

# 千歳町



ひとりは  
みんなのために

## 『千歳町助け合いの会』



「健康づくり男性料理教室」では、減塩を主とした健康料理を作っています。以前は全員で会食していましたが、現在はコロナウイルス感染防止のためテイクアウトで持ち帰っています。



「生け花研修会」で生けたお花を持ち帰り、自宅でのお正月を彩りました。



「健康体操教室」で、皆さん笑顔で快い汗を流しました σ(´◇`;)

### ボランティアグループ

## 千歳町助け合いの会

「千歳町助け合いの会」は昭和61年に設立されました。当時の千歳町は高齢化が進むに伴い、支えあう地域づくりが必要との思いから、その時々に必要なことに取り組んできました。

現在は健康づくり男性料理教室、介護施設訪問、いきいきサロンの参加、小学校・保育園のサポート、会員学習会等を行っています。

会員相互の親睦と社会に役立つボランティア活動に喜びを感じ、会員33名で活動を行っています。