



©八吉

びほろ・ちいほ活性化事業

# ささえ手くらぶ

No.12 R04.09.21

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 200名

研修会のご案内

## とも 3町ボランティア 朋のつどい


大空町・津別町・美幌町のボランティアさんが集まってみんなで研修 & 交流♪

近隣のまちのボランティアさんに会ってみませんか？

- ◆日時 令和4年10月12日(水)10:00~12:00
- ◆場所 津別町中央公民館 1階 講堂  
(津別町字豊永5番地)
- ◆内容 『転ばぬ先の筋肉ー健康増進・体力向上のための身体運動』  
講師 日本赤十字北海道看護大学  
山本 憲志 氏  
※講演と簡単な体操を予定しています。

◆参加費 無料

◆津別町への移動について

- ①町多目的バス利用の場合   
しゃきっとプラザ駐車場に9:10までにお越してください。
- ②自家用車の場合  
津別町中央公民館に9:50までにお越してください。

◆申込先 ボランティアセンター 電話72-1165

申込の際に、①町多目的バス利用、または、  
②自家用車をお知らせください。(バスは先着30名となります。)

◆締切 令和4年9月29日(木)

ささえ手ポイント  
10pt



美幌手話の会ピポロ 主催



# しゅわ交流会 in びほろ

オホーツク地域の手話サークルと聴覚に障がいがある方々との交流会です。手話ができなくても大丈夫！一緒にゲームをして楽しみませんか？

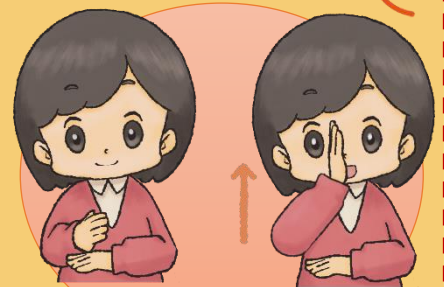
ささえ手ポイント

15pt

▶日時 令和4年10月16日(日)集合9:00 解散12:30頃

▶場所 美幌町民会館 3階 中ホール

▶内容 ・会場準備、後片付け  
・受付、検温、消毒の声かけ  
・ゲーム(輪投げ等)の声掛け など



「ありがとう」の手話

※マスク、またはマウスシールドの着用をお願いします。

**お手伝いいただける方は、10月7日(金)までに、ボランティアセンターへお知らせください。(電話72-1165)**

◇当日、急用や体調がすぐれない等でお休みされるときは、手話の会ピポロ事務局の野田さん(090-3462-8088)、または藤原さん(090-9752-1514)へご連絡ください。

## ふまねっとサポーター養成講座

主催  
認定NPO法人  
ふまねっと  
美幌支部

ふまねっと運動は、専用の横3マス、縦8マスのネットを床に敷き踏まないで歩く運動で、健康づくり・生きがいづくりに良い多重課題運動です。認定NPO法人ふまねっと美幌支部では、ふまねっとのサポーター養成講座を10月30日(日)13:00より元町の地域用水広報館で開催します。

受講料として7,000円かかりますが(学生は3,000円)、後日、美幌町自治会連合会より4,000円の助成があります。興味を持たれた方は、10月7日(金)までにボランティアセンターへお問い合わせください。(電話72-1165)



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 しゃきつとプラザ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・株式会社道央環境センター美幌支店

協同組合びほろ生き生き商店街・合同会社びほろ笑顔プロジェクト・協同組合スマッピーカードびほろ

