

刈羽村社会福祉協議会・ボランティアセンターからのお知らせです。

令和5年度 ボランティアのつどい

自分の足で

やりたいことを続けられる

カラダを作しましょう！

今年度も当協議会の事業活動にご理解とご協力をいただきましてありがとうございました。

お世話になっているボランティアの皆さまに、感謝の気持ちと来年度も元気にボランティア活動をしていただけるよう、下記のとおりリフレッシュを兼ねたボランティアのつどいを開催いたします。

村内在住でボランティア活動をしている方と交流できる機会ですので、ボランティアに興味・関心のある方は、どなたでもご参加ください！

ぜひ、この機会をお見逃しなく、お気軽にお問い合わせ・お申し込みください。

参加費

100円

※定員40名程度

日時

令和6年 **2月15日(木)** **9:30~11:30**

※申込締切日 2月5日(月)まで

会場

刈羽村福祉センター「いこえ～る」2階 大集会室

講師

さぼてん整骨院 院長 **吉川 雄太 氏**



内容

「しゃがんだり、立ったり、歩きやすい体のための体操」

- ① 腰・股関節の柔軟性・筋力改善
- ② 足関節の柔軟性・筋力改善

対象

村内在住でボランティア活動をしている方
ボランティアに興味・関心のある方

マメだね健康ポイント事業（シニア版）のポイント対象講座です。
※講座に参加すると5ポイントが付きます。

【当日のお願い】

- ・駐車場をご利用の方は、福祉センター駐車場、又は刈羽中学校駐車場をご利用ください。
- ・動きやすい服装でお越しください。

この事業は、皆さまからいただいた赤い羽根共同募金を活用して実施します。

問合せ先
申し込み

社会福祉法人 刈羽村社会福祉協議会・ボランティアセンター
刈羽郡刈羽村大字刈羽1431-1 刈羽村福祉センター「いこえ～る」
電話:0257-45-2026