



発行: 社会福祉法人 稲城市社会福祉協議会 ボランティアセンター  
所在地: 東京都稲城市百村7番地 稲城市福祉センター内  
電話: 042-378-3366(代表), 042-378-3800(直通)  
ファックス: 042-378-4999 E-mail: vc@inagishakyo.org

※社協ホームページでもご覧いただけます。

受講者募集中!!

## 筋力アップボランティア養成講座

共に元気に! 共に筋力アップ!  
健康づくりを一緒に行いませんか?

参加費  
無料

講習会日程  
(2日間)

第1回 6月28日(木)

第2回 7月5日(木)

いずれも午前10時~午後12時

場所: デンマークイン若葉台  
(稲城市若葉台3-7-1)

- 対象
- ・2日間の受講が参加可能な方
  - ・講習会修了後にボランティア活動に参加できる方
- 定員
- ・10名(先着順)



内容 ◇高齢者の理解と介護予防について  
◇介護予防筋トレマシンの使用方法(実技)

講師 デンマークイン若葉台職員

### 活動内容

介護認定を受けている高齢者の方が通われているデイケアで「介護予防筋トレマシン」を使用したプログラムが実施されています。その際に声掛けやマシンからマシンへの移動を見守りして頂き、楽しく筋力アップトレーニングができるようサポートしてもらいます。

申し込み: 稲城市社会福祉協議会 ボランティアセンター  
Tel 042-378-3800 (※6月22日(金) 応募締切)

参加者募集中



# 体験ボランティア

学生の皆さん！夏休みの時期を利用して、ボランティアを体験してみませんか？ 社会人の方もご参加お待ちしております。

## ◎説明会

第1回説明会 7月6日（金）16:30～18:00

○説明会会場・・・地域振興プラザ 4階 会議室

※ボランティアを受け入れる施設等から活動について直接説明が聞けますので第1回説明会になるべくご参加ください。

第2回説明会 7月7日（土）14:00～15:00

○説明会会場・・・福祉センター2階

○体験期間・・・7月24日（火）～8月31日（金）

○参加対象者・・・中学生以上で3日間以上、参加できる方

○活動先・・・市内にある障害者や高齢者の施設、保育園、食事の配達サービスなどを行う団体、点字や音訳や手話や里山保全などを行うボランティアグループなど



## どんな体験があるの？



### 高齢者の施設では

お話し相手、掃除のお手伝い、食事の片づけ、レクリエーション活動のお手伝い、納涼祭のお手伝いなど

### 障害者の施設では

お話し相手、クッキー作りなどの生産活動や販売のお手伝い、レクリエーション活動のお手伝い、接客など

### ボランティアグループでは

音訳、点訳の体験、手話による会話の練習、里山での草刈りなど

### 子どもの通う施設では

遊び相手、食事の世話、掃除のお手伝い、食事の片づけなど

問い合わせ：稲城市社会福祉協議会 ボランティアセンター

TEL042-378-3800

## ボランティアセンターからの活動レポート

### 手づくり市民祭りに参加しました！

今年もゴールデンウィーク期間（5月4日、5日）に開催される「手作り市民まつり」に参加しました。お天気にも恵まれ、沢山の方が来場してくれました。ボランティアグループの方々にサポートして頂き、今年はエトピア工房で作っている「手作りクッキー」の販売のほか、点字で名刺を作る体験コーナーや高齢者の身体状況が体感できる「疑似体験」コーナーを設けました。

### 点訳ボランティア「六点の会」による 「点字で名刺を作ってみよう」のコーナー



自分のお名前を一つひとつ点字で打ちます。



シールを貼ったりして、世界に一つだけの点字のオリジナル名刺ができあがり！

60名以上の方が点字体験コーナーを訪れてくれました。  
点字を身近なものに感じてもらえるといいなと思っています。  
中には「学校の福祉学習の時間に習ったよ」とスラスラ点字を打つことのできるお子さんもいました♪

### 福祉体験サポート「一歩」による 「お年寄りを体験してみよう！」のコーナー

子どもから大人まで幅広い年齢の方に「高齢者疑似体験」をしてもらいました。  
体験者から「もう少し、母（高齢）に優しくしようと思いました」等の感想を頂きました。体験をすることで高齢者の気持ちに少しだけ近くなっているのではないかと思います。



高齢者疑似体験の装具を装着して歩いてみると、視野も狭いし、足も重たい…。

### 「高齢者疑似体験グッズ」の貸し出し 疑似体験のサポートを行っています！

稲城社協では、「高齢者疑似体験」のサポートをしています。

高齢者疑似体験とは、疑似体験装具（ヘッドホンや特殊眼鏡、手足の重りなど）を装着して、日常生活動作を擬似的に体験することにより、加齢による身体的な変化（筋力、視力、聴力などの低下）を知り、高齢者の気持ちや介護方法、高齢者とのコミュニケーションのとり方を体験的に学ぶことができます。

ご興味ある団体、会社、商店、学校などにグッズの貸し出しやサポート体験の支援を行っています。お気軽にご相談ください★

### エトピア工房の手作りクッキー販売 のコーナー



ふれあいセンターの  
コーディネーターさんにお手伝  
い頂き販売しました。  
「毎年手作りクッキーを楽しみ  
にしているのよ」という声も多  
く、早くに完売しました♪





## インフォメーション



### ◆◇助成金情報◆◇

公益財団法人 太陽生命厚生財団  
「平成30年度 事業助成」

#### ▽助成対象

ボランティアグループ等が在宅高齢者または在宅障がい者等のために、福祉活動や文化活動を行うために必要な費用または機器、機材、備品などを整備するための費用。

▽助成金額：1件あたり10～50万円 ※合計2,000万円

▽応募締切：平成30年6月末日(必着)

▽応募方法：所定の申請書に記入後、当協議会の推薦を得て、下記に郵送してください。(申請書はホームページからダウンロードできます)

#### ▽お申し込み・お問い合わせ：

〒143-0016

大田区大森北1-17-4 太陽生命大森ビル

公益財団法人 太陽生命厚生財団事務局

電話：03-6674-1217

HP://www.taiyolife-zaidan.or.jp/



#### 目の不自由な方へ

点訳・音訳ボランティアグループのご協力により「本紙の点訳物・音訳CD」をお届けします。

#### お問い合わせは

稲城市社会福祉協議会ボランティアセンター

電話：042-378-3800

FAX：042-378-4999

### ◆◇イベント情報◆◇ いきいき芸能大会 観覧者募集！

▽開催日時：6月8日(金)

10時半～15時半

(開場は午前10時です)

▽場所：稲城市中央文化センター

▽内容：65歳以上の方が歌や舞踊などの発表を行います。総勢71組が出演致します。観覧者も一緒に行う健康体操や稲城繁盛節の踊りなどもあります。

一緒に一日を楽しみましょう。

▽費用：無料

▽主催：いきいき芸能大会実行委員会  
稲城市社会福祉協議会

▽協力：稲城市みどりクラブ連合会  
申し込みは不要です。当日直接会場にいらしてください

### ◇ 6月のプチハンズ ◇

プチハンズは、ボランティアの方が講師となり、毎月1回行なっている手芸の講習会です。どなたでも、お気軽にご参加ください。

今回は「ミニポーチ」です。



日時：6月27日(水)

午後1時30分～

会場：福祉センター

持ち物：裁縫道具

※材料費が若干かかります。