

第6回 わたしと市民活動 をつなげる

「縁結び」 講座

参加者
募集!!

令和5年
3月4日(土)
10:30から
12:30まで

市民活動や
ボランティア
私でもできることってあるの？

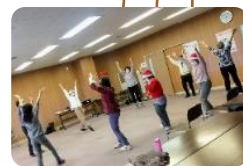
「自分の好きなことをボランティアに活かしてみたい。」
「仕事以外で社会とのつながりを持ちたい。」
と思っている方にオススメな「縁結び」講座です。
秋田市で活動している市民活動団体の方をゲストに
迎えて、活動内容ややりがいなどをご紹介します。
ゲストと参加者のフリートークの時間も。新たな一歩を
踏み出してみませんか。

代表 渋谷 智美 氏
からのメッセージ

私たちは、ダンスセラピーという、
ダンスを通して心と身体の不調を
改善したり、ダンスで楽しくコミュ
ニケーションを取ったりすることで
人とのつながりをつくっていく
活動をしています。ダンスセラ
ピーは歴史ある芸術療法で、福祉
や医療の分野でも広がりを見せて
います。一般の方を対象とした
クラスも、各地で定期的に開催
しています。いつも頑張っていて、
ちよつと心が疲れた方、お子さん
や親御さん、みんなで踊って楽し
みたい方、どんな方でもOKです！
踊って、つながって、
癒やされましょう♪



代表 渋谷氏



月イチクラスの様子☆
どなたでもご参加
OKです！

ゲスト

チーム・
ダンスセラピー
AKITA

一般社団法人
フードバンク
あきた

代表理事 林 多実 氏
からのメッセージ

現在、日本では一年間に約600トンの食品
が、食品ロスとして廃棄されています。その
一方で、子どもの6人に一人が貧困状態に
いるといわれています。その矛盾を解決す
る方法の一つが「フードバンク」であると
考えています。家庭や企業などからロスと
なる食品を無料で提供いただき、必要と
しているご家庭や福祉施設などに無償で
提供しています。捨てるのが「もったいな
い」と思う食品を寄付する行為が、必要と
している方のもとにわたったとき、「ありが
とう」という言葉に代わります。フードバン
ク活動にご理解とご協力をお願いします。



代表 林氏



支援物資

- 場 所 秋田拠点センターアルヴェ3階
市民交流サロン内ミーティングスペース
- 定 員 先着20名 ■ 参加費 無料
- 対 象 ・市民活動・ボランティアに興味のある方
・テーマに関心のある方など
- 持ち物 マスク、飲み物(水分補給用)

※ 新型コロナウイルス感染症対策により内容が変更になる
場合があります。

申込み
問合せ

秋田拠点センターアルヴェ3階 市民交流サロン
TEL 018-887-5312 受付時間 9:00~19:00

お越しの際は、公共交通機関をご利用いただくか、お車で来られる方は、
近隣の有料駐車場をご利用ください。

HP



facebook



ちようどいいから
住みやすい!
秋田中
LIFE
秋田県民の暮らし
市民と広げるまちへの誇りと愛着