

## 特技ボランティア紹介

特技ボランティアは、お仕事や趣味などで培われてきたこと(特技)を、ふれあいいきいきサロン等の地域ささえあい活動や、施設等のイベントで披露したり、教えたりする方々のことです。

ボランティア派遣をご希望の方は、FAX連絡票を送付ください。(実施日の2ヶ月前からの受付となります。)

令和元年5月1日 現在

No.	メニュー	講師	内容など
1	軽体操と運動教室	理学療法士会	足腰の痛みに対する理学療法の紹介や健康維持・増進に関する講話や運動をします。
2	カイロプラクティック	カイロプラクティック 設楽整体院	美しく若々しい姿勢を保つための体操と美容法。疲れや痛みの改善方法。健康講座を開催します。身体が楽になると心も楽しくなります。
3	健康講話とマッサージ	からだ元気治療院	健康に役立つツボの講話やマッサージを体験しましょう。
4	健康体操	個人ボランティア	ストレッチや筋トレ・脳トレで楽しく♪健康体操をしましょう。
5	スローエアロビ	山形県エアロビック協会	高齢者の健康寿命の延伸や、介護予防、認知症予防などを目的に作られた「スローエアロビック」という軽運動です。懐メロや演歌などのゆっくりとした曲に合わせて楽しく動きます。
6	健康体操	自彊術普及会	自分の身体を自分でメンテナンスをして健やかに過ごしましょう。
7	太極拳	太極拳北部サークル	色鮮やかな服装で、扇と剣や技を披露します。簡単な技もお教えします。
8	けん玉	個人ボランティア	けん玉の技の披露。また、子どもから大人までけん玉教室もします。一緒に楽しみましょう。
9	ヨガ・整体	個人ボランティア	笑顔と健康のヨガと整体。効果は抜群ですよ！ (土日のみの活動)
10	健康ヨガ・マタニティヨガ リストラティブヨガ	アスヨガ asuyoga	呼吸を大切に心と身体をリラックスしていくヨガです。
11	身体コンディショニングと 健康体操教室	個人ボランティア	身体のゆがみを整え、動ける身体づくりをしていきましょう！
12	成年後見制度出前講座	劇団「陽だまり」	成年後見制度を寸劇で楽しく勉強します。
13	エンディングノートを書きましょう	個人ボランティア	エンディングノートの大切さや書き方を学びましょう。
14	昔話、昔語り	山形昔語りの会	山形の昔懐かしい暮らし、風習、歴史、自然など山形弁で語り、語り継がれた民謡や伝統文化などを語ります。
15	腹話術で楽しむ	個人ボランティア	腹話術を披露します。(要送迎)
16	腹話術	福和の会	楽しく腹話術を披露します。
17	落語	山形落語愛好協会	出前で落語を披露します。(土日祝のみ活動)
18	演芸(がまの油売り口上)	山形がまの油売り保存塾	笑いは元気の源。楽しい演芸を披露します。江戸時代から伝承芸能の「がまの油売り口上」を現代風に再現。正調を大事にしながらも、笑いとの緊張感にあふれた芸を披露します。
19	演芸	がまの油口上「びっきい小峯一座」	がまの油売り口上、落語、踊りなど楽しく笑いにあふれた演芸をお届けします。
20	南京玉すだれ	カモミール	20分程度の大道芸を一緒に楽しんでください。

No.	メニュー	講師	内容など
21	大黒舞、民謡	笑歌会	マジックや踊り(大黒舞、火男踊り)、懐メロや民謡を披露します。
22	民謡、踊り、大黒舞	曙民謡会	尺八や三味線、太鼓など生演奏でお聞きください。
23	どじょうすくい踊り	どじょう掬い踊り同好会	どじょうすくいを披露します。
24	新日本舞踊	新舞踊寿美弥の会	皆様の知っている歌に合わせて新日本舞踊を踊ります。
25	日本舞踊	千川流 花萌の会	日本舞踊を披露します。
26	剣舞・詩舞	個人ボランティア	詩舞や日舞を披露します。剣舞や刀、ナギナタを持ち吟等に合わせ舞います。
27	詩吟・剣詩舞	葵電擘流剣詩舞道電擘会	詩吟・剣詩舞を披露したり、カラオケや合唱もします。
28	フラ・ダンス	フラ・メ・ケ・アロハ・チェリーズ	ハワイアン・フラを披露します。
29	健康フラダンス	健康フラダンス愛好会	フラダンス、新日本舞踊、社交ダンスなどを披露します。
30	社交ダンス	虹の会	ダンスを披露します。
31	車いすダンス	りんりん車いすダンスクラブ	施設や学校で車いすを使ってダンスを披露します。
32	音楽と歌を使って楽しむ	個人ボランティア	要望に合わせて楽しく音楽を提供します。
33	歌と音楽を使った手遊び	歌あそびの会	童謡や唱歌に合わせて手遊びやリズム遊びをします。
34	音楽を使って歌う、体を動かし楽しむ!	音の宅配便	懐かしい童謡、唱歌、歌謡曲等を一緒に歌って楽しみましょう。体を動かすことで心身のリフレッシュを試みませんか。
35	歌や軽体操を楽しもう	おとのひびき	童謡から懐メロまで幅広く歌ったり、音楽に合わせて楽しく体を動かしましょう。
36	歌	山形なつメロ愛唱会	皆さんに懐かしのメロディーを歌って届けます。
37	歌	個人ボランティア	演歌を披露します。(音響あり)活動は16時まで。
38	歌	風花の会	歌ありパフォーマンスあり、楽しい時間をお届けします。(カラオケ機材は要相談。活動日は金・土を除く)
39	ギターと歌と踊りの演奏	チェリーズ	唱歌から演歌まで相談に応じます。
40	篠笛の演奏や懐メロ、童謡、唱歌	個人ボランティア	懐かしのメロディと童謡を皆様と共に楽しく過ごせる時間になります様、演奏します。
41	歌と演奏	なかやま雅	音楽で一緒に交流しましょう。
42	ギター演奏	個人ボランティア	懐かしの古賀メロディーを聴かせます。
43	ギター演奏	個人ボランティア	クラシックギターで懐かしいメロディを弾きます。
44	琴の演奏	個人ボランティア	琴を披露します。
45	尺八演奏	邦楽 秋桜の会	尺八を披露します。
46	尺八演奏	鴻雲会	尺八による懐メロや民謡等の演奏を披露します。
47	尺八演奏	邦楽 和の会	尺八や篠笛の伴奏で童謡や唱歌、歌謡曲を歌いましょう。

No.	メニュー	講師	内容など
48	フルート合奏	フルハウス	フルートの合奏をします。(土日祝の活動)
49	クラリネット、ピアノの合奏	トリオdeカンタービレ	音楽を通して一緒に歌ったり、美しい音色に触れることで心が癒されたり、笑顔で楽しい時間を一緒に過ごしましょう。クラリネット、ピアノの合奏。(土日希望)
50	ハンドベル演奏	山形ベルの会	ハンドベルを披露します。
51	吹奏楽の演奏	YMB Cherry's	吹奏楽アンサンブルを楽しんでください。
52	アコーディオン演奏	個人ボランティア	アコーディオン演奏に合わせて、童謡と一緒に歌いましょう。
53	チェロ演奏	個人ボランティア	クラシックはもちろん、童謡も演歌も演奏します。
54	フルートの演奏	個人ボランティア	生演奏で音楽を身近に感じ、フルートの音を楽しんでいただければと思います♪(土日祝のみ活動)
55	バイオリン演奏	個人ボランティア	演奏を聴くだけでなく、一緒に歌い楽しんでいただければと思います。クラシック以外にもポピュラーや童謡も演奏します♪(土日祝のみ活動)
56	ハーモニカと歌おう	個人ボランティア	皆でうたうハーモニカの演奏。昔懐かしいナツメロ、演歌、軍歌、童謡・唱歌など皆さんの合唱に合わせてハーモニカ演奏(伴奏)を行います。
57	ピアノやキーボードの演奏	個人ボランティア	ピアノやキーボードを披露します。
58	オカリナ演奏	山形でオカリナを奏でる会	山形の風景にオカリナの音色を重ね心を癒します。
59	サックス演奏	個人ボランティア	サックス音楽を楽しんでください。映画音楽、軽ジャズ、ポップス、演歌など楽しめる演奏に心がけています。
60	囲碁	個人ボランティア	囲碁を一緒に楽しみませんか？対戦相手になったり、初心者には囲碁を基礎から教えます。
61	パソコン教えます	個人ボランティア	ワード、エクセルの使い方、チラシづくりのお手伝いします。
62	フラワーセラピー	すまいるクラブ	お花とふれあうことで心が安らいだり、いつのまにか笑顔に！お花を楽しむひとときを体験していただき、心が癒されるお手伝いをいたします。(花代一部負担あり)
63	京連鶴作り	個人ボランティア	1枚の友禅和紙を使って連鶴を折ります。
64	和菓子作り	個人ボランティア	和菓子作りを体験します。(材料費500円)
65	大人も楽しむ絵本の世界	個人ボランティア	絵本やシナプソロジー歌など皆さんと一緒に楽しみましょう。
new	大正琴の演奏	なでしこ会	大正琴で皆さんの知っている曲を演奏します。
new	福祉漫談	個人ボランティア	呑百笑燦で人生楽しく、笑いを中心とした生きがいのお話です。
new	フルートで童話わらべ歌、懐メロ演奏、キーボードの演奏	おちゃめの会	楽器や舞踊、歌で皆さんに楽しんで参加していただきたいと思っています。
new	津軽民謡、和太鼓の演奏	茜会	津軽民謡と和太鼓と津軽三味線の独奏をお楽しみ下さい。
new	フラダンス	ナマモ オクーリア イカウイ	フラには不思議な力があるのをご存知ですか？人生のひとこまに寄り添い気持ちを明るくしてくれる、フラのある日々を楽しみましょう。

《問合せ》 社会福祉法人山形市社会福祉協議会  
地域福祉課 福祉のまちづくり第一係ボランティアセンター

山形市城西町二丁目2-22  
電話:645-9233 FAX:645-9236

No.	メニュー	講師	内容など
1	市制制度、活動について (無料出前講座)	山形市各課職員	各課にて、制度や活動についての出前講座
直接	市役所各課へ依頼	☎641-1212	山形市役所
2	交通安全講座(無料出前講座)	山形市役所	交通安全講話、映写など(30～90分)
直接	市民課交通安全係(土日祝除く)	☎641-1212 内線387	山形市役所
3	ごみ減量アドバイス	ごみ減量・もったいないねット山形	ごみの減量やリサイクルのエコなワザをお届けします
直接	ごみ減量・もったいないねット山形事務局	☎641-1212 内線698	山形市役所ごみ減量推進課(内事務局)
4	軽体操と健康講話	地域包括支援センター職員	高齢者にできる体操や介護予防の話等
直接	各地域包括支援センターへ依頼	担当地区の地域包括支援センター	
5	福祉制度、サービス(高齢者)	社会福祉士等	福祉制度や福祉サービスについての講話等
直接	各地域包括支援センターへ依頼	担当地区の地域包括支援センター	
6	出張健康教室	山形徳洲会病院	徳洲会病院の医療スタッフがテーマに合わせて出前講座を実施します。
直接	山形徳洲会病院地域医療部	☎647-3434	山形市清住町2-3-51
7	悪質商法について (無料出前講座)	山形市消費者アドバイザー または消費生活センター職員	寸劇、ロールプレイ、DVD鑑賞、講話等により、悪質商法について楽しく学びます。
直接	山形市消費生活センター	☎647-2201(月・祝日休館)	山形市城南町1-1-1霞城セントラル内
8	悪質商法について	金融広報アドバイザー	悪質商法について寸劇をしながら楽しく学びます。
直接	山形県消費生活センター「知るぽると」	☎630-3237	山形市緑町1-5-48
9	成年後見制度について	法務局職員	法務局職員が直接成年後見制度について解説します。
直接	山形地方法務局総務課	☎625-1321	山形市緑町1-5-48
10	法務局無料出前講座	法務局職員	学校や地域住民に合わせた内容の暮らしに役立つ法務局の役割を説明します。
直接	山形地方法務局総務課	☎625-1321	山形市緑町1-5-48
11	健康づくりのための調理実習	山形市食生活改善推進員	望ましい食習慣を身につけるための調理実習を行います。
直接	山形市食生活改善推進協議会	☎647-2280(月曜・祝日休館)	山形市保健センター(内協議会事務局)
12	軽体操・軽運動で健康づくり	山形市運動普及推進員	健康づくりや介護予防に関する運動をします。
直接	山形市健康づくり運動普及推進協議会	☎647-2280(月曜・祝日休館)	山形市保健センター(内協議会事務局)