

ほっとけないっしょ
地域の困りごと

参加費
無料

地域支え合い活動講座

日時

10/31 火 13:00～17:00

(受付開始 12:30)

場所

稚内総合文化センター 会議室A

(稚内市中央3丁目13番23号) JR稚内駅から徒歩6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」

講師：渡邊一栄 氏

健康生きがいがづくりアドバイザー北海道協議会代表。美松善隣会白石デイサービスセンターおよび未来サポート（障害者）看護師として働きながら、健康生きがいがづくりアドバイザーとして「健康・生きがいがづくり」「フレイル予防啓発セミナー」の講師活動やイベントを企画・運営している。



第2部 「地域支え合いの活動とは!？」

講師：下川原清美 氏

NPO法人さっぽろ福祉支援ネットあいなび理事長。札幌市消防局（救急業務）に36年間の勤務を経て現職。「移動支援」「生活支援」「居場所支援」活動を有償ボランティアで行っている。NPO法人全国移動サービスネットワーク理事、札幌市社会福祉協議会評議員等々兼務。



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～

申込締切
10月24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：稚内市、北海道社会福祉協議会、
稚内市社会福祉協議会

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 「この地域で健康に暮らしていくために」
- 14:00～16:00 | 第2部 「地域支え合いの活動とは!？」
地域の誰もが楽しく集い交流ができる「地域の居場所」づくり活動。日常生活のちょっとした困り事支援を地域で助け合う活動。自家用車での買い物や通院支援を行う活動など、地域の助け合い活動の実践事例をご紹介します。
- 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



《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

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	
参加方法 (○で囲んでください)	会場参加（稚内市） / オンライン参加
(オンライン参加の場合) 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。