

## 令和6年度 生活支援ボランティア養成講座 実施要項

### 1 目的

人との繋がりが希薄化している現代社会において、生活上の悩みや不安、寂しさを抱えている方が増加しており、ちょっとした手助けがあると安心して生活できる高齢者や障がい者等を支えるボランティアが必要とされています。

本講座は、心の声を『聴く』ことの大切さに改めて触れることや、ボランティア活動を行ううえで心身ともにリフレッシュする方法を学ぶ機会として開催します。

(※本講座は、住民参加型在宅福祉サービスささえあいの会まかせて会員のフォローアップ研修も兼ねて行います。)

### 2 主催

社会福祉法人奥州市社会福祉協議会

### 3 日時

令和7年2月14日(金) 午後1時30分から午後3時30分まで

### 4 会場

奥州市総合福祉センター ふれあいの間(奥州市水沢南町5番12号)

### 5 対象

ささえあいの会まかせて会員、ボランティア活動などに興味・関心のある方  
(定員30名)

### 6 内容

時間	内容
13:30~13:40	【開会行事】 開会、挨拶、日程説明等
13:40~14:20 (40分)	【研修1】 テーマ：良い聴き方、良いお話相手とは 講師：傾聴ボランティアおうしゅう 事務局 菅野 政子 氏
14:30~15:30 (60分)	【研修2】 テーマ：カラダを優しく整えましょう 講師：NCA日本コンディショニング協会認定トレーナー 菊地 奏子 氏
15:30	【閉会】 事務連絡

### 7 持ち物

筆記用具、フェイスタオル・バスタオル 各1枚

### 8 参加費

無料

### 9 申込み

参加希望者は、別紙申込書にて、令和7年2月5日(水)までに事務局又は最寄りの支所へお申込みください。

### 10 事務局

社会福祉法人奥州市社会福祉協議会地域福祉課(ボランティア活動振興室)

奥州市水沢南町5番12号 奥州市総合福祉センター内

TEL: 25-6188 / 25-6025 FAX: 25-6690

メール: [volunteer-c@oshu-shakyo.jp](mailto:volunteer-c@oshu-shakyo.jp)