

地域で活躍！！

特技ボランティア

です！

地域サロン等からのご依頼お待ちしております♪

バルーン
アート



ストレッチ



銭太鼓



安来節



唱歌
歌謡



体操



津軽
三味線



※登録ボランティアの
詳細については、
一覧をご覧ください♪

※材料費等の負担が必要な場合もあります。まずはご相談ください。

新宮町
社会福祉協議会

TEL 963-0921

特技の内容	活動可能日等の詳細
絵本の読み聞かせ	
紙芝居、マジック、腹話術	子どもから高齢者まで対応
安来節	
イスに座ってする体操	有酸素運動にレクリエーションを盛り込んだ体操
音楽演奏(フルートなど)	ミニブーケ(ブーケハウス)
健康体操	内臓脂肪を筋肉に変える体操、気功法
銭太鼓	
オカリナ演奏、陶芸	
唱歌、昭和歌謡	土日、兄弟での出演
エアロビ、チェアエクササイズ ストレッチ、骨盤矯正体操、ヨガ	平日可能
日舞	
落語	日、15～30分
歌（歌謡）	
津軽三味線	土日、子供向け可能
沖縄三線(唄と三線)	火曜であれば望ましい
ハーモニカ 相撲甚句	
布おもちゃづくり	土・日・月以外
フラダンス披露・教室	土日
アロマセラピー (ハンド・フットトリートメント)	月～日の午後、初回無料(2回目から実費) 10人まで対応可
クラシックギター、ネイチャーフォト	
ホットカラーでヘアセット ヘアアレンジ講習会	土日以外
くすりの話	質問を含めて1時間程度、正しい服薬について
マッサージ指導、ストレッチ指導 体幹トレーニング	火PM・水可能、30分～60分程度、親子向けも可能
ウクレレ演奏・バイオリン演奏	月～金午前・午後(～14:30) 3～4人であれば一緒にウクレレ演奏可能
バルーンアート 【ボランティア団体:バルーンアート】	要材料費
地域カフェ手伝い 【ボランティア団体:傾聴そら】	サロン等でのカフェ開催時のお手伝い
地域サロンでの健康食調理・講話 【ボランティア団体:食生活改善推進会】	食と健康に関心を持ってもらう出前調理や、食と健康に関する講話