

短時間でも
家庭でもOK

ふくしボランティア活動してみませんか!!

—活動例①—

月1~2回

100歳体操のお手伝い
(コミセンの集会室)

—活動例②—

ふくしに関する
チラシ作成の
お手伝い

—活動頻度—

1~2時間程度/回
コミュニティセンターや
家庭での作業

応募者の希望を
最優先します
お気軽にご連絡
ください

—地域支え合いネットワーク事業—
地域のみなさんがいつま
でも安心して暮らし続けら
れる地域を目指して、地域
課題を地域全体で共有し
考える、地域による地域
のための事業です。

—100歳体操とは—
重りバンドを使って筋力
アップする体操です。
DVDを見ながら各公民館
などで週1~2回実施して
います。

ボランティア

大募集

切り取り線

申込書

→すこやかさんが事務局（三ヶコミュニティセンター内）宛て

町内名		名前		電話	
ボランティア活動希望内容 (具体的に)					

問合せ先

すこやかさんが事務局（TEL/FAX 55-1214）