

ボランティア活動を体験しよう！

ボランティア活動をちょっと体験。新たな発見があるかも!?

2 海岸を豊かにする活動に参加しよう

(日)

協力:特定非営利活動法人 四日市ウミガメ保存会

四日市の海に流れ着くさまざまなゴミを拾う海岸清掃や、環境について楽しく学ぶ学習会に参加してみませんか?

時間: 8:00~10:00

場所: 吉崎海岸(楠町)

定員: 30名



7 障害者施設利用者さんと交流しよう

(金)

協力:障害者自立支援施設あさけワークス

利用者みなさんと一緒に、アルミ缶を使ったゲームや、ボッチャを行います。楽しい時間を過ごしましょう。

時間: 9:30~11:30

場所: あさけワークス(千代田町)

定員: 15名



9 募金活動に参加しよう

(日)

四日市市ボランティアセンター

被災された能登半島を支援する募金活動を行います。募金活動に参加してみませんか?

時間: 10:00~12:00

場所: 近鉄四日市駅ふれあいモール

定員: 10名



11 SSピンポンを楽しもう

(火)

協力:三重県SSピンポン協会

卓球台の上で、音の出るピンポン球を転がして打ち合う「SSピンポン」。みんなで一緒に楽しみましょう。

時間: 13:30~15:30

場所: ヘルスプラザ2階 軽運動室

定員: 15名



14 カフェサロンのお手伝いをしよう

(金)

協力:ふれあいサロン ほっと

地域のつどいの場で、お茶やコーヒーなどを提供する「カフェサロン」。サロンの運営を体験してみましょう。

時間: ①9:00~12:00 ②12:00~15:00

場所: ヘルスプラザ1階 和室

定員: 各回3名



15 よく飛ぶ紙飛行機講座

(土)

協力:シニアサークル『男の囲炉裏端』の会

さまざまな紙飛行機を作り、参加者同士の交流「3分間スピーチ」も行います。脳トレにもなりますよ。

時間: 13:30~15:30

場所: 四日市市文化会館 第1会議室

定員: 15名



16 防災について学ぼう

(日)

協力:特定非営利活動法人 みえ減災啓発支援ネット

防災倉庫には、何が入っているのかご存じですか? 防災倉庫を見学し、どんな備えが必要か学びましょう。

※雨天時は内容が変更になります

時間: 13:30~15:30

場所: 四日市市文化会館 第3会議室 他

定員: 15名



20 障害者施設利用者さんと交流しよう

(木・祝)

協力:障害者支援施設 清和苑

利用者みなさんと一緒に、アルミ缶楽器で合奏をしたり、ボッチャを行います。楽しい時間を過ごしましょう。

時間: 9:30~11:30

場所: 清和苑(西坂部町)

定員: 15名



23 ウォーキングしながら公園クリーン大作戦

(日)

協力:NPO法人 緑の会 羽津

美しく咲く花や木々を鑑賞しながら、公園をきれいにする活動に参加してみませんか? ※雨天時は内容が変更になります

時間: 9:30~11:30

場所: 垂坂公園・羽津山緑地

定員: 15名



締切: 各活動1週間前(要申込)
電話、メール、FAXでお申し込みください



問合せ・申込先

四日市市社会福祉協議会ボランティアセンター
TEL: 059-354-8144 FAX: 059-354-6486
MAIL: y-vc@m3.cty-net.ne.jp