

# 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

【問い合わせ先】

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：5/1（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
5月14日 (木)	10:30~11:30 予約してね 定員 25名	5 理学療法士と学ぶ、健活のススメ 講師：リハコぎふリハビリ&フィットネス ケアカフェ サードプレイス 理学療法士 和田 真理子氏
5月21日 (木)	10:30~11:30 予約してね 定員 25名	6 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
5月26日 (火)	10:30~11:30 予約してね 定員 26名	7 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
5月28日 (木)	10:30~11:30 予約してね 定員 25名	8 体を守る免疫機能☆ 講師：(株)ヤクルトマーケティング東海 岐阜カンパニー



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