

ボランティアだより

第 118 号 令和8年・2月発行



第16回 輪になろう

中央市民のつどい

子どもから大人、外国籍の方々を含め幅広く市民の皆さんが繋がる交流の場作りを目的としています。当日はステージ発表や各種展示、販売、体験、飲食のブースなどが出店されます。

たくさんの方のご参加お待ちしております！

3月15日 日

午前 10 時 00 分～午後 3 時 15 分

会 場

玉穂総合会館 (中央市下河東620)

内 容

ステージ発表、グルメコーナー
たからひろい、手形うちわづくり
展示・体験コーナー、謎解きアドベンチャーなど

要予約

送 迎

- | | |
|-------------|--------|
| ①中央市役所豊富支所 | 9時45分発 |
| ②中央市役所田富本庁 | 9時15分発 |
| 山梨グランドホテル | 9時25分発 |
| 神田団地入口 | 9時35分発 |
| 桜入ロファミリーマート | 9時45分発 |

詳しくは全戸配布のチラシをご覧ください。

昨年度の様子です！



※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。

中央市成年後見制度市民講座

～自分らしい暮らしを続けるために 成年後見制度入門～
成年後見制度とは…??

認知症、知的障がい、精神障がいなどの理由で財産管理や契約などの法律行為をひとりで決めることが難しい方に対して、法的に保護し、ご本人の意思を尊重した支援を行う制度です。

今回の市民講座では、成年後見人がついた後の未来を考えるきっかけになるような内容です。一人暮らしの方、家族の後見人になろうとしている方、多くの方のご参加をお待ちしています。

日 時：2月24日（火） 午後2時～4時（受付：1時45分～）
場 所：玉穂総合会館 多目的室1ー1（中央市下河東620）
講 師：山梨県弁護士会所属 池田 理恵 氏
参加費：無料
定 員：20名（要申込、先着順）

『大切な人を想う会』

2/28 【要申込】(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ー1 (土)

生きている限り大切な人との死別や離別是谁にでも訪れます。悲しい気持ちを一人で抱えている方も多くいます。

喪失による深い悲しみやコロナの内を話し、他の方の体験を聴き、思いやりの気持ちと共に語り合う「大切な人を想う会」を実施します。ご自分の気持ちを誰かに語ることがコロナのケアには大切なことです。話せなくても、この場所にいるだけでもいい…ありのままのお気持ちを大切にしあう安心の場です。

あなたも！みんなで！

認知症サポーター になりませんか？

認知症は誰でも起こりうる、脳の病気によるものです。中央市では、「認知症になっても安心して笑顔で暮らせるまちづくり」を目指して、認知症サポーターの養成に取り組んでいます。

認知症サポーターって…?

認知症サポーターとは、認知症について正しく理解し、地域で認知症の人やその家族を温かく見守り、自分のできる範囲で手助けする人です。

自治会や各種団体、学校など、どこでも出向きます！
詳細は社協事務局までお問い合わせください。



申込み開始：2月9日（月）午前9時～

◆椅子ヨガ教室◆

姿勢を整え、深い呼吸とポーズで身体と心に向き合う『ご自愛ヨガ』です。膝や腰に不安がある方も参加できます。

- ・日時 3月4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、動きやすい服装
- ・定員 30名

◆免疫力アップ教室◆

ふくらはぎ、足の裏のマッサージをして免疫力を上げ、病気になるにくい体を作りましょう。

- ・日時 3月11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、動きやすい服装
- ・定員 40名

結婚相談所2月の相談日（要予約）

- ・相談日 2月14日（土）午前10時～午後3時
- 2月18日（水）午後6時～8時
- ・場所 玉穂総合会館
- ・利用料 無料

成年後見相談（要予約）

- ・相談日 2月17日（火）午後1時～3時
- ・場所 玉穂総合会館
- ・利用料 無料

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）希望の方は申込み時にお伝えください。

◆リンパ体操教室◆

リンパの流れを良くして免疫アップ、代謝アップ、体温アップを目指しましょう。

- ・日時 3月19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、飲み物、動きやすい服装
- ・定員 40名

◆メイクアップ教室◆

心のフレイル予防として自分に似合うメイクを探し、気分が楽しくなるメイクを学びましょう。性別問わず受講できます。

- ・日時 3月25日（水）午後2時～3時30分
- ・場所 玉穂総合会館 多目的室2-3
- ・持ち物 メイク道具一式、化粧鏡、ヘアピンやヘアバンド、（必要があれば）クレンジング用品や化粧水や乳液、筆記用具
- ・定員 30名

社協へのご寄付・ご協賛のご協力をお願いします

中央市社会福祉協議会は、地域住民が安心して暮らせる地域を目指し、様々な支え合いの活動を行っています。

これらの活動を続けていくため、寄付・協賛という形でのご支援をお願いいたします。

いただいたご支援は、地域のための活動に大切にに使わせていただきます。

あたたかいご協力を、心よりお待ちしております。

自宅に眠っている
学生服などを
お譲りください！

制服リユース事業

中央市内の小中学校に通う子ども達が安心して学習に打ち込めるよう、就学支援の一環として、制服等のリユース事業を行っています。

ご家庭で不要になった学生服、体操服、通学カバン等がありましたら、お譲りください。必要な家庭が再利用できるようお手伝いをさせていただきます。

【回収対象】

- ◆市内小中学校の体操服（夏・冬）
- ◆市内小中学校の制服（夏・冬）
- ◆学生カバン 等

【お願い】

- ・クリーニング済または、自宅で洗濯済の清潔な状態の物をお願いします。（ひどいシミや破れのないもの）
- ・現在、田舎中学校の制服が不足しています。ぜひご寄付ください。

～事業の流れ～



◆全ての事業の問合せ、予約は下記までお願いいたします

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

FAX 055-274-0319

メール borasen@chuo-shakyo.or.jp

ホームページ https://chuo-shakyo.or.jp/

