

令和7年度宇部ボランティアセンター登録個人ボランティア一覧

令和7年5月1日現在

【披 露】

No	活動内容	活動紹介	所要時間	備考
1	腹話術による防犯、交通安全指導、手遊び、絵本の読み聞かせ	子どもや高齢者を対象に腹話術、クイズ、手遊び、絵本の読み聞かせなどをおこなっています。	30分～1時間	
2	読み聞かせ、視覚障がい者サポート	読み聞かせを披露します。	要相談	
3	音楽療法	音楽療法士。音楽を用いて体を動かし、仲間と楽しむことができます。	1時間	キーボードを置く机、椅子、(ホワイトボード)、交通費
4	大道芸・手品・サックス演奏	大道芸・手品の披露、サックスの演奏。	要相談	希望曜日・・・水・土曜の午後

【講 師】

No	活動内容	活動紹介	所要時間	備考
1	パラスポーツ(障害者スポーツ)	上級パラスポーツ指導員。ボッチャ、卓球バレーなどのパラスポーツが楽しめます。	要相談	
2	音楽レク(健康体操)、口腔体操	音楽健康指導士。歌をうたったり、音楽に合わせて体を動かしたりすることで、健康を維持しましょう。	30分	
3	笑いヨガ・あいうべ体操	「笑いヨガ～カラダを動かしてココロも動かすラフターヨガ」 「あいうべ体操～口元の筋肉を鍛えて健口に～」	1時間	
4	手話	手話かるたの指導。	1時間	
5	防災講演	防災に関する講演。	要相談	プロジェクター等
6	英語	英語の補習のお手伝いをします。	要相談	
7	フレイル予防	理学療法士。介護予防運動指導員。フレイル対策推進マネージャー。社会的、精神的、認知的、オーラル、身体的どのフレイルでも対応可能です。	要望に応じて調整可	プロジェクターがあれば尚良し
8	姿勢矯正・体操	理学療法士。姿勢矯正や筋力トレーニング、柔軟などの体操の指導。	要相談	椅子