

あなたの地域デビューをサポートする！！

通称:ささみかつ

受講料無料

支えるみんなの活動講座



「支えるみんなの活動講座」ってなに？

高齢になっても住み慣れた地域で自分らしく暮らしていけるよう
身近な地域での支え合い活動について学ぶ講座です。
支え合い活動のきっかけとなる第一歩を踏み出しましょう！！

買い物や
庭の草取りなど

「支え合い活動」ってなに？

日常生活での“ちょっとした困りごと”のお手伝いや、身近な地域で
集まれる居場所づくりなど、「困ったときはお互いさま」の地域をつ
くるための活動です。



プログラム

第1回	9/24(金) 13:30~15:30	◎支え合いの地域づくりとは？ ◎支え合いの地域づくりに取り組む機関からのお話 (地域包括支援センター、社会福祉協議会)
第2回	10/22(金) 13:30~15:30	◎「地域で活動している人の声を聞いてみよう！」 ◎「ゲームを通して助け合いについて理解を深めよう」 ◎支え合いの地域づくりに取り組む機関からのお話 (介護予防センター、公民館)
第3回	11/5(金) 13:30~15:30	◎「支え合い活動に取り組んでいる人の声を聞いてみよう！」 ◎「地域で取り組みたい活動を考えてみよう！」

※ 全回受講された方には修了証を発行します。

対象

- ・地域に貢献したいと思っている方
- ・地域の担い手として取り組みたいと思っている方
- ・自分が暮らす地域を元気にしたいと思っている方

会場

岡山市立
東公民館

定員

25名

申込み 期間

7月5日(月)～
9月6日(月)

支えるみんなの活動講座

会場：岡山市立東公民館

ふりがな		年齢		
氏 名			学区 (中学校区)	
住 所	*地域での活動に○をして下さい。 町内会・民生委員・愛育委員・婦人会 栄養改善委員会・地区社会福祉協議会 その他（ ）			
電話番号				

問合わせ先	岡山市社会福祉協議会 中区事務所 （岡山市中区赤坂本町11-47） TEL：086-238-9200 FAX：086-238-9500
申込み先	岡山市立東公民館 （岡山市中区高屋344-1） TEL&FAX：086-271-1911
申込み方法	来館または電話、FAXで、上記までお申込みください。

みなさまのご参加
お待ちしております！



※応募多数の場合は抽選（岡山市民優先）となります。
 ※受講前に自宅での検温をお願いします。体調がすぐれない方や発熱症状のある方の受講はお控えください。
 ※受講の際は、マスクの着用をお願いいたします。
 ※当日2時間前に暴風・大雨・特別警報が発令された場合、講座を中止とします。個別に連絡はいたしませんので、ご不明な場合は、問い合わせ先にご確認ください。（社会福祉協議会：086-238-9200）
 ※天候および新型コロナウイルス感染拡大の理由により、講座が中止・延期になる場合があります。

受講生の声

『思っていたよりも内容が豊富だった。
一緒に学んだ仲間がたくさんいることが嬉しい。』



『活動を始めるために必要なことが具体的に分かった。』



『身近な地域の取り組みを知ることができて、
参考になった。』

