



ボランティアをしたい人と、してほしい人をつなぐ

22号

# 浜松ボラセンだより

2024.10

発行 / 社会福祉法人 浜松市社会福祉協議会 ボランティアセンター

## 浜松市ささえあいポイント事業 交流研修会を開催しました。

9月30日(月)浜松市ささえあいポイント事業 交流研修会をなゆた浜北にて開催しました。

講演では「フレイル予防『長生きのどの作り』」をテーマに、野末あけみ先生より、長生きをするにはよく食べ、よく話すことが重要であることをお話いただきました。

「ハシカベ体操」や早口言葉をご紹介いただき、参加者と一緒に声を出すことを意識したレクリエーションを行いました。



会場のみなさん  
楽しそうに取り組んで  
いらっしかったです♪♪



活動報告では「いきいき体操同好会」のみなさんが、高齢者の介護予防・健康寿命を延ばすための体操や脳トレゲームを参加者と一緒に行いました。

代表の小澤球江様より「トレーニングだけではなく、最後は笑顔で帰ってもらうことを大切にしている。参加者の笑顔や仲間があるから続けていられる。」とお話いただきました。

浜松市ささえあいポイント事業では、毎年、ボランティア登録者の交流とボランティア活動の技術向上を図るため、交流研修会が開催されています。

## ボランティア活動をはじめませんか？



【令和6年度下半期】

### ささえあいポイント事業ボランティア登録研修会日程

浜松市ささえあいポイント事業は、主に65歳以上の方を対象に、登録施設・サロン・配食団体等でボランティア活動や介護予防活動を行った人に対してポイントを付与し、換金・寄附することができる制度です。

ささえあいポイント事業に参加する市民は、登録研修会に参加する必要があります。

登録研修会に参加する場合は、申込みが必要です。

開催日	時間	開催場所
11月15日(金)	14:00~16:00	浜名区役所第2会議室A・B(浜名区貴布祢)
2025(令和7)年 2月13日(木)	14:00~16:00	天竜区役所21・22会議室(天竜区二俣町二俣)
随時募集	※要相談	※要相談

【お申込先】 浜松市社会福祉協議会 地域支援課  
お電話(457-7011)又は、  
右記のQRコードからお申込み下さい。

【申込期限】 各登録研修会開催日の前日まで



申込用QRコード

※ご自宅などでインターネット受講が可能な方は、研修会の会場に行かなくても動画を見ることで受講できます。希望される場合は、上記申込先にご連絡をお願い致します。

## 福祉ふれあいフェスタを開催します！



～ 地域福祉やボランティア活動への関心・理解を ～

市民の皆さんが地域福祉やボランティア活動に関心を持ったり、理解を深めたりすることを目的に「福祉ふれあいフェスタ」を開催します。

日頃のボランティア活動の様子を紹介する展示や体験コーナーを設けて、来場者への説明や体験を行う予定です。お気軽にご参加ください。

日時：令和6年12月14日(土) 10:00～15:00

場所：浜松市福祉交流センター

