

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ための講座です。



ささ かつ

# 支える みんなの 活動講座

愛称: 『ささみかつ』 in 大元公民館



地域に『おんがえし』してみたいけど、大変なんじゃない？  
そんなあなたの不安解消！

## 受講生の声

- この講座を受けて、生活上のちょっとした困りごとを支援する“助け合い隊”が発足しました！！
- いろんな活動があることがよく分かりました。地域にちょっぴり『おんがえし』したいです。



こまくさの皆さん（令和3年度受講）

先着  
優先

受講  
無料

日程

第1回 12月9日（土）10時～12時

第2回 12月23日（土）10時～12時

詳細は  
裏面

令和5年度  
岡山市生活・介護支援  
サポーター養成講座

主催 岡山市社会福祉協議会、岡山市立公民館

問合せ先 岡山市社会福祉協議会 北区中央事務所  
(TEL：086 - 222 - 8619)

# プログラム



(過去の講座の様子)

①12/9(土)  
10～12時

- ・ 講話「地域活動、はじめの第一歩」  
講師：大元地区社会福祉協議会  
事務局 岡崎 公平 氏
- ・ カードゲームで支え合い体験

②12/23(土)  
10～12時

- ・ 「地域で活動している人の体験談を聞こう」  
発表者：出石地区自主防災会連合会  
会長 西村 禎之 氏  
おかえりこども食堂  
代表 上平 敏子 氏
- ・ 「ちょっとチャレンジ！したいことを語ろう」

※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。(ご相談ください)  
※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。  
※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、問合わせ先(社会福祉協議会北区中央事務所：086-222-8619)にご確認ください。  
※受講前に自宅で検温していただき、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、マスクの着用を推奨します。

## 申込方法

以下の方法により **11月24日(金)**までにお申込みください。



電話



086 - **241** - **8526** へ電話  
(岡山市立大元公民館)



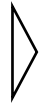
ウェブ



2次元コードから  
ホームページへ



来館



以下の講座申込書に記入し  
岡山市立大元公民館へ持参  
(岡山市北区大元上町10-31)



FAX



以下の講座申込書に記入し  
086 - **241** - **8526** へFAX  
(岡山市立大元公民館)

講座申込書

ふりがな		年齢	
氏名		学区 (小学校区)	
		参加を希望する日程に○をつけてください ①12月9日(土) ②12月23日(土)	
住所		活動経験があれば○をつけてください。 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	