ボランティア情報

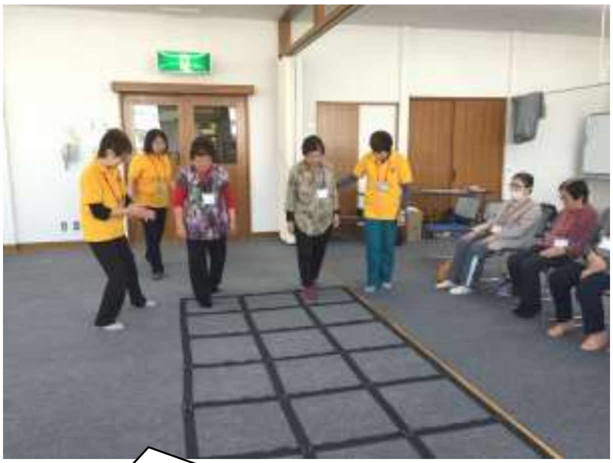
第 145 号
平成 28 年９月 30 日発行
士幌町社会福祉協議会・
ボランティアセンター
電 話　５－２００８

楽しく運動 ＆ 脳トレ ふまねっと教室 参加してみませんか？

「ふまねっと運動」は、ゴム製のネットで出来たマス目の上を歩く運動です。さまざまなステップのパターンがありますが、毎回基本から始めますので、初めての方でも大丈夫！

運動指導は「ふまねっとサポーター」というボランティアさんが行います。明るく楽しいサポーターさんたちの力で笑いの絶えない教室となっています♪

事前申込みは不要！ぜひ気軽にご参加ください♪



ネット（黒い線）を踏まないようにまたぎ越して歩きます。運動が苦手でも大丈夫！

【平成 28 年度　ふまねっと教室開催場所・日時】

①第１火曜日	１３：００～１４：００	保健センター
②第３火曜日	１３：００～１４：００	保健センター
③毎月１５日	１３：００～１４：００	中士幌公民館
④第４金曜日	１３：３０～１５：００	タウンプラザ

（※10月の日程は、裏面カレンダーを参照ください）

【問合先】ふまねっと・しほろ
（事務局：士幌町社会福祉協議会内　TEL5-2008）

****

配達給食サービス ボランティア

募集中

高齢者のお宅へ食事を届けます。月１回～希望曜日に活動していただけます！

- **●活動日時 / 場所**　月曜日～金曜日（16：30 頃から１時間程） / ①士幌市街　②中士幌市街
- **●ボランティア内容**　自家用車を運転（実費弁償します）、もしくは他のボランティアさんの車に同乗し、高齢者のお宅へ食事を配達します。（食事は調理業者委託）
- **●申込み先**　士幌町社会福祉協議会　☎５－２００８

* *

11/7 (月) 身体障害者士幌町分会　バス遠足

募集！

～ 帯広菊まつり見学と食事 ～

引率ボランティア

身体に障がいのある方たちの会「身体障害者士幌町分会」の行事（バス遠足）に同行し、お手伝い頂ける方を募集します。

◆開催日　１１月７日（月）
◆時　間　9 時 30 分出発（福祉ｾﾝﾀｰ）/ 14 時 30 分帰着（予定）
◆場　所　帯広菊まつり：とかちプラザ
（帯広市西４条南１３丁目１）
昼食場所：食いしん坊 フードスタジアム本店
（帯広市西４条南３１丁目１－２）
◆内　容　障がいある方の見守り・食事の介助（車いす介助等）
◆募集人数　３名（参加者総数は約３０名です）
◆問合せ　士幌町社会福祉協議会（☎５－２００８）

★ 地域ふれあいひろば2016 ★

参加団体募集！

体験コーナーやフリーマーケット、屋台コーナーなど・・・参加・出店団体を募集します。

●と　き　平成２８年１１月１９日（土）
●ところ　士幌町総合研修センター
●事務局　士幌町社会福祉協議会
（☎５－２００８）