

ボランティア登録をお願いします！

木祖村ボランティアセンターでは、令和8年度のボランティア登録をお願いしています。ボランティアは、自分の興味があること、自分にできることから始められる活動です。地域や社会をよりよくすることに役立ったり、自分自身の学びや経験になります。

配食サービス

お弁当 調理

高齢者世帯などに配るお弁当を調理します。4~5人ずつ当番を決めて行います。

毎週木曜日 8:30~11:00



いきいきサロン

サロン運営

各地区の「いきいきサロン」を運営するお手伝いです。新たにサロンを立ち上げる活動もあります。



福祉施設・社協

行事お手伝い

福祉施設の夏祭りや敬老会、社協主催行事などのお手伝いです。



配食サービス

お弁当 配達

お弁当を利用者さん宅に配達します。1人2~10軒。

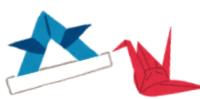
毎週木曜日 11:00~12:00



ミニデイサービス

レクお手伝い

工作や手芸などレクリエーションのお手伝いです。



自宅でできる

アイ愛アイメール 手紙を書く

ひとり暮らしの方に年賀状や暑中見舞いなど手紙を書きます。

自宅でできる



保育園・支援センター

見守り・お手伝い

どちのみ保育園や支援センターで行事のお手伝いや子ども達の見守り・託児をします。



いきいきサロン・福祉施設・いろんな行事

特技・一芸の披露

歌や踊り、楽器演奏、手品など特技や一芸を披露していただきます。各地区のいきいきサロンや行事など発表の場を紹介します。



何か

やってみたい！

どんなことか分からぬけど、何かやってみたい…。あなたの「やってみたい」を応援します。



●ボランティア登録をしていただける方は、

「ボランティア登録申請書」を木祖村ボランティアセンター（木祖村社協）に提出してください。電話やFAXでも登録できます。2月6日（金）までの登録にご協力をお願いします。ご不明な点は、36-3441までお気軽にお問い合わせください。

【お問い合わせ】 木祖村ボランティアセンター（木祖村社会福祉協議会内） 担当：岩崎
電話 36-3441 FAX 36-3482 メール kisomura.c@kv.kiso.ne.jp

配食(調理・配達)ボランティア募集中

内容

高齢者宅等へお届けするお弁当の調理、配達

- ※ 毎週木曜日 【調理】午前8時半～11時
【配達】午前10時50分頃～
- ※ 調理はまめのわ配食室にて行います。



<調理>
個人・グループでの参加OK!
お友達と楽しく活動できます♪

<調理>
メニューは管理栄養士とスタッフが考えます。
調理中も同席するので安心です。



活動日は月1回程度ですが、ご希望に沿いますのでお気軽に♪



ボランティアさんの1日

(配食サービス編)

調理ボランティアさん



8:30 お弁当の調理スタート！

- 野菜や果物を切ったり、肉や魚を焼いたり、皆さんで分担して調理します。
- 切り方や味付けは、専門の調理スタッフが教えてくれます。

10:40 お弁当できあがり！

- 皆さんで一息… お茶休憩

11:00 お疲れさまでした！



- 都合に合わせて、当番を決めます！
- 1か月に1回、半年に1回でも大丈夫です！
- 見学やお試し参加もできます！

配達ボランティアさん



10:50 まめのわ配食室 到着

- お弁当の受け取り
- 配達先の確認

11:00 お弁当の配達スタート！

- 自宅の近所を中心に配達していただきます。
- 利用者さんの顔を見て、お弁当を手渡します。



ご興味のある方はぜひご連絡ください！

木祖村社会福祉協議会 木祖村薮原 1191-30

電話: 36-3441 メール: kisomura.c@kv.kiso.ne.jp
担当 岩崎・奈良井