

ボランティア情報

別紙

しゅもく かいさいじかん 種目・開催時間		かいじょう 会場	たいしょうしゃ 対象者	がつ 1月	備考	
にち 日	しゃこつ 社交ダンス 13:30～15:30	かいぎしつ 会議室	しょうがいじ 障害児・者	ちゅうがくせい 中学生 以上	7	簡単なステップなので初めての方でも気軽に参加できます。
げつ 月	しかくしょうがいしやすい 視覚障害者水泳 10:30～11:30	プール	しかくしょうがいじ 視覚障害児・者	ちゅうがくせい 中学生 以上	15	レーン内で安全に片側通行ができるように泳法アドバイスをします。
	てんす(たて) テニス(立位) 13:30～15:30	たいいくしつ 体育室	しんたいしょうがいじ 身体障害児・者 せいしんしょうがいじ 精神障害児・者	ちゅうがくせい 中学生 以上	22	初心者から経験者まで、みんなで楽しくラリーやゲームなどをします。
	こんでいしょにんぐ コンディショニング 13:30～15:00	かいぎしつ 会議室	しんたいしょうがいじ 身体障害児・者 せいしんしょうがいじ 精神障害児・者	ちゅうがくせい 中学生 以上	15	ポールに乗ったり、筋カトレーニングを行います。動きやすい体づくりを目指しましょう！
	えんじょいウォーキング① エンジョイウォーキング① 14:00～14:45	プール	しょうがいじ 障害児・者	ちゅうがくせい 中学生 以上	22	水中での歩き方の基本動作をチェックしたり、様々な道具を使った歩き方を紹介します。
か 火	えんじょいウォーキング② エンジョイウォーキング② 10:00～10:45	プール	しょうがいじ 障害児・者	ちゅうがくせい 中学生 以上	16	水中での歩き方の基本動作をチェックしたり、様々な道具を使った歩き方を紹介します。
	ばどみんとん バドミントン 17:15～20:00	たいいくしつ 体育室	しょうがいじ 障害児・者	ちゅうがくせい 中学生 以上	23	初心者から経験者まで、みんなで楽しくラリーやゲームなどをします。
もく 木	のうけっかんしょうがいしや うんどう 脳血管障害者の運動 13:30～15:30	たいいくしつ 体育室	のうけっかんしょうがいじ 脳血管障害児・者	ちゅうがくせい 中学生 以上	11-25	ストレッチ、ウォーキング、道具を使った様々な運動を行います。
	とらんぽりん トランポリン 17:30～19:00	たいいくしつ 体育室	ちてきしょうがいじ 知的障害児 じへいしやう 自閉症の方	ちゅうがくせい 中学生 以上 しょうちゅうがくせい 小中学生	18	大きなトランポリンを使って、高くジャンプしたり、技を繋げてジャンプしたりします。
きん 金	ひらたيس・ストレッチ ピラティス・ストレッチ 13:30～14:30	かいぎしつ 会議室	しかくしょうがいじ 視覚障害児・者	ちゅうがくせい 中学生 以上	19	自分の身体を鍛えるエクササイズです。姿勢が良くなったり、バランス能力が上がったり、肩こりや腰痛予防につながるかも。
	たつ きゅう 卓球 13:30～15:30	たいいくしつ 体育室	しょうがいじ 障害児・者	ちゅうがくせい 中学生 以上	12-26	基礎技術の習得を中心に、初めての方から上級者まで楽しく練習しています。
	けんこうたいそう 健康体操 13:30～15:30	たつきゅうしつ 卓球室	しょうがいじ 障害児・者	ちゅうがくせい 中学生 以上	12-26	簡単なボール遊びと音楽に合わせて体を動かす体操をやっています。
	くるま 車いすテニス 17:15～20:00	たいいくしつ 体育室	しんたいじゆうじ 身体不自由児・者	しょうがくせい 小学生 以上	19	貸し出し用の車椅子やラケットがあるので初めての方でも少し体験したい方もみんな気軽に参加していただけます。

- ・上記の中からボランティアとして協力できる種目と日にちの第1希望、第2希望までを選んでいただきます。
- ・同じ事業に申込みが集中してしまった場合は、主催者で調整させていただきます。決定後、種目と日にちは、受講決定通知にてお知らせします。
- ・決定した内容は変更できません。
- ・種目にあった服装をご用意いただきます。  
(室内＝動きやすい服装、室内シューズ プール＝水着、スイムキャップ)
- ・お知らせした事業の開始30分前に集合していただきます。各担当より説明を行います。
- ・このボランティア協力は講習の講義として取り扱いますので、遅刻や欠席は認めません。