

## クッキングでボランティア活動

# お弁当が人をつなぐ

ボランティアグループ くすの木会は  
手づくり弁当の宅配を通じた、見守り活動をしています

くすの木会は、毎月1回市内に住む75歳以上で一人暮らしの高齢者を対象に昼食のお弁当をつくりお届けしています。お弁当の献立は、会員が季節の食材を取り入れて、彩りや栄養のバランスがよいお弁当づくりを心がけています。

活動当日、2時間ほどかけてつくった約90食のお弁当を利用者さんへ届けると笑顔で迎えていただき「今日の献立はなに？」や「先月もおいしかったよ」と楽しく会話もはずみます。

お弁当を通じたボランティア活動に興味のあるかた、家事場のちからを

生かして、地域とのつながりをつくりませんか。

また、くすの木会のつくったお弁当を届けてくださる宅配ボランティアも募集しています。月に1回の活動のため、ボランティア活動が初めてのかたにもおすすめです。



定例会 月1回 渋川福祉センター  
10:00~12:00

※くすの木会会員のみ

宅配日 第4月曜日

中央公民館 2階 203実習室

9:00~12:00

※宅配は11:30から

問い合わせ 社会福祉協議会

## クッキングボランティア講座

# ～家事場のちから～を開催します



住み慣れた尾張旭市で安心して暮らしていけるよう、「クッキング」を通じて、私たちができることを考えてみませんか。「クッキングボランティア」は、食事を通じて高齢者同士の交流や見守りに取り組むボランティアです。

講座では、栄養バランスの良い食事について学び、お弁当の献立作成や調理実習を通じて、クッキングボランティアの活動を体験します。実際に活動しているボランティアとの交流会も予定しています。

- ☆と き ①1月24日 ②31日 ③2月14日  
いずれも金曜日 10:00~12:00
- ☆と ころ 中央公民館 1階 102会議室 (①②)  
2階 203実習室 (③)
- ☆内 容 講義・演習・調理実習・交流会
- ☆講 師 名古屋学芸大学 管理栄養学部管理栄養学科  
教授 塚原 丘美 氏  
修文大学 健康栄養学部管理栄養学科  
講師 小島 真由美 氏
- ☆協 力 ボランティアグループ くすの木会
- ☆定 員 先着20人
- ☆参加費 無料
- ☆申し込み 社会福祉協議会

# ボランティアサロン

あさひ健康  
マイスター  
チャレンジ  
認定事業

ボランティアセンターでは、ボランティア活動に興味をお持ちのかたや、すでに活動されているかたを対象に「ボランティアサロン」を毎月1回開催しています。

実際にボランティア活動をされている講師と楽しい時間を過ごしませんか。お気軽にご参加ください。

※定員を超えた場合は、抽選になることがあります。

## 手づくり小物 ～大切なめがねに置き場所を～

日 時 2月14日(金)  
13:30～15:00  
場 所 渋川福祉センター 1階  
ボランティア室  
講 師 尾張旭消費者協会  
定 員 10人  
参加費 100円



## いろいろなゲームにチャレンジ!

日 時 3月24日(月)  
13:00～15:00  
場 所 渋川福祉センター 2階  
くすのきホール  
講 師 尾張旭市ジュニアリーダーズクラブ  
定 員 30人  
参加費 無料  
持ち物 水分補給できる物・動きやすい服装

## NOSS ～日本舞踊でフィットネス～

日 時 4月10日(木)  
10:00～11:30  
場 所 渋川福祉センター 2階  
和室  
講 師 やろまい会 NOSS  
定 員 20人  
参加費 無料  
持ち物 タオル・水分補給できるもの

## イベント&ボランティア情報

### 尾張旭市ジュニアリーダーズクラブ

#### ～会員募集～

尾張旭市ジュニアリーダーズクラブは、子ども会活動などを支援する中学1年生から高校3年生までのボランティア団体です。現在約20人の仲間が楽しく活動しています。

派遣活動に必要な知識やゲームを覚えて練習し、子ども会や地域の団体が開催する行事のお手伝いをしています。キャンプ研修、他市町のジュニアリーダーとの交流会もありますよ。私たちと一緒に活動しませんか。

活動日 役員会 金曜日  
定例研修会 第3日曜日  
場 所 中央公民館  
問い合わせ 社会福祉協議会



#### ～「ひまわりサン」参加者募集～

ジュニアリーダーズクラブのメンバーとゲームや手作りかるたで楽しい時間を過ごしませんか。参加者を募集しています。

日 時 3月1日(土)・2日(日) 1泊2日  
場 所 春日井市少年自然の家  
※尾張旭駅よりバスで送迎  
対象者 市内在住または在学の小学5・6年生  
参加費 2,000円  
定 員 15人  
内 容 レクリエーションなど  
申込先 社会福祉協議会  
申込期限 1月24日(金)  
※定員になり次第締め切り

### 社会福祉協議会ボランティアセンター

利用時間 午前8時30分から午後5時まで  
※土・日曜日、祝・休日を除く  
場 所 尾張旭市新居町明才切57番地  
保健福祉センター内

TEL 54-4540 FAX 51-1880

ホームページ <http://www.owariasahishakyo.jp/>

### 渋川ボランティアセンター

利用時間 午前9時から午後5時まで  
※土・日曜日、祝・休日を除く  
場 所 尾張旭市渋川町三丁目5番地7  
渋川福祉センター内

TEL 51-5535 FAX 51-5543