

やってみよう!フラダンス

フラダンスは年齢を問わず気軽に楽しみ、ゆっくりの動作ながら全身運動で高い健康効果が期待できます。受講料は無料ですので、ご関心のある方はぜひご参加ください!

日時 第1回: 1月22日(金)午後1時00分~
第2回: 1月29日(金)午後1時00分~
第3回: 2月5日(金)午後1時00分~

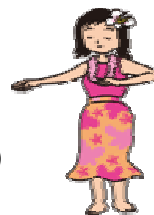
場所 わち林業センター2階

内容 フラダンス教室

【講師】岡田 邦子氏(兵庫県川西市在住)

第1回申込み〆切 1月20日(水)

申込み・問合せ 京丹波町社会福祉協議会丹波支所
有線 22-5331 NTT82-0126



お知らせ

#ロンボランティア交流研修会

今回は みんなで楽しめるレクリエーション紹介 ボランティアさんのお悩み解決(回数・参加者を増やす方法など) モデルサロンの活動報告などを予定しています。皆さま多数ご参加ください!

【日時】2月12日(金) / 午後1時30分~午後3時30分頃

【場所】健康管理センター1階 運動指導室

「書き損じハガキはありませんか？」

“印刷したけれど使わなかった” “書き損じてしまった” “使ってない” ハガキがあれば社協までお持ちください。さまざまなボランティア団体が収集し、地域福祉や開発途上国支援に役立てています。



ボランティアインフォメーション

2010.1.18 No.85

発行: 京丹波町社会福祉協議会丹波支所 ボランティアバンク運営委員会
(電話)0771-82-0126 (FAX)0771-82-2206 (有線)22-5331

<http://www.kyoshakyo.or.jp/kyotanba/>

学び

出会い

生きがい

成長



あけましておめでとうございます!



寒い日が続きますが、皆さまお元気でお過ごしでしょうか。昨年は多くの方々のご支援ご協力のもと、さまざまな地域に根ざした福祉活動に取り組むことができました。今年も皆さまと共に、健康で安心して暮らせる福祉のまちづくりに励みたいと思います。本年もどうぞ宜しくお願いいたします!



新年のご挨拶

丹波地区ボランティアバンク運営委員会委員長 古田貞男

新年明けましておめでとうございます。日ごろは、丹波地区ボランティアバンク運営委員会の活動につきまして、ご理解とご協力をいただきありがとうございます。

今年は第1次ベビーブーム世代の昭和25年生まれの方々が還暦を迎えます。退職後の人生を豊かに過ごすためにも、家に閉じこもらず、趣味やボランティア・市民活動等に励んでもらいたいと思います。

そうは言いつても、肩ひじ張らず、楽しくやるのが大切です。今年もどうぞ宜しくお願いいたします。

巡回健康相談とふれあいサロン開催のお知らせ

恒例になりました保健師による巡回健康相談が今年度も開催されています。今回は血圧測定のほか、脳の活性化についてのお話などがあります。ふれあいサロンを同時に開催する地域もありますので、皆さま多数ご参加ください！

日程（実施地区は除く 時間は健康相談のみの時間です）

月日	時間	会場	時間	会場
1/20(水)	9:30-10:30	上野住民センター	10:45-11:45	蒲生集落センター
	13:30-14:30	蒲生野区民会館		
1/21(木)	9:30-10:30	院内公民館	10:45-11:45	幸野会所
	13:30-14:30	曾根公民館	14:45-15:45	森公民館
1/25(月)	9:30-10:30	塩田谷公民館	10:45-11:45	安井公民館
	13:30-14:30	富田公民館		
1/26(火)	9:30-10:30	知野辺公民館	10:45-11:45	駅前公民館
1/27(水)	9:30-10:30	豊田集会所	10:45-11:45	上豊田住民センター
	13:30-14:30	実勢公民館		
1/28(木)	9:30-10:30	尾長野ふれあいセンター	10:45-11:45	白土集会所
	13:30-14:30	ふれあいセンター-和楽美	14:45-15:45	黒瀬公民館
1/29(金)	9:30-10:30	上新田集会所	10:45-11:45	下新田集会所
	13:30-14:30	清涼館		

笹尾・中畑・辻村・中村・下村・鎌倉・西階・市森・水戸・新水戸・須知地区はすでに実施されました。

活動紹介のコーナー

絵手紙ボランティア

ボランティアさん手作りのお弁当に添える絵手紙を作成しています。最近では各地区のふれあいサロンに出向いて、ミニ講座を開いています。身の回りにあるどんなものを描いても、世界に一つしかない素敵な絵手紙になります。道具などはサークル内にありますので、気軽にご参加ください！



【活動日】第2月曜日の午前

【場所】社協丹波支所内



暮しの応援ボランティア「ひらめき会」

古布やタオルなど、身近なものを使って介護用品や暮しに役立つものを手作りしています。活動日に来れなくても、ご自宅で作っていただいてもかまいません。一度のぞきに来てみてください。

【活動日】第2月曜日の午後

【場所】ボランティアルーム

お願い

ご家庭で眠っている古布や余っているひもなどがあれば、「ひらめき会」にご提供ください！



「にぎにぎ」

握力の弱い方が自分で体を洗ったり、指の拘縮を和らげたりするのに使います。



最新作！

「手帳・診察券入れ」