



第17回 中央市ボランティア交流会

中央市ボランティアサロン

～来て！見て！聞いて！やってみよう！～

市内で活動するボランティア同士の交流や情報交換を目的として開催しています。また、ボランティア活動に興味のある方や、これから何か活動を始めたい方など、どなたでも参加できるイベントです。

11月9日(日) 午後1時30分～3時30分(受付1時～)

会 場：玉穂総合会館 2F 多目的ホール(中央市下河東620)

内 容：☆グループトーク

☆ボランティア団体の活動体験

- ・中央市災害ボランティア連絡会展示
- ・手話体験
- ・手形うちわ作り
- ・絵本読み聞かせ体験
- ・銭太鼓体験

送 迎：①田富庁舎入口 1時出発 ②豊富支所入口 1時出発

③早川屋さん前 1時10分出発 ※送迎は、申し込み制となります。



地域支えあいボランティア養成講座

この講座では、地域の支え合い活動の大切さや、その中で自分でもできるボランティア活動について楽しく学びます。支え合いのボランティア活動は、地域づくりや自身の生きがい、健康づくりにも繋がります。ご参加お待ちしております。

場所：玉穂総合会館 多目的室 1-5 参加費：無料

定員：30名 対象：中央市在住の方、ボランティア活動に興味のある方

① 10月31日(金) 午前10時～11時30分

内容：「地域の高齢者の“今”を知ろう～なぜ地域の支え合い活動が必要なの？～」

講師：中央市地域包括支援センター 主任保健師 熊王 美穂 氏

② 11月7日(金) 午前10時～11時30分

内容：「支え合いボランティアについて知ろう」

「誰でもできる支えあいボランティア活動(ほっと。スマイルサービスについて)」

講師：中央市社会福祉協議会・ほっと。スマイルサービス協力員

③ 11月14日(金) 午前10時～11時30分

内容：「思いやりの心でよりよい関係を築こう」

～アンガーマネジメントと上手なコミュニケーション～

講師：シニア産業カウンセラー 石黒 仁 氏

災害

ボランティアセンター

運営協力員養成講座



災害ボランティアセンターは、被災者支援におけるボランティア活動の中心拠点となる場所です。私たちが住む中央市でも、いつ大規模災害が起きてもおかしくありません。そのためにも、センター運営は地域の方々の協力が必要です。災害に備えて今できることを一緒に学びましょう。

(全5回)

日時	内容
①11月11日(火) 午後7時～9時	「災害ボランティアとは？」 過去の災害を基に災害ボランティアの歴史、近年の活動状況について学びましょう。
②11月19日(水) 午後7時～9時	「災害ボランティアセンターとは？」 センターの機能や必要性、ボランティア活動を円滑に進めるための拠点について学びましょう。
③11月27日(木) 午後7時～9時	「災害とは～被災地の実情を通した備え～」 災害に対し、日頃から備えや命を守るためにどう行動すればよいかが学びます。
④12月3日(水) 午後6時30分～9時	「災害ボランティアセンター 設置運営訓練」 実際に災害ボランティアセンターを設置し、体験をします。
⑤12月9日(火) 午後7時～9時	「災害ボランティアセンター 図上訓練」 センターの各部門の役割についてグループ演習を通して、内容を深めます。

講 師：NPO法人 災害・防災ボランティア未来会

代表 山下 博史 氏

会 場：玉穂総合会館内 (中央市下河東620)

定 員：先着50名

対 象：中央市在住、在勤の方、災害ボランティアに興味のある方



第79回 赤い羽根共同募金運動が始まります

厚生労働大臣の告示により、10月1日から赤い羽根共同募金運動が全国一斉に始まります。

中央市においては、下記のとおり共同募金運動開始セレモニーを実施いたします。

～共同募金運動開始セレモニー～

■日 時 10月8日(水) 午前10時15分～11時

■場 所 ㈱いちやまマート玉穂店 様



※各講座・事業は事前の申込みをお願いします。問い合わせ先は裏面をご確認ください。

健康まなびや

申込み開始：10月7日（火）午前9時～



◆ げんきつみたて体操教室 ◆

体力測定で自分の力を知り、脳トレ体操など家でもできる体操を学び、毎日コツコツ体力を積み立てる体操をします。

- ・日 時 11月5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 上履き、動きやすい服装、飲み物
- ・定 員 30名



◆ 自然派！お掃除教室◆

自然素材を使用したシンプルで手軽なお掃除術を学びます。

- ・日 時 11月12日（水）午後2時～3時30分
- ・場 所 玉穂総合会館 調理室
- ・持ち物 なし
- ・定 員 40名



◆ ミュージックケア教室 ◆

音楽に合わせて身体を動かし、楽器を使って心を癒し、楽しみましょう。

- ・日 時 11月19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 飲み物
- ・定 員 40名



◆ 健康体操教室 ◆

道具を使用しながらストレッチや体操をします。

- ・日 時 11月27日（木）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 上履き、動きやすい服装
- ・定 員 30名



※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）

成年後見相談 （要予約）

- ・相談日 10月21日（火）
午後1時～3時
- ・場 所 玉穂総合会館
- ・利用料 無料

結婚相談所10月の相談日 （要予約）

- ・相談日 10月11日（土）
午前10時～午後3時
10月15日（水）
午後6時～8時
- ・場 所 玉穂総合会館
- ・利用料 無料

令和7年度 峡中地区高齢者作品展出品のご案内

- ・日 程 令和8年2月10日（火）
 - ・会 場 玉穂総合会館 多目的ホール1、2
（中央市下河東620）
 - ・対 象 峡中地区に在住の60歳以上の方
 - ・種 目 ①日本画 ②洋画 ③彫刻（彫塑も含む）
④工芸（手芸・陶芸も含む）⑤書
⑥写真 ⑦文芸（短歌、俳句、川柳に限る）
- ※山梨県の作品展へ出店する作品を選考します。作品は、『1年以内に制作した未発表のもの』とします。出品される方は、事前に応募票を事務局まで受け取りご提出ください。
なお、⑦文芸の部は選考対象外となりますのでご留意ください。

- ・締切り 12月25日（木）
中央市社会福祉協議会までご持参ください。

豊富ボランティアの会 の活動のご紹介

0夏祭り シルクの里デイサービス

8月27日（水）・28日（木）にシルクの里デイサービス・まゆっこ広場で『夏祭り』が開催され、ボランティアに伺いました。

2日間を通じて、ヨーヨー釣り、射的、スイカ割りなど利用者様の“楽しい”の提供の機会をお手伝い出来て、大変充実した時間を過ごすことができました。



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。

中央市ことぶきクラブ連合会 しわらみ原稿募集のお知らせ

中央市ことぶきクラブ連合会では、文芸誌を発行しています。市内在住の65才以上の方でしたらどなたでも投稿できます。

内容

- ◆短歌…5首以内 ◆俳句、川柳…5句以内
- ◆詩・漢詩…5編以内
- ◆エッセイ・小説…400字詰め原稿用紙（10枚以内）



ひとことコーナーの記事を募集します！文芸が苦手な方でも問題ありません。日常のこと、趣味のことなど、なんでもひとことをお寄せください。

※原稿提出時には地区名、氏名、電話番号の記載をお願いします。

締切り 10月31日（金）

11/1 【要申込】

（土）

（時間）

（場所）

午後1時30分～ 玉穂総合会館

3時30分 多目的室1-1

生きている限り大切な人との死別や離別

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。

「大切な人を想う会」は喪失の悲しみを抱える方々が、ご自身の気持ちを話したり、他の方の体験を聞いたりする語り合いの場です。

そこにただでいい・・・ありのままの気持ちを大切にできる安心の場です。

『大切な人を
想う会』



◆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 <https://chuo-shakyo.or.jp/>

