



©八吉

びほろ・ちいき活性化事業

ささえ手くらぶ

No.7 R03.11.05

発行：社会福祉法人
美幌町社会福祉協議会
ささえ手くらぶ登録者数 144名

できることから始めよう！

～できるときに、できる人が、できることを～

ボランティア活動者 フォローアップ研修

令和3年11月27日(土) 13:00～14:30

令和3年12月22日(水) 13:00～14:30

場所：しゃきっとプラザ 1階 集団健診ホール

ちいきの活動を知って、体験して、自分の活動を振り返ってみませんか？
ちいきを支える“ささえ手”のみなさんが、無理をせず「できるときに、できる人が、できることを」することが、ちいきの活性化につながります。

11/27 (土) ちいきの団体の
活動紹介

『ご存じですか!?
支援農園』

男談農園第2農場 支援農園
農場長 太田博美氏

12/22 (水) ちいきの団体の
活動体験

『ふまねっと運動で
生き生き100歳人生を!!』

認定NPO法人ふまねっと美幌支部
支部長 平田美木男氏

社会福祉法人美幌町社会福祉協議会 美幌町ボランティアセンター

美幌町字東3条北2丁目1 しゃきっとプラザ2階 電話0152-72-1165 e-mail info@bihoro-shakyo.or.jp

ささえ手くらぶ ■後援：美幌町 ■協賛：JAびほろ・美幌観光物産協会・(株)道央環境センター美幌支店



令和3年 11月 27日 (土) 13:00~14:30

美幌町保健福祉総合センター しゃきっとプラザ 1階 集団健診ホール (東3北2)

▶『ご存じですか!? 支援農園』

男談農園第2農場 支援農園

農場長 太田博美氏



支援農園は、育てた野菜を町内の介護施設に寄贈していきの施設を支援することを目的に、令和3年4月からスタートした活動です。毎回参加しなくてもOK! 皆さん自分の都合に合わせて活動しています。疲れたら休憩し、誰かが休憩したら誰かがその作業を引き継ぐ。皆で声を掛け合いながら『できる人が、できるときに、できること』を楽しみながら活動している様子をご紹介します。

▶『情報交換会』 美幌町ボランティアセンター 山田 愛

「ほかの人たちはどんな活動をしているの?」

「興味のある活動があるけど、実際に活動している人からの話を聞いてみたい!」

「顔はわかるけど名前がわからない。今さら名前を聞くのも…」

皆で顔を合わせて自己紹介。自分の活動を話してほかの人の活動を聞いてみよう!!
新しい活動、新しい仲間が見つかるかも!?

1日参加で
ささえ手ポイント
20pt

令和3年 12月 22日 (水) 13:00~14:30

美幌町保健福祉総合センター しゃきっとプラザ 1階 集団健診ホール (東3北2)

▶『ふまねっと運動で生き生き100歳人生を!!』

認定NPO法人ふまねっと美幌支部 支部長 平田美木男氏



ふまねっとは、50センチ四方のマス目でできた大きな網を踏まないようにゆっくり歩く運動です。筋肉の向上のために体を動かすのではなく、運動を通じてほかの人とのつながりや絆を深めることを目的としています。失敗しても大丈夫。失敗することにより交流が生まれ(!?)、年齢を問わず楽しめます。ふまねっとサポーター・インストラクターの方々にコロナ禍に考慮したふまねっと運動をご指導いただき体験します。

1日参加で
ささえ手ポイント
20pt

【お問合せ・お申込み】

社会福祉法人美幌町社会福祉協議会
美幌町ボランティアセンター

電話 (0152) 72-1165 メール info@bihoro-shakyo.or.jp

今後の新型コロナウイルス感染症の拡大状況によっては、延期または中止となる場合があります。

参加費：無料

定員：各日30名

定員に
なり次第
締め切り

社会福祉法人美幌町社会福祉協議会 美幌町ボランティアセンター

美幌町字東3条北2丁目1 しゃきっとプラザ2階 電話0152-72-1165 e-mail info@bihoro-shakyo.or.jp

ささえ手くらぶ ■後援：美幌町 ■協賛：JAびほろ・美幌観光物産協会・(株)道央環境センター美幌支店

