

参加者募集！

みつけてみよう
はじめてみよう 自分にできること

わがらの町の “暮らし” ささえ合い

塾



「ささえ合い活動」。みなさん、むずかしく考えていませんか？

もっと気楽に、自分に無理なく、できることから「暮らし」をささえ合い。

高齢になっても誰もが安心して住み慣れた地域での「暮らし」を続けて行くため、これからの生活のことや私たちのまちに必要なささえ合いについて学びます。

- 対象：市内在住で「ささえ合い」や「ボランティア活動」に興味・関心のある方
- 費用：無料
- 定員：各回 50 名 ※各回 1 週間前までにお申し込み下さい。

♪ 1 回だけの参加も大歓迎！ご都合の合う日にご参加ください♪

日 時	内 容	会 場
2 月 18 日 (月) 13 時 30 分～15 時 30 分	地域で考えるこれからのささえ合い	尾鷲市立 中央公民館 3 階講堂
2 月 26 日 (火) 13 時 30 分～15 時	「制度のはざま」とささえ合い	
3 月 4 日 (月) 13 時 30 分～15 時 15 分	気軽に元気にサロン活動！	
3 月 18 日 (月) 13 時 30 分～15 時	聞いてみよう！ささえ合い活動	

お申込み・お問い合わせは窓口かお電話にて
尾鷲市社会福祉協議会 0597-22-3246

第 1 回

地域で考えるこれからのささえ合い

講師：皇學館大学 准教授 大井 智香子 様

日時：平成 31 年 2 月 18 日（月）13 時 30 分～15 時 30 分

場所：尾鷲市立中央公民館 3 階講堂

誰もが年をとっても住みなれた地域で、
なじみの関係が続けながら、住みなれた
自宅で暮らし続けたいものです。ゲーム
を通じて、10 年後の自分自身、隣近所
の人々の生活に思いを馳せながら、これ
からの地域で必要なささえ合いについて
学びます。



第 2 回

「制度のはざま」とささえ合い

講師：尾鷲市社会福祉協議会 高須 葉子、大川 航平、上田 香織

日時：平成 31 年 2 月 26 日（火）13 時 30 分～15 時

場所：尾鷲市立中央公民館 3 階講堂



尾鷲市にお住いの高齢者の困りごとは人により
様々です。個人差もありますし、地域ごとの違
いもあります。訪問介護（ホームヘルプ）サー
ビスなどの介護保険サービスの利用で解決でき
ることもあれば、解決できないこともあります。
公的な制度で解決できないことを知り、私たち
が安心して生活を送るために、どんなささえ合
いが必要なのかを考えます。

第3回



平成30年度赤い羽根共同募金配分金事業

気軽に元気にサロン活動！

講師：三重県レクリエーション協会 理事 津幡 佳代子 様

日時：平成31年3月4日（月）13時30分～15時15分

場所：尾鷲市立中央公民館 3階講堂

『サロン』というと「マンネリ化が悩み」「ネタを考えるのにひと苦労」というお悩みをよくお聞きします。『サロン』を通じた人との交流そのものが、介護予防となり、居場所にもなります。

そうしたサロン活動の意義と、サロンで役立つ介護予防にもなるレクリエーションを実践を通して学びます。



第4回



平成30年度赤い羽根共同募金配分金事業

聞いてみよう！ささえ合い活動

講師：紀宝町社会福祉協議会 稲本 知見 様

「困ったときは『お互いさん！』」ボランティア 世古 三千代 様

日時：平成31年3月18日（月）13時30分～15時

場所：尾鷲市立中央公民館 3階講堂



第4回は、実際に生活支援サービスをボランティアで行っている方をお招きして、その実際をお話していただきます。

いつか来る 10 年後を、今から応援します。

誰もが、年をとっても住みなれた地域で、なじみの関係が続けながら、住みなれた自宅で暮らし続けたいものです。

一方で、尾鷲市社会福祉協議会では、これまで当会に寄せられる様々な相談ごとをお聞きする中で、介護保険等の公的な制度ではカバーしきれない**困りごと（ニーズ）**の存在を察知してきました。

10 年後も住みなれた地域で暮らし続けるためには、介護保険などの公的制度による**共助**だけではなく、家族、隣近所、友人同士などで助け合う**互助**が必要になってきます。

今回、これからの地域に必要なささえ合いについて学ぶ講座を全 4 回設けました。どの講座でも、1 回だけの参加でも OK です。

皆様のご参加をお待ちしています。

全 4 回受講いただいた方には
ヤーヤにゃん
特製オリジナルグッズをプレゼント!



第 1 回

第 2 回

第 3 回

第 4 回

GOAL!

受講時に受付でスタンプ  を押しますので
二のチラシを忘れずお持ち下さい。

お申込み・お問い合わせは窓口かお電話にて
尾鷲市社会福祉協議会 0597-22-3246