

# ボラの窓



ボランティア・市民活動センター情報誌

## 第39回 市民福祉講座 ケアする人のケア ～もう他人事ではない～



少子高齢化が進んでいるなかで、老老介護を避ける事は難しくなっています。社会的孤立の防止とともに、ケアする人のケアが求められています。他人事ではなく自分自身の身近な問題として捉え、自分たちや地域で出来ることは何なのかを考えてみませんか？

日時：10月30日(月) 14:00～16:00  
11月7日(火) 14:00～16:00

※2日間受講可能な方

会場：東大阪市社会福祉協議会 1階 会議室

参加費：500円

★詳しくは同封のチラシをご確認ください。

## 第94回 あいあいサロン ～一緒に手話を勉強してみませんか？～

手話を通してみんなとコミュニケーションを取ってみませんか？

実際に手話で生活している方が優しく手話を教えてください。

耳が聞こえない体験や手話を勉強して、ジェスチャーゲームを行います。

普段経験できない手話の世界を体験してみませんか？

親子・一般・子どもたちの参加OKです！

☆参加するとお菓子がもらえます。

日時：9月30日(土)  
13:30～15:00

場所：東大阪市社会福祉協議会  
3階 高井田老人センター

定員：30名(先着順)

参加費：無料

問合せ：ボランティア・市民活動センターまで



## ボランティアの1日講座 認知症予防と運動

「運動をしながら頭を使う」2つのことを同時に行うと海馬量を増やししながら前頭葉を効果的に鍛えることが出来ると言われてしています。

『できる』が大切ではなく『できない』ことが脳を活性化します。あなたも、脳と体を動かしてみませんか？

講師：リズムング生涯体育研究会  
健康運動指導士 吉村 一二子 氏

日時：10月28日(土)  
13:30～15:00

場所：東大阪市社会福祉協議会  
1階 会議室

定員：40名(先着順)

参加費：無料

その他：お茶、タオルを持参し、体を動かせるように軽装&運動靴で参加ください。

問合せ：ボランティア・市民活動センターまで



## 子育て支援ボランティア養成講座

### 「市内の子育て環境や状況について」～今のお母さん、どんな子育てしてるの?～

子どもが好きな方!子どもと関わるボランティアをしてみませんか?この講座では、今のお母さんがどんな子育てをしているのか、市内の状況について学びます。希望者にはボランティア体験を行っていただくことも可能です!(9月下旬~10月)

講師:布施子育て支援センター 所長 宮城 由美 氏

日時:9月19日(火) 13:00~15:00

場所:東大阪市社会福祉協議会 4階 会議室

定員:20名(先着順)

問合せ:ファミリー・サポート・センターまで TEL:06-6785-2625



## 子育て講座 「発達障害について理解を深める」

今回の講座では、発達障害の特性や接し方、成長過程で起こりがちなトラブルや対処法などを学び、地域でできるサポートについて考えます。

講師:東大阪市障害児者支援センター レピラ 職員

日時:11月25日(土) 13:00~15:00

場所:東大阪市社会福祉協議会 1階 会議室

定員:50名(先着順)

問合せ:ファミリー・サポート・センターまで TEL:06-6785-2625

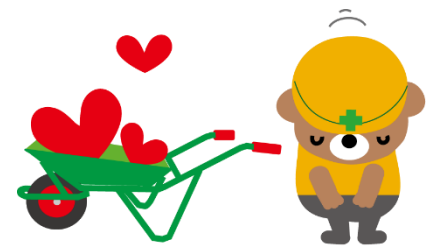


## 社会福祉協議会 改修工事について(お知らせ)

平成29年4月より社会福祉協議会の改修工事が行われています。(平成30年3月までの予定)そのため現在、駐車場が利用できません。また9月19日から平成30年3月下旬まで駐輪場が使用できません。工事期間中はコインパーキング及び一般の有料駐輪場をご利用いただきますようお願い申し上げます。

10月中旬頃、ボランティア・市民活動センターは4階から1階へお引越しします。

引越し前後は何かとご不便、ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願い申し上げます。



ご迷惑をおかけして申し訳ありません

ご存知ですか?

テレホンガイド

06-6789-5650



ボランティア・市民活動センターでは、朗読ボランティアグループ「風」の協力によりテレホンガイド「テレサ」でボランティアの情報提供を行っています。毎月第2・3水曜日の午後に内容を更新し、常に新鮮な情報を心がけています。

「ボラの小窓」やホームページと併せて、ボランティア情報や講座案内などでテレホンガイドをご活用下さい。

### 《 発行・問い合わせ先 》

〒577-0054 東大阪市高井田元町1丁目2番13号

東大阪市社会福祉協議会 **ボランティア・市民活動センター**

TEL:06-6789-5550/FAX:06-6789-2924

ホームページ: <http://www.heartnet-hoshakyo.org/index.php>

メール: [hosi01@cap.ocn.ne.jp](mailto:hosi01@cap.ocn.ne.jp)

