



ボランティアコーナー



ボランティア講習“寄り愛茶屋”

『楽しいレクリエーションで心も体もぽかぽか!』第2弾

11月20日(木) 16名参加

今年度のボランティア講習“寄り愛茶屋”は、昨年に引き続き、長野県レクリエーション協会の宮坂寿子先生にお越しいただいて、体操や脳トレやゲームなど、みんなで笑って元気になれるレクを楽しみました。

たくさん教えてもらいました!



レクリエーション講師
宮坂 寿子さん(諏訪市)



手と足の体操

脳トレ文字クイズ



お手玉運び



カード絵合わせ



ジャンケン
カードゲーム



歌イントロゲーム



足で新聞折いたたみ



モイック



最初に簡単な腕や足の運動をして体をほぐしてから、レク教室がスタート。宮坂先生が出す文字クイズで脳トレ、お手玉を洗濯ばさみで挟んで隣の人に渡すゲーム、テーブルに並べられたカードをジャンケンで取り合うゲームなど、いろいろなレクリエーションを楽しみました。

途中で休憩をはさんだ後は、デイサービスの利用者みなさんとスタッフも合流。広告を使ったパズルなど、身近なものを使って簡単にできるゲームや、ニュースポーツのモルックにチャレンジ。地区の集会やサロン、社協のデイサービスでも活用できそうなレクリエーションがたくさんあり、宮坂先生のおしゃべりに乗せられて、笑いが止まらない楽しい講習会になりました。



募集コーナー

～みなさんのご協力をお願いします～



12月のお楽しみ弁当づくり隊の助っ人(スケッチ)を募集しています。

12月はおせち料理のため、前日準備も含めてたくさんの方のお手伝いが必要です。ご協力いただける方は、社協までご連絡ください。(担当/栗原)

- ① 前日準備 12月24日(水) 13:30~16:00頃 5名程度
- ② 当日調理 12月25日(木) 8:30~12:00頃 5名程度



デイサービスでボランティアしませんか!

(サービスお助け隊)

社協のデイサービスで「レクリエーション」や「フロアのお掃除」など、できることお手伝いをしていただける方を募集しています。くわしい内容など、興味のある方は、社協までご相談ください。(担当/梶原)

ご家庭で余っているお野菜、おすそ分けください。 (野菜提供ボランティア)

家庭で作られた野菜やお漬物などを提供していただき、社協のデイサービスや、お弁当サービスなどの食材に使わせていただいています。ご協力いただける方は、社協までご連絡ください。(担当/梶原)



★ 古切手の収集について! ★

ご家庭で不要になった古切手がありましたら社協へお持ちください。古切手は、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・・・社協の玄関カウンター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・・・12月末まで(令和7年分締切)

※1月以降も回収は行っています。

