



## ふみだそう！ボランティア活動への第一歩！



丹波市ボランティア協会山南支部では、ボランティア活動のPRとして、10月29日に行われた、ふるさと和田漢方の里まつりにて、来場者に向けて活動写真の展示と、グループ紹介チラシ・会員手作りのふくさ（祝儀袋つき）をお渡しされました。



台紙は牛乳パックをリサイクルしており、和紙はカラフルなものを用意★  
会員が手分けして作成されました！



山南支部には、小学校区を中心に活動する地区ボランティアグループ、入所施設で活動するグループや広報紙・新聞の情報を音声で届けるグループもあります。やってみたい！と思われる方は、ご紹介しますので社協山南支所（77-2359）までご連絡ください♪

たくさんの優しさに支えられ8回目です！

## ☆しゃきょうたすけあいフードドライブ☆



ご家庭に眠る食品はありませんか？食料を必要とする方々へ社協を通じてお渡しします。

### 寄付

#### 受付期間

11/8（水）～12/1（金） 9:00～17:00（土日祝不可）

山南福祉センター

#### 対象物品

- お米 ●海苔、お茶漬け、ふりかけ ●缶詰類
- レトルト、インスタント食品 ●お菓子類
- ラーメン、そうめん、パスタなどの麺類  
（賞味期限が2024年2月16日以降の日付のもの）
- 子ども用オムツ ●ティッシュペーパー
- トイレットペーパー



### 受取

#### 申込期間

11/8（水）～12/1（金）

#### 申込方法

- ・電話→丹波市社協本所（86-7171）
- ・バーコード→  
読み込んで必要事項をご記入ください。
- ★お渡し日は  
12/14（木）・12/15（金）です。



## ＊スマイルお届け！＊ 訪問活動＊

上久下地区では独居高齢者宅を対象とした友愛訪問事業を自治協議会主催で開催されています。当日はボランティア8名が朝の8時から手作りお弁当の準備を行い、その後46軒の希望者宅へ素敵な笑顔を添えて、お弁当を届けられました。

訪問活動に同行したところ、楽しみだったのか玄関先で到着を待っておられる方もいらっしゃいました。

このような活動を通じて、住民同士の心の距離感がさらに近づいていくといいですね♪



## ♠学校で輝く☆ 学びのサポートボランティア♠



久下小学校4年生のアイマスク・白杖体験学習を地域ボランティア“福祉学習サポーター”と共に担当しました。福祉学習サポーターは令和5年3月に講座を行い、その後21名が登録されており、子どもたちの見守りや気づきを促す声掛けなどを行う役割があります。

体験学習を通して児童・生徒自身が高齢者や障がい者の暮らしを想像し、気づき、出来ることを考える機会になることを目指して、福祉学習サポーターや関係者の力を借りながら、学習を支援しています。

## ◇意識で変わる！◇ 心身の健康への道しるべ◇

小川地区自治振興会主催のノルディックウォーキング体験会が開催され、25名の参加者が雲一つない晴天の中、B&G海洋センター体育館から小新屋観音まで往復6kmの道のりを歩きました。ノルディックウォーキングは2本の専用のポールを使用し歩くことで、姿勢も正され、下半身はもちろん上半身の運動にもつながる全身運動です。参加者同士で近況を話しながら体を動かすのは気持ちよく、また景色を見ると秋から冬への移り変わりを感じることができました。

この体験会が地域の防犯や子ども等の見守り、コミュニケーションのツールにつながると嬉しいです。

