



# シニアセミナー

参加費無料

## テーマ

# わたしにできる! わたしだからできる! ボランティア活動

地域にはどんなボランティア活動があるのか、どうやってボランティア活動をするのか。意外と知らない『ボランティア活動のいろは』を、実際活動されている方の事例から学びます。「しなきゃ」ではなく、「したい!」で始まる活動は、あなたの人生を豊かにしてくれるでしょう。

## 講師

<講師プロフィール>

(社福)小山市社会福祉協議会  
地域福祉係

(社福)小山市社会福祉協議会 地域福祉係 主事。  
平成26年入職、ボランティアや福祉教育、地区社協等の事業を担当。  
平成27年台風18号による関東・東北豪雨災害、及び令和元年台風19号による東日本台風災害の被災時には、ボランティアセンターの運営に携わった。

なか き ど あや  
主事 中木戸 綾 氏

日時 令和5年 3月20日(月曜日) 10:00~12:00

(受付:9:30~)

場所 とちぎ健康の森 1階 大会議室

対象 概ね50歳以上の方

定員 50名(先着順)

申込み 申込期限 3月17日(金曜日) 17時まで  
HP申込みメールフォーム・電話・FAXからお申し込みください。



生涯現役シニア  
応援センター **ぷらっと**

☎ 028-623-1291

「ぷらっと」は輝き続けるシニアライフを応援するために、栃木県が設置した機関です。

# 【お申込み・お問い合わせ先】

FAXで申込みをされる場合は、この用紙をご利用ください

3月20日（月曜日）開催『わたしにできる! わたしだからできる! ボランティア活動』

## セミナー申し込み

HP申込みメールフォーム・電話・FAXからお申し込みください。  
〒320-8503 宇都宮市駒生町 3337-1 とちぎ健康の森2階  
とちぎ生涯現役シニア応援センター ぷらっと  
電話：028-623-1291  
FAX：028-621-4767  
H P： <https://www.senior-ouen-p.ne.jp>

フリガナ	
氏名	
電話番号	



ぷらっと通信LINE「友だち登録」をすると、携帯からシニアセミナーの申込みができます!!

友だち登録はこちらから



※お預かりする個人情報は、本セミナーの目的以外には使用いたしません。

※新型コロナウイルスの感染状況によっては、開催中止となる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

※駐車場は限りがございますので、ご来場の際は公共の交通機関をご利用ください。

## セミナー会場 案内図

