

# ぺんぎん

沼津市ボランティアニュース No. 351 令和5年 6月15日号

〈発行〉 沼津市ボランティアセンター（社会福祉法人沼津市社会福祉協議会）

〒410-0032 沼津市日の出町1-15 サンウェルぬまづ内

## 沼津市制100周年記念事業 地域福祉講演会参加者募集

世界最高齢アプリ開発者若宮正子さんから、いくつになっても輝ける人生とデジタルを活用したつながる力について学びます。人生100年時代を楽しく自分らしく過ごすため、この機会に人や地域社会とのつながりを一緒に考えませんか。受講をご希望される方は沼津市社会福祉協議会まで電話（TEL：055-922-1500）またはGoogleフォームにてお申し込みください。申し込み期限は6月23日（金）までです。希望者多数の場合、抽選後、当選者へ連絡します。

### ～シニアの生きがい創出とデジタル活用～

日時：7月6日（木）13:30～15:30

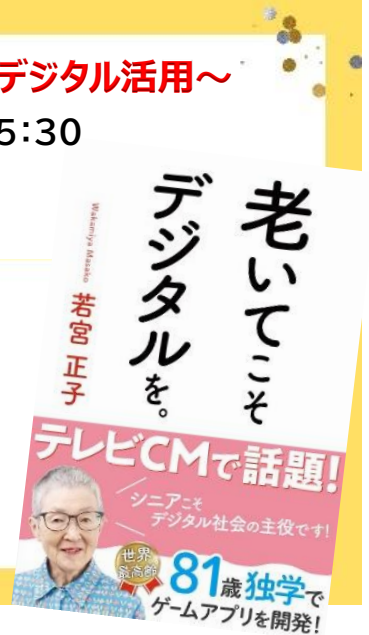
場所：沼津市日の出町1-15  
サンウェルぬまづ 4階

対象：概ね50才以上  
沼津市在住・在勤の方

受講料：無料

定員：100人（抽選）

お申し込みは  
こちら



## 夏休みヤングケアラーの映画学習会とお話会参加者募集

近年、「ヤングケアラー」という言葉を耳にするようになりましたが、もっと身近に感じてもらえるように短編映画（解説付き）、対談トークなどを行います。参加をご希望される方は沼津市社会福祉協議会まで電話（TEL：055-922-1500）またはGoogleフォームにてお申し込みください。



日時：8月8日（火）13:30～15:30

場所：沼津市日の出町1-15 サンウェルぬまづ 4階多目的ホール  
WEB 同時開催（Zoom）

受講料：無料

対象：ヤングケアラーに関心のある学生または社会人

※応募多数の場合は学生優先、学生には感想文（400文字程度）提出でボランティア参加証明書を発行します。

定員：会場300人、オンライン100人

当日は（一社）ケアラーアクションネットワーク協会代表理事持田恭子さん、静岡きょうだい会代表沖ゆかりさんのお話も聞けます！



お申し込みはこちら

# サンウェルぬまづで傾聴ボランティア活動を行っています



日時：毎月第4木曜日

13:30～15:00

場所：沼津市日の出町1-15

サンウェルぬまづ

3階ミーティングブース、相談室



6月から第四木曜日に  
変更になります！



沼津市ボランティア連絡協議会に所属している「傾聴ボランティアグループうさぎ」は、お話を聴いて欲しい方の身近な話し相手として、またその方自身の心の負担が軽くなるようお手伝いをする活動を行っています。家族、身体の具合、寂しさ、不安についての話等、丁寧に話を伺います。身近な人には話しくいけれど、誰かにちょっとお話を聴いてほしいという方は、事前の予約は必要ありませんので、直接活動場所にお越しください。

## サンウェルぬまづ運営ボランティア「受付ボランティア」募集



イベント受付

来場者の方のご案内



サンウェルぬまづでは、来館者が安心かつ快適に利用できるように運営のお手伝いをさせていただき受付・情報・緑化・託児のボランティアが活動しています。受付ボランティアは「笑顔でお迎える笑顔」をスローガンとして、サンウェルぬまづのイベントの受付等を行っています。活動にご興味のある方はサンウェルぬまづ（TEL：055-922-2020）までご連絡ください。

## ビーチクリーンボランティア参加者募集

沼津市ボランティアセンター所属団体「ビューティフルアース」ではビーチクリーンにご協力いただける方を募集しています。

日時：7月2日（日）、7月16日（日）

8月6日（日）9:00～10:00 ※雨天中止

場所：沼津市小諏訪518-1 正覚寺から南の海岸

持ち物：軍手・飲み物（熱中症対策のため）

申込：メール（[beautifulearth.numazu@gmail.com](mailto:beautifulearth.numazu@gmail.com)）または「ビューティフルアース（鈴木久善）」のFacebookから、お申し込みください。また、当日お車でいらっしゃる場合、お申し込み時にその旨もご記入ください。メール・Facebookでのお申し込みが難しい方は、沼津市ボランティアセンター（TEL：055-922-1500）までご相談ください。中止の場合、当日6時までにFacebookでお知らせします。また、当日連絡が必要な場合、090-4407-0915（鈴木様）までご連絡ください。

備考：ボランティア行事用保険には加入しませんので、必要な方はご自身でご加入ください。

地図はこちら



Facebookはこちら



新型コロナウイルス感染拡大防止のため、イベント・講座は延期・中止になることもございます。ご了承ください。詳細等は沼津市社会福祉協議会（TEL：055-922-1500）までお問い合わせください。



# 健康体操サポーター養成講座受講者募集

高齢者が集まる居場所等で、介護予防の体操を広める活動をお手伝いして下さるサポーターさんを募集します！サポーター活動を通じてあなたの「生きがい」を見つけてみませんか？受講をご希望の方は沼津市社会福祉協議会介護福祉係（TEL：055-962-6260）までご連絡ください。

7/11

(火)

9:30~11:30

講義（講座の目的、  
介護予防の重要性）  
実技

7/18

(火)

9:30~11:30

実技

7/25

(火)

9:30~11:30

実技

7/26

(水)

10:00~

11:30

講義（今後の活動）  
サロン見学



場 所：沼津市本字千本1910-206千本プラザ 中会議室・多目的ホール

受講料：無料

持ち物：筆記用具、飲み物、ハンドタオル、体育館シューズ、運動ができる服装  
ヨガマット（お持ちの方、貸出有）

対 象：沼津市内在住で運動を制限されていない概ね 55 歳以上の方かつ、全回参加可能な方



## アドラー心理学「勇気づけの会」を開催しています

沼津市ボランティアセンター所属団体「ヒューマンリレーションクラブ」では、アドラー心理学家族カウンセラーによる「勇気づけの会」を開催しています。アドラー心理学とは勇気づけを通じて、自分も相手も明るく元気になれる生き方を見つける心理学です。子どもを理解し分かり合いたい、家族と自分らしく接したい、知人と楽しく話したい、そう思われているあなた、コミュニケーションの方法等を私たちと一緒に学び、体験しませんか。

日 時：毎月第2木曜日 10:00~12:00

7月13日（木）、8月10日（木）、9月14日（木）、  
10月12日（木）、11月9日（木）、12月14日（木）  
1月11日（木）、2月8日（木）、3月14日（木）

場 所：沼津市八幡町65-1 第一地区センター

内 容：アドラー心理学カウンセラーのメンバーによる勉強会

参加費：無料

申込等：事前の予約は必要ありません。直接活動場所にお越しください。

問合せ：055-922-6705（事務局山田様）

055-933-6008（杉本様）

子育てについて話したい方  
自分に自信を持ちたい方  
人づきあいが上手になりたい方  
ぜひ、ご参加ください！

## ボランティア相談を実施しています！

日 時：毎月第1・3金曜日 10:00~15:00

※第1金曜日が祝日の場合、第2金曜日に変更になることがあります。

場 所：サンウェルぬまづ 3階ボランティア活動室前

内 容：沼津市ボランティア連絡協議会役員によるボランティア相談

申込等：事前の予約は必要ありません。直接活動場所にお越しください。

お電話・オンライン（ZOOM）での相談も可能です。

お電話での相談は時間内に沼津市ボランティアセンター（Tel:055-922-1500）までご連絡ください。相談窓口につながります。

オンラインでの相談をご希望の方は事前にお電話等でご予約ください。



## 4月・5月のボランティア相談状況

4月のボランティア相談状況		5月のボランティア相談状況	
ボランティア相談	8件	ボランティア相談	6件
ボランティア依頼	13件	ボランティア依頼	6件
合計	21件	合計	12件

### 沼津市ボランティア連絡協議会とは・・・

ボランティア活動のつながりを広げていくことを目的に、ボランティアセンターに登録している個人・グループの有志で結成された組織です。交流会や研修会、活動発表会などを開催しています。連絡協議会への加盟をご希望の方は、沼津市ボランティアセンターにご連絡ください。会員になって一緒に活動しませんか？

お問い合わせ：沼津市ボランティアセンター（Tel:055-922-1500）

## ご協力ありがとうございました！

使用済み切手・書き損じハガキ・牛乳パック・各種プリペイドカードなどのお持込み

令和5年4月1日（土）から令和5年5月31日（水）まで

◆杉山 美雪 様 ◆ぬまづ観光ボランティアガイド 様

◆みやこ会 様 ◆マーレエレクトリックドライブズジャパン（株）様 ◆匿名多数

沼津市ボランティアセンターでは、使用済み切手、書き損じハガキ、未使用のテレフォンカード等を集めています。使用済み切手はボランティア団体を通じ、海外医療協力等への活動に利用されます。牛乳パックは沼津市内の社会福祉法人共生会の行う古紙回収で活用されます。テレフォンカードは生活困窮者等にお渡ししています。ご不要のものがございましたら、サンウェルぬまづ2階の沼津市ボランティアセンターへお持ちください。ご協力よろしくお願ひします。

### < 次回の「ペンぎん」は8月15日号です >

沼津市ボランティアセンターでは、沼津市ボランティアニュースペンぎん（偶数月15日頃に発行）に掲載する記事を随時募集しています。ボランティアを募集したい方、自分の取り組むボランティアを知ってほしい方等、記事の掲載をご希望の方は、7月15日頃までにご連絡ください。ご希望があれば取材にも伺わせて頂きます。

