

ボランティアだより

ボランティアって・・・

ボランティアとは、決して特別なことではなく、自分の空いている時間を使って「できることをできる範囲で」する活動です。例えば、道に落ちているゴミを拾うのも、乗り物の中でお年寄りに席を譲ることも、ボランティア活動です。

ボランティア活動をしてみたいと思ったら「何ができるだろう」「自分の趣味や特技はなんだろう?」と考えてみて下さい。自分ができることや、したいことを活かした活動が、無理なくボランティアを続けていくコツです。



足寄町ボランティアセンターの役割

◆ ボランティア活動に関する相談・紹介をします。

◆ 学びの場を提供します。

ボランティアセンターでは、ボランティアをしたい人と、してほしい人を繋げる働きをしています。

また、ボランティアに関する理解と関心を深めるために、研修会を開催したり、広報誌を発行しています。

ほかにも、活動中の事故等を補償するためのボランティア保険の手続きを行っていたり、寄付やリングプルの受付も行っています。



興味のある方は、足寄町ボランティアセンター（28-0722）までご連絡ください。

開催しました！

ボランティアスキルアップ研修会 ～体も脳もお肌もいきいきと～

平成 29 年 3 月 30 日にボランティアスキルアップ研修会が開催され、12 名の方々が参加されました。

前半は高齢者の方々へのレクリエーションや、ふまねっと運動を社会福祉協議会 後藤由香里 福祉活動専門員に実技を交えて教わりました。

後半は NOEVIR Beauty Studio Daizy 上田優香 代表をむかえ、脳活マッサージやメイク法、ハンドマッサージを学びました。

ふまねっと運動や脳活マッサージなど実技が多かった今回の研修会。体験することで理解が深まり楽しさも増し、ボランティア同士の交流にも繋がりました。

今年度も研修会の開催を予定しています。時期が決まりましたら、お知らせしますので、ぜひご参加ください。



やってみると意外と難しい「ふまねっと運動」。間違えても笑いあうことが大切です。高齢者の歩行機能や認知機能の改善効果が期待できます。

女性の方々はメイク法に聞き入りました。二人一組になったのハンドマッサージでは、談笑しながら和やかな雰囲気になりました。



足寄町ボランティアセンター（足寄町社会福祉協議会内）

〈開設時間〉

月曜日～金曜日 午前8時40分～午後5時5分
土・日・祝日・年末年始はお休みとなります

社会福祉法人 足寄町社会福祉協議会

〒089-3716 足寄町南6条2丁目7番地

電話：0156-28-0722 FAX:0156-25-9021

ホームページ：http://www.ashorotte.jp/shakyo/

