

# 荳崎ボランティアふれあい交流会

—誰もがふだんの暮らしを幸せに過ごすために—

元気で暮らしていても、年を重ねていくと、いつ介護保険のお世話になるかわかりません。サービスを上手に利用しながら自宅で暮らすために、仕組みや内容を学びましょう。

**日時** 令和7年1月30日（木）  
13:30～16:00（受付13:00から）

**場所** 荳崎交流センター2階大会議室  
住所：つくば市小荳318

**内容** 【第1部】  
講演「住み慣れた家で自分らしく暮らすために」  
～介護保険の仕組みと上手な使い方～  
講師：荳崎地域包括支援センター  
【第2部】  
「元気で過ごすためのニュースポーツ体験」  
～かんたんボッチャ・輪投げをやってみよう～  
講師：つくばニュースポーツ協会

**お申し込み方法**  
令和7年1月29日（水）までに、電話・FAX・メールにて「お名前」「連絡先」「地区名」をお知らせ下さい。

**お申込み・問い合わせ先**  
つくば市社会福祉協議会 南支所  
〒300-1273 つくば市下岩崎 2068  
TEL：029-876-4552 FAX：029-876-2842  
メール：tiki@tsukuba-swc.or.jp

■参加費  
無料

■定員  
50名  
（先着順・当日受付可）

■お願い  
・お飲み物は各自ご持参下さい。

■交通  
・敷地内駐車場あり  
・つくバス  
南部シャトル、自由ヶ丘シャトル、荳崎シャトルで荳崎窓口センター停留所をご利用下さい。

**主催**  
荳崎ボランティア連絡会  
つくば市社会福祉協議会  
（南支所）