

令和7年
1月発行

社会福祉法人 刈谷市社会福祉協議会 ボランティアセンターだより Vol. 49

ひまわり ボランティア通信

発行のねらい：市民のボランティア活動への関心を高めることと、ボランティア活動への参加促進を図ることです。

★次月号は2月中旬発行予定★

社協ボラセンにご登録いただいている個人・団体の皆様は、ボランティアだよりの発行に合わせて

個人・団体登録の更新資料等を同封しますのでご確認ください、ご提出のご協力を

よろしくお願いいたします。

刈谷市保健推進員を知っていますか？

刈谷市保健推進員は、各地区で運動教室・栄養教室・歩け歩け運動等を企画し、みなさんの健康づくりのために活動しています。各地区の年間予定表は、地区回覧をご覧ください、刈谷市保健センターまでお問合せ下さい。

運動教室



3B体操、エアロピクス、ヨガやリズム体操などを行っています。（地区によって内容は異なります。）

栄養教室



ポリ袋を使った防災にも役立つバランスを考えたレシピで調理実習を行います。また、栄養講話ではおいしくバランスの良い食事について学びます。

歩け歩け運動



地域の隠れた名所やバスを使った歩け歩けで市外を散策するなど、様々な場所を仲間と楽しく歩いて巡ります。

「市民健康講座及び保健推進員活動発表会」

日時：令和7年3月19日（水）13：30～15：45

場所：刈谷市総合文化センター 小ホール

内容：13：30～14：30 市民健康講座「耳とこころの関係～難聴があると認知症になりやすいって本当？～」

講師：刈谷きこえのクリニック 杉浦彩子氏（医師）

14：45～15：45 保健推進員活動発表会

令和7年度 新任保健推進員を募集します！！

保健推進員になると、研修などを通じて健康について学びながら、地域で健康づくりボランティアとして活動します。健康づくりやボランティア活動に興味のある方、仲間と一緒に、楽しく健康づくりに取り組んでみませんか？ ご興味のある方は令和7年1月10日（金）までに保健センターまでお問い合わせください。

<任期>2年間

<活動内容>市民館等での運動教室、歩け歩け運動、栄養教室の実施

福祉健康フェスティバル、活動発表会などの全体活動

保健推進員研修・保健推進員1年目研修の受講 など

問合せ・申込み

刈谷市保健センター（0566）23-9559

2月19日(水)から申し込み開始！

車いす体験塾～まちの思いやりみっけ隊～ 実施報告

11月23日(土・祝)に自立生活センターアクセルの副代表久田氏を講師として迎え、車いす体験塾を午前の部と午後の部の2回開催いたしました。刈谷駅周辺を車いすに乗って楽しみながら、刈谷の街の“思いやり”やいろいろな配慮や工夫を探しました。その気づきをみんなでグループワークをして深めました。車いすを通じて福祉の視点を養うことができる良い体験となりました。



ボランティアセンターに新しい団体が加入しましたので紹介します

●全国ギャンブル依存症家族の会 愛知●

ギャンブル依存症で悩む家族が協力し、問題解決を目指す活動を行っています。気軽にご参加ください。

●新幸歌謡グループ●

2ヵ月以内にリリースされた新曲を完全にマスターできるよう指導させていただきます。毎年2回は発表会を開催しています。

●なごみサロン●

地域の高齢者が気軽に集まり、体操やおしゃべり送迎などを通して参加者同士の交流や助け合いの輪を育みます。

●トライアングル・フラ●

高齢者施設を慰問し、フラダンスの良さ・楽しさを知り身近に感じてもらうことで心身の健康に役立ててもらいます。



ボランティア活動掲示板の記事を募集!

2月中旬発行予定のvol.50に掲載したい個人・団体の登録ボランティアさんの活動PRなどがありましたら、**令和7年1月10日(金)までに200字以内の文章と写真をご提出ください!**

次回発行予定は**2月中旬**です♪

☆☆ センター職員のつぶやき ☆☆

- (梅本) 脱皮のイメージから巳年は「復活と再生」を意味するとか…(桑迫) 年末年始で太りそうでこわいです!! ダイエットするぞー!(磯部) 今年もよろしくお願いします! 冬だー! 滑るぞー!(岡村) あけましておめでとうございます! よろしくをお願いします。(山本奈) 今年もよろしくお願いします。良い年になりますように…(加藤) 今年は厄年…負けずに頑張ります☆(伊藤) 今年の目標 脱臼しない! 筋肉つけるぞ~(大村) 今年は年女!! さて私は何歳の年女でしょう(笑)(原田) 今年は断捨離! 良い年になりますように(山本洋) お正月は家でのおんびり過ごそうかな



【発行】
社会福祉法人 刈谷市社会福祉協議会



住所: 刈谷市下重原町3丁目120番地 高齢者福祉センターひまわり内
電話: 0566-62-6676 開館時間: 月曜日から土曜日までの8時30分~17時
FAX: 0566-25-2566 休館日: 日曜、祝日、年末年始(12月29日~1月3日)
メール: vc.kyogikai@kariyashi.jp ※QRコードは(株)デンソーウェブの登録商標です