

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！

とこの
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

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。

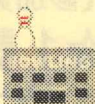
ご予約お待ちしております♪

【予約・お問い合わせ】受付開始：12/1（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
12月9日 (火)	10:30～11:30 予約してね 定員 26名	33 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
12月18日 (木)	10:30～11:30 予約してね 定員 25名	34 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
12月23日 (火)	10:30～11:30 予約してね 定員 25名	35 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
12月25日 (木)	10:30～11:30 予約してね 定員 25名	36 歌声広場♪ ～テナーサックスとキーボードと一緒に歌いましょう～  講師：ツインテール



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