



## ボランティアセンター登録団体一覧 (美杉)



| NO. | 加入団体名                | 活動内容（登録カードの通り入力）                                                                                         | 活動日       |
|-----|----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 1   | 伊勢地本街道を活かした地域づくり協議会  | 健康づくりのための保健事業の協力と住民への広報活動。地域住民が参加できる楽しい健康づくり活動への推進                                                       | 不定期       |
| 2   | 逢坂ふれあいサロン            | ノルディックウォーキング<br>ゴミ拾い<br>ふれあい花広場草刈り整備                                                                     | 不定期       |
| 3   | 竹原ひまわり会              | ゴミ回収<br>配食サービス<br>草刈り等                                                                                   | 不定期       |
| 4   | 津市食生活改善推進協議会<br>美杉支部 | ヘルスメイトが主に、65歳以上の高齢者を対象に栄養や調理の基礎、食事バランス等の大切さを伝達、講習する。                                                     | 年間19回程    |
| 5   | 津市森林セラピー基地運営協議会      | ガイドボランティア、地域の美化活動<br> | 不定期       |
| 6   | にぎわいサロン              | グラウンドゴルフ<br>スカットボール<br>地域美化活動等                                                                           | 毎週火曜日、土曜日 |
| 7   | 訪問看護ステーションふるふる       | 地域へ出向き、フレイル予防体操等を実施。下肢筋力の向上を図り、残存機能の維持を行い、今の暮らしが継続的にできるよう努める。具体案：歌を用いた、つま先、かかと上げ、グーパー運動、イスに座っての運動。       | 不定期       |
| 8   | 森もり元気になろに！美杉         | 会員相互の親睦と資質の向上及び、健康づくり事業の円滑な推進                                                                            | 年間9回程     |
| 9   |                      |                                                                                                          |           |
| 10  |                      |                                                                                                          |           |
| 11  |                      |                                                                                                          |           |