

社協だより

ふくし

しらはま



社会福祉法人

白浜町社会福祉協議会

〒 649-2324 白浜町十九淵 274 番地の 1
TEL 0739-45-2711 FAX 0739-45-2777
Eメールアドレス info@shirahama-syakyō.jp

日置川支部

〒 649-2511 白浜町日置 197 番地の 1
高齢者生活福祉センター夢の里内
TEL 0739-52-2111 FAX 0739-52-2666
Eメールアドレス hikigawa@shirahama-syakyō.jp

ホームページ <http://www.shirahama-syakyō.jp/>

平成 29 年度分野別セミナー開催のご案内

白浜町ボランティアセンターでは、住民の皆さまがどなたでも、お好きなテーマを「選択」し、ご参加いただけるセミナーを開講しています。少子高齢化が進むにつれ、福祉の分野においては公共サービスとともに、地域住民が主体的に活動をする「地域の福祉力」が問われています。

ぜひこの機会に、さまざまな体験をしてみたいはいかがでしょうか。

ラフターヨガ体験講座

「ラフターヨガ（笑いヨガ）」は笑いヨガの呼吸法を組み合わせたエクササイズです。笑うことで多くの酸素を自然に体に取り入れることで、心身共にすっきりし元気になることができます。だれでもすぐにでき、冗談、ユーモア、コメディに頼らない「ただ笑うだけ」の画期的なエクササイズです。

ラフターヨガ 4つの基本要素

1. 笑いを誘う「ラフターエクササイズ」
2. 手拍子とかけ声（ラフターエクササイズの終わりの合図）
3. 深呼吸
4. 子供の様な無邪気な遊び心を思い出し、心を解放すること



【開催日】6月10日（土）午後1時半～3時

【会場】美之浦保健センター

【講師】ラフターヨガ・わかやま ふじしま 藤島 としこ 壽子氏

ノルディックウォーキング 体験講座

2本のポールを使って姿勢よく歩くことで健康増進になります。ポールが杖代わりにもなり、安全に運動をすることができます。この機会に体験してみたいはいかがでしょうか。



【開催日】6月17日（土）午後1時半～3時

【会場】白浜町社会福祉協議会本部事務所

【定員】20名

【講師】JNFA（日本ノルディック
フィットネス協会）公認

ノルディックウォーキング

ベーシックインストラクター きたはら 北原 のぶゆき 信行氏

参加申し込みお問い合わせは、白浜町社会福祉協議会 電話 45-2711 まで
皆さまのご参加を心よりお待ちしております。

福祉相談所設置日程

【時間】午後1時30分から4時
(当日受付は午後3時まで)

1人約15分程度の相談となります。

【予約及びお問い合わせ】

白浜支部：TEL 45-2711

日置川支部：TEL 52-2111

※お申し込みは、各支部事務所まで。

※混雑する場合や日程の変更、中止の場合もございますので、事前にご予約ください。

白浜支部

日程	内容	会場
6/5	司法書士	本部事務所
6/12	人権	本部事務所
6/19	法律	本部事務所
7/3	司法書士	本部事務所

日置川支部

日程	内容	会場
6/2	法律	高齢者生活福祉センター
6/21	人権	川添山村活性化支援センター
7/7	法律	みまい荘

◎日常のお金の管理

◎公共料金などのお支払い

◎福祉サービス利用の手続き などをお手伝い！

福祉サービス利用援助事業

判断能力が不十分な高齢者や知的障がい、精神障がいのある方などが安心して生活が送れるよう定期的にお伺いし、お手伝いする事業です。



入出金や利用者さんとのお話、相談のお手伝い!!

できる限り長く住み慣れた自宅や地域で生活していくために、公共料金の支払いや行政手続きなどのちょっとしたお手伝いを必要としている人がいます。

生活支援員として本事業にご支援いただける方を募集しています。

※詳しくは、本部事務所までお問い合わせ下さい。

◆◆◆すすめよう見守り、はじめよう できることから◆◆◆

「見守り」は、深刻な事態を未然に防ぐことにつながります。

県地域福祉権利擁護センターでは、平成29年3月、見守り活動推進に係るパンフレット「見守りのすすめ」を作成しました。和歌山県社会福祉協議会ホームページからダウンロードができます。ぜひご活用下さい。

①あいさつ・声かけ、さりげない見守り

日々のあいさつや声かけで気になる人の様子をうかがう。

気になる人をさりげなく見守る。

②気づく「あれ、おかしいな」のサイン、出ていませんか？

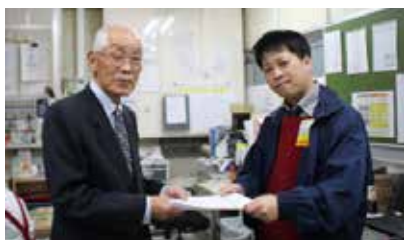
③つなぐ 異変を感じたときは相談する。



<お問合せ先>

社会福祉法人和歌山県社会福祉協議会
(地域福祉部) TEL:073-435-5248

いいたします。



昨年、社協として、「幸せの黄色いレシートキャンペーン」に登録させていただきました。

(贈呈いただいた金額)
28,019円分

本会にご投函いただいた皆さま、グルメシティ白浜店様、誠にありがとうございました。

今年度も「幸せの黄色いレシートキャンペーン」へのご協力をよろしくお願

グルメシティ白浜店 幸せの黄色いレシートキャンペーン

※書き損じハガキ・古切手・清拭布・プルタブなども多くの方からいただきました。ありがとうございました。

堅田 濱様
和歌山市 泉 富美様
愛の会和歌山 代表 林 文嗣様
(平成29年4月末迄)

寄付者ご芳名

※社協だよりは、共同募金配分金や社協会費等を活用して掲載しています。