

～洞爺湖町ボランティアセンター＆生活支援体制整備事業情報誌～

はつらつ号

有償ボランティア事業『手助け隊』活動しています！

手助け隊とは、洞爺湖町にお住いの方同士によるお互い様の気持ちを大切にした助け合いの活動で、ボランティアによる支援活動に対して、お礼の気持ちを表すためにチケット（有償）が交付されるものです。

内容は主に買い物や掃除などの「家事」、廃品まとめや草むしりなどの「作業」、「外出」に関するお手伝い、その他、お話し相手などの活動も行っています。

利用にあたっては、支援を必要とする内容をボランティアセンター（社会福祉協議会）へご相談いただき、対応できるボランティア活動者に支援を依頼します。活動終了後に事前に購入したチケットを活動者へ渡し、それを活動者がセンターに提出して謝礼金と交換するしくみとなっています。



緊急事態宣言発令中は、室内での支援をお断りするなど、依頼があっても状況により活動をお断りしなければならない場合もありますが、まずは一人で悩まずに遠慮なくご相談ください。

平成28年6月より活動開始し、平成29年度は719回の活動も、令和2年度は、1032回の活動が行われました。

地域でのつながりが増えて、支えあいや情報の共有など、高齢になっても暮らしやすい地域を目指して活動を広げていきたいと考えています。

また、無理のない範囲で他者を支援する事は、自身の健康維持にもつながるといわれています。ご興味のある方は、ぜひ一緒に活動してみませんか。



社会福祉法人 洞爺湖町社会福祉協議会 洞爺湖町ボランティアセンター

《本 所》〒049-5604 洞爺湖町栄町 63-1 健康福祉センターさわやか内

【TEL】 0142-76-4363 【FAX】 0142-76-4368

【E-mail】 toyako-sha.abuta@jupiter.ocn.ne.jp

《洞爺支所》〒049-5802 洞爺湖町洞爺町 132-2 洞爺ふれ愛センター内

【TEL】 0142-82-5185 【FAX】 0142-82-5895

【E-mail】 toyako-sha.tsutsuji@theia.ocn.ne.jp

ホームページ : <http://toyako-shakyo.org>



はつらつ楽習！脳の健康教室



第5期生 修了式



10月7日、健康福祉センターさわやかにおいて、令和3年度前期（4月～9月）開講の「はつらつ楽習！脳の健康教室」修了式を行いました。

この教室は公文学習療法センターの教材を使用し、週に1度の教室楽習と毎日の自宅学習をおこないます。

緊急事態宣言発令により、会場が使用できず一部休止もありましたが、6名の方が修了され、教室サポーターより修了証と記念品が授与されました。（当日1名欠席）

楽習前後の効果を測定するファイブコグ検査も実施しました。

第6期生 開講式

10月7日、前期修了式後に令和3年度後期「はつらつ楽習！脳の健康教室」の開講式を行ないました。

今期は5期からの継続者3名を含め、8名の受講者と教室サポーターにて、来年3月までの6ヶ月間、毎週木曜日に楽習を行ないます。

冬期間は、閉じこもりになりがちですが、新型ウイルス対策を図りながら、楽習の合間にチューブ体操を取り入れ、仲間と共に楽ししく脳の健康維持を図れればと思います。



コグニの集い

日程	10月21日（木）
	11月18日（木）
時間	13:30～ 1時間程度
会場	駅交流センター2階 会議室



コグニサイズは脳と身体の機能を効果的に向上させる認知症予防へ向けた運動です。

上手くできないことも笑いになり和気あいあいと楽しめる運動です。ご興味のある方はお気軽にご参加ください。

緊急事態宣言発令等に伴い会場使用ができない場合は中止となります。

