

参加費  
無料

ほっとけないっしょ  
地域の困りごと

# 地域支え合い活動講座

日時

12/13 水 13:00～17:00

(受付開始 12:30)

場所

とかちプラザ 会議室304

(帯広市西4条南13丁目1) JR帯広駅南口から徒歩2分

※ご自宅等からオンラインでも参加できます



## 第1部 「この地域で健康に暮らしていくために」

人生100年時代。住み慣れた地域でできるだけ健康に長生きしたいものですね。いつまでも自立した生活を送るためには、家に閉じこもることなく、まちや社会に出たり、日常の生活を楽しむことが大切だと言われています。一方で地域の高齢化が進み、困りごとが増えてきています。買い物などの移動や庭の草むしり、ごみ捨てや除雪など、地域で助け合う仕組みがないと、課題は積みあがるばかり・・・？この機会に一緒に地域について考えてみませんか？

## 第2部 「地域支え合いの活動とは！？」

高齢者等の日常生活を地域の身近な方々で支え合ったり、助け合ったりすることは、「地域支え合い活動」と言われています。不安や悩み等ちょっとした相談ごとができる場や地域との交流、人間関係を築く場、日常生活のちょっとした困りごとを助け合える仕組み、地域づくりを行うサークル活動など、地域にある様々な実践事例をご紹介します。あなたを求めている活動に出会えるかも！？

## 第3部 茶話会／個別相談会 ～お茶と小さなお菓子をご用意します～

### 〔講師：丸藤競さん〕

函館市地域交流まちづくりセンター センター長。民間企業への勤務、及び経営者を経て、2007年から現職。さわやか福祉財団インストラクター北海道ブロックリーダーのほか、函館市社会福祉協議会評議員など公職多数。それ以外にも観光・福祉・防災・被災支援・移住など多岐に渡るジャンルにも精通。現在も、函館市町会活性化アドバイザー等様々な分野で活動している。



申込締切  
12月5日  
定員:50名

主催：北海道

(受託団体：NPO法人 北海道NPOサポートセンター)

後援：帯広市、北海道社会福祉協議会

帯広市社会福祉協議会

QRコードからお申し込みください



対象：アクティブシニア（元気な高齢者）等  
（関心があればどなたでも）

地域には  
どんな課題が  
あるの？

## プログラム

- 13:00～13:10 オリエンテーション
  - 13:10～13:50 第1部 講義「この地域で健康に暮らしていくために」
  - 14:00～16:00 第2部 事例紹介「地域支え合いの活動とは!？」
  - 16:10～16:50 第3部 茶話会／個別相談会
  - 16:50～17:00 クロージング
- ※途中参加・途中退出可能です。



《お申込み・お問合せ》 電話、FAX、メール、ホームページからお申込みできます！

■NPO法人 北海道NPOサポートセンター（担当：中西・松本・齊藤）

〒064-0808 札幌市中央区南8条西2丁目5-74 市民活動プラザ星園201号室

TEL：011-200-0973（代表） 090-8668-9181（本事業専用）

メールアドレス [activesenior-honbu@hnposc.net](mailto:activesenior-honbu@hnposc.net)

ホームページ <https://activesenior-hokkaido.net>

お申込フォーム



FAX  
送信

# FAX：011-200-0974

(フリガナ) お名前	
ご所属（あれば）	
電話番号	
ご住所	
参加方法 (どちらかを○で囲んでください)	会場参加（帯広） / オンライン参加
(オンライン参加の場合のみ) メールアドレス	

※オンライン参加の場合は開催日3日前までにzoomURLをお送りいたします。

※いただいた個人情報は本事業以外に使用することはありません。