

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

予約して
来てね☆

「ほっこり広場」に遊びに来てください。

グッドライフ・サポートセンター

公式 LINE

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☆

【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OK'S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

【問合わせ先】

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：6/2（月）

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
6月12日 (木)	10:30～11:30 予約してね 定員 25名	9 熱中症予防☆ ～水分と食事～ 講師：岩砂病院・岩砂マタニティ 管理栄養士 
6月17日 (火)	10:30～11:30 予約してね 定員 25名	10 さあはじめましょう 運動と外出ではつらつ生活 講師：理学療法士 辻 良太 氏 
6月24日 (火)	10:30～11:30 予約してね 定員 26名	11 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 
6月26日 (木)	10:30～11:30 予約してね 定員 25名	12 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 



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

必ず飲み物ご持参ください