

南区ボランティア情報

2025年 6月
99号

Palette通信

広島市南区社会福祉協議会 南区ボランティアセンター

〒734-8523 広島市南区皆実町一丁目4-46(南区地域福祉センター内)

TEL (082) 251-0525 FAX (082) 256-0990

E-mail minami@shakyohiroshima-city.or.jp

第1回 南区ボランティア連絡会 研修会

「フレイル予防～4つの柱で元気になろう!～」

前半でフレイル予防について有効な知識を学べる座学を受けて、後半で①ストレッチ②筋力トレーニング③簡単な有酸素運動(リズム運動)④バランスの4つの柱について一緒に体を動かし実践的に学べるプログラムです。

日 時 令和7年7月10日(木)

10:00～12:00

場 所 南区役所別館

4階 大会議室

講 師 有限会社マリエフィットネスサポート

健康運動指導士 横山 有里 氏

対象者 南区ボランティアセンター登録の方



★参加費は無料です。

★動きやすい服装でお越しください。

★お茶の配布がありますが、ご持参いただいてもよいです。

★筆記用具をご持参ください。

★お申し込みは7月3日(木)まで!

～『フレイル』とは～

「半年で2～3kg 体重が減った」「握力が弱くなった」「疲れやすい」「歩くのが遅くなった」「日常の活動量が減った」この中で3つ以上当てはまるとフレイルの可能性あります! フレイルとは、「加齢に伴って身体機能や心身の活力が低下し、健康な状態と要介護状態の間にある虚弱な状態」を指します。

「南区ヤングボランティアスクール2025」

参加者
大募集

～知的障害について知ろう・気づこう・考えよう～

「ひろしま♡あび♡隊」「広島市手をつなぐ育成会南区支部」の皆さまのご協力のもと、『南区ヤングボランティアスクール2025』を、開催します。

- 【日 時】 ① 令和7年8月21日（木）
② 令和7年8月23日（土）
- 【時 間】 ①、②とも、10:00～12:00
- 【場 所】 南区役所別館 4階 大会議室
（南区皆実町1丁目4-46）
- 【内 容】 ①あび隊による知的障害に対する座学
②「夏休み♡工作とゲームで遊ぼう♡」への参加
- 【定 員】 30人（先着順）
- 【参加費】 無料
- 【申込締切】 令和7年8月13日（水）
- 【申し込み】 お電話、FAX、Eメールにて、
南区社会福祉協議会まで



「ヤングボランティアスクール」は、地域の高校生・大学生などの学生に福祉に関わる団体について知ってもらい、これまで気づかなかったことに気づき、考え、我が事として捉えるきっかけとすることを目的としています。



昨年は「クラゲ」
を作りました!!



南区ボランティア連絡会とは

南区ボランティア連絡会では、表紙のような研修会や交流会を毎年開催しています。

連絡会は、登録のボランティアグループや個人登録ボランティアの皆さまの情報交換や自主研修を通して、交流やスキルアップをはかるための活動をしています。

令和7年4月16日に開催された「第1回南区ボランティア連絡会」で新役員が決まりましたので紹介します。

◆令和7年度 新役員紹介

代 表	柳田 京子 氏（とちの実代表）
副代表	住吉 譲 氏（だんだん代表）
副代表	安井 静江 氏（うさぎの会代表）
幹 事	池田 道代 氏（洋光台シルバークラブ代表）
幹 事	松田 かおり 氏（かたつむり代表）
監 査	山岡 信子 氏（卯月代表）



平田 直哉 主事
（前南区くらしサポート
センター 相談支援員）
東区くらしサポートセン
ターに異動しました

南区くらしサポートセンターで、3年間相談業務に携わらせていただきました。

皆さまに支えていただき、たくさんのことを学ばせていただくことができました。

新しい職場でも頑張っていきたいと思います。

本当にありがとうございました。

令和7年度 南区社会福祉協議会 職員紹介

よろしくお願いいたします!!

角田相談支援員
くらしサポート
センター

畠山相談支援員
くらしサポート
センター

田邊相談支援員
くらしサポート
センター

新任職員ご挨拶

井上 彩 主事

4月から南区社協に配属されました井上と申します。経理や貸付などの担当をしておりますが、みなさまと日々のボランティア活動についてなど、いろいろとお話ができたら嬉しいです。気軽に声をかけください！よろしくお願いいたします。

石井 静香 主事

4月から生活支援コーディネーターとして配属されました石井と申します。人と人との出会いやつながりを大切に、みなさんと一緒に地域のことを考え、様々なことに楽しく、取り組んでいきたいと思っています。気軽に声をかけただけでも嬉しいです。よろしくお願いいたします。

角田 徹 相談支援員

はじめまして、こんにちは。4月から南区くらしサポートセンターに配属されました、角田と申します。以前は安佐南区で生活支援コーディネーターを担当しておりました。地域で教えていただいたことを胸に、この南区でお困りごとの解決に向けて一緒させていただければと思います。どうぞよろしくお願いいたします。

畠山 大輔 相談支援員

はじめまして、今年度新規採用されました畠山大輔と申します。今回、皆さんの暮らしの『困った』をサポートする「くらしサポ」に配属されました。地域の皆さんの助け（たすけ）のなれるよう、日々頑張ります。これからもよろしくお願いいたします。

有田 愛子 主事（前南区社協 総合相談員） 東区社会福祉協議会に異動しました

南区社協の総合相談員として着任して10年間、長きにわたり大変お世話になりました。担当ではなかった私にも、いつも気軽に声をかけてくださり本当にありがとうございました。いつか南区社協で一緒できることを楽しみに、東区社協で頑張ります。本当にありがとうございました。

正木事務局長



大野主任

井上主事
経理、庶務、ガイヘル、貸付等

柄澤主事
育休中

岡本主事
ボランティア、かけはし、当事者・家族の活動支援等

石井主事
介護予防・日常生活支援総合事業
生活支援体制整備事業

田儀ボランティア
コーディネーター
ボランティアの調整等

樋谷主事
介護予防・日常生活支援総合事業
生活支援体制整備事業

小笠原
ガイドヘルパー
派遣事業

総合相談員
欠員

新宅
地域福祉センター
受付業務

西谷
貸付事務補助

社協入口（廊下）

異動のご挨拶

黒瀬 裕子 主事（前南区社協 主事） 中区社会福祉協議会に異動しました

南区の皆さまには5年半の間大変お世話になり、本当にありがとうございました。感謝の気持ちでいっぱいです。コロナ禍を経験したり、わたくし事ですが、人生初の骨折をして長期にお休みするなど、いろいろなことがありましたが、皆さまの温かいご指導のおかげで、今の自分があります。南区での経験を中区で活かせるよう頑張っています。

五石 宏樹 主事（前南区社協 主事） 安佐南区社会福祉協議会に異動しました

4年間大変お世話になりました。数少ない機会ではありましたが、ボランティアフェスティバルや地域行事に参加させていただきました。地域のみなさまが活躍される姿から多くのことを学ばせていただきました。これらを糧に、これからも頑張りたいと思います。本当にありがとうございました。

募集!

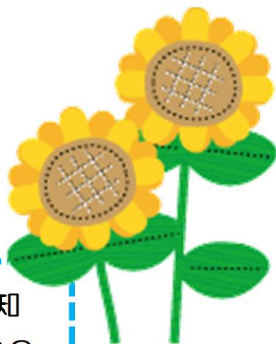
こころに寄り添うボランティア入門講座

こころの病について基礎的な知識や理解を深め、ご自身や周りの方のこころの健康について、考える機会にしてみませんか。

また、これを機に精神保健ボランティアとして一緒に活動してみませんか。



日時	内容・講師	会場
令和7年 7月23日(水) 13:30~15:30	お話「こころの病気の理解と関わり方について」 こころの病気の特徴と関わり方のポイント * 宇品神田クリニック 院長 片岡 努氏	南区役所別館 4階 大会議室
7月30日(水) 13:30~16:00	お話「こころに寄り添う支援について」 * 瀬野川病院 地域移行推進・医療相談課長 田中 佳子氏 * トムハウス・ミルキーハウス・みどり作業所の職員等	南区役所別館 4階 大会議室
7月31日(木)~ 8月26日(火) の中で1日2時間	「地域の共同作業所を見学しよう」 * トムハウス・ミルキーハウス・みどり作業所のうち 1カ所。7月23日にアンケートを実施する。	現地集合
8月27日(水) 13:30~15:30	お話「ボランティア活動とは」 * ボランティアグループ「とちの実」代表 * 広島市南区社会福祉協議会職員	南区役所別館 4階 大会議室



ご存知
ですか?

Wi-Fi がご利用いただけます!

南区地域福祉センターの 3階: ボランティア研修室・ボランティアサロン、4階: 小会議室・大会議室に、Wi-Fi ルーターが設置されています。

スマートフォンやタブレット端末から、インターネットに無料で接続出来ます。

ぜひご活用ください!!



対 象: 南区民で精神保健ボランティア活動に関心のある方
定 員: 20 名(先着順) 原則、4 課程全て参加できる方
共 催: 広島市南区社会福祉協議会・広島市南区地域支えあい課
申込先: 広島市南区社会福祉協議会 担当 岡本・田儀まで
★高齢者いきいき活動ポイント事業の対象です。
★参加費は無料です。 ★筆記用具をお持ちください。

編 集 後 記

南区ボランティアセンターが皆さまに身近に感じていただくよう「Palette 通信」をお届けしています。

グループからの発信、ボランティアの紙面交流にもご利用いただければと思います。皆さまのボランティア体験やボランティア情報など、ご意見ご感想もお待ちしております。

パレット通信に関するご意見・ご感想、講座などへの参加申込は
南区社会福祉協議会までお問い合わせください。

TEL (082) 251-0525 / FAX (082) 256-0990

E-mail minami@shakyohiroshima-city.or.jp