

ボランティアだより

第 119 号 令和8年・4月発行



手話って
おもしろい！ 令和8年度中央市・昭和町手話奉仕員養成講座受講生募集

～手話で広がるコミュニケーション～

手話は、聴覚に障がいのある方にとって大切な『言葉』です。この講座は、手話で伝え合う楽しさを知り、日常会話を行うのに必要な手話表現・技術を習得するために開催します。基礎から学びますので、初心者の方でも安心してご参加いただけます。楽しく学んでみませんか？

日 時 令和8年5月8日(金)～令和9年2月26日(金)
毎週金曜日、午後7時～9時 全41回予定(土日午前開催2回含む)
場 所 玉穂総合会館 多目的室1-1
対象者 中央市、昭和町在住及び在勤在学の方(高校生以上)
定 員 20名
受講料 無料 テキスト代4,290円は初日に集金します。
別途動画サイト視聴料1,760円が発生します。



※手話奉仕員養成講座ではテキストと動画視聴をセットで使用します。
ご自宅でも視聴可能なインターネット環境かご確認ください。

これから聴覚障がいがある方と共に活動できるように頑張ります！

令和7年度 閉講式にて
受講生の皆さん



大切な人を想う会

4/25
(土)

【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1-1

生きている限り大切な人との死別や離別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。

喪失による深い悲しみやココロの内を話し、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はココロ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よう安心の場です。

介護支援ボランティア

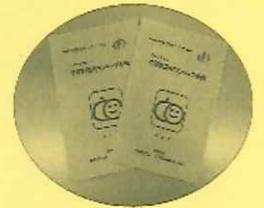
～ポイントに換える申請について～

令和7年度の介護支援ボランティア手帳ポイントの申請受付が始まります。期間内に社会福祉協議会本所で申請できます。翌年度には繰越してきませんので、忘れずに申請してください。

【申請期間】
令和8年4月1日(水)～4月30日(木)

【申請に必要な持ち物】
ボランティア手帳・印鑑
※交付金に換える場合は、振込口座がわかるものをご持参ください。

同時に令和8年度の介護支援ボランティア手帳発行の手続きも可能になります。中央市在住の65歳以上の方ならどなたでも登録ができます。



社協では、地域のみなさんの交流に役立てていただけるよう、無料でレクリエーション用品の貸し出しを行っています！
「ボッチャ」や「モルック」、「ボードゲーム」など多様な種類の用意がありますので、ぜひご活用ください。
予約や使い方等、お気軽にお問い合わせください。



レクリエーション用品
お貸しします！

健康まなびや



◆ 太極拳教室 ◆

呼吸を整えて気を巡らせつつ、身体のバランスを整える健康方法です。

- ・日 時 5月1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、動きやすい服装、飲み物
- ・定 員 40名



◆ ピラティス教室 ◆

ゆっくりとした動作で筋肉を鍛え、姿勢やバランスを改善するエクササイズです。

- ・日 時 5月8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 ヨガマット、上履き、動きやすい服装、飲み物
- ・定 員 40名



◆ 楽しく食べて健康に！教室 ◆

シニア世代に必要な栄養素や、食事を楽しむことの大切さを学びます。お土産もあります！！

- ・日 時 5月13日(水)
午後2時～3時30分
- ・場 所 玉穂総合会館 調理室
- ・持ち物 筆記用具
- ・定 員 40名



申し込み開始：4月7日(火) 午前9時～

◆ だしの取り方教室 ◆

だしの取り方について学び、調理実習・だしの風味体験を行います。

- ・日 時 5月19日(火)
午後2時～3時30分
- ・場 所 玉穂総合会館 調理室
- ・持ち物 筆記用具、エプロン
- ・定 員 30名



◆ ゆがみ直し整体体操教室 ◆

日常生活の中で歪んだ体をほぐし、肩こりや腰痛などの痛みを取り、体のバランスを整えます。

- ・日 時 5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、上履き、動きやすい服装、飲み物
- ・定 員 40名



成年後見相談 (要予約)

- ・相談日 4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4月の相談日 (要予約)

- ・相談日 4月11日(土) 午前10時～午後3時
4月15日(水) 午後6時～8時
- ・場 所 玉穂総合会館
- ・利用料 無料

ボランティア保険について

ボランティア保険の更新は済んでいますか？ボランティア活動中の事故に備え加入しましょう。

・ ボランティア行事務用保険

ボランティアに関する行事に参加される方を補償
※開催日1週間前までにお申し込みください

・ ボランティア活動保険

ボランティア活動中にケガをした方を補償

【補償期間 令和8年4月1日～令和9年3月31日】

この他に在宅福祉、地域福祉サービスにおける様々な事故に対する保険や、送迎サービスにおいて利用者の送迎中の傷害事故に対し補償する保険があります。

詳しくは社会福祉協議会までお問合せください。

不要になった布のご寄付のお願い

ご家庭にある、不要になりましたタオル類やシーツ類、古布、古着がございましたらご寄付ください。

ボランティアのみなさんにより裁断し、シルクの里デイサービスセンターで使用します。素材は、Tシャツなど綿100%の素材でお願いします。

※ご寄付の際は、洗濯済みのものをご持参ください。

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。