

ご案内

- ・精神保健福祉ボランティアフォローアップ講座
- ・布袋を作ろう
- ・子どもの栄養と食事講座
- ・アロマスプレー作り
- ・イオン社会福祉基金ボランティア給付のお礼

元気に続けよう！ 精神福祉ボランティア フォローアップ講座

▽内容
【第1部】青梅精神障害者ピアサポートグループ「ぶっけ」事務局長（代表代行）松井 道久氏他のお話し等

【第2部】グループワーク他

▽日時 2月22日（土）
13時30分～16時

▽場所 あいぼつく 4階
講習・休養室

▽対象 ボランティアに興味のある方などなたでも

▽定員 70名（申込順）

▽参加費 無料

▽持ち物 筆記用具

▽受付開始日 1月20日（月）より

▽申込・問合せ 虹のセンター125



入園、入学準備応援！布袋を作ろう

ボランティアグループ「介護バックアップ隊」の指導による毎年大好評の布袋作りです。幼稚園・保育園・学校で必要な袋を作りましょう！初めての方でもきちんと丁寧に教えて頂きます。

▽日時 2月20日（木）・27日（木）
3月7日（金）・20日（木）・27日（木）
10時～15時 ※各回内容は同じ

▽場所 あいぼつく 4階
ボランティア活動室

▽参加費 1回 100円（材料は持参）

▽申込・問合せ ☎5440388
昭島ボランティアセンター

子どもの栄養と食事 ～気をつけるポイント～

子どもの栄養と食事について正しい知識を身につける講習を行います。

日頃の食事で気をつけた方が良し事や、食物アレルギーに対しての知識を学びます。たくさんの方の参加をお待ちしています。

▽講師 管理栄養士土生みゆき氏

▽日時 3月6日（木）
10時～11時30分

▽場所 あいぼつく4階 講習室

▽定員 60名（申込順）

▽参加費 無料

▽申込・問合せ ☎5440388

ファミリィ・サポート・センター



アロマスプレー作り

アロマの香りで花粉症の時期を乗り切りましょう。

▽日時 2月17日（月）
10時30分～11時30分

▽場所 あいぼつく4階

▽定員 20名（申込順）

▽参加費 600円（保険代含む）

▽持ち物 筆記用具

▽申込・問合せ ☎5440388
昭島ボランティアセンター

「イオン社会福祉基金 ボランティア給付のお礼」

イオンリテール株式会社ザ・ビレッジ昭島店様より、あきしま福祉作業所へ5万円相当の物品寄付を頂き、交流会にも参加して頂きました。心より感謝申し上げます。



あきしま福祉作業所交流会の様子

ご寄付ありがとうございました（順不同・敬称略）10・11月分として

10月分：渡辺厚志＝5,000円・河辺信子＝5千円・歌謡教室雀の会＝5,500円・南雲栄一＝1万円・関 剛＝1万円
S.M＝1万円・原口トク＝2万円・松本功子＝2万円・昭島市老人クラブ連合会＝3万円・匿名3件＝3,000円
国際ソロプチミスト昭島＝10万円・ECC英会話サークル（障害者福祉のために）＝111,435円

11月分：渡辺厚志＝5千円・河辺信子＝5千円・高野 實＝5千円・南雲栄一＝1万円・関 剛＝1万円・S.M＝1万円
昭島ハワイアンフラダンスサークル（障害者のために）＝1万円・昭島市シルバー人材センター植木班＝13,700円
昭島市シルバー人材センター手芸班＝29,000円・東京みどり農業協同組合＝88,000円・匿名1件＝45,000円
匿名2件（ファミリー・サポート・センターの為に）＝1,400円

※お願い……募金箱を設置させていただける商店・スーパー・事業所を募集しております。
詳細は昭島市社会福祉協議会までご連絡をお願いします。 ☎544-0388（総務課）

こんなに簡単だった！楽しく学ぶ！
パソコン教室
無料体験受付中！

シニア・初心者・中級者の方
基礎から学べる完全個別学習
ワード・エクセル・デジカメ・お絵かき

1講座1,300円
安心の低価格

昭島市昭和町 5-6-20 サンコ昭島 4F
(JR昭島駅南口徒歩1分)
<http://pc.keicomjapan.com>
TEL 042-542-0244

**医療保険で、ご自宅でリハビリ
マッサージが受けられます**

対象者■マヒ・関節拘縮などがあり、寝たきり、歩行困難、歩行介助が必要な方など

医療保険適用 1回300～500円程度
(自己負担1割の方)

●はじめての方、まずはお試しください
無料、体験マッサージ実施中!!

稼働させゼロ作戦を応援する
中央在宅マッサージ

お問い合わせ・ご相談は… ☎0120-405-032

東京都昭島市松原町1-3-1
●ホームページもご覧ください <http://www.te-ate.com>

国家資格のあるマッサージ師による
機能の維持・回復を目的とした施術です
NPO 在宅マッサージ療法の会

**仲人おぼさんの
結婚相談室**

仲人経験18年。
親身になって良縁を
サポートいたします。

—秘密厳守— パーティも随時開催中

「CMS」マル適マーク（消費者安心マーク取得）
全国仲人連合会 昭島つづしが丘センター

昭島市つつしが丘 2-6
TEL 042-546-5433