

「傾聴ボランティア講習会」

----- 「もう来なくて大丈夫」と言われるまで続けていきたい -----

阪神大震災を機に高齢者の話をじっくりと聞く「傾聴ボランティア」を被災地で続ける女性が和歌山市にいます。

阪神大震災の発生から13週間後 知り合いに勧められボランティアを始めた、当時は40歳代 水の入ったバケツを担いで ヒルの最上部まで何度も往復したり 避難所のトイレの掃除をしたりして 1年が過ぎた頃 安否確認で仮設住宅を回った。多くの方は「ありがとう」「ご苦労様」とねぎらいの言葉をかけてくれた。

でも ある高齢女性は違った.....

29年間の傾聴の想いとか色々お聞きして一緒に学びませんか

- 日時 2024年9月25日(水) 午後1:30 ~ 3:30
- 場所 紀美野町役場 美里支所 3階 会議室
- 講師 庵田 勤子氏 (和歌山市ボランティア連絡協議会 副会長)
- 申し込み 紀美野町保健福祉課
489-9960 松本まで 9月20日まで
- 受講料 無料です (定員20名)
- 主催 話し相手ボランティア「さゆやか」
皆様の参加お待ちしております!

手話っち

[暑い]

右手2指の輪を頬の脇でひねりながら下ろす

[夏バテ]

親指を人差し指にのせた右手拳で首筋をあおぐように動かし、右手掌を顔に向け、鼻を撫で下ろしながら4指を軽く曲げる

ちよこっと ボランティアでフレイル予防

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ます。

フレイル予防に大切な3つのこと 社会参加って何をすれば?!

食事
運動
社会参加

自分にピッタリなボランティアを探してみたいな...と思ったら

はじめの一步!!
 ちよこっとボランティアは
 いかがでしょう。

ボランティア伝言板

おもちゃ病院

持ち込み対象は 高校生以下

ゲーム機・ドローン エアガンなどは受け付けません

こわれてあそべなくなったおもちゃはありますか?

おもちゃドクターが原則 無料で修理します。

和歌山県では和歌山市・海南市(下津)など7カ所のおもちゃ病院が活動しています。
 日程・場所などは和歌山県内の「おもちゃ病院」サイトでご確認ください。

紀美野町ボランティアセンターは 総合福祉センター1階です

お気軽にご相談ください!

総合福祉センター

ココ!

紀美野町ボランティアセンター
TEL 489-9962

ボランティアだより