

ま す ま す 元 気 サ ポ ー タ ー

みなさんの介護予防や生きがいづくりを促進できるように
身近な場所で手軽に、健康づくりをお手伝いするボランティアです

こんな活動をしています！

レクリエーション活動
(運動、工作)



集まりの場の運営等



認知症カフェ



サポーター活動の声

近所に住んでいても交流がなかった人と仲良くなれた。

サポーター同士で情報交換ができるから、自分のスキルアップにつながった！



サポーター活動を通して、自分自身が元気になれた。

❀ますます元気サポーターをやりたい方へ❀

毎年「ますます元気サポーター養成講座」を行っています。
詳しくは、お住まいの地域包括支援センターまでお問い合わせください。

【お問い合わせ先】

栃木中央地域包括支援センター	☎21-2245	吹上地域包括支援センター	☎31-1002
国府地域包括支援センター	☎27-3855	大平地域包括支援センター	☎43-9226
藤岡地域包括支援センター	☎62-0911	都賀地域包括支援センター	☎29-1104
岩舟地域包括支援センター	☎55-7782		