

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

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

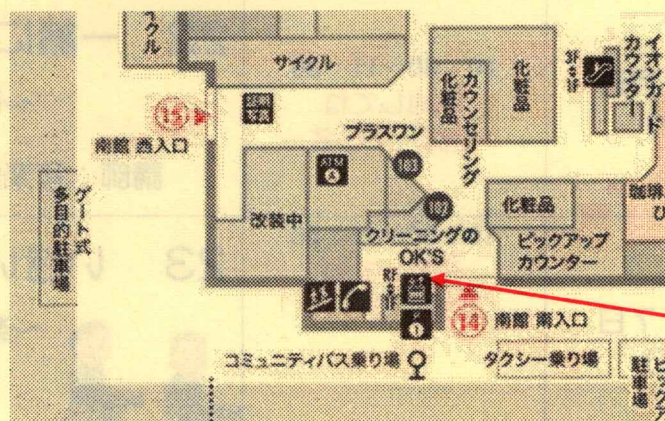
【時 間】

☆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



ほっこり広場

開所時間：午前 10:15～11:30

回覧

～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。

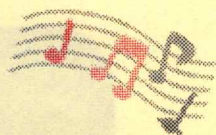
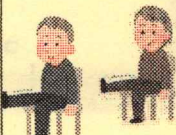
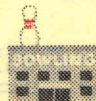
ご予約お待ちしております♪

【予約・お問い合わせ】受付開始：9/1（火）

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
9月10日 (木)	10:30～11:30 予約してね 定員 25名	21 おくちの元気づくり講座 ～おくちの体操をしてオーラルフレイルを予防しましょう！ ☆『うごくま』の活用状況について～  講師：岐阜市福祉医療課 歯科衛生士
9月15日 (火)	10:30～11:30 予約してね 定員 25名	22 一緒に歌おうコンサート♪ ～歌や楽器で楽しもう～  講師：音楽療法士・笑いヨガ講師 なかしま ゆい氏
9月17日 (木)	10:30～11:30 予約してね 定員 25名	23 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
9月29日 (火)	10:30～11:30 予約してね 定員 26名	24 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！～ *靴下を履いてきてね  協力：マーサ21 マーサボウル



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