

ボランティア通信 NO.238

すまいる



SENNAN_SHAKYO



泉南ボランティアセンター公式LINE

1月

発行 2023.1

泉南市ボランティアセンター

明けましておめでとうございます。今年もよろしくお願ひします。
去年はボランティア活動お疲れ様でした。
肌寒い日々が続いていますが、皆さまお元気で過ごしてしょうか？
今年初めの講座・サロンのご紹介です♪



傾聴ボランティア講座

傾聴ボランティアとは話手に寄り添うこと。人間関係が良好になる話の聴き方が身に付く傾聴を学びます。ボランティア活動の基礎知識となるだけでなく、家族やご近所づきあいなど、生活の中でも役立つ講座です。初めての方、大歓迎です。ぜひご参加ください。

2月17日(金) 13:30~16:30

内容：傾聴の基本・聴き方の癖を知る
ボランティアの心得など

2月21日(火) 13:30~16:30

内容：しんどくならない話の聴き方
傾聴のルール・コミュニケーションなど



※新型コロナウイルス感染拡大状況により中止になる場合があります

※2日間受講できる方が対象です

場所：泉南市総合福祉センターあいぴあ泉南3階 研修室1
講師：NPO法人kunこころの宮 代表 長原洋子 氏
定員：30名(申込み順)
受付期間：1月23日(月)~2月13日(月)

【申込み・問合せ】

泉南市社会福祉協議会

住所：泉南市樽井1-8-47

泉南市総合福祉センター(あいぴあ泉南内)

TEL：072-482-1027 FAX：072-482-1618



ボランティアサロン

からだを動かそう



3月2日(木) 13:30~15:30

場 所：泉南市総合福祉センターあいぴあ泉南 1階大会議室

講 師：リュウ鍼灸整骨院尾崎駅前院 降井勇樹氏

定 員：30名(申込み順)

参加費：無料

持ち物：タオル・飲み物

申込期間：2月13日(月)~28日(火)

イスに座ってできる
体操です♪♪



申込み・問合せ

泉南市ボランティアセンター

泉南市社会福祉協議会

TEL 483-0294

TEL 482-1027

手話を体験しよう！

手話は、耳の不自由な人たちが目で見て、手で語る「ことば」です。
この講座では、手話サークル「虹」のみなさんが楽しく手話を教えてくださいます。

3月3日(金) 13:30～15:30

場 所：泉南市総合福祉センターあいびあ泉南2階 会議室2

講 師：ボランティアグループ手話サークル「虹」

定 員：20名(申込み順)

参加費：無料

受 付：2月1日(水)～24日(金)

内容：手話とは？

簡単な手話単語

手話で自己紹介

手話で四季の歌♪



※新型コロナウイルス感染拡大状況により
中止になる場合があります

【申込み・問合せ】

泉南市社会福祉協議会

住所：泉南市樽井1-8-47

泉南市総合福祉センター(あいびあ泉南内)

TEL：072-482-1027 FAX：072-482-1618



エクササイズ・ウォーキングをはじめませんか？

4

正しい歩き方で心も体もイキイキと。

生活習慣病の予防や改善に効果的なウォーキングをみんなで楽しくはじめませんか？

【とき】8月を除く、毎月第1・2・3・4木曜日

午前9時30分～11時30分(雨天中止)

開始前に血圧測定があります。

【場所】俵池公園グラウンド

【講師】伊藤敬一さん(生活習慣病予防指導士・ウォーキング & ランニング指導員)

【参加費】年会費 1,000円(途中参加も同額)

スポーツ安全保険加入料(加入される年の4月1日時点で、65歳以上 1,200円、
64歳以下 1,850円)

別途行事代(月500円)

【持ち物】ウォーキングができる服装、靴、タオル、飲み物

【申込み・問合せ】泉南市社会福祉協議会 TEL482-1027



令和5年3月中旬までにお申込みいただくと、4月よりご参加いただけます。



*ボランティアセンターは、12月26日(月)～1月9日(月)までお休みです。1月10日(火)から開いています。

*泉南市社会福祉協議会は、1月4日(水)から開いています。

■□お問い合わせ□■

泉南市ボランティアセンター

住所 〒590-0521 泉南市樽井1-8-47 あいびあ泉南3階
電話 072-483-0294
メールアドレス sennan-shi-vc@sennan-shakyo.or.jp
URL <http://sennan-shakyo.or.jp/~sennanvc/>

泉南市社会福祉協議会

電話 072-482-1027
FAX 072-482-1618



この「ボランティア通信すまいる」は共同募金配分金により作成しています。