



# ちょい！ボラ体験

## 2023プログラム

ひらちゃん

ほらちゃん



## 枚方市ボランティアセンター

たくさんのご参加を  
お待ちしております！



お問い合わせ先)  
枚方市ボランティアセンター  
〒573-1191 枚方市新町 2-1-35  
TEL:072-841-0181  
MAIL:volunteer@hirakata-shakyo.net

2023年5月1日更新

# プログラム目次

## ① ボランティアグループでのボランティア体験

|   |                                                    |
|---|----------------------------------------------------|
| 1 | 傾聴ボランティア おひさま<br>市内在住、在学、就労されている方への傾聴              |
| 2 | みんなの認知症予防ゲーム「だんご」<br>簡単な運動を取入れた認知症予防ゲームの体験         |
| 3 | NPO 法人 ハーモニークラブ（えほんライブ）<br>絵本の読み聞かせや手遊び、動揺を一緒に歌うなど |
| 4 | 絵本読み聞かせグループ「ほっぺちゃん」<br>0才～2才児を対象に読み聞かせや手遊びなど       |
| 5 | ボランティアグループ「ひいらぎ」<br>使用済み切手の整理                      |
| 6 | 枚方自助具工房<br>自助具の制作体験や準備作業の体験                        |
| 7 | フラ ハイビスカス<br>フラダンスの体験                              |
| 8 | 牧野おもちゃライブラリー 手作り<br>布のおもちゃ講習期準備など                  |

# プログラム目次

## ① ボランティアグループでのボランティア体験

9

牧野おもちゃライブラリー プレイランド  
子どもとの遊び、おもちゃの貸し出し・返却の受付など

10

11

12

13

14

15

16

# プログラム番号 ① - 1

傾聴ボランティア おひさま



## 【体験内容】

枚方市内にお住まい、もしくは、就労、通学されている方々の傾聴をします。

## 【体験期間】

令和5年5月1日 ~ 令和6年3月15日

## 【体験場所】

参加する都度、ご連絡します。

## 【参加対象者】

高校生以上

## 【募集人数】

## 【服装・持ち物など】

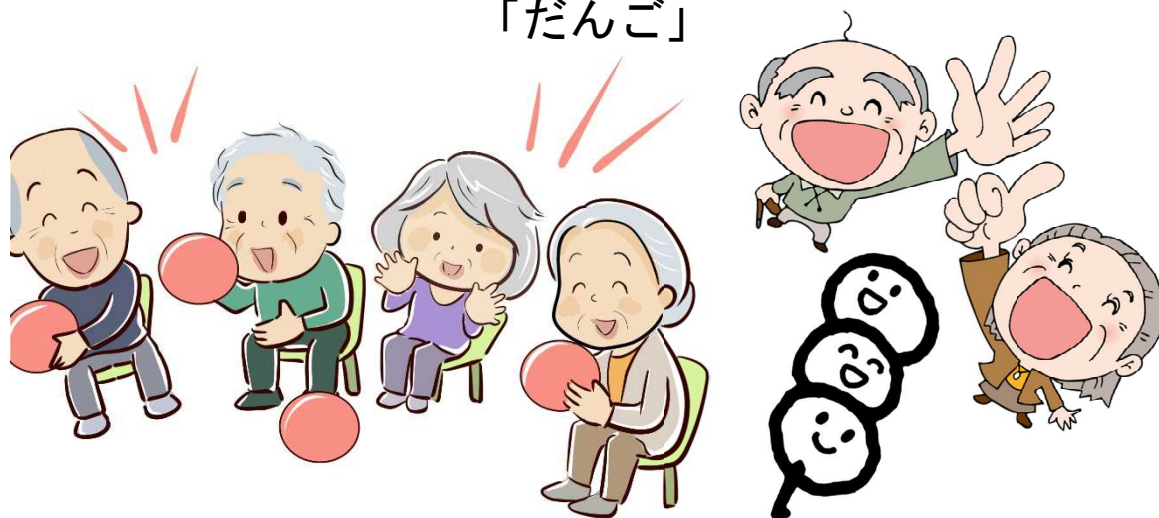
## 【グループからのPR】

時間、場所など柔軟に対応しています。

各々、研修、スキルアップを続けているメンバーが寄り添って、傾聴しています。

# プログラム番号 ① — 2

## みんなの認知予防ゲーム 「だんご」



### 【体験内容】

認知症の人に対する理解と共感を基に椅子に座って、指を使って数えたり、歌を歌ったりなど、簡単な運動を取入れながら、20種類の「みんなの認知症予防ゲーム」を体験できます。

### 【体験期間】

令和5年5月1日 ～ 令和6年3月15日

### 【体験場所】

ラポールひらかた

### 【参加対象者】

一般・学生・高齢者

### 【募集人数】

### 【服装・持ち物など】

動きやすい服装

### 【グループからのPR】

認知症のみならず、心身の不調で元気のない方にもみんなで楽しく、心地よく脳を刺激しましょう！

# プログラム番号 ① — 3

## NPO法人 ハーモニークラブ ( えほんライブ )



### 【体験内容】

市内の親子広場や野外イベントなどで、えほんライブを上演しています。親子交流の場「ふれあいルーム」を手伝ってくださる方を募集します。

- ・絵本の読み聞かせ、紙芝居等（主に0, 1, 2歳の赤ちゃん向け）
- ・手遊びや童謡を一緒に歌う・会場準備、片付け等

### 【体験期間】

令和5年5月1日～令和6年3月15日  
(第2, 4) 木曜日 9:30～12:30

### 【体験場所】

牧野図書館、牧野生涯学習市民センター

### 【参加対象者】

中学生以上

### 【募集人数】

1～2名／回

### 【服装・持ち物など】

第2、4木曜日の午後に、事前リハーサルや練習を行っていますので、見学いただけます。

### 【グループからのPR】

「えほんライブ」は、絵本の世界と音楽の世界が一体となった、映像と朗読や歌を楽しみたい方、大歓迎です。

## プログラム番号 ① - 4

### 絵本読み聞かせグループ 「ほっぺちゃん」



#### 【体験内容】

0才～2才の乳幼児を対象に絵本、紙芝居の読み聞かせをしています。  
また、手遊びやわらべ唄も参加者や季節に合わせ、楽しんでいます。

#### 【体験期間】

令和5年5月1日 ～ 令和6年3月15日

#### 【体験場所】

枚方市立中央図書館

#### 【参加対象者】

どなたでもOKです。

#### 【募集人数】

3名／回

#### 【服装・持ち物など】

読みたい本（乳幼児向き）

#### 【グループからのPR】

絵本の読み聞かせや紙芝居と共に「手遊び」「わらべ歌」を通して、赤ちゃんやその保護者にスキンシップを楽しんでもらい、絵本の親しみやすさや楽しさを共有していただきます。

# プログラム番号 ① — 5

## ボランティアグループ 「ひいらぎ」



### 【体験内容】

使用済み切手の整理

※アジア・アフリカで保健医療支援を行う事業資金の一助となります。

### 【体験期間】

令和5年5月1日 ～ 令和6年3月15日

### 【体験場所】

ラポールひらかた

### 【参加対象者】

小学生以上（男女とも）

### 【募集人数】

1～2名／回

### 【服装・持ち物など】

ハサミ・手袋（支給します）

### 【グループからのPR】

ボランティア活動の内容を理解していただく良い機会だと思います。

# プログラム番号 ① — 6

## 枚方自助具工房



### 【体験内容】

- ・ 自助具普及啓発のための基本的なことを知る。
- ・ 自助具の制作体験（片手爪切り、片手編み機、他）
- ・ 日ごろの自助具制作前段階の準備作業体験

### 【体験期間】

令和5年5月1日 ～ 令和6年3月17日  
平日午後1時30分 ～ 3時頃  
（体験日はその都度調整する）

### 【体験場所】

ひらかた夢工房内 枚方自助具工房  
（田口5丁目1-1）

### 【参加対象者】

一般市民

### 【募集人数】

問わない

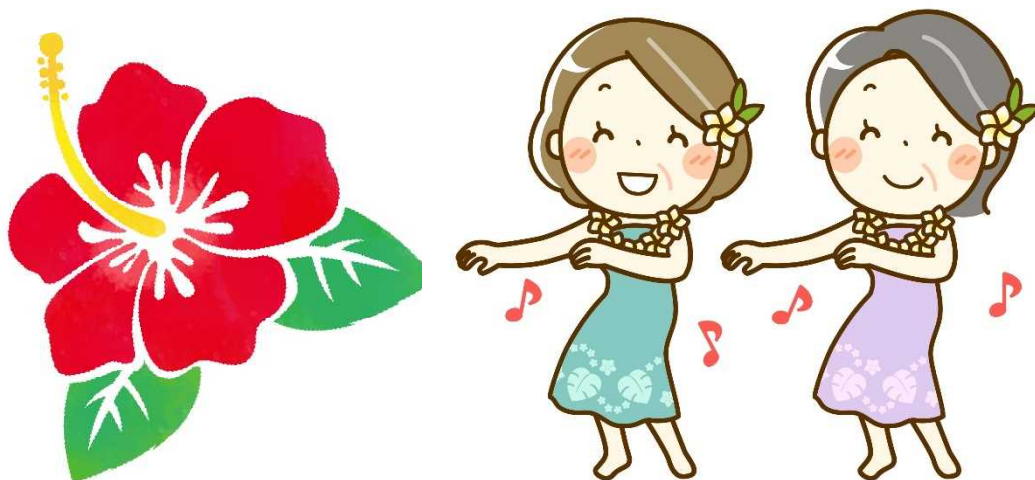
### 【服装・持ち物など】

### 【グループからのPR】

自助具は「自分を助ける道具」のことです。  
手足が不自由で、日常生活が困難なとき、自助具が役立つ場合があります。そんな道具を知って、広めましょう。

# プログラム番号 1 — ⑦

フラ ハイビスカス



## 【体験内容】

ボランティア、ライブ御殿山

## 【体験期間】

令和5年5月1日～令和6年3月15日  
第2、4 土曜日 / 見学のみ（火）・（水）

## 【体験場所】

第2、4 （土）青少年センター  
見学のみ（火）南部生涯学習市民センター・（水）ラポールひらかた

## 【参加対象者】

元気で踊れる女性のみ

## 【募集人数】

5名／回

## 【服装・持ち物など】

## 【グループからのPR】

ボランティア・ライブ御殿山、地域イベントに多く参加しています。

# プログラム番号 ① — 8

## 牧野おもちゃライブラリー 手作り



### 【体験内容】

布のおもちゃ講習会準備 等

### 【体験期間】

令和5年5月25日 ～ 令和6年3月28日

毎月第2、4木曜日（10時～15時）

※午前・午後の方のみの参加も可

### 【体験場所】

ラポールひらかた

### 【参加対象者】

どなたでも

### 【募集人数】

3名／回

### 【服装・持ち物など】

午前午後の参加する場合は、昼食持参

### 【グループからのPR】

手作りの大好きな方、あまり好きでない方も和気あいあいと活動しています。

# プログラム番号 ① — 9

## 牧野おもちゃライブラリー プレイランド



### 【体験内容】

子どもとの遊び  
おもちゃの片付け（倉庫まで）  
おもちゃの貸し出し・返却の受付

### 【体験期間】

令和5年5月25日 ～ 令和6年3月28日  
毎月第2、4木曜日（10時～15時）  
※午前・午後の方の参加も可

### 【体験場所】

ラポールひらかた

### 【参加対象者】

どなたでも

### 【募集人数】

3名／回

### 【服装・持ち物など】

午前午後の参加する場合は、昼食持参

### 【グループからのPR】

大きい子も小さい子も障がいのある子も一緒に遊ぼう！