

ごきげんサロン 時間 10:00~15:00 場所 ごきげんスペース

開催日 4/11(土)は、月に一度のランチ&癒しの空間

参加費 200円 飲み物茶菓子付き

ごきげんでは、SDG'Sの取り組みとしてペットボトルのキャップを10個以上、持ってきてくださった方には、参加費を無料とさせていただきます。SDG'S (NO.12.13.14)

別途 ランチ代 季節の献立 400円 (限定10食)

☆TRIO PALETTE (トリオ パレット)

☆演奏時間 13時~14時

「TRIO PALETTE」はピアノ、フルート、オーボエからなる三重奏です。途中、フルートとオーボエのデュオを挟みながら演奏します。聴いている方の気持ち軽くなり、心癒される音楽を提供できたらと思います。

♪演奏曲♪ ハナミズキ いのちの歌 トップオブザワールド 花は咲く系 など演奏予定を演奏でお楽しみ下さい!!

皆様でワイワイ・楽しいサロンを目指して交流したいと思います。

☆サロンメニュー☆

☆ハンドパラフィンパック☆ 700円

☆さとう式リンパケア☆ (10分) 500円

※サロンメニューについては別途お支払いをお願いします。

開催日 4/15(水) 4/22(水)

参加費 200円 飲み物茶菓子付き

お問い合わせ先 025-367-9295 (担当 土田)

メール gokigen.2021.10.11@gmail.com

住所 新潟市西区小針7丁目19番3号

主催 特定非営利活動法人ごきげん

後援 ヘルパーステーションごきげん



特定非営利活動法人ごきげんのSDG'S の取り組みます。



TRIO PALETTE

トリオ パレット

演奏時間 13時～14時

TRIO PALETTEは、
ピアノ、フルート、オーボエからなる
三重奏です。途中、フルートとオーボエ
のデュオを挟みながら演奏します。
聴いている方の気持ちが軽くなり、
心癒される音楽を提供できたらと思います。



演奏曲

ハナミズキ いのちの歌 トップオブザワールド
花は咲く 糸 など

ランチタイム後の午後のひととき、ウトウトするも
よし、一緒に参加していただくもよし（手軽にでき
るものを数点持参します！）

皆さんの自由な形でリラックスタイムをお楽しみみく
ださい。

よろしくお願ひします！

ごきげんサロンとは・・・

来た時よりも

笑顔になって

帰ってもらえるように

～ 楽しく過ごせる場所 ～

こんな人におすすめ

自分の夢を話せて叶えたい人

1人の時間が多い人

会話を楽しみたい人

認知症の心配がある人

1人で食事をする人が多い人

心や体がラクになりたい人

自分の居場所や出かける先が欲しい人

