

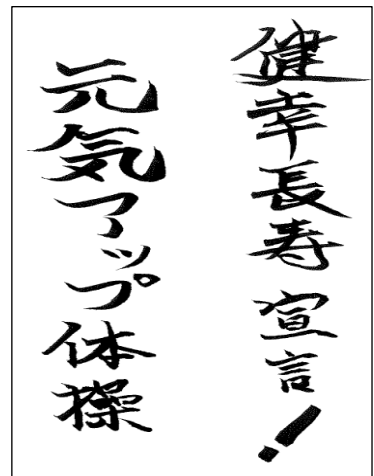
その他

※連絡先欄の①②などの番号は連絡方法の順位です

No.23		そば打ち
団体名もしくは個人名		コジン 個人
担当者名		
連絡先	電話番号	
	FAX番号	
	携帯電話	
	メールアドレス	
対象	問わない	
グループ人数	1名	
活動可能曜日	不定期	
交通費	不要	
必要経費	材料費として一人300円程度	
必要な備品など	駐車場、ガスコンロ、流し台	
【ひとこと】 「そば打ち披露」や「そば打ち教室」を通して、楽しい時間を過ごします。		



No.24		元気アップ体操指導(腹式呼吸・発声・詩吟)
団体名もしくは個人名		ユメムツミ カイ 夢睦のどトレ会
担当者名		
連絡先	電話番号	
	FAX番号	
	携帯電話	
	メールアドレス	
対象	高齢者	
グループ人数	2名	
活動可能曜日	月午後・木午前	
交通費	実費相当	
必要経費	不要	
必要な備品など	不要	
【ひとこと】 健幸長寿。より良く体を動かし、大きな声を出して笑ってください。		



No.25		フォークダンス
団体名もしくは個人名		ドウコウカイ フォークダンス同好会
担当者名		
連絡先	電話番号	
	FAX番号	
	携帯電話	
	メールアドレス	
対象	問わない	
グループ人数	19名(15名程度で活動)	
活動可能曜日	不定期	
交通費	1人あたり500円程度	
必要経費	不要	
必要な備品など	カセットデッキ、駐車場、マイク、更衣室	
【ひとこと】 フォークダンスは世界中の国や地方の民衆の踊りです。多摩市在住の60歳以上の人達で構成されたグループです。みんな仲よく楽しく踊れるフォークダンスをご紹介します。		



その他

※連絡先欄の①②などの番号は連絡方法の順位です

No.26 爪切り、角質ケア、靴の履き方、爪切り方法のアドバイス	
団体名もしくは個人	訪問フットケアボランティア
担当者名	
連絡先	電話番号
	FAX番号
	携帯電話
	メールアドレス
対象	問わない
グループ人数	1名
活動可能曜日	不定期
交通費	実費
必要経費	不要
必要な備品など	足浴用バケツ(必要時)、新聞紙、タオル
【ひとこと】 厚くなった爪の爪切りや角質ケアのご相談・ケアやご自身でも行えるフットケアのアドバイスをさせていただきます。	



No.27 楽しくお抹茶体験会	
団体名もしくは個人	コジン 個人
担当者名	
連絡先	電話番号
	FAX番号
	携帯電話
	メールアドレス
対象	問わない
グループ人数	1名
活動可能曜日	不定期
交通費	不要
必要経費	不要
必要な備品など	ポット
【ひとこと】 健康に良い抹茶を自分でたててみましょう。マナーはちょっぴり。初めての方も、昔習ったことのある方も楽しくすごしましょう。自分でたてるお抹茶は格別においしいですよ。	



No.28 両手ぬくもりケア、ベビーセラピーなど	
団体名もしくは個人	ミンテイ ホウジン ニホン 認定NPO法人 日本セラピューティック・ケア協会 東京支部
担当者名	
連絡先	電話番号
	FAX番号
	携帯電話
	メールアドレス
対象	問わない
グループ人数	8名(2名以上で活動)
活動可能曜日	水・木・不定期(応相談)
交通費	1人あたり500円
必要経費	なし
必要な備品など	椅子6脚程度、テーブル小1台、駐車場
【ひとこと】 癒しホルモン「オキシトシン」の効果が期待できる「なでる」ケアをお届けします。ハンド&アームケア・ネック&ショルダーケア(各15分程度)のケア法です。ホームページ: http://therapy-care.net/	



その他

※連絡先欄の①②などの番号は連絡方法の順位です

No.29 タロット占い	
団体名もしくは個人	占いサロン ちゆちゃん
担当者名	コジン 個人
連絡先	電話番号
	FAX番号
	携帯電話
	メールアドレス
対象	問わない
グループ人数	個人
活動可能曜日	不定期(応相談)
交通費	500円
必要経費	なし
必要な備品など	テーブル、椅子
【ひとこと】 様々な悩み、迷いに占いで対応します。モヤモヤした気持ちをふっきりましょう。	



No.30 楽切画(モダン切り絵)	
団体名もしくは個人	ナイスホビー
担当者名	
連絡先	電話番号
	FAX番号
	携帯電話
	メールアドレス
対象	問わない
グループ人数	6名
活動可能曜日	月・土の午前
交通費	なし
必要経費	教材費として参加者1人あたり1,000円
必要な備品など	テーブル、椅子
【ひとこと】 ザインペンで下絵や原画をなぞって作成する、とてもやさしい切り絵です。楽しく面白く学べます。認知症予防、自律神経の調整にも役立ちます。	



カタログ掲載していない活動もあります。多摩ボラセンにご相談ください。