

# 「きらめき通信」第60号

[2011・9・1]

発行：社会福祉法人山武市社会福祉協議会 山武市ボランティア・市民活動センター

## 『きらきら老後介護隊養成講座』平成23年度 受講生募集！

この講座は、介護予防の大切さを学び、自らの健康づくりとともに、地域の高齢者がよりよい生活を送れるようにサポーターとして協力してくれるボランティアを養成するため、山武市（健康支援課）と社会福祉協議会が開催いたします。介護予防に関心のある方、自分の生きがいづくり、仲間づくりを考えている方など大歓迎です。講座修了者には「修了証」を発行し、その後「修了者の集い」の開催も予定しています。楽しみながら学べる講座ですのでお気軽にお申込みください（定員40名）

| 日時                               | 会場                         | 内容   |
|----------------------------------|----------------------------|--|
| 10月18日（火）<br>13:30～16:00         | 松尾 IT 保健福祉センター<br>多目的室     | ○オリエンテーション<br>○一緒に楽しむ技術を身につけよう！<br>成田国際福祉専門学校非常勤講師 山澤恭子                              |
| 10月25日（火）<br>13:30～16:30         | 松尾 IT 保健福祉センター<br>多目的室     | ○はじめてふれあうってどうするの？<br>「ふれあう」ためのコミュニケーション術講座<br>NPO 法人スピリッツ カウンセラー 北田知子                |
| 11月8日（火）<br>13:30～16:00          | 松尾 IT 保健福祉センター<br>多目的室     | ○高齢者のかかりやすい病気とその予防について<br>宇井医院院長 宇井克人<br>○グループトーク                                    |
| 11月22日（火）<br>13:30～16:00         | 松尾 IT 保健福祉センター<br>多目的室・調理室 | ○講義 高齢者の食生活とお口の健康について<br>○実習 簡単に作れる高齢者向けのおやつ・歯磨き<br>健康支援課 管理栄養士 秋葉美智子<br>歯科衛生士 杉浦 和子 |
| 12月5日（月）<br>13:30～16:00          | 松尾 IT 保健福祉センター<br>多目的室     | ○高齢者における運動機能改善の必要性と実際 その1<br>日本健康スポーツ連盟 健康運動指導士 宗像恭子<br>○グループトーク                     |
| 12月27日（火）<br>13:30～16:00         | 松尾 IT 保健福祉センター<br>多目的室     | ○高齢者における運動機能改善の必要性と実際 その2<br>日本健康スポーツ連盟 健康運動指導士 宗像恭子<br>○グループトーク                     |
| 平成24年<br>1月10日（火）<br>13:30～16:00 | 松尾 IT 保健福祉センター<br>多目的室     | ○いざという時のための救命救急講習<br>日本赤十字社千葉県支部講師<br>○グループトーク                                       |
| 1月24日（火）<br>13:30～16:00          | 松尾 IT 保健福祉センター<br>多目的室     | ○認知症を学び地域で支えよう<br>小規模多機能型居宅介護なるとう 総括管理者 毛呂征也<br>山武市地域包括支援センター 主任保健師<br>○グループトーク      |
| 2月7日（火）<br>13:30～16:00           | 松尾 IT 保健福祉センター<br>多目的室     | ○地域での健康づくり活動について考えよう<br>○閉講式・終了書交付   |

◎できるだけ全回参加できる方が対象（昨年の介護予防サポーター養成講座修了者は、興味のある講座に参加可）

◎現場実習として、介護予防事業（はつらつ教室）・VG 美郷会・各地域のいきいきサロンへ参加していただきます。

☆申込期間 10月11日（火）までです。

●お申込・お問合せは ● 山武市健康支援課 TEL0479-80-8338 宮崎  
山武市社会福祉協議会（山武連絡所） TEL0475-89-2121 須田



## 「さんむロードレース大会」サポートボランティア募集

第6回目を迎える「さんむロードレース大会」。大会実行委員会では、スタッフとしてサポートしてくれるボランティアを募集中です。きらめき通信57号でもお知らせいたしました。大会の詳細が決まりましたのでみなさんにお知らせしま〜す。

期日…11月27日(日)【雨天決行】 場所…蓮沼海浜公園第1駐車場及び周辺  
 人数…30名(個人、グループ可) 締切…9月21日(水)まで  
 内容…・レース参加者・関係者用のスポーツドリンクを用意【準備、片付けを含】する給水係。

その他…・主催者で昼食、参加記念品(ブルゾン)を準備します⇒申込時サイズをお聞きします。  
 ・集合時間等の詳細は、割り振りをし、大会実行委員会より後日関係書類をお送りします。

●お申込み・お問合せ先● 山武市ボランティア・市民活動センター

### 親子ふれあい事業(砂防林の清掃活動)

市内在住・在勤の親子を対象に、3月11日の東日本大震災で津波により流れ出た砂防林のゴミ拾い活動を企画しました。災害について考えるとともに、みんなでエコ活動しませんか。

日 時…10/1(土)雨天の場合10/2(日)  
 午前10:00~12:00

対 象…原則、山武市内に在学・在勤の親子

活動場所…蓮沼海浜公園内の砂防林

集合場所…蓮沼ガーデンハウスマリーノ 前の駐車場

申込期限…9月22日(木) (殿下海水浴場入口)



親子をサポートをしてくれる運営スタッフも募集中です!ご連絡ください。

●お申込み・お問合せ先● 山武市ボランティア・市民活動センター

### 知ってますか? お買物たすけ隊!

“お買物たすけ隊”は、商工会の有志が集まり、外出困難者の買物や生活上不便な事を助けたいという思いから発足した団体です。配達料・訪問見積りは無料で、お宅へお伺いします。お気軽にご相談ください。

《今までの相談例》

- ・生活雑貨を買いに行けないので、届けてほしい。
- ・地域で安心して頼める業者を紹介してほしい。 など

☆商工会の事務所にて  
 詳しいパンフ配布中!



### ボランティアグループ演劇集団「ぶどう座」からのお知らせ!

ぶどう座では、山武警察署の署員さんといっしょに、交通安全と「振り込めサギ」防犯を内容とした劇の出前公演を行っています。高齢者の集う場所や地域での大きなイベントの機会にお誘いください。〔公演時間は20分位〕

演劇集団ぶどう座は、旗揚げから2年目に入り4回目の公演を迎えることとなりました。今回も二部構成です。おおくの皆様の  
 ご来場をお待ちしております。

日時…11月13日(日) 開演14:00(開場13:30)

場所…山武市成東文化会館・のぎくプラザホール

演目…第1部 よさこいそうらん踊り(出演:マスカット・ベリーズ)  
 歌(八田淳子)

第2部 演劇「名もなき老人達」

入場料…無料

第4回公演  
 開催!

●お問合せ先● ぶどう座 代表 藤田 0475-82-6242



### 「山武市ボランティア・市民活動センター」利用のご案内



開設時間 月~金曜日/10時~17時(年末年始・祝祭日を除く)

所在地 社会福祉法人山武市社会福祉協議会 山武連絡所内  
 〒289-1223 山武市埴谷 1868-14 (山武福祉センター内)

電話番号 0475-89-2121 FAX 0475-89-2966

E-mail sammushakyo.vc-n37@sis-net.jp

案内 図



| ボランティア登録状況 (2011年8月1日現在) |        |           |
|--------------------------|--------|-----------|
| ボランティアグループ               | 73グループ | 1,131名    |
| 個人ボランティア                 |        | 157名      |
|                          |        | 合計 1,288名 |