

生きがい・やりがいを探している、
地域で仲間作りがしたい方へ
身近な支え合い活動を学ぶ講座です。

参加費無料

ささ
支える **み**んなの **活**動講座

愛称「ささみかつ」



地域ボランティアの
入門講座です。身近な場所で
特技や好きなことを活かして
みませんか？



令和8年度 岡山市生活・介護支援サポーター養成講座

主催

(福)岡山市社会福祉協議会、岡山市立公民館

中面に詳細

あなたの元気が 地域を笑顔に！！

支えるみんなの活動講座 とは？



「支え合い活動」ってなに？

買い物や
庭の草取りなど

☆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、ご近所への声かけなど、
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。

☆活動することで、ご自身の健康維持にもつながります。

受講生の声



『活動を始めるために必要なことが具体的に分かった。』

『身近でできそうな地域の取り組みを
知ることができて、参考になった。』



過去の講座の様子掲載中！！

※スマートフォンで2次元コードを読み取って下さい⇒



地域の役員さんへ

出前講座も募集中！

・地域活動を盛り上げたいけど、なかなか新しいメンバーが増えない。

・身近な集会所、定例会の場で勉強会をしたい。

☞ このようなご要望がありましたら、
裏面の各社会福祉協議会へご相談下さい！

身近な場所へ
伺います！



日程

会場	第1回	第2回	時間	定員	締切必着
芳田公民館	7/3 (金)	7/17 (金)	13:30~15:30	20名	6/19 (金)
足守公民館	9/5 (土)	10/10 (土)	13:30~15:30	20名	8/28 (金)
西大寺公民館	10/13 (火)	10/27 (火)	10:00~12:00	20名	9/29 (火)
岡山中央 公民館	10/16 (金)	10/30 (金)	14:00~16:00	20名	10/6 (火)
操山公民館	12/7 (月)	12/14 (月)	13:30~15:30	20名	11/27 (金)
興除公民館	1/18 (月)	1/28 (木)	14:00~16:00	20名	1/8 (金)

講座内容

第1回

- ・ 講話「地域活動、はじめの第一歩」
- ・ 助け合い体験カードゲーム



第2回

- ・ 地域で活動している人の体験談を聞こう
- ・ 「ちょっとチャレンジ！」したいことを語ろう

申込方法



電話



来館



FAX



次ページに掲載している各会場の
申込先へお願いします



メール



2次元コードからホームページへ
(受付メールアドレスを掲載)



会場	会場所在地	お申し込み先	お問い合わせ先 (岡山市社会福祉協議会)
芳田公民館	岡山市南区西市 96-1	芳田公民館 TEL 086-245-0688 FAX 086-245-0688	南区南事務所 TEL 086-263-0012
足守公民館	岡山市北区足守718	足守公民館 TEL 086-295-1942 FAX 086-295-1942	北区北事務所 TEL 086-250-2007
西大寺公民館	岡山市東区向州 1-1	西大寺公民館 TEL 086-942-6252 FAX 086-942-0774	東区事務所 TEL 086-942-3260 FAX 086-942-3260
岡山中央公民館	岡山市北区蕃山町 6-53	岡山中央公民館 TEL 086-224-0515 FAX 086-224-0515	北区中央事務所 TEL 086-222-8619
操山公民館	岡山市中区国富 三丁目9-12	操山公民館 TEL 086-271-5080 FAX 086-271-5080	中区事務所 TEL 086-238-9200
興除公民館	岡山市南区中畦 589-1	興除公民館 TEL 086-298-2660 FAX 086-298-2660	南区西事務所 TEL 086-281-0027

お申し込み方法

下記申込書を各会場ごとの申込先へご持参またはFAXでお申込み。
もしくは、右の2次元コードより受付メールアドレスへメールで
ご連絡下さい。
※ご不明な点は、上記のお問い合わせ先までご連絡下さい。



※連続講座のため2回参加を基本としていますが、1回のみ参加も可能です。(ご相談下さい)
※岡山地域に当日講座開始2時間前から開始時刻までの間に、暴風・大雪の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、お問い合わせ先にご確認下さい。

支えるみんなの活動講座申込書

希望会場 ※参加希望 会場に○を して下さい。	芳田公民館	岡山中央公民館
	足守公民館	操山公民館
	西大寺公民館	興除公民館
ふりがな	年代	お住いの 学区 (小学校区)
氏名		
住所	*活動経験があれば○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		