

おとなのランチ～大人のランチ～

共通の趣味を持ちたい、話し相手が欲しい、もう一度恋がしたい！そんな独身男女に出会いの場を提供いたします。お気軽にご参加ください。

日時 3月26日(日)
午前11時～午後2時

場所 ウェル - all is well -
中央市下河東3026-14

参加費 男性：5,000円
女性：2,000円

対象 県内在住の50～65歳までの独身男女(定員各7名)

締切り 3月3日(金)

※申し込み、問い合わせは中央市社協まで。

第13回フードドライブ

ご協力ありがとうございました

12月1日(木)～8日(木)に実施された第13回フードドライブでは、県全体で約5トンの食品が集まりました。それらは、山梨県内の食べ物を必要としている方のもとへ送られました。

中央市では、76キロの食品が集まりました。

みなさん、ご協力ありがとうございました。

ボランティア団体のご紹介！

地域つながりお茶会「ちびチュウ」では、乳幼児を対象に、遊べる広場を作りたいと考えています。ご家庭で使わなくなったおもちゃや幼児布団等をお譲りいただけませんか？(破損等、状態によっては譲り受けを控えさせていただく場合もあります。)

また、一緒に活動していただけるメンバーも募集しています。遊びに来る赤ちゃん、子ども達はもちろん、子育て中のママ、パパ、孫育て中のおばあちゃん、おじいちゃん達が穏やかに楽しく過ごせるように、一緒に活動しませんか？

お気軽にお問い合わせください。

地域つながりお茶会「ちびチュウ」丸山
連絡先 中央市社協まで

介護予防ボランティア養成講座II

今回のテーマは「認知症」と「健康体操」です。みなさんのご参加をお待ちしています！！

日時 ①2月16日(木)、②2月23日(木)
2回とも午後1時30分～3時30分

内容 ①その人らしさを支える認知症ケア
②健康体操～認知症予防・転倒予防～

講師 ①山梨県立大学 看護実践開発研究センター
認知症看護認定看護師
狩野 英美 氏
②医療法人 立史会
介護老人保健施設 ノイエス
理学療法士 武井 直哉 氏

場所 玉穂総合会館多目的室1-5

対象者 中央市在住の方(定員20名)

参加費 無料

問合せ 中央市社協まで

農業に興味がある方！！

社協では「**稲楽人**」事業を実施しています。遊休農地を活用し、農業に興味のある方を募集しています。

定年退職をした方やUターンで帰京した方々が元気に地域で暮らすことができるよう、また、自然の中で(農)作業に取り組むことで健康及び体力作りの一助にもなります。

興味のある方は、中央市社協までお問い合わせください。

ありがとうございました！

玉穂地区在住の中澤 剛貴さんの善意により玉穂総合会館調理室の包丁を研いでいただきました。

ありがとうございました！

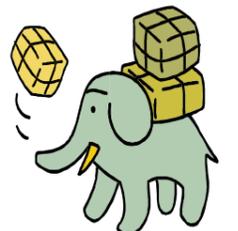
各種事業の申し込み・問い合わせの連絡先は下記のとおりです。↓

発行・編集 中央市社会福祉協議会
住所 中央市下河東620
電話 055-274-0294
FAX 055-274-0319
メール borasen@chuo-shakyo.or.jp
ホームページ <http://chuo-shakyo.or.jp/>

中央市社会福祉協議会

ボランティアだより

第64号 H29・2月発行



山梨県では2月はボランティア・NPO活動推進月間です。

ボランティア活動に対して、県民一人ひとりの理解を深めるきっかけとして、県下でたくさんの行事が行われます。中央市社会福祉協議会各支所では、ボランティアボードが設置してあり、楽しいイベントや誰でも気軽にできるボランティアなど、さまざまな情報が掲載されています。寒い季節ですが、みなさんで集まって心から温まりませんか。

災害ボランティアセンター運営協力員養成講座

1月14日、15日の2日間に渡り、災害ボランティアセンター運営協力員養成講座を実施し、延べ117名の方にご参加いただきました。



講師として、福井県よりNPO法人「まちの防災研究会」松森 和人 氏を迎え、数多くの現場経験に基づく大変貴重なお話しをしていただきました。

1日目は「災害とボランティアとおせっかい」、2日目は「実践災害ボランティア 支援する方法と受ける方法」をテーマに実施しました。災害やボランティアとは？ということから始まり、また「こんなボランティアは大歓迎」など、被災者の立場になってボランティアについて考える場面もありました。講座を通して、「災害被害を軽く見積もるといふ大人のものさしが被害を拡大させる」など、印象に残る言葉が多くありました。2日目の午後には、災害ボランティアセンターマニュアルを使用しながら設置運営訓練を行い、実践的に学びました。2日間に渡り、多くのみなさんのご参加、ご協力ありがとうございました。

第10回中央市ボランティア交流会～ボランティアの輪を繋げましょう～

◆日時：2月25日(土) 午後1時～午後4時(受付12時30分～)

◆場所：玉穂総合会館

詳しくは、別添のチラシをご覧ください。

こころの健康ボランティア養成講座 報告

11月17日、24日、12月2日、8日に「こころの健康ボランティア養成講座」を実施しました。
 1日目は精神科医の久保田 正春 氏を迎え、精神医学から統合失調症・うつ病・認知症等について学び、
 2日目は中央市・昭和町障がい者相談支援センター「穂のか」相談支援専門員 雨宮 東一 氏より、「心の健康から見た地域の様子」、中央市地域活動支援センター「ちゅうおう」施設長 加藤 朝香 氏より「ちゅうおう」について学びました。3日目は「ちゅうおう」で実施しているグリーンカフェにてメンバーと交流し、4日目は山梨県傾聴ボランティア連絡協議会 会長 塩澤 一夫 氏より「心の健康と傾聴、その関わり」について学びました。
 受講者は、自分自身のため、また自分の周りに心を病んでいる方がいるため、自分にもできることがあれば何かしてみたいなど、熱心な思いで受講されていました。

★ふれあい健康熟に参加しているみなさんに聞きました

みんなでふれあい健康熟・地域サロンへ参加しよう！！

ふれあい健康熟が始まり、今年度で6年が経ちます。そこでふれあい健康熟にてアンケートを実施しました。

参加率ランキング

第1位	宿成島・新成島	23.3%
(10人/43人中)		
第2位	今福新田	20.2%
(7人/33人中)		
第3位	宮北	19.7%
(9人/44人中)		

※リバーサイド第2、新町第2、新道、山王、芝薫、一町畑、高部、久保の8ヶ所はすでに健康熟を卒業しているので、ランキングには含まれません。

- 各地区65歳以上の高齢者数に対する3回分の平均参加者数の割合。
- 平成28年度実施の3回で集計をしています。

★参加者が1番多い地域は、上三条の平均29名でした★

●質問：健康熟に参加している理由は何ですか？

- 第1位 健康のため
- 第2位 地域の人との交流
- 第3位 楽しいから参加する

健康のためにも外出はとても大切です！
 ぜひ、ふれあい健康熟に参加して外出の機会を増やしましょう。

こんな声もありました！

「地域サロンがあったらいいな〜」
 「気軽におしゃべりできる場があればいいな」

でも…

「人が集まらなさそうだなー」
 「声掛けをしてくれる人はいるのかな？」
 「一体どんな事をしたらいいのかな？」

サロンが立ち上がった地区の声

- ・「まずは、始めてみるのがいいじゃん」
- ・「集まってみたら楽しくて自然に人も増えていくよ」
- ・「お茶飲んだり、おしゃべりだけでもいいじゃん」

●中央市社会福祉協議会もお手伝いします！

★「地域サロンを立ち上げよう！」や「出前講座のご案内」などの資料を用意しています。ご活用ください。



健康まなびや ~3月の予定~

●スロージョギング教室●

- ・日 時 3月2日(木) 午後1時30分~午後3時30分
- ・定 員 30名
- ・場 所 玉穂ふるさとふれあい広場グラウンド
※雨天の場合、玉穂総合会館ホール
- ・締切り 2月28日(火)

●元気UP料理教室●

- ・日 時 3月7日(火) 午前10時~午後1時
- ・定 員 15名
- ・持ち物 エプロン、三角巾
- ・場 所 玉穂総合会館調理室
- ・締切り 2月28日(火)

●料理教室●

~グラタン・ペパロンチーノづくり~

- ・日 時 3月14日(火) 午前10時~午後1時
- ・定 員 15名
- ・持ち物 エプロン、三角巾
- ・場 所 玉穂総合会館調理室
- ・締切り 2月28日(火)

●レク教室●

- ・日 時 3月15日(水) 午後1時30分~午後3時30分
- ・定 員 30名
- ・場 所 玉穂総合会館多目的ホール

健康まなびやの申し込みは
 2月1日(水)から開始します！

●健康まなびやとは… 中央市在住の65歳以上の方を対象として行う介護予防事業です。交通手段のない方は、送迎があります。

しるくトピックス

☆シルクの聖サービス&まゆっこ広場をのぞいてみよう☆



☆ 豊富ボランティアの会大集合！
 12月12日(月)豊富ボランティアの会より、紙芝居、歌を披露していただきました。普段は2名ずつペアになってサービスで利用者の方へ湯茶の準備や入浴後の整容をしていただいておりますが、この日は総勢20名の会員の方が集まり、衣装を揃え、いつもと違った表情を見せて楽しませてくれました。最後は利用者の方々と握手をして幕を閉じました。



ふれあいサロン中央 ころ柿づくり

地域の方からいただいた柿で、サロンの利用者の方々がころ柿づくりを行いました。
 昔作った思い出話をしながら、皮を剥いたり、ひもにつけたりして楽しく作業を行いました。
 できたころ柿は、おやつとしてみんなでおいしくいただきました。

