

ボランティア移動・お出かけサービス

運転ボランティア養成講座

女性ボランティアも
活躍中です!!



市内の住民同士の支えあい活動の一環として、ボランティアの方が社協の車両を運転し、移動のお手伝いをする「ボランティア移動・お出かけサービス」を実施しています。今後需要が高まる送迎ボランティアの必要性について意識を高め、地域における外出支援を手伝っていただける方を募集しています。

- ・日 時 8月22日(火) 午後1時30分～4時(途中休憩あり)
- ・場 所 玉穂総合会館 多目的室1-1
- ・対 象 中央市在住75歳未満の方
- ・内 容 「地域支え合い型移動サービスの運転手向け講習」
- ・講 師 社会福祉法人 三富福祉会サポートセンターハロハロ二番館
所長 齋藤 実 氏



モルック 体験会

を実施しました!

6月27日(火)に株式会社山梨福祉総研様より2名の講師を招いて市内の方27名にご参加いただきモルック体験会を実施しました。

モルックは、フィンランド発祥のスポーツです。ルールが簡単なため、初めての方でもすぐに楽しめる生涯スポーツです。子どもから高齢者まで、世代を超えて交流の輪を広めることができ、子ども会やサロンなど地域のイベントにお勧めのレクリエーションです。依頼があれば道具の貸出やルールの説明等いつでもお伺いします。



グリーフ

について学び・自分事として考え行動するきっかけづくり講座

グリーフとは、様々な「喪失」です。自分にとって大切な人やもの、事柄を失うことによって起きる様々な反応のことです。本講座では、グリーフについての基礎知識、哀しみへの寄り添い方、傷ついた人を支えるために大切なことを学びます。グリーフについて自分ごととして考え行動できるきっかけを作り、お互いが支え合えるやさしい地域づくりに繋げていく事を目的として実施します。大勢の方の参加お待ちしております。

日 時	内 容
①9月2日(土) 午後2時～5時 【リモート講義】 【オンライン参加可】	「グリーフとグリーフケアの基礎知識1&2」 講師：上智大学グリーフケア研究所客員所員 伊藤 高章 氏 
②9月9日(土) 午後2時～4時 【オンライン参加可】	「大切な人へ～あなたの『わたし』をきくということ～」 講師：埼玉医科大学医学部総合医療センター 緩和医療科・呼吸器外科教授 儀賀 理暁 氏 講師：椋山女学園大学人間関係学部人間関係学科講師 NPO法人いのちのケアネットワーク代表理事 森川 和珠 氏 
③9月30日(土) 午後2時～4時	「身近なグリーフ」 話題提供とグループワーク：グリーフカフェ・でこぼこ
④10月8日(日) 午後2時～4時	「大切な『わたし』を知る ～いまこそシート～」 講師：森川 和珠 氏
⑤10月21日(土) 午後2時～4時	グループワーク体験：大切な人を想う語りの場 ファシリテーター：グリーフカフェ・でこぼこ

○場 所 玉穂総合会館 ○定 員30名

○申し込み方法

- ・8月30日(水)までに中央市社会福祉協議会まで申し込みください。(ホームページ申し込みフォーム、QRコードからも申し込み可)
- ・オンライン参加の方はQRコードから申し込みください。

QRコード



健康まなびや



申し込み開始

8月9日(水)午前9時～

◆ レク教室 ◆

レクリエーションを通して、身体を動かしながら脳トレをしましょう！

- ・日 時 9月6日(水)
午後2時～3時30分
- ・場 所 玉穂総合会館 多目的室1-5
- ・定 員 20名
- ・持ち物 なし

◆ ヨガ教室 ◆

呼吸、姿勢、瞑想を組み合わせて身体を動かします。血流を良くして、心身の緊張をほぐしましょう

- ・日 時 9月20日(水)
午後2時～3時30分
- ・場 所 玉穂総合会館 多目的室1-5
- ・定 員 20名
- ・持ち物 ヨガマット(バスタオル可)・フェイスタオル・あれば5本指ソックス

◆ 気功教室 ◆

呼吸を整えてゆっくりと身体を動かし、体内の気を巡らせる健康法です。

- ・日 時 9月15日(金)
午後2時～3時30分
- ・場 所 玉穂総合会館 多目的室2-3
- ・定 員 20名
- ・持ち物 なし

◆ 山のきのこの見分け方 ◆

きのこについての話、実物のきのこの見分け方をお教えます！

- ・日 時 9月27日(水)
午後2時～3時30分
- ・場 所 玉穂総合会館 多目的室1-5
- ・定 員 20名
- ・持ち物 講師に見てもらいたいきのこ
※きのこの保存の仕方※
新聞紙に包みビニール袋をしっかりと閉じ、野菜室で保管すると2、3日程度保ちます。

成年後見相談 (要予約)

- ・相談日 8月22日(火)
午後1時～3時
- ・場 所 玉穂総合会館
- ・利用料 無料



社協の出張相談窓口開催日 (予約不要)

福祉サービスのことや日常生活に関する困りごとなど、気軽に話せる相談窓口を開設します。

- ・相談日 原則月1回 第4木曜日
午後1時～3時
(祝日の場合は前週の木曜)
- ・場 所 イツモア玉穂店 様
フリースペース
- ・利用料 無料



結婚相談所8月の相談日 (要予約)

相談日	時間
8月12日(土)	午前10時～午後3時
8月16日(水)	午後6時～8時



◆ 脳若返り教室 ◆

脳若返り教室は、全7回の介護予防事業です。下記日程にすべて参加できる方が対象になります。

- ・日 時 9月8日(金)・15日(金)・22日(金)・29日(金)
10月6日(金)・13日(金)・12月7日(木)
- ・時 間 午後1時30分～2時30分
- ・場 所 玉穂総合会館 多目的室1-5
- ・定 員 15名
- ・テキスト代 1,320円
- ・申込み 8月1日(火)～25日(金)
※午前9時～午後5時まで 土日祝日除く

専用のテキストを使用して約3ヶ月間で脳若返りを学び、自宅で習慣化します。

◆申込み多数の場合は抽選になります。先着順ではありません。
なお、当選者には8月28日(月)にご連絡いたします。

※健康まなびや・脳若返り教室ともに、中央市在住の65歳以上の方を対象としています。交通手段のない方は送迎があります。(定員あり)

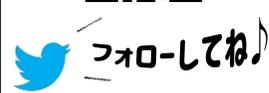
中央市社会福祉協議会 職員募集

【非常勤嘱託職員・パート】 運転手



- ・内 容 ふれあいサロン・介護予防事業の送迎
- ・勤務先 ふれあいサロン中央 本所・豊富支所
- ・時 間 【サロン】
午前9時～10時、午後3時30分～4時30分(月・火・木)
【介護予防事業】
午後1時～2時、午後3時30分～4時30分(水)
- ・資 格 普通自動車運転免許
(キャラバン、ハイエースの運転ができる方)
- ・問合せ 中央市社会福祉協議会 総務課

中央市社協 Twitter



◆全ての事業の問合せ、予約は下記までお願いします

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
F A X 055-274-0319
メ ー ル borasen@chuo-shakyo.or.jp
ホームページ http://chuo-shakyo.or.jp/



この広報紙は赤い羽根共同募金により発行されています。