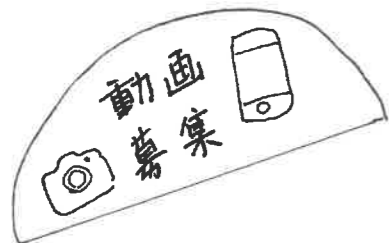


令和4年度

和歌山県ボランティアフォーラム

(趣旨) 今年度は、開催形式を変え、「ボランティア団体紹介冊子」と「ボランティア団体活動PR動画」を募集し、魅力を発信し県内ボランティア団体を知っていただくことを目的として実施します



■ あなたの活動を携帯等で撮影してPR動画作りませんか。(1団体3分程度)

動画はらぶと... という方は

■ ボランティア団体の紹介はどうかしら冊子についての説明、掲載内容1~10についての送信紙 FAX用紙は、紀美野町社協にあります。



(スケジュール... 予定で変更する場合があります)

11月上旬 活動PR動画参加団体募集について... 案内冊子作成について... 案内

12月23日 冊子掲載団体 応募用紙 活動PR動画参加団体募集 } 募集締切

11月13日 動画テーター 締切

2月 YouTubeにアップロード・動画 ボランティア交流会にて上映

3月 冊子配布

(お問合せ先)

和歌山県ボランティア連絡協議会 担当: 中西

TEL 073-435-5220 FAX 073-435-5221

E-mail waken-vc@shakyo.com (動画送信先)

ホームページ <https://www.wakayamakenshakyo.or.jp/>

—使いすてカイロを回収しています—

ボランティア伝言板

「Go Green Group」では、使い捨てカイロを再利用した水の浄化プロジェクトを推進しています。

※ 足の裏に貼るカイロは、粘着部に中身がつき取り出しにくいので回収していません

使い終わったカイロは...

① ビニール袋に入れ 袋の空気を軽く抜き、口をしばる。

② 段ボール箱などに梱包し送って下さい。(送料は、ご負担下さい)

《送り先》

〒490-1143

愛知県海部郡大治町砂子長田1181-1

GO Green物流センター 愛知

TEL 052-444-0529

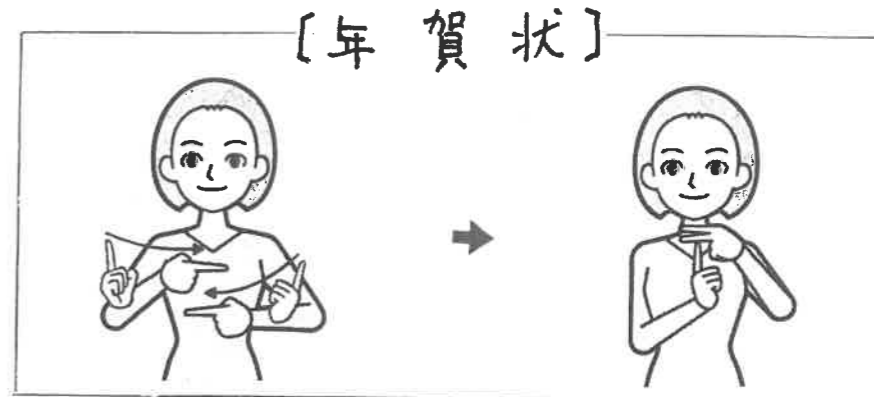
◎ 紀美野町ボランティアセンターの持込みも受け付けています

TEL 489-2255

手話っち



両手人差指を左右から引き寄せて上下に置く



両手人差指を左右から引き寄せて上下に置き、

左手2指と右手人差指で「元」の形を表す

ちよこっと 社会参加でフレイル予防

フレイルとは...

年齢とともに生じる心身が衰えた状態のこと。健康な状態と要介護状態の中間の段階といわれています。でも普段の心がけで予防・改善することができてきます。

フレイル予防に大切な3つのこと

食事

運動

社会参加

社会参加って何をすれば?!

理由をつけて外出すれば... 食事面・運動面でもいいことがいっぱい!

これも社会参加です

いつものお店で

- ・ お買い物したり
- ・ おしゃべりしたり
- ・ お茶を飲んだり

ムリしなくて大丈夫!

身近な所で

- ・ 散歩、体操
- ・ 庭いじり、農作業
- ・ ご近所の見守り
- ・ ボランティア活動

ボランティアだより

