

ぼらせんこもろだより

☎ 小諸市市民活動・ボランティアサポートセンター
(愛称：ぼらせんこもろ) ☎ 26-0315

No. 168



ホームページ
リニューアル
しました！
<https://komorokyoudou.com/>

知事表彰（社会福祉表彰）受賞

めぐみ会

「めぐみ会」は、施設への慰問活動や地域貢献活動を
長年継続して行い、これまでの功績が評価され、
令和3年度知事表彰(社会福祉表彰)を受賞しました。



Q. 活動について教えてください。

A. 施設や地区の介護予防教室を訪問し、舞踊や手話ダンスを披露するだけでなく、皆さんと一緒に踊ったり、お手玉を使って運動したり、ともに楽しんでいます。活動を通して皆さんに笑顔になってもらうことが嬉しくて、自分自身も笑顔になります。早くコロナが落ち着いて皆さんに会える日を待っています。

Q. これまでの活動で印象深かったことは？

A. 地元での皆さんとの交流はもちろんですが、東日本大震災の被災地を慰問した際に、現地で見た景色や聞いた話が忘れられません。ボランティア活動を通して様々なご縁がありますが、これからも一期一会を大切にしたいと思います。

令和4年度ボランティア活動保険 加入受付中！

ボランティア活動中の様々な事故によるケガや損害賠償責任について補償されます。ぼらせんこもろにて、受け付けています。詳しくは、お問い合わせください。

※加入時にぼらせんへの登録が必要になります。ボランティア保険は小諸市社会福祉協議会の取扱いの保険です。

プラン名	年間保険料
基本プラン	350円
天災・地震補償プラン ※地震・噴火・津波に起因する死傷も補償	500円
特定感染症重点プラン 【新設】	550円

健康

こもろ健幸マイレージ×てくてく小諸人



☎ 健康づくり課 ☎ 25-1880

こもろ健幸マイレージとは、健(検)診を受けてウォーキングをすると、500円分の野菜券がもらえてさらにウォーキングを続けると、お楽しみ抽選会に参加できる、楽しく健康になれる企画です。スタンプがたまったら、専用アプリ内または健康づくり課窓口で申請してください。



制度詳細はこちら

毎月開催！ウォーキングサークルのご紹介（予約不要）

名称	日程	集合時間(歩<時間)	集合場所	問い合わせ先
あさまウォーキング	3/5(土)、19(土)	9:30(約1時間)	小諸ユースホステル	小諸ユースホステル ☎ 23-5732
こもろウォーキング	3/27(日)	7:00(約20分)	懐古園馬場	まきはうす ☎ 090-1047-8065
キザキウォーキング	毎週水曜日	8:00(約20分)	(株)キザキ本社	(株)キザキ ☎ 22-1354