

# 生徒会 DE SDGs 「SDGsをゲームで学ぼう！」



## ワークショップを開催しました！

- P2 ・生徒会 DE SDGs  
・各種募金の御礼
- P3 ・令和6年能登半島地震  
災害義援金募集  
・「健康声磨き」講座
- P4 ・ボランティア・市民交流研究集会
- P5 ・落語で学ぶ！成年後見制度
- P6 ・いきいき外出・安心コール募集
- P7 ・社協情報掲示板
- P8 ・助け合い推進大会

滝地域公民館にて、講師に「諏訪SDGs教育ゲーム開発チーム」を迎え開催。

参加者は須坂市内中学校の次期生徒会役員、教諭、そして小学生～大学生の27名。

SDGsの視点から、自分たちの目、考えで生徒会を企画・運営していく仕方、パートナーシップで協力し合いながら活動していく事を楽しく学びました！！

# 2024 2













# いきいき外出 参加者大募集!

一緒に外出して下さる  
ボランティアも大募集!



介助が必要で、外出が困難な方。普段、なかなか外出の機会がない方!  
ボランティアさんと一緒にちょこっとお出かけに行っ、リフレッシュしませんか?

昨年の様子

## 今年の行先

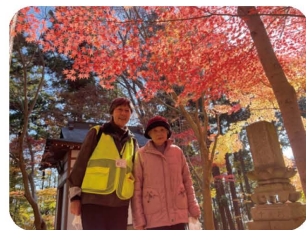
いきいき外出  
参加者  
募集

- 4月 中・下旬  
お花見(桜)  
旬の見頃の場所へ!  
ゆったり桜を見ながら  
春満喫♪
- 5、6月  
海! 柏崎方面  
海なし県にとって  
海はいつでもワクワク♪  
猛暑を避けた、この時期  
に行ってみます!
- 8、9月  
米子大瀑布  
地元 須坂の絶景を。  
昨年から行けるよう  
なった米子の滝を  
見に行きましょう!
- 10、11月  
紅葉狩り  
旬な紅葉スポットに  
行きます!!  
善光寺の散策もします!

♡2ヶ所お出かけできます♡

1 ~ 4 の今年の行先から、  
2つ希望を選び、申込書に番号をご記入ください!

昨年も、大勢のみなさんとお出かけに  
行くことができました!  
今年も楽しい外出計画します!



参加費 500 円

(昼食代、入館料など諸経費は個人負担です)

対象者 介助が必要等の理由で、外出が困難な方  
普段、なかなか外出の機会がない方等

昨年、大変好評だったので、今年はいきいき外出もお一人様につ  
き、2ヶ所にお出かけできるようにします!! 多くの皆様のお申  
込み、お待ちしております♡  
また、参加者のみなさんと一緒にお出かけに行ってください  
ボランティアさん・ドライバーさんも大募集中です!



## いきいき外出 & 安心コール

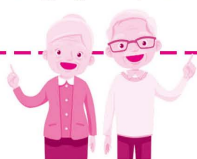
お申し込みは各町の民生児童委員、担当ケアマネ、または  
直接社協(026-214-2994)までお申し込みください



### 安心コールって何?

ひとり暮らし高齢者へ民生児童  
委員を経験された皆さまがお電  
話します。日常会話をするこ  
とで孤独解消(安否確認含む)を  
図る事業です。

日時: 火曜日もしくは木曜日  
9:30~12:00



1週間に一度ボランティアさんと  
電話でお話しませんか?

一人暮らし高齢者

安心コール  
利用者募集中!



こんにちは!  
お変わりないですか?  
何か良い事あったの?

電話、待っていたよ!  
今日ね庭の福寿草が咲いたのよ







参加無料

令和5年度

# 助け合い推進大会

「助けて！」と言ってみよう！その一言で助け合いがはじまる…

とき 2024 令和6年 **2月17日**（土） 受付 9:30～  
10:00～12:15

ところ **メセナホール 小ホール**

対象者 笑いヨガに関心のある方、区長様・民生委員の皆様、  
その他、どなたでもご参加ください。



## 〔開催内容〕

### ■オープニング

須坂市立仁礼小学校児童の皆さんと仁礼<sup>にれ</sup>っちーによるダンス！

### ■福祉貢献者表彰

様々な分野で、地域福祉のために貢献されている皆様を表彰します

### ■講演

「“笑いヨガ”体験

～ともちゃん流コミュニケーション術&健康法～」

講師 小林知美さん（タレント・須坂応援大使）



### 笑いヨガとは・・・？

“笑いの体操”と“ヨガの呼吸法”を組み合わせた注目の健康体操です。

“笑い”には免疫力UPや認知症の予防、血圧や血糖値を整える効果など、医学的にも様々な健康効果があるとされています。年齢や性別にとらわれず誰でもできる気軽さから人気をあつめている「笑いヨガ」。

一緒に笑って冬を元気に乗り切りましょう！ワッハッハ～♪

主催：助け合い推進会議 共催：須坂市社会福祉協議会  
後援：須坂市・須坂市教育委員会・須坂市ボランティア連絡協議会