

「きらめき通信」 第83号

[2013・9月]

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25年度 受講生募集！

介護予防（介護が必要な状態にならないために、心身の衰えを予防・回復しようとする取り組み）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サポーターとして協力してくれるボランティアを養成します。

対象者：山武市内に在住で介護予防や高齢者に関わるボランティアに興味のある方。
：できるだけ全回参加できる方。

定員：40名（定員になり次第、締め切らせていただきます。）

申込期間：9月2日から9月30日 **費用：**無料 **場所：**松尾IT保健福祉センター

日時・内容

日時	会場	内容
平成25年 10月8日(火) 13:30~16:00	松尾IT保健福祉センター 多目的室	○開校式 ○オリエンテーション「介護予防の基礎知識・講座の概要」 ○健康体操と自己紹介レクリエーション 山武市健康支援課・山武市ボランティアセンター職員
10月24日(木) 13:30~16:00	松尾IT保健福祉センター 多目的室	○コミュニケーションを深める技術を学ぼう NPO法人スピリッツ カウンセラー 北田知子
10月31日(木) 13:30~16:00	松尾IT保健福祉センター 多目的室	○高齢者における運動機能改善の必要性と実際 ○ロコモティブシンドロームについて 城西国際大学准教授 石原啓次
11月18日(月) 13:30~16:00	松尾IT保健福祉センター 多目的室・調理室	○みんなで楽しめるレクコミュニケーション レクインストラクター・福祉レクワーカー 小山真知子
11月28日(木) 13:30~16:00	松尾IT保健福祉センター 多目的室	○高齢者の罹りやすい病気とその予防について 医療法人社団潤友会 宇井医院院長 宇井克人
12月19日(木) 13:30~16:00	松尾IT保健福祉センター 多目的室	○高齢者のお口の健康について ほりすみ歯科医院 堀角達郎 ○高齢者の食生活について 健康運動指導士・管理栄養士 内田直美 ○歯磨き実習 歯科衛生士 杉浦和子
平成26年 1月9日(木) 13:30~16:00	松尾IT保健福祉センター 多目的室	○認知症を学び地域で支えよう 山武市地域包括支援センター職員 ○高齢者疑似体験 山武市ボランティア・市民活動センター職員
1月23日(木) 13:30~16:00	松尾IT保健福祉センター 多目的室	○いざという時のための救急救命講習 日本赤十字社千葉県支部講師
2月6日(木) 13:30~16:00	松尾IT保健福祉センター 多目的室	○VG美郷会・VGきらきらさんむ活動紹介 ○地域での健康づくり活動について考えよう ○閉講式・修了書交付
平成25年10月 ~平成26年1月	各会場	【現場自習】 ①介護予防事業・はつらつ教室②美郷会③きらきらさんむ

主催 山武市保健福祉部健康支援課
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

修了者には修了書を
発行します！

●お問合せ・お申込み● 健康支援課成人保健係
山武市ボランティア・市民活動センター

TEL0475-80-1171
TEL0475-89-2121

「さんむロードレース大会」サポートボランティア募集

第8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しています。また、きらめき通信80号でもお知らせいたしましたが、大会の詳細が決まりましたのでお知らせします。

開催日 11月24日(日)【雨天決行】 **場所** 蓮沼海浜公園(九十九里は須沼ビーチパーク)
人数 30人(個人、グループ可) **締切** 9月18日(水)
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、片付け含】する給水係りなど。
その他 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。

●お問合せ・お申込み● 山武市ボランティア・市民活動センター 電話 0475-89-2121

傾聴講座 医療ケア編



ボランティアグループ 山武「健康とふくしの会」では、傾聴講座の医療ケア編を開催します。6回の講座が予定されていますが、できるだけ**全講座受講可能な方**を募集いたします。

講師 品川博二 NPO日本ケア・カウセリング協会代表理事/臨床心理士
 小川美智子 NPO日本ケア・カウセリング協会/認定助講師

日時 第1回 平成25年9月26日(木) 第2回 平成25年10月3日(木)
 第3回 平成25年11月14日(木) 第4回 平成25年12月19日(木)
 第5回 平成26年1月16日(木) 第6回 平成26年2月20日(木)

全講座とも 18:00~20:00

会場 山武市成東文化会館のぎくプラザ 会議室(山武市殿台290-1) **参加費** 無料

申し込み 9月13日(金)締切り

※ 氏名・年齢・住所・電話番号・講座を聞く目的・この講座を知った箇所等を記載の上FAXにてお申込みください。

主催 山武「健康とふくしの会」

●お申込み・お問合せ● TEL 0475-82-4717 FAX 0475-82-4711 (塚本)

ハンドマッサージ講座開催！受講生募集！

～手と指をケアして健康生活！！いつでもどこでも気になった時にできるかんたんセルフケア～

講師の久保山さんは、あららぎ館で毎月第2木曜日と第4土曜日の午後1時から4時までハンドマッサージの活動をしています。毎回好評をいただき、ご利用人数的にも限られてしまいます。

そこで、多くの方にハンドマッサージを知っていただき、ご自分の健康と家族の健康づくりや仲間づくりをすすめたいと思い開催いたします。

日時：9月28日(土) 14:00~14:50

場所：さんぶの森交流センター あららぎ館多目的室1 (やまゆり)

参加費：500円(資料代とオイル10ml)当日徴収します。

募集人数：25人(予約制) **持参するもの**：バスタオル1枚

講師：久保山一美 NPO全国介護美容福祉協会会員

「NPO法人日本セラピスト養成協会」認定 ハンドリフレクソロジスト

主催：山武「健康とふくしの会」 ●申し込み・問い合わせ●：080-6707-7129(久保山)



「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) **案内図**

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



ボランティア登録状況 (2013年8月1日現在)

ボランティアグループ	75グループ	1,160名	合計1,309名
個人ボランティア		149名	