

ボランティアだより

第 117 号 令和7年・12月発行



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！～

を開催しました！

11月9日（日）玉穂総合会館にて、中央市内で活動するボランティア団体の方やボランティアに興味のある方の交流を目的として、中央市ボランティアサロンを開催しました。

日頃のボランティア活動の様子を語り合ったり、実際にボランティア体験をしたり、最後には中央市ふるさと音頭



をみんなで踊るなど、大変盛りだくさんの内容でした。

参加された方からは「それぞれのボランティアに対する姿勢を知ることが出来てよかった」、「実際に体験して様子が分かり楽しめた」という声があり、和やかで充実した時間を過ごすことができました。



令和7年度よっちゃばれサロン助成金事業 活動助成金

より良い地域づくりに向けた、住民活動を支援するため、市内で活動する団体もしくは活動を始めようとする団体へ活動費の一部を助成します。

【申請期間】 令和8年1月5日（月）～1月30日（金）

申請を希望される方は、『地域サロンを楽しく学ぶ講座』

①（12月2日（火）実施回）にご参加ください。

※なお、上記の講座に参加できない場合、申請時に15～20分ほど説明を受けていただく必要があります。



助成金交付は、令和8年7月上旬予定です。

申請に必要な様式は、中央市社会福祉協議会の窓口で配布します。

また、12月からホームページよりダウンロードも可能です。



ことぶきマスター連絡協議会 主催

多世代交流もちつき＆豚汁大会



多世代の交流を目的とした餅つき大会を開催します。一緒にお手伝いいただける方を募集しています。天候によっては中止になる場合がございますのでご了承ください。（無くなり次第終了）

・日 時 1月6日（火）午前10時～

・場 所 玉穂総合会館 玄関前



12/27 【要申込】

（土）

（時 間）

午後1時30分～
3時30分

（場 所）

玉穂総合会館
多目的室1-1

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。

「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。

そこにいるだけでいい・・・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』



いきいき山梨ねんりんピック2025

10月11日（土）小瀬スポーツ公園にて「いきいき山梨ねんりんピック2025クイズウォーキング大会」が行われました。中央市からは5人ずつ2グループ出場し、各ポイントでクイズやレクリエーションに挑戦し得点を競います。

今回、友遊クラブの方が運営ボランティアとして協力しました。ペットボトルを活用したボウリングの参加者のサポーターとし、複数のチームを温かい声掛けで、活気づけ盛り上げていました。



※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：12月8日(月)午前9時～



◆ レク教室 ◆

レクリエーションを通して、身体を動かしながら脳トレをしましょう。

- ・日 時 1月9日(金) 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、飲み物
- ・定 員 40名



◆ 自彊術教室◆

心身のストレス解消、自律神経の安定に効果のある動きを教わりましょう。

- ・日 時 1月14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、飲み物、5本指ソックス、ヨガマット
- ・定 員 30名

◆ 心と体の健康体操教室 ◆

座りながら簡単にできる気持ちの良い体操です。心と体の健康促進を目指します。

- ・日 時 1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 上履き、飲み物
- ・定 員 40名



◆ 顔ヨガ(アイウベ体操)教室 ◆

表情を豊かにすることで脳トレにもなり、鼻呼吸を促し、誤嚥性肺炎の予防にも繋がります。

- ・日 時 1月28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、飲み物、手鏡
- ・定 員 35名



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写真
⑥書 ⑦文芸(短歌、俳句、川柳に限る)

※山梨県の作品展へ出展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注意ください。

- ・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。

福祉用具・福祉車両の

貸し出しをしています！

高齢者や身体に障がいのある方の支援、介護者の負担を軽減するために以下の貸し出しをしています。利用には条件がありますので、お問い合わせの上、申請書を提出してください。

～貸し出しできるもの～

- ・車いす、ポータブルトイレ
- ・杖等の福祉用具
- ・車いすでの移動が可能なスロープ付きの軽自動車



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 12月16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12月の相談日 (要予約)

- ・相談日 12月13日(土)
午前10時～午後3時
12月17日(水)
午後6時～8時
- ・場 所 玉穂総合会館
- ・利用料 無料

◆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/>



※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。