

**I 社会貢献(ボランティア)活動をしてみたい  
(まちづくり、福祉、災害ボランティア及び団体設立など)**

事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
1 福祉に関するボランティア活動の相談及び情報提供	那須烏山市社会福祉協議会 那須烏山市田野倉85-1	0287-88-7881	8:30～17:15 (土・日・祝日・年末年始を除く)

**【概要】**

主に福祉に関するボランティア活動の相談、助言、情報提供を行なっています。  
また、ボランティア活動中の不測の事態に備えて、ボランティア保険の加入のご案内をしています。

## Ⅱ 仲間づくりをしたい(趣味・特技を活かした仲間づくり、地域の仲間づくり)

1	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	いきいきクラブ活動	那須烏山市いきいきクラブ連合会 那須烏山市田野倉85-1	0287-88-7881	8:30～17:15 (土・日・祝日・年末年始を除く)

### 【概要】

シニアクラブは、生きがいを持ち、日常生活を健全で豊かなものにするために、同じ地域に住む高齢者の方々が自主的に集い、レクリエーションや奉仕活動を通して友達づくりの輪を広げる組織です。

市内のおおむね60歳以上の高齢者が加入できます。

2	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	男のサロン	那須烏山市健康福祉課 高齢いきがいグループ 那須烏山市田野倉85-1	0287-88-7115	8:30～17:15 (土・日・祝日・年末年始を除く)

### 【概要】

60歳以上の男性を対象としたサロンで、季節に合わせた料理を作ります。

3	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	おたのしみプラン(生涯学習情報誌)	那須烏山市生涯学習課 生涯学習グループ 那須烏山市大金240	0287-88-6223	8:30～17:15 (土・日・祝日・年末年始を除く)

### 【概要】

おたのしみプランには、市民が学習機会の情報を収集し選択できる場を提供するために、市の各種事業や、生涯学習活動をしている市民及びサークル・団体等が掲載されています。

### Ⅲ 学びたい(生涯学習講座・教室で学びたい)

1	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	手話奉仕員養成講座	那須烏山市健康福祉課 社会福祉グループ 那須烏山市田野倉85-1	0287-88-7115	8:30～17:15 (土・日・祝日・年末年始を除く)

#### 【概要】

初めて手話を学びたい人、ボランティア活動のために手話を学習したい人等を対象に、手話奉仕員を養成する講座です。

2	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	おたのしみプラン(生涯学習情報誌) ※再掲	那須烏山市生涯学習課 生涯学習グループ 那須烏山市大金240	0287-88-6223	8:30～17:15 (土・日・祝日・年末年始を除く)

#### 【概要】

おたのしみプランには、市民が学習機会の情報を収集し選択できる場を提供するために、市の各種事業や、生涯学習活動をしている市民及びサークル・団体等が掲載されています。

## IV 働きたい

事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
1 那須烏山市シルバー 人材センター	那須烏山市岩子6-1	0287-88-7731	8:30~17:15 (土・日・祝日・年末年 始を除く)

## 【概要】

高齢者にふさわしい仕事を家庭・企業・公益団体等から引き受け、会員に提供する都道府県知事許可の公益法人です。  
就業や収入の保障はありませんが、各人の希望と能力に応じた働き方ができます。

## V 健康づくりをしたい

1	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	いきいきサロン	那須烏山市健康福祉課 高齢いきがいグループ 那須烏山市田野倉85-1	0287-88-7115	8:30～17:15 (土・日・祝日・年末年始を除く)

### 【概要】

市内各地区の公民館等で茶話会や軽体操、レクリエーション等を行い、筋力低下・閉じこもり・認知機能の低下を予防する目的で月1～2回行っています。  
サロンの実施日は各地区で異なりますので、詳細は問合せ先までお尋ねください。

2	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	ふれあいの里	那須烏山市健康福祉課 高齢いきがいグループ 那須烏山市田野倉85-1	0287-88-7115	8:30～17:15 (土・日・祝日・年末年始を除く)

### 【概要】

市内16ヶ所で、地域の高齢者の介護予防のために、地域の人たちがスタッフとなり、いきいきサロンと同じような目的・内容で週1回実施している、送迎付きの介護予防事業です。  
実施地区等の詳細は問合せ先までお尋ねください。

3	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	なすから健康マイレージ事業	那須烏山市健康福祉課 健康増進グループ 那須烏山市田野倉85-1	0287-88-7115	8:30～17:15 (土・日・祝日・年末年始を除く)

### 【概要】

市民の健康への関心及び特定健診・がん検診等の受診率向上を図ることを目的とした事業です。  
必須事業である健康診断と対象事業(市が主催する健康づくり事業や個人の取り組み)に参加し、ポイントを貯めると景品がもらえます。詳細はリーフレット等を参照ください。

## VI 生き方について相談したい

事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
1 地域包括支援センター	※下記のとおり	※下記のとおり	8:30～17:15 (土・日・祝日・年末年始を除く)

## 【概要】

地域包括支援センターは、65歳以上の高齢者を対象とした地域の総合相談窓口です。できるだけ住み慣れた地域で自立した生活が営めるよう支援していきます。

問合せ先	住所	電話番号
地域包括支援センターからすやま	那須烏山市南2-2-3 コーポ矢板	0287-82-7272
地域包括支援センターみなみなす	那須烏山市田野倉85-1	0287-83-8760