

# 浦添市地域ボランティア養成講座

自治会でふれあいサロン活動などにたずさわる地域ボランティアの資質向上及び、今後の地域福祉活動推進につなげることを目的に、平成25年2月14日～3月14日の毎週木曜日(全5回)に「浦添市地域ボランティア養成講座」を開催し、37名が受講しました。

レクリエーション講座や調理実習、介護予防など、内容盛りだくさんの講座に、受講したみなさん「講座で学んだことをさっそく地域で実践したい!」と意気込んでいました。



レクリエーション講座では、体を動かす楽しい内容に受講生のみなさん大笑い!



調理実習では、じゃがいもギョーザをはじめ、豆乳スープ、紅イモプリンを作りました♪



グループワークでは、サロンの課題と解決策をみんなで考えました。

## おいしく♪ヘルシー! 調理実習でつくった デザートレシピの紹介

### さつまいもプリン(5人分)

作り方

- ① さつまいもは蒸してつぶす。
- ② 鍋に牛乳と砂糖を入れて火にかけ、沸騰直前にゼラチンを入れ、煮溶かす。
- ③ ②につぶしたさつまいもを加え、混ぜ合わせた後にシナモンを入れる。
- ④ 容器に③のさつまいもを流し込み、冷蔵庫で冷やし固める。

《材料》  
さつまいも…… 200g  
牛乳……… 2カップ  
砂糖……… 大さじ2～3  
ゼラチン…… 7g  
シナモン…… 少々



## 受講を終えての感想

まだまだ地域とのふれあいがないので、これから情報をキャッチしていきたい。

今後とも喜んでふれあいサロンへ協力していきたいと思います。老いていく自分のためにも。

今回の講座に参加し、活発に活動している自治会にびっくりしました。これからもがんばっていききたいと思います。

受講生  
募集

## 点訳ボランティア養成講座

### 初心者コース

平成25年度 点訳ボランティア養成講座(初心者コース)を開催します。受講をご希望の方は下記までご連絡ください。

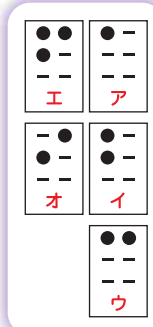
日時:5月30日、6月6日、13日、20日、27日(毎週木曜日) 10時00分～12時00分 ※全5回

場所:浦添市社会福祉センター 3階 中研修室

対象者:講座終了後、サークル活動への参加が可能な方。※市内在住の方、優先。

参加費:300円(ボランティア保険代)

受講申し込み締め切り:5月24日(金)17時まで ※定員に達し次第、受付終了。



お申込み

浦添市社会福祉協議会(地域福祉推進係)

〒901-2103 浦添市仲間1-10-7 ☎098-877-8226

FAX.098-875-1613