

令和5年度 羽咋市地域支えあいサポーター養成講座

地域活動に参加できる方、あなたの思いと地域活動をサポートします。

この講座は、地域の困りごとを“支えあい”で解決するためのボランティア養成講座です。

対 象:羽咋市民

- ・地域の担い手として取り組みたいと思っている方
- ・自分が暮らす地域を元気にしたいと思っている方
- ・地域活動、地域貢献したいと思っている方

日 時:11月27日(月)10:00-15:30

場 所:羽咋すこやかセンター2階研修室

締め切り:11月20日(月)

10:00~11:00 介護保険制度について(介護予防・日常生活支援総合事業)

～自立支援を目的とした生活支援～

11:00~12:00 高齢期の健康と認知症の理解

お昼休憩(45分)

12:45~13:45 傾聴について

～相手を深く理解するために耳を傾けるということ～

13:50~14:50 高齢期の体力づくりと体操

～いつまでも元気でいるために～

15:00~15:30 地域支えあいサポーターの必要性と役割

受講後、羽咋市地域支えあいサポーターとして登録した方は、事務局から

下記の通りの支援の依頼があった場合、有償ボランティアとして活動することができます。

日常生活支援/45分以上の支援	買い物、洗濯、掃除、衣類の整理・補修、季節ごとの寝具の入れ替え、調理、配下膳、除草など
日常生活支援/10分程度の支援	ごみ捨て、暖房器具の給油など
地域の通いの場などの活動支援	集いの場の介護予防指導者・補助者(運動指導や健康講座など)
趣味活動や話し相手	話し相手(傾聴)、趣味活動の相手(囲碁・将棋)、散歩・集いの場への付き添い、代読など

【申し込み】事務局 羽咋市社会福祉協議会 宮下 ☎22-6231

受講後のスキルアップ研修（令和4年度） ～サポーター同士のつながりを大切に～

シニアカー試乗体験と交通ルールの学習



バルーンアート体験会（福祉まつり会場装飾の協力）



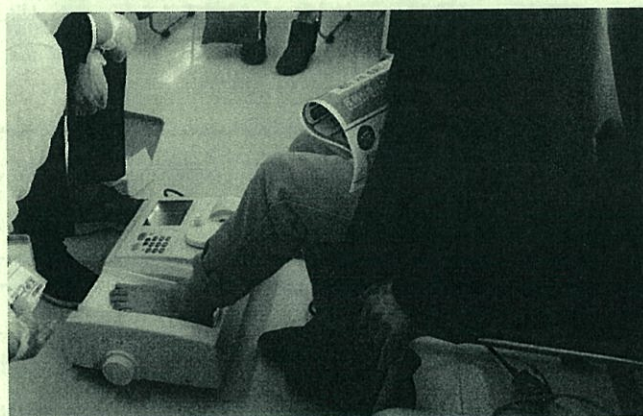
筆談のコツ

（難聴のかたとの会話の秘訣習得）



骨密度測定

（地域活動は自分の健康づくりから）



福祉（福祉・基盤）本部の健康推進、（健康）本部の健康
づくりの推進、（健康）本部の健康づくりの推進、（健康）本部の健康づくりの推進

福祉（福祉・基盤）本部の健康推進、（健康）本部の健康