

お知らせ

# ボランティア講習 “寄り愛茶屋”開催

先月号でもお知らせしましたように、今年度の「ボランティア講習会」を下記のとおり開催します。たくさんのご参加をお待ちしています。

## テーマ「楽しく動いて健康づくり！」

～ボランティアは体が資本！家でも簡単にできる健康体操～

★日 時：12月5日（水） 午後1時30分～3時30分

★場 所：保健福祉センター

★講 師：長野県健康づくり事業団  
健康運動指導士 梅垣茂先生



★内 容：・健康体操講座とボランティアクイズ

★参加対象者：ボランティア登録されている方、  
ボランティア活動に興味のある方

ボランティア、みんな  
元気でやまい！

◎当日参加 OK です。ぜひご参加ください。

お問い合わせ 社協※※48-2008

お知らせ

## ★ 古切手などの収集について！ ★

古切手や未使用切手、未使用のはがきや投函していない書き損じのはがきの回収を行なっています。ご家庭にそのようなものがありましたら社協へお持ちください。福祉活動のために活用されている団体へ送付させていただきます。

回収場所・・・社協の入り口に置いてある収集箱へ入れてください。

※古切手は周りを1cm位残して切ってください。

回収期限・・・平成30年12月末まで

※1月以降も随時回収は行っていますが、今年の分は、12月末でいったん締め切り、送付します。



お知らせ

# ボランティア新年交流会 開催します！

平成30年度の“ボランティア新年交流会”を、来年1月末に予定しています。どんな楽しい企画になるか、今から楽しみにしていってくださいね！

詳細は1月の情報紙に掲載しますが、今回もみんなで力合わせてのジャンボ巻き寿司作りを予定しています！



## はじめての ボランティア



このコーナーは、“はじめてのボランティア”と題して、社協にはじめてボランティア登録し、活動されている方をご紹介します。今回のご紹介は、上条区の下出孝毅さんです。この冬から、配食ボランティアに登録いただき活動されます。

### Q.ボランティア登録したきっかけはなんですか？

父親が長いこと社協のお弁当を利用し助かっていたので、その恩返しができればと思いました。

生前、週末に様子を見に行くと、「今日は弁当はこないかなぁ」と、よく言ってました。お弁当が楽しみで、きれいに食べてました。

### Q. 下出さんにとって“ボランティア”のイメージは？

ボランティアという言葉聞いて何も抵抗はなく、普通のことと認識してます。人は、人と関わりあい助け合いながら生きていくものだから、ボランティアをしながら、少しでも力になれば・・・と思っています。

### Q.まだ始まったばかりですが、活動への思いを！

胸を張って言い切れないけれど、できるだけ長くボランティアできればという気持ちでいます。

下出さん、お忙しい中ありがとうございました。

「親父が残した、この王滝の家は守らなきゃならないから・・・」と、お話されていた下出さん！何だかとてもがっかりよかったぞ。畑作業や薪割いたと毎日忙しくされている様子ですが、ボランティア活動もよろしくをお願いします。