中央市社会福祉協議会

ボランティアだより

第１２３号　　令和８年１２月発行

令和9年度 よっちゃばれサロン助成金事業

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9年１月４日（月）～１月２９日（金）厳守

申請を希望される方は、『地域サロンを楽しく学ぶ講座』の〈①１２月１日（火）実施回〉にご参加ください。

※上記の講座に参加できない場合、申請時、助成に係る諸注意について説明を受けていただきます。

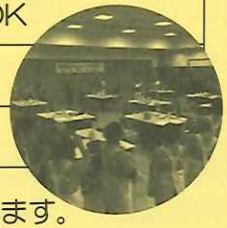
〈第18回中央市ボランティア交流会〉

中央市ボランティアサロン

～来て、見て、話そう、やってみよう～

市内で活動するボランティア同士の交流・情報交換を行います。
ボランティアに興味のある方など、どなたでも参加できるイベントです！

日　時	１２月６日（日）午後１時３０分～３時４０分（受付：午後１時～）
場　所	玉穂総合会館
参加者	ボランティア活動に興味のある方など、どなたでもOK
内　容	ボランティア体験ブースめぐり、参加者同士の交流
送　迎	あり（申し込み時にお伝えください）



※当日食料品（レトルト、缶詰、お菓子等）、文具の寄付を募集します。

ことぶきマスター連絡協議会 多世代交流事業

もちつき＆豚汁交流会

多世代交流を目的とした餅つき大会を開催します。

＊当日お手伝いいただける方も募集中です＊

日　時	１月５日（火）午前１０時～無くなり次第終了
場　所	玉穂総合会館　正面入口前

※天候により中止となる場合があります。



～昨年の様子～

『大切な人を想う会』

大切な人との別れによる悲しみや思いを語り合い、互いに支え合う場として「大切な人を想う会」を開催します。

日　時	１２月２６日（土）午後１時３０分～３時３０分
場　所	玉穂総合会館
申し込み	中央市社会福祉協議会まで［電話/メール］にて申し込む

地域の輪を広げる！『百歳体操』体験説明会

地域の皆さんが健康でいきいきと暮らせるよう、介護予防や筋力維持に効果的な「百歳体操」の体験説明会を開催します。

日　時	令和９年１月１３日（水）　午前１０時～１１時３０分
場　所	玉穂総合会館
対象者	中央市在住の方
定　員	３０名
参加費	無料
講　師	株式会社斬新社　代表取締役　久保田 好正　氏
申し込み	中央市社会福祉協議会まで［電話/FAX/メール］で申し込む

健康まなびや 1月

【申込開始】１２月１０日（木）９時～
※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）

◆顔ヨガ教室◆

表情筋を動かして顔を引き締めるエクササイズを体験できます。

日　時	１月６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 ● 手鏡
定　員	３５名
講師名	大野美恵　氏

◆レク教室◆

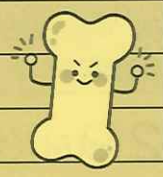
レクリエーションを通して、身体を動かしながら脳トレをしましょう！

日　時	１月１３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
定　員	４０名
講師名	川住文子　氏

◆骨アップ教室◆

骨を強くする方法や転倒防止の体操を学びます。

日　時	１月２０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
定　員	４５名
講師名	佐藤芳一 氏



◆ヨガ教室◆

姿勢、瞑想を組み合わせて身体を動かします。血流を良くして、心身の緊張をほぐしましょう。

日　時	１月２７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	● ヨガマット（またはバスタオル） ● フェイスタオル ● ゆったりとした服装 ● ５本指ソックス（あれば）
定　員	４０名
講師名	中山瑠美 氏



令和８年度 峡中地区高齢者作品展のご案内

山梨県シルバー作品展へ出品する作品を選考します。希望の方は、事前に応募票を中央市社会福祉協議会にて受け取り、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。

締め切り　１２月２４日（木）まで

日　程	令和９年３月５日（金）～３月７日（日）
会　場	玉穂総合会館　多目的ホール１・２
対　象	中央市在住の６０歳以上の方
種　目	①日本画　②洋画　③彫刻（彫塑含む） ④工芸（手芸・陶芸含む）　⑤書 ⑥写真　⑦文芸（短歌、俳句、川柳に限る）

あんしんサポートセンター １２月の相談

《心配ごと相談所》

日　時	月～金曜日（祝祭日除く） 午前８時３０分～午後５時１５分
事前予約	不要
費　用	無料



《結婚相談所》

日　時	①１２月１２日（土） 午前１０時～午後３時 ②１２月１６日（水） 午後６時～８時
事前予約	必要
費　用	登録・相談ともに無料

【会　場】玉穂総合会館（中央市下河東６２０）

福祉用具・福祉車両を貸し出します！

車いす等の福祉用具や、車いすに乗ったまま乗降することができるスロープ付き軽自動車を貸し出しています。

詳細は中央市社協まで。



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
［ＦＡＸ］０５５－２７４－０３１９
［メール］borasen@chuo-shakyo.or.jp
［ホームページ］https://chuo-shakyo.or.jp/

ホームページはこちら！

この広報紙は一部、赤い羽根共同募金により発行されています。