

岐阜市住民主体型テイサービス事業  
ふれあいサロン事業

# ほっこり広場

マーサ21南館4階

いつでも誰かに会え、楽しい講座が盛りだくさん！  
誰でも気軽に参加できる、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。

予約して  
来てね☆

グッドライフ・サポートセンター

**公式 LINE** 始めました！

登録するとほっこの予定が  
携帯に届くよ！  
登録の仕方がわからない方は  
ほっこの時にスタッフに聞いてね☆



一社) オレンジリボン岐阜ネット  
子どもの虐待防止：子育て家庭を応援し、  
子どもの笑顔を守る明るい社会を目指していきます



【開催日】  
☆毎月の予定表をご覧ください  
【時間】  
☆午前 10:15~11:30  
【参加費】  
☆1講座 100円  
※ボウリング講座 500円 (靴代込)



クリーニングのOKS前  
エレベーターで4階へ

ほっこり広場へのアクセス  
マーサ21店内地図

【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

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





回覧

開所時間：午前 10:15~11:30

～大切なお知らせ～

ほっこり広場は、マーサ21南館4F（会議室）で開催します。

電話予約（先着順）の定員制にて行います。ご協力をお願いします。




ご予約お待ちしております♪

【予約・お問い合わせ】**受付開始：11/1（金）**

TEL：058-295-3420

NPO法人 グッドライフ・サポートセンター

平日9:00~17:00（祝日は除く）

	講座時間	講座内容
11月12日 (火)	10:30~11:30 予約してね 定員 25名	29 十年後もイキイキと  リンパを流して健康に☆ 講師：中内 郁子氏
11月14日 (木)	10:30~11:30 予約してね 定員 25名	30 回想対話ゲームで 健康寿命をのばそう！ 講師：認知症予防トレーナー キャリアアランプ®回想ゲームファシリテーター 伊藤 恵氏
11月19日 (火)	10:30~11:30 予約してね 定員 25名	31 笑いヨガ☆ ～いっぱい笑って健康になりませんか～ 講師：茂益亭蝶代さん 
11月26日 (火)	10:30~11:30 予約してね 定員 26名	32 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

必ず飲み物ご持参ください