

地域出前講座 & 特技ボランティア ガイド

多摩ボランティア・市民活動支援センターでは、誰もが安心して暮らせるまちづくりを実現するため、地域の方々にご協力いただき「**出前講座**」の開催や「**特技ボランティア**」の紹介・コーディネート、**福祉機器の貸出等**を行っています。

プログラム内容や講師の派遣など、多摩ボランティア・市民活動支援センターのネットワークを生かした提案をいたします。

車いすの操作を
体験して
みたい！

サロンやデイサービスで新しいプログラムを考えたい！

施設のイベントで何か披露してほしい！

地域で防災のことを考えたい！



障がい者への理解を深めたい！

社会福祉法人 多摩市社会福祉協議会
多摩ボランティア・市民活動支援センター

〒206-0011 多摩市関戸 4-72 ヴィータ・コミュニエ 7階

TEL 042-373-6611 FAX 042-373-6629

<http://www.tamavc.jp/> e-mail : tamavc@tamashakyo.jp

出前講座について

学校、福祉施設、ふれあいいいきサロン、各種サークル・団体、会社などへ伺い、講座を開催いたします。テーマは複数から選択したり、組み合わせたりすることができます。

〈活用例〉

①企業の社員研修で

「障がい者理解講座」を開催しお客様対応や社員研修に活用！

違うジャンルを組み合わせることで、理解の幅が広がります。社内のバリアフリーもチェックできて、様々な方の働きやすさにつながります。



②学校の授業で(総合的学習)

「障がい者・高齢者理解」や「赤い羽根共同募金・歳末たすけあい運動」などの街頭募金活動で、社会貢献活動を体験的に学習！

いろいろな立場の方のお話を聞くことで、理解力が深まります。体験を通じて、一人ひとりの「気づきや思いやり」の心を育てます。



③自治会・住宅管理組合で

「まちあるき」と「災害時要援護者の理解」講座で地域のネットワークづくりに活用！

地域にお住まいのさまざまな方の参加により、いざという時に大切な「人と人とのネットワーク」を作ることができます。



〈申込について〉

- ①対象：5人以上の団体
- ②日時：主に平日の2時間程度で、土・日・夜間についてはご相談ください。
- ③内容：ご希望に沿った形で、多摩ボランティア・市民活動支援センターの登録団体や登録ボランティア、本会の職員等が講師として伺います。
- ④費用：原則、実費程度の交通費と必要な材料費の負担をお願いいたします。
- ⑤申込み：実施予定日の1ヶ月前までに多摩ボランティア・市民活動支援センターまでお申込みください。希望内容に基づき、電話や面談などで確認と詳しい打合せを行います。なお、調整に時間をいただく場合や、ご希望の日程に添えない場合がありますので、ご了承ください。

出前講座一覧(例)

	ジャンル	内 容	
障がい者・高齢者理解	身体障がい理解	車いすで生活をしている方の理解を深めます。	<ul style="list-style-type: none"> • 身体障がい者からの話 • 車いすの乗車操作体験
	視覚障がい理解	視覚障がい者について理解を深めます。各種体験で必要とされるサポートの方法を学びます。	<ul style="list-style-type: none"> • 視覚障がい者からの話 • 盲導犬について • アイマスク・ガイドヘルプ体験 • 点字体験 • 情報収集の方法について
	聴覚障がい理解	聴覚障がい者の生活について理解を深めます。身近なコミュニケーション方法を学びます。	<ul style="list-style-type: none"> • 聴覚障がい者のお話 • 手話体験 • 要約筆記体験 • コミュニケーション手段について
	高齢者理解	高齢者の身体の変化や気持ちを実感します。認知症の方へのサポート方法を学びます。	<ul style="list-style-type: none"> • 高齢者のお話 • 高齢者疑似体験 • 認知症サポーター養成
社会貢献活動	ボランティア活動について	活動をする上での心構えや注意点など、活動の楽しさややりがいなどを学びます。	<ul style="list-style-type: none"> • ボランティア活動について • 活動者のお話 • ボランティア体験
	赤い羽根共同募金・歳末たすけあい運動について	地域の福祉活動支援のほか、災害時にも役立っている共同募金。一人ひとりが参加できる方法について考えます。	<ul style="list-style-type: none"> • 赤い羽根共同募金、歳末たすけあい運動についての話 • 街頭募金活動
福祉・まちづくり	まちあるき	防災という視点でまちを歩くことで、危険箇所や防災資源などを発見します。いろいろな人で行うのがポイントです。	<ul style="list-style-type: none"> • 防災まちあるき
	災害時の要援護者理解	災害時に実際に困ることや知ってもらいたいことを聞き、理解が深めます。	<ul style="list-style-type: none"> • 障がい当事者などからの話
	障がい者理解	ゲームを通じて、見えにくい体験や障がいに関するシンボルマークについて楽しく学びます。	<ul style="list-style-type: none"> • 福祉サイコロゲーム&輪なげ

◎ご希望の内容に沿って講座を行うこともできますのでご相談ください。

特技ボランティアについて

ボランティアが個人の方をはじめ、学校、福祉施設、ふれあいいきいきサロン、各種サークル・団体、会社などへ訪問し、趣味や特技を活かして活動します。

〈活用例〉

①ふれあい・いきいきサロンなどでの集まりで

毎月の集まりや、新年会・クリスマス会などちょっと特別な催しなどに、楽しんでいただけるひとときを提供いたします。

②地域のイベントで

ボランティアは、皆さんに楽しんでいただけるよう日々腕を磨いています。イベントや催しの規模により内容など調整いたします。

③ご自宅で

思い出のおもちゃや大切な家庭小物（懐中電灯や携帯ラジオなど）など、あきらめてしまう前に一度お問合せください。できる限り修理をお手伝いします。



特技・芸能ボランティア一覧

ジャンル	活動内容	備考
小修理	おもちゃ・家庭小物の修理	部品代は負担していただきます
園芸	庭木の剪定	伐採後の枝等の処理はできません
リラックス	メイク・ネイル ハンド/足裏マッサージ	メイクで元気を！マッサージは女性だけでなく男性にも好評です
	アニマルセラピー	動物とのふれあいにより、心を元気にするセラピーです
料理	蕎麦打ち	手作りの麺つゆも美味！
演芸	オカリナ・ギター&ハーモニカ ハーモニカ四重奏 ピアノ・和太鼓・二胡 大正琴・箏・三味線	敬老の日・お誕生会・クリスマス会などのイベントや、ちょっとした催しに。 じっくり聴いたり、みんなで口ずさんだりと、音楽で心豊かに… 華やかな舞や、演芸の数々も年代を越えて楽しむことができます。
	フォークダンスフラメンコ、 チア&バトンダンス 歌謡ショー・大衆演劇、手品 クイズ、南京玉すだれ、落語 江戸芸かっぽれ	
教養	動物園のお話	動物園案内ガイドボランティアから秘話をお聞かせします
	障がい者のパソコンサポート	パソコンなどIT機器のサポートをします
	読み聞かせ	施設や学童等で読み聞かせや民話の語りなどをします
	絵手紙	高齢・障がい者施設や学校で絵手紙の指導をします
健康	健康に関する講習会 (筋力向上体操、ホット等)	健康増進や体づくり、お身体のケアについての体験講習会



〈申込について〉

ボランティアの都合上、1ヶ月前までに多摩ボランティア・市民活動支援センターまでお申し込みください。

★特技を活かしたボランティアさん募集！

あなたの特技を活かして活動してみませんか？

詳しくは、ボランティアセンターまでお問合せください。

福祉機器の貸出について

車いす、アイマスク、白杖、点字練習器、高齢者疑似体験セット、視覚障がい体験グラス等の貸出を行っています。

〈申込について〉

- ①電話にて多摩ボランティア・市民活動支援センターへ、貸出希望物品の空き状況をご確認ください。
- ②貸出物品に空きがある場合には「物品借用書」をご提出ください。
- ③物品の貸出・返却は、多摩ボランティア・市民活動支援センターで行います。申込時に、受取・返却日時をお知らせください。

※数に限りがありますので、お早めにご連絡下さい。

〈貸出物品の紹介〉

高齢者疑似体験セット

お年寄りの気持ちが実感できる疑似体験セットです。手足の重りや特殊めがねなどを装着して、高齢(75～80歳位)になった時の身体機能の低下や心理的变化を体験します。加齢により生じる精神的・肉体的変化を体感し、高齢者にもやさしい社会作りに役立てることができます。

年を取ると
どうなるの?!



視覚障害体験グラス

視覚障害の中の視覚の変化、視野狭窄、白濁(老人性白内障)を、専用のメガネとシートで体験します。組み合わせにより色々な視覚体験ができます。



どこに飛んだかな?
視覚障害体験グラスを使って輪投げゲーム!