

静岡市地域福祉共生センター みなくる



2019年7月号 年3回発行(7、10、2月)



みなくる開設2年目を迎えました!

今年も、「**健康長寿のまち**」の実現に向け、できる限り健康で、互いに支え合い、住み慣れた地域で暮らし 続けられるように、さまざまな市民講座やシンポジウムを企画しておりますので、お気軽にご参加ください。 また、市民同士の交流やグループ活動などに、交流スペースをどうぞご活用くださいませ。



☆わたしにもできるボランティア

7月30日(火) 14時~16時 会議室にて どなたでもご参加いただけます(*^▽^*) σ

ボランティアに興味があるけど、どうすれば良いか分からな い方に役割や活動等をご紹介します!!

☆ボッチャをやってみよう ※ 小学4年生以上

8月22日(木) 10時~12時 交流スペースにて

協力: NPO 法人ひまわり事業団 生活介護事業所それいゆ

昨年、好評だったパラスポーツ「ボッチャ」体験を今年もやります! 2020年パラリンピックを観戦するとき、体験やルールを知って いると一段と楽しいよ(*´▽`*)





今後も、さまざまな市民講座を予定しています。 詳細は、スルマガをご確認ください。 みなくるにチラシあります。

備災グループ きまざあ

2月にみなくるにて開催した「ママのための備災講座」の参加者から、ママ たちのグループが誕生しました!!

定期的に集まり、災害時に自分たちができることを親目線で勉強しています。





災害時を想定して、ツナ缶ランプの作り方講座や家に常備しているもので作る ポリ袋クッキングを行い、パパや子どもたち、6家族が参加してくれました。

自分たちのやりたいことを出し合い、企画・実施しています。

活動に興味のある方はどなたでも、パパの参加も大歓迎!!

静岡市社会福祉協議会 駿河区地域福祉推進センター (14054-280-6150) まで お問い合わせください。

「地域健康ステーション」での取り組み

「みなくる」は、地域の皆様の「健康の見える化」を進めています。地域交流スペースでは、 身長や体重、血圧や体組成、握力や柔軟性などを、いつでも自由に測定できます。測定結果を記 録し、ご自身の健康管理に役立てていただくために、「みなくる手帳」を作りました。ご希望の方



にはお分けしています。ぜひご活用ください。保健師や管理栄養士の資格を持つみなくる相談員が、測定をサポートし、健康や栄養などについての心配ごと相談にも応じます。いつでもお気軽にお声掛けください。





そのほかにも、食育や防災をテーマにした気 軽なイベントや講座、健康フェスタ、多世代交

流会、子育て交流会、映画上映会、大学レベルの本格講座など、さまざまな企画 を通して、幅広い世代が集う地域共生の交流拠点として、多くの皆様のご来館を お待ちしています!

(事業受託:静岡県立大学「ふじのくに」みらい共育センター)

みなくる について

☞開館時間:9時~21時 休館日:第2月曜(祝日の場合は翌平日)

交流スペース

打合せや交流など、市民の皆様の集いの場として

- ご利用いただけます!
 - ★自習や読書等の方は、奥の長机をご利用ください
 - ★団体優先テーブル(オレンジ色のテーブル)は、 打合せ・ボランティア活動等を目的とした利用が優先です。



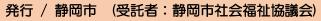
くしぞ~かでん伝体操>



事前予約により会議や打ち合わせ、講演会等で利用できます。

◆会議室利用料金◆

9-12時	13-17時	18-21 時	9-17時	13-21 時	9-21 時
2,560円	3,420円	2,560円	6,840円	6,840円	10,270円



住所 / 422-8074 静岡市駿河区南八幡町 3-1 南部図書館2階

TEL / 054-201-9010 FAX / 054-201-9020

HP / http://www.city.shizuoka.jp/074_000106.html

スルマガ / https://machipo.jp/location/17101

車: 施設内に無料駐車場がございます。(台数に限りあり)

バス: 静岡駅南口▶中田三丁目ダイワハウス前(石田街道線 東大谷行)

静岡駅南□▶駿河区役所静岡新聞社前(みなみ線 内回り)



