

ボランティアセンターお役立ち講座

ボランティアで健康アップ

自分が輝けるヒント

参加費無料
先着30名

人とのつながりで、心も体も元気に



内容

- ①「何かはじめたい」から一歩踏み出したきっかけ
- ②宮ノマエストロの活動を通して変わった日常や人とのつながり
- ③やってみたいことを見つけるワーク

日程

2026. **6.19**

金

子どもからシニアまでが自然
に集える居場所

時間

10:00~12:00

場所

泉ふれあいホーム 多目的研修室

相鉄いずみ野線いずみ中央駅徒歩1分
(相鉄ライフいずみ中央M3階)

講師

NPO法人 宮ノマエストロ
理事長 高橋 裕子氏

対象

ボランティアに関心がある方
どなたでも!



NPO法人 宮ノマエストロ

地域のつながりを大切に、
世代を超えた交流や支え合いを通
じて、誰もが安心して過ごせる地
域づくりに取り組んでいます。

泉区ボランティアセンター
(泉区社会福祉協議会内)

☎045-802-2150

月~土 9:00 ~ 17:00(祝日除く)

〒245-0023 泉区和泉中央南5-4-13

申込期間 2026年5月19日(火)~6月12日(金) まで

- お電話かフォーム(右記二次元コード)にてお申込みください。



お
申
込
み