           | <b>6J 元気脳♪</b><br>~いつまでも元気な自分であるために♪カロムも楽しもう~<br>講師：地域包括支援センター   |
|                     | 13:00~15:00           | <b>12★ ほっこりタイム</b><br>将棋・囲碁・折り紙・ぬり絵など<br>おいしいお茶を飲みながら<br>楽しみませんか?  |
| 5月16日 (木)           | 10:15~11:30           | <b>13★ 愉快なとなりのばあさん♪</b><br>講師：とんちんかん劇団   |
|                     | 13:00~15:00           | <b>14★ ほっこりタイム</b><br>将棋・囲碁・折り紙・ぬり絵など<br>おいしいお茶を飲みながら<br>楽しみませんか?  |
| 5月21日 (火)           | 10:15~11:30<br>予約してね! | <b>15★ ボウリングを楽しもう♪ (参加費：500円)</b><br>~いい汗かいて元気いっぱい!~ 協力：マーサ21 マーサボウル<br><b>申し込み締め切り：5/16 (木) *飲み物ご持参ください</b> |
|                     | 13:00~15:00           | <b>16★ ほっこりタイム</b><br>将棋・囲碁・折り紙・ぬり絵など<br>おいしいお茶を飲みながら<br>楽しみませんか?  |
| 5月23日 (木)           | 10:15~11:30           | <b>17★ 歌とミュージックベルを<br/>楽しみましょう♪</b> 講師：加藤 恵美子氏   |
|                     | 13:00~15:00           | <b>18★ ほっこりタイム</b><br>将棋・囲碁・折り紙・ぬり絵など<br>おいしいお茶を飲みながら<br>楽しみませんか?  |
| 5月28日 (火)           | 10:15~11:30           | <b>7J いきいき筋トレ *飲み物ご持参ください</b><br>~楽しく若々しく健康づくりしませんか~<br>講師：河合 輝久氏・鷲見 勝彦氏                                     |
|                     | 13:00~15:00           | <b>19★ ほっこりタイム</b><br>将棋・囲碁・折り紙・ぬり絵など<br>おいしいお茶を飲みながら<br>楽しみませんか?  |
| 5月30日 (木)           | 10:15~11:30           | <b>8J オカリナ演奏を楽しみましょう♪</b><br>講師：アンサンブル オカリーナ 小栗 卓郎氏  |
|                     | 13:00~15:00           | <b>20★ ほっこりタイム</b><br>将棋・囲碁・折り紙・ぬり絵など<br>おいしいお茶を飲みながら<br>楽しみませんか?  |

午後の『ほっこりタイム』では、

囲碁・忍者将棋・折り紙・ぬり絵など楽しみましょう♪