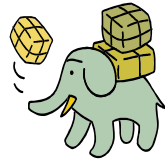


# ボランティアだより

第 113 号

令和7年・4月発行



令和7年度中央市・昭和町手話奉仕員養成講座受講生募集



## 手話を学び手話で話そう!

手話は、聴覚に障がいのある方にとって大切な『言語』です。この講座は、手話で伝えあう楽しさを知り、日常会話を行うのに必要な手話表現・技術を習得するために開催します。基礎から学びますので、初心者の方でも安心してご参加いただけます。楽しく学んでみませんか？

※所定の日数を受講した方には  
修了証をお渡します。



令和6年度2月 閉講式

受講生の皆さん



日時 5月9日(金)～令和8年2月27日(金) 定員20名

毎週金曜日、午後7時～9時 全40回予定(土日午前開催2回含む)

場所 玉穂総合会館 多目的室1-1

対象者 中央市、昭和町在住及び在勤在学の方(高校生以上)

受講料 無料 テキスト代4,290円は初日に集金します。

別途動画サイト視聴料1,760円が発生します。

※手話奉仕員養成講座ではテキストと動画視聴をセットで使用します。

ご自宅でも視聴可能なインターネット環境をご確認ください。

**注目!**

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

『特別講演会』のお知らせ

本講座の特別講演会として、宮城県曹洞宗通大寺住職 金田諦應氏より、東日本大震災での経験、カフェ・デ・モクスの活動、日頃の地域の繋がりの大切さ等のご講演をいただきます。

日時 6月29日(日)

午後2時～4時

場所 玉穂生涯学習館

※詳しい内容は、ぬくぬく5月号に掲載いたします

生きている限り大切な人との死別や離別には誰にでも訪れます。悲しい気持ちを一人で抱えている方も多くいます。

喪失の深い悲しみやココロの内を話し、他の方の体験を聴き、思いやりの気持ちと共に語り合う「大切な人を想う会」を実施します。ご自分の気持ちを誰かに語ることはココロのケアには大切なことです。話せなくても、この場所にいるだけでもいい…

ありのままのお気持ちを大切にしよう安心の場です。

4/19  
(土)

【要申込】

時間

午後1時30分～  
3時30分

場所

玉穂総合会館  
多目的室2-1

『大切な人を  
想う会』

## チームすずらん ～子ども食堂事業のカレーづくり～

社協が玉穂総合会館でおこなっている、学習支援・子ども食堂事業の夕食づくりを担ってくださっているボランティア「チームすずらん」を紹介します。

この事業を利用している約30人分の子どもの夕食を用意するため、カレーを作りに来てくださっています。大量の食材を扱うため、体力的にも大変な仕事ですが、4名前後のボランティアさんが、和気あいあいと調理をしてくださっています。

チームすずらんに加わりたい方、またご興味がある方は是非社協までお問い合わせください!



中央市社会福祉協議会  イックス(旧 Twitter)

社協での事業の様子や写真、お知らせなどを発信しています!  
ぜひ、フォローしてください。



QRコード



カメラで読み取って  
みてください!



# 健康まなびや



申し込み開始: 4月7日(月)午前9時~

## ◆ 顔ヨガ(アイベ体操) ◆

椅子に座って顔と体をストレッチします。自宅でするトレーニングです。

- ◆ 日 時 5月7日(水) 午後2時~3時30分
- ◆ 場 所 玉穂総合会館 多目的ホール1
- ◆ 持ち物 手鏡、上履き、動きやすい服装、飲み物
- ◆ 定 員 30名



## ◆ 歌声教室 ◆

体をほぐした後に、ピアノの演奏に合わせて童謡や歌謡曲を歌います。

- ◆ 日 時 5月14日(水) 午後2時~3時30分
- ◆ 場 所 玉穂総合会館 多目的室1-2、1-3
- ◆ 持ち物 飲み物
- ◆ 定 員 35名



## ◆ ミュージックケア教室 ◆

音楽に合わせて身体を動かしながら、楽器を演奏して心を癒しましょう。

- ◆ 日 時 5月21日(水) 午後2時~3時30分
- ◆ 場 所 玉穂総合会館 多目的ホール1
- ◆ 持ち物 フェイスタオル、上履き
- ◆ 定 員 40名



## ◆ 食事は大切!フレイル予防食教室 ◆

普段の食事を見直しましょう。2品ほどの調理をします。献立を通しフレイル予防を学びましょう。

- ◆ 日 時 5月28日(水) 午前10時~正午
- ◆ 場 所 玉穂総合会館 調理室
- ◆ 持ち物 エプロン、三角巾、筆記用具
- ◆ 参加費 500円
- ◆ 定 員 20名



## 介護支援ボランティア手帳 ~ポイントに換える申請について~



令和7年度の介護支援ボランティア手帳ポイントの申請受付が始まります。期間内に社会福祉協議会本所で申請できます。翌年度には繰越してできませんので、忘れずに申請してください。

### 【申請期間】

令和7年4月1日(火)~4月30日(水)

### 【申請に必要な持ち物】

ボランティア手帳・印鑑  
※交付金に換える場合は、振込口座がわかるものをご持参ください。

同時に令和7年度の介護支援ボランティア手帳発行の手続きも可能になります。中央市在住の65歳以上の方ならどなたでも登録ができます。

## 心配ごと相談(無料・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です。

- ◆ 相談日 月~金(祝祭日除く) 午前8時30分~午後5時15分
- ◆ 場 所 玉穂総合会館

## 成年後見相談 (要予約)

- ◆ 相談日 4月15日(火) 午後1時~3時
- ◆ 場 所 玉穂総合会館
- ◆ 利用料 無料

## ボランティア保険について

ボランティア保険の更新は済んでいますか? ボランティア活動中の事故に備え加入しましょう。

### ◆ ボランティア活動保険

ボランティア活動中にケガをした方を補償

【補償期間 令和7年4月1日~令和8年3月31日】

### ◆ ボランティア行食用保険

ボランティアに関する行事に参加される方を補償

この他に在宅福祉、地域福祉サービスにおける様々な事故に対する保険や、送迎サービスにおいて利用者の送迎中の傷害事故に対し補償する保険があります。

詳しくは社会福祉協議会までお問合せください。

## 結婚相談所4月の相談日(要予約)

相談日	時間
4月12日(土)	午前10時~午後3時
4月16日(水)	午後6時~8時



### ◆ 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/>



※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)

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。