

# 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。

## 新年あけましておめでとうございます

新年がスタートしましたね。本年もボランティアの皆様方とよろこびを分かち合いながら、心温まる一年を過ごしていきたいと思いますのでどうぞよろしくおねがいいたします。寒い日が続きますが体調を崩されませんようお気をつけください。新しい1年が皆様にとって輝くことができ、幸多き年になりますよう、お祈り申し上げます。

### ★重要なお知らせ★

次回号は2月中旬発行予定です。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いただき、ご提出のご協力をよろしくお願ひいたします。

## 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いただくか刈谷市保健センターまでお問合せ下さい。



運動教室



料理教室



歩け歩け運動

ヨガ、3B体操、ピラティス、エアロピクス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）。

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、栄養講和ではおいしくバランスの良い食事について学びます。

地区的避難所巡り・地区の隠れた名所やバスを使った歩け歩けで市街を散策するなど、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8年3月12日（木）13：30～15：45 【場所】刈谷市総合文化センター 小ホール

#### ＜プログラム＞

13：30～14：30

市民健康講座

落語「笑いは健康の元！～笑って聞ける健康と耳のおはなし～」

講師：つけ耳鼻咽喉科 医師 枝植 勇人（駒久家南朝）氏

14：45～15：45

保健推進員活動発表会

### 令和8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8年1月9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、栄養教室の実施、歩け歩け運動

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

## 西三河情報交換会

令和8年1月31日(土) 西三河情報交換会が開催されます。

西三河情報交換会は、西三河地区のボランティア連絡協議会で構成される西三河ボランティア連絡会の年に1度のイベントです！各市町のボランティア連絡協議会の皆様の他にも、ボランティア団体の皆様、社協職員の皆様などが集まり、交流を深める機会となっております。今年度は、岡崎市・刈谷市・豊田市・安城市・みよし市・幸田町の6市町が集まります。

今年度の情報交換会ではボッチャ交流会と称し各市町対抗でボッチャ対決を行なった後に、「次世代につなげていくためには」「ボランティア活動を楽しむコツ」の2つをテーマにグループワークを行います！

## 世界寺子屋運動KARIYA

毎年2月は書き損じはがき回収運動強調月間です。

世界寺子屋運動は世界中のすべての人が読み書きや計算を学べるように、教育の機会を提供する運動です。書き損じはがきを資金化し、発展途上国にて寺子屋の建設や教材の購入、教室の運営費等に使用されます。

↓回収しているハガキは以下の通りです↓

- ・汚れてしまったもの
  - ・書き間違えたもの
  - ・古くなったもの
  - ・余ったもの
- ※発送済みのものやハガキでないものなど一部回収できないものもあります。



皆様のご協力お待ちしております！！

### ボランティア活動掲示板の記事を募集！

2月発行予定のvol.56に掲載したい記事（活動PRなど）がありましたら、令和8年1月15日(木)までに200字以内の文章と写真をメールにてご提出ください！

※多数記事が集まつた場合は、掲載時期を調整させていただきます。

### ボランティア通信をメールで受け取る♪

現在登録団体さん・個人ボランティアさんには郵送でこのボランティア通信をお届けしています。

※郵送ではなく、メールでの受け取りを希望される方は下記メールアドレスへご連絡ください。

### ☆★ センター職員のつぶやき ☆★

- ・鍋を作りすぎてすでに飽きています
- ・火の要素を二重に持ち「情熱や強さ」を象徴する年とか…
- ・今年は悪玉コレステロールを退治して減らすぞー！！
- ・セントレアから見る飛行機が楽しかったです！
- ・おせちが苦手です
- ・1年間元気に駆け抜けたいです
- ・今年の目標は醤油漏らさず廃車にさせずに元気に生きる！
- ・年末年始は実家でのんびり…

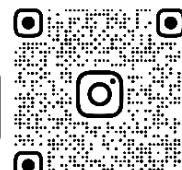
誰のコメントが当ててみてにゃ～！



社協HPはこちら！  
QRコード  
http://www.kariyashakyo.jp

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



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  
FAX：0566-25-2566

メー ル：vc.kyogikai@kariyashi.jp  
KARIYA\_SHAKYO  
開館時間：月曜日から土曜日までの8時30分～17時  
休 館 日：日曜日、国民の祝日・休日、  
年末年始（12月29日～1月3日）

