

## ○おかやボランティア連絡協議会○

大好評につき開催します☆

# パラスポーツ体験会

# みんなでやっちゃお!!! 誰でも楽しい! ボッチャ!!



パラスポーツである「ボッチャ」は、障がいがある方も、無い方も、子どもからお年寄りまでみんな一緒に楽しめるスポーツです !!!  
誰でもできる、パラスポーツ「ボッチャ」の魅力を知り、  
みんなで一緒に楽しみましょう !!!  
たくさんのご参加  
お待ちしています♪

☆日 時：令和2年2月29日（土）

午前10:00～正午

☆会場:おかや総合福祉センター(諏訪湖ハイツ)

## 大會議室

☆参加費：無料

## ☆講 師：信州パラスポーツキャラバン

☆内 容：ボッチャ、パラスポーツのパネル展示他

※ 動きやすい服装でおこし下さい。

【お問合せ先】 岡谷市社会福祉協議会 24-2121



ボッチャは今、高齢者クラブや地域のサロン等でも行われており、岡谷市内でブームになっています！！ちょっとしたスペースがあればどこでもできますよ～。  
みんなで集まり気軽にボッチャで楽しみましょう !!  
ボッチャは岡谷市社協で貸し出しを行っていまーす☆

## 主な内容

## CONTENTS

みんなでやつちやあ!  
誰でも楽しい! ポツチヤ !!  
お子さんを預けたい方へ  
地域活動いどぐち教室を開催しました

23

22

スローガン  
みんなで築く  
みんなの福祉  
みんなの未来  
(あした)

●発行・編集●  
市社会福祉協議会  
〒394-0081  
市長地権現町4-11-50

お問い合わせ窓口  
TEL 24-2121  
FAX 24-3555  
\*  
ホームページアドレス  
[www.okaya-shakyo.or.jp](http://www.okaya-shakyo.or.jp)  
\*  
メールアドレス  
[info@okaya-shakyo.or.jp](mailto:info@okaya-shakyo.or.jp)

## お子さん を預けた い方へ

一緒に支援を  
してくださる  
会員さん随時  
募集中！



ご利用の詳しい  
内容・お問い合わせ

岡谷市  
社会福祉協議会

☎ 24-2121

## 岡谷市育児ファミリーサポートセンター (個人預かり)

突然の仕事や、就活、家族の用事など…、一時的に育児が出来ない時、子どもを安価な料金\*でお預かりします。

※1時間 700円

(月～金・8時～18時以外は¥800)

- 注・会員制の事業のため、事前に登録が必要です。
- ・提供会員宅にてお預かりします。  
(事前に顔合わせを行います)
- ・朝～夕方まで等の長時間はお預かりできません。
- ・宿泊は行いません。
- ・病児はお預かりできません。
- ・原則1対1でのお預かりです。  
(兄弟などはご相談ください)



## まゆっこサポート ～団体保育サービス～

団体での行事にて複数名の子どもをみてほしい場合、安価な料金\*でお預かりします。

※1時間 協力会員 1名 800円+交通費

注・団体にて事前申請が必要です。

・平日のみの対応となります。

・協力会員の人数は、子どもの人数や年齢に応じて、社協で決定させて頂きます。

・託児場所は、団体にてご手配願います。

・利用の際、子どもへの補償のために、団体にて行事用保険へ加入をお願いします。



## 地域活動いとぐち教室を開催しました！

「ボランティアに興味がある」「何か始めたい」という思いのある方たちにむけて、活動の第一歩へのきっかけづくりとして今年も5回シリーズで開催しました。

カルチャーセンター  
×  
社会福祉協議会  
共同企画

### 第1回 ボランティアについて

ボランティア活動は、地域や社会のために、そして自分のためにもなる！

### 第2回 地域で行う助け合い活動

社協の「まゆっこサポート(家事援助)」に興味深々。私にもできるかな？

### 第3回 相手の話に耳を傾ける

「傾聴みみずく」さんから“傾聴”的基本を学びました！

### 第4回 ボランティア見本市

市内で活動しているいろんなボランティア団体を知って、つながった！

### 第5回 コーヒーを淹れて茶話会・振り返り

コーヒーはコミュニケーションツールの1つにもなる！

### 第4回 ボランティア見本市の様子



日本語ボランティアふれあい、にじいろの風船、岡谷M50会岡谷で子ども食堂を真剣に考える会、子ども里山広場を開催する会上の原小子どもの居場所づくり運営委員会

の皆さんにご協力いただきました！

勇気が  
出てきました。

ボランティア  
見本市は  
本当に良かった。

参加者の皆さんの感想

参考になることが  
多かった。

方向性を  
見出せそう。

参考してくださいました。

この講座が

ボランティア活動に踏み出す  
“いとぐち”となれば幸いです。

### 第5回 コーヒーを淹れて茶話会・振り返りの様子

