

ちよいボラ通信 No.16

蒲郡市シルバー人材センター TEL : 69-0316



会員研修会のお知らせ

今回の研修は健康づくりをテーマに「リンパケア教室」を開催します

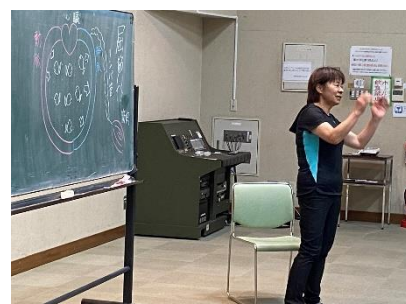
- 日時 : 令和4年9月27日(火) 14:00~
 場所 : 蒲郡市生きがいセンター
 定員 : 20名まで (定員を超えた場合は抽選となります)
 出欠 : 同封のハガキにて9月9日まで返信をお願いします

参加される方は、ヨガマットかバスタオルを持参して下さい

講習内容 「リンパケア教室」

リンパの流れを整えて体質改善をしましょう。お家で簡単に出来るセルフケアを学びます。

先日行われたシルバー人材センターの会員向けのイベントの様子です。たった1時間の講習でしたが、「翌日の目覚めがよかった」「腕が上がるようになった」「足のむくみが取れた」など、大好評でした。



講師 リンパサロンF 主宰 人と動物のケアマスター

深津 利子 先生 (シルバー人材センター会員)

※なお、新型コロナウイルス感染症の拡大を考慮し、研修会が中止になる場合がございます。中止が決定した場合は、すみやかに、出席予定者に連絡をさせていただきます。

前回研修会のご報告 (参加人数27名)

3月25日(金)生きがいセンターにおいて、令和3年度第3回目のちよいボラ研修として、映画「長いお別れ」の上映会を行いました。初めての試みでしたが、映像や音響の状態も良く、映画館でご覧になるのと変わらない状態で鑑賞いただけたと思います。内容も素晴らしく、自分自身の事、家族のことなどを改めて考えさせられ、心に残る素敵な作品でした。



事務局より

コロナの影響で、一昨年度前から介護施設でのボランティアが出来ない状況が続いています。

現在、蒲郡市長寿課と何かちよいボラの事業としてこのコロナ禍でも出来ることはないかと協議しています。同時に皆さんのアイデアも募集したいと思いますので、ご協力をお願いします。

また、ポイントについても有効期限の延長をしています。お手元にあるまごころ手帳のポイントで、平成31年4月1日以降のもので、転換していないポイントが10個以上ある方は(年間転換ポイントの上限は50ポイントです)是非手続きをして下さい。