

ぺんぎん

沼津市ボランティアニュース No. 327 令和元年 6月15日号

＜発行＞ 沼津市ボランティアセンター（社会福祉法人沼津市社会福祉協議会）

〒410-0032 沼津市日の出町1-15 サンウェルぬまづ内

健康体操サポーター養成講座受講生募集のご案内

高齢者の集まる居場所等で、介護予防の体操を広める活動をお手伝いして下さるサポーターさんを募集します。

7月19日（金）

13:30～15:30

講義（講座の目的、住民主体の
介護予防の重要性）

実技（体操指導）

7月22日（月）

13:30～15:30

実技（体操指導）

7月26日（金）

9:30～11:30

見学実習（地域のサロン見学）

7月29日（金）

13:30～15:30

実技（体操指導、振り返り）

講義（今後の活動に）



場 所：サンウェルぬまづ 2階大会議室

対 象：市内に在住し、運動を制限されていない概ね55歳以上で
全日程参加でき、講座終了後、地域で活動できる方。

持ち物：筆記用具、水分補給用の飲み物、タオル、

運動ができる服装、ヨガマットまたはバスタオル

定 員：15名（先着順）

参加費：無料

お申込み・お問い合わせ

お申し込みは電話にて受付中です。

沼津市社会福祉協議会 介護福祉係

TEL：055-962-5932

事業所施設・病院見学実習のご案内

日 時：8月9日（金）9：30～16：00

集合場所：サンウェルぬまづ 1階

サンウェルぬまづに集合し、バスで各施設へ
向かいます。

内 容：社会福祉法人共生会きさらぎと医療法人
社団静岡康心会ふれあい沼津ホスピタルに
訪問し、見学実習を行います。

また、喫茶くれよんで昼食をとります。

対 象：どなたでも

定 員：25名（先着順）

こころの病気や精神障がいのある方への
理解を深めるため、福祉施設や病院を訪問
し、精神保健福祉について学ぶとともに、当
事者との交流を図ります。

参加費は無料ですが、昼食代の負担をお
願いたします。

お申し込みは電話にて7月1日（月）9
時から受付予定です。

参加をご希望の方は沼津市社会福祉協議
会（TEL：055-922-1500）
までご連絡ください。



ぷちボラ募集のご案内

就労継続支援 B 型事業所「いっぽ」ではボランティアとして活動していただける方を募集しています。ご興味のある方は就労
継続支援 B 型事業所「いっぽ」担当水野様（TEL：055-946-5653）までご連絡ください。

日 時：平日 9：00～17：00の間でボランティアの方が活動可能な時間帯

場 所：就労継続支援 B 型事業所「いっぽ」 駿東郡清水町徳倉 277-6

内 容：作業のお手伝いや話し相手 他

1 回だけ、短時間のみのボランティアでも参加可能です。見学だけでもお気軽に
お立ち寄りください。



サンウェルぬまづで傾聴ボランティア活動を行っています

傾聴ボランティアグループうさぎは、相手の話を聴くことで心の負担が軽くなるよう手助けをするボランティア活動を行っていま
す。現在、第1・第2・第4木曜日の午後に福祉施設を訪問している他、サンウェルぬまづでも定期的に活動を行っています。
家族のこと、身体の具合のこと、寂しさのこと、愚痴など、丁寧に話を伺います。カウンセリングや相談とは異なり、原則的に問
題解決のためのアドバイスは行いません。身近な人には話しにくいけれど、誰かにちょっと話を聴いてほしいという方のお越しをお
待ちしています。

日 時：毎月第3木曜日 13：30～15：00

場 所：沼津市日の出町1-15 サンウェルぬまづ 3階ボランティア活動室前

内 容：傾聴ボランティア活動（家族、身体の具合、寂しさ、不安についての話など、丁寧に話を伺います。）

申込等：事前の予約は必要ありません。直接活動場所にお越しください。



皇室記念切手と記念絵葉書展を開催します

沼津市ボランティア連絡協議会に所属している「古城流会」がサンウェルぬまづにて「皇室記念切手と記念絵葉書展」を開催します。新元号を記念して明治から平成までの皇室に関する珍しい記念切手と絵葉書を展示します。沼津御用邸内供奉職員が差し出した明治と大正時代の珍しい葉書もあります。入場は無料になっています。ぜひ、お立ち寄りください。

日 時：7月1日（月）～7月15日（月）
場 所：サンウェルぬまづ 1階 展示ギャラリー
お問い合わせ：090-7955-4089

（古城流会 望月）

問題

昭和天皇の「ご成婚切手」は印刷されていたが発売されなかった。なぜ？

答えは会場で！

一緒にビーチクリーンに参加しませんか

ビューティフルアースではボランティアとしてビーチクリーン活動に参加していただける方を募集しています。参加をご希望の方は沼津市ボランティアセンター（TEL：055-922-1500）までご連絡ください。

日 程：6月22日（土）、7月7日（日）、7月13日（土）、7月24日（水）、8月3日（土）

※雨天中止

時 間：8：00～9：00 夏季は熱中症対策で作業時間を短縮し、1時間にします。

場 所：片浜海岸（県道松長の信号を渡った海に集合。ビーチクリーン会場の看板あり。）

持ち物：軍手・飲み物・ゴミを拾うトンゴ（ある方のみで結構です）

備 考：熱中症対策の水分、塩分は忘れなくお願いします。またボランティア行事用保険には加入しません。

必要な方はご自身でボランティア活動保険にご加入ください。



募集中!

ビューティフルアースでは新規メンバーを募集しています。参加をご希望の方は Facebook で hisayoshi 444@ezweb.ne.jp まで参加希望の旨をご連絡ください。

沼津市ボランティア連絡協議会総会が開催されました

5月14日（火）に沼津市ボランティア連絡協議会令和元年度総会が開催されました。

第一部では、沼津市ボランティア連絡協議会の前年度の活動報告と今後の活動についての話し合いが行われました。第二部では「中高年の筋力アップ ～筋力が強くなる仕組みを知って体力アップを目指そう」というテーマで静岡県総合健康センター所長木本愛郎氏による講演会が行われました。

どなたでも入場可能となっており、また関心の高いテーマであったためか、多くの方が参加し、講師と一緒に体を動かしながら、高齢になっても健康で暮らすための筋力アップ方法を学びました。



4月・5月のボランティア相談状況

4月のボランティア相談状況		5月のボランティア相談状況	
入門	2 件	入門	1 件
依頼	9 件	依頼	1 4 件
学習	0 件	学習	1 件
その他	1 件	その他	0 件
合計	1 2 件	合計	1 6 件

毎月第 1・3 金曜日（10時00分～15時00分）は、沼津市ボランティア連絡協議会役員によるボランティア相談の日です。通常の相談はサンウェルぬまづ 2 階事務所で沼津市社会福祉協議会職員が受付していますが、この日はサンウェルぬまづ 3 階ボランティア活動室前が会場になります。どなたでもお気軽にお越しください。

沼津市ボランティア連絡協議会とは・・・

ボランティア活動のつながりを広げていくことを目的に、ボランティアセンターに登録している個人・グループの有志で 結成された組織です。交流会や研修会、活動発表会などを開催しています。連絡協議会への加盟をご希望の方は、沼津市ボランティアセンターにご連絡ください。会員になって一緒に活動しませんか？

お問い合わせ：沼津市ボランティアセンター（TEL：055-922-1500）

ご協力ありがとうございました！

使用済み切手・書き損じハガキ・牛乳パック・各種プリペイドカードなどのお持込み

平成31年4月1日（月）から令和元年5月31日（金）まで

◆ぬまづ観光ボランティアガイド 様

◆匿名多数



ぬまづ観光ボランティアガイドの皆さんにご協力いただきました！

沼津市ボランティアセンターでは、使用済み切手、書き損じハガキ、プリペイドカードなどを集めています。使用済み切手はボランティア団体を通じ、海外医療協力などへの活動に利用されます。牛乳パックやプリペイドカードなどは沼津市内の社会福祉法人共生会の行う古紙回収で活用されます。書き損じハガキは沼津市社会福祉協議会にて、福祉事業を行う際に活用されます。

ご不要のものがございましたら、サンウェルぬまづ 2 階の沼津市ボランティアセンターへお持ちください。ご協力よろしくお願いします。

< 次回の「ペンぎん」は 8 月 1 5 日号です >

沼津市ボランティアセンターでは、沼津市ボランティアニュースペンぎん（偶数月 1 5 日頃に発行）に掲載する記事を随時募集しています。ボランティアを募集したい方、自分の取り組むボランティアを知ってほしい方など、記事の掲載をご希望の方は、7 月 1 5 日頃までにご連絡ください。ご希望があれば取材にも伺わせて頂きます。

