

みはらふくし情報

# ぼらせんだより 1月



## ご挨拶

新たな年を迎え、皆様の本年のご健康とご活躍をお祈り申し上げます。

三原市ボランティア・市民活動サポートセンターでは、活動に役立つ情報を発信し、活動されてい

本年も  
よろしく  
お願いいたします。

る人達がつながる場を増やし、そしてこれから活動される人をサポートする窓口として努めていきたいと思ひます。

本年もよろしくお祈り致します。

## お知らせ

### 市民協働のまちづくり連続講座

### 三原をもっと！元気にしよう

#### 第1回 地域コミュニティ について学ぼう

1月18日(土)  
10時～12時20分  
本郷生涯学習センター1階  
研修室1・2

『支える社会から、支え合う社会への転換  
～人がつながる・心がつながる・地域がつながる～』

地域に住む人々は影響し合って生活しています。人がつながることの重要性を理解し、再確認するために、地域コミュニティについてグループワークを交えながら学びましょう。

講師：広島県社会福祉協議会 事務局次長  
上田 正行さん

#### 第2回 コミュニケーション のコツを知ろう

1月25日(土)  
10時～12時20分  
本郷生涯学習センター1階  
研修室1・2

『出会って・知って・つながって』

地域に住む人々は、年代も考え方も様々です。いろいろな人とコミュニケーションをとるにはどうすればいいの

そのコツを学ん、もっと多くのつながりを作っていきましょう。

講師：ひろしまNPOセンター副代表理事  
三好 久美子さん

#### 第3回 チラシづくり のポイントをつかもう

2月1日(土)  
10時～12時20分  
ペアシティー西館  
2階大会議室

『人に伝わる・人が集まる「チラシづくり」のポイント』

読み手の心を捉えるチラシづくりのポイントとは？  
もっとバージョンアップしたチラシを作るため、上手な情報発信の方法を学びましょう。

講師：有限会社 <sup>らっく</sup> 楽まうく代表取締役  
森本 琢磨さん

● 申込先：電話・FAX・Mailにて、  
三原市ボランティア・市民活動サポートセンターまで

- ★参加費無料（各講座 定員 50名）
- ★無料託児（要申込）
- ★申込締切（各講座開催日の2日前までにお申し込みください）

# 報告

## 「パーキンソン病講演会」を開催

～三原市総合保健福祉センター（サン・シープラザ）～

11月28日、『パーキンソン病講演会』に37名の参加がありました。

講師に、県立広島大学保健福祉学部・理学療法学科の原田俊英さんを迎え、パーキンソン病の概要と症状や治療方法について学びました。

さらに運動プログラムを取り入れて毎日の生活をより快適にする対処法、質疑応答などの講演でした。薬物と同様に運動療法は病気の現状維持には欠かせなく、参加者は熱心に聞き入りました。また、「パーキンソン病交流会」の案内もありました。

### パーキンソン病交流会

～患者さんとそのご家族の交流の場～

開催日：毎月第3木曜日 13:30～15:30

場 所：サン・シープラザ

参加費：200円（お茶代）

内 容：情報交換、腰掛け体操など

申込み：下記、ボランティアセンターまで、どうぞ。



## ボランティア活動掲示板 **知る** **行く** **参加する**

この掲示板は、団体のこと・活動のこと等をお伝えする場として設けています。

- 「知る」団体の紹介
- 「行く」活動のお知らせ
- 「参加する」一緒に活動する方の募集等

● 同じ団体を連続掲載することはできません。

掲載希望の方は、前月の15日までに、ボランティアセンターへ詳細の分かるものを持参、またはメールにてお知らせ下さい。

尚、出来るだけ多くの団体の記事を掲載したいと思います。

月によっては、掲載の可否・スペースなど限られてきますので相談させていただくようになりますが、ご了承ください。



●みはら市民協働サイト つなごうねっと  
<http://mihara.genki365.net>

発行：三原市ボランティア・市民活動サポートセンター  
〒723-0014 三原市城町1丁目2-1  
(サン・シープラザ 4F)  
電話 (0848) 67-9339  
FAX (0848) 63-0599  
Mail miharavs-c@m-shakyo.jp