

生きがい・やりがいを探している、
地域で仲間作りがしたい方へ
身近な支え合い活動を学ぶ講座です。



ささ 支 える みんなの 活 動講座

愛称「ささみかつ」

参加費無料



地域ボランティアの
入門講座です。身近な場所で
特技や好きなことを活かして
みませんか？



令和7年度 岡山市生活・介護支援サポーター養成講座

主催

(福) 岡山市社会福祉協議会、岡山市立公民館

中面に詳細

日程

会場	第1回	第2回	時間	定員	締切必着
開成コミュニティハウス	5/22 (木)	7/10 (木)	10:00~12:00	20名	5/9 (金)
吉備公民館	6/17 (火)	7/1 (火)	14:00~16:00	20名	6/10 (火)
藤田公民館	9/5 (金)	9/11 (木)	10:00~12:00	20名	8/21 (木)
津高公民館	9/12 (金)	9/26 (金)	14:00~16:00	20名	8/29 (金)
岡南公民館	9/19 (金)	9/26 (金)	13:30~15:30	20名	9/5 (金)
高島公民館	12/1 (月)	12/15 (月)	13:30~15:30	20名	11/21 (金)

講座内容

第1回

- ・講話「地域活動、はじめの第一歩」
- ・助け合い体験カードゲーム

第2回

- ・地域で活動している人の体験談を聞こう
- ・「ちょっとチャレンジ！」したいことを語ろう



申込方法



電話



来館



FAX



次ページに掲載している各会場の
申込先へお願いします



メール



2次元コードからホームページへ
(受付メールアドレスを掲載)



あなたの元気が 地域を笑顔に！！

支えるみんなの活動講座 とは？



「支え合い活動」ってなに？

買い物や
庭の草取りなど

☆日常生活での“ちょっとした困りごと”のお手伝いや、
身近な地域で集まれる居場所づくり、ご近所への声かけなど、
困ったときはお互いさま の地域をつくるための活動です。

☆活動することで、ご自身の健康維持にもつながります。

受講生の声



『活動が始めるために必要なことが具体的に分かった。』

『身近でできそうな地域の取り組みを
知ることができて、参考になった。』



過去の講座の様子掲載中！！

※スマートフォンで2次元コードを読み取って下さい⇒



地域の役員さんへ

出前講座も募集中！

- ・地域活動を盛り上げたいけど、なかなか新しいメンバーが増えない。
- ・身近な集会所、定例会の場で勉強会をしたい。

☞ このようなご要望がありましたら、
裏面の各社会福祉協議会へご相談下さい！

身近な場所へ
社協が伺います！



会場	会場所在地	お申し込み先	お問い合わせ先 (岡山市社会福祉協議会)
開成コミュニティハウス	岡山市東区九幡 1036-1	東区事務所 TEL 086-942-3260 FAX 086-942-3260	東区事務所 TEL 086-942-3260 FAX 086-942-3260
吉備公民館	岡山市北区庭瀬416	吉備公民館 TEL 086-293-2170 FAX 086-293-2170	北区中央事務所 TEL 086-222-8619
津高公民館	岡山市北区栢谷 1677	津高公民館 TEL 086-294-4222 FAX 086-294-4222	北区北事務所 TEL 086-250-2007
岡南公民館	岡山市南区若葉町 22-16	岡南公民館 TEL 086-262-3483 FAX 086-262-3483	南区南事務所 TEL 086-263-0012
藤田公民館	岡山市南区藤田 508	藤田公民館 TEL 086-296-2185 FAX 086-296-2185	南区西事務所 TEL 086-281-0027
高島公民館	岡山市中区国府市場 99-5	高島公民館 TEL 086-275-1341 FAX 086-275-1341	中区事務所 TEL 086-238-9200

お申し込み方法

下記申込書を各会場ごとの申込先へご持参またはFAXでお申込み。
もしくは、右の2次元コードより受付メールアドレスへメールで
ご連絡下さい。
※ご不明な点は、上記のお問い合わせ先までご連絡下さい。



※連続講座のため2回参加を基本としていますが、1回のみの参加も可能です。(ご相談下さい)
※岡山地域に当日講座開始2時間前から開始時刻までの間に、暴風・大雪の特別警報が発令された場合、
講座を中止とします。
個別に連絡はいたしませんので、ご不明な場合は、お問い合わせ先にご確認下さい。



支えるみんなの活動講座申込書

希望会場 ※参加希望 会場に○を して下さい。		開成コミュニティハウス		岡南公民館	
		吉備公民館		藤田公民館	
		津高公民館		高島公民館	
ふりがな			年代	お住いの 学区 (小学校区)	
氏 名					
住 所			*活動経験があれば○をして下さい。 町内会・民生委員・愛育委員・婦人会 栄養改善委員会・地区社会福祉協議会 その他（ ）		
電話番号					