

みなくるだより

No.3

2019年7月号 年3回発行(7、10、2月)

みなくる開設2年目を迎えました！

今年も、「健康長寿のまち」の実現に向け、できる限り健康で、互いに支え合い、住み慣れた地域で暮らし続けられるように、さまざまな市民講座やシンポジウムを企画しておりますので、お気軽にご参加ください。また、市民同士の交流やグループ活動などに、交流スペースをどうぞご活用くださいませ。



☆わたしにもできるボランティア

7月30日(火) 14時～16時 会議室にて

どなたでもご参加いただけます(*^▽^*)σ

ボランティアに興味があるけど、どうすれば良いか分からない方に役割や活動等をご紹介します！！

☆ポッチャをやってみよう ※小学4年生以上

8月22日(木) 10時～12時 交流スペースにて

協力：NPO 法人ひまわり事業団 生活介護事業所それいゆ

昨年、好評だったパラスポーツ「ポッチャ」体験を今年もやります！
2020年パラリンピックを観戦するとき、体験やルールを知っていると一段と楽しいよ(*^▽^*)



今後も、さまざまな市民講座を予定しています。
詳細は、スルマガをご確認ください。 → → →
みなくるにチラシあります。



備災グループ ままざあ

2月にみなくるにて開催した「ママのための備災講座」の参加者から、ママたちのグループが誕生しました！！

定期的集まり、災害時に自分たちができることを親目線で勉強しています。



災害時を想定して、ツナ缶ランプの作り方講座や家に常備しているもので作るポリ袋クッキングを行い、パパや子どもたち、6家族が参加してくれました。

自分たちのやりたいことを出し合い、企画・実施しています。

活動に興味のある方はどなたでも、パパの参加も大歓迎！！

静岡市社会福祉協議会 駿河区地域福祉推進センター (Tel.054-280-6150) までお問い合わせください。



「地域健康ステーション」での取り組み

「みなくる」は、地域の皆様の「健康の見える化」を進めています。地域交流スペースでは、身長や体重、血圧や体組成、握力や柔軟性などを、いつでも自由に測定できます。測定結果を記録し、ご自身の健康管理に役立てていただくために、「みなくる手帳」を作りました。ご希望の方にはお分けしています。ぜひご活用ください。保健師や管理栄養士の資格を持つみなくる相談員が、測定をサポートし、健康や栄養などについての心配ごと相談にも応じます。いつでもお気軽にお声掛けください。



そのほかにも、食育や防災をテーマにした気軽なイベントや講座、健康フェスタ、多世代交流会、子育て交流会、映画上映会、大学レベルの本格講座など、さまざまな企画を通して、幅広い世代が集う地域共生の交流拠点として、多くの皆様のご来館をお待ちしています！

(事業受託：静岡県立大学「ふじのくに」みらい共育センター)

みなくる について

開館時間：9時～21時 休館日：第2月曜（祝日の場合は翌平日）



交流スペース

打合せや交流など、市民の皆様の集いの場としてご利用いただけます！

- ★自習や読書等の方は、奥の長机をご利用ください
- ★団体優先テーブル（オレンジ色のテーブル）は、打合せ・ボランティア活動等を目的とした利用が優先です。



くしぞ〜かでん伝体操>



会議室

事前予約により会議や打ち合わせ、講演会等で利用できます。

◆会議室利用料金◆

9-12時	13-17時	18-21時	9-17時	13-21時	9-21時
2,560円	3,420円	2,560円	6,840円	6,840円	10,270円



- ・60人程度収容
- ・マイク、プロジェクター有

発行 / 静岡市 (受託者：静岡市社会福祉協議会)
 住所 / 422-8074 静岡市駿河区南八幡町 3-1 南部図書館2階
 TEL / 054-201-9010 FAX / 054-201-9020
 HP / http://www.city.shizuoka.jp/074_000106.html
 スルマガ / <https://machipo.jp/location/17101>
 車：施設内に無料駐車場がございます。(台数に限りあり)
 バス：静岡駅南口▶中田三丁目ダイワハウス前(石田街道線 東大谷行)
 静岡駅南口▶駿河区役所静岡新聞社前(みなみ線 内回り)

