

# 完全予約制



ぜひ参加・体験してみませんか！  
ボランティアをされたことのない30～40代の方も一度体験されてみては、いかがですか？10代から80代の方が、約1400名現在活動されています。

## 令和3年度生募集

好評にお応えして  
9月25日(土)

会場 木津老人福祉センター  
定員 各講座 5名  
定員になり次第締切ります  
～受講料無料～

# 市民ボランティア入門講座

受講生談：初めて体験しました。身近に、いろんなボランティアさんが活動されているんですね。ダイエットにもいい。今度は、物作りに参加したいです。参加したボランティアに興味がありました。楽しかったです。健康のためにも・・・などの声が、届いています。

現在センターに登録されているグループ数は、120組です。

主催)木津川市ボランティアセンター 後援)木津川市教育委員会

### 【お申込み期間】

9/1(水)から9/15(水)までに **必ず 電話/FAX 72-9155** で、ご予約してください。

対象：一般市民・ボランティア活動に興味のある方どなたでも。お気軽にお申込み下さい。お早めに・・・

注)今年度は、コロナウィルス感染症拡大防止のため、少人数で行います。必ずマスクを着用のうえお越し下さい。

講習単位	1時間目(午前の部)	2時間目(午前の部)	3時間目(午後の部)	4時間目(午後の部)
受講時間	10:00～10:50	11:00～11:50	1:00～1:50	2:00～2:50
第1教室 (2階会議室)	手話サークル『てのひら』	和のフィットネス 夢中		傾聴ボランティア うさぎ
内容	【体験・活動紹介】 手話をはじめてみませんか	【体験】聞きなれた曲に合わせて、リラックスをし、ストレッチポールに乗って身体の骨格、筋肉のゆるみを直す運動です。一度体験してみませんか		【体験・活動紹介】 傾聴の説明と実際の活動内容の紹介。
《準備物》	筆記用具	運動可能な普段着 着用		特に無し
第2教室 (2階図書室)	リーベ～ドッグセラピー	加茂の森林守り隊	創作ボランティアゆらり 切り絵体験 ①	創作ボランティアゆらり 切り絵体験 ②
内容	【活動紹介・体験】 日頃の活動内容の説明。グループの紹介。	【活動紹介】 「里山整備等での山の自然の楽しみ方とは」を紹介。	【体験】 切り絵づくりの体験。今回は、お月見カードです。	【体験】 切り絵づくりの体験。今回は、お月見カードです。
《準備物》	特に無し	特に無し	はさみ(お持ちの方は)	はさみ(お持ちの方は)
第3教室 (1階会議室)		傾聴ボランティア はるかせ	ボランティアとは&おもちゃの図書館ボランティア	
内容		【体験・活動紹介】 傾聴の基本(入門編)	【紹介等】 木津川市内のボランティアグループの紹介、おもちゃの図書館ボランティアの紹介等。	
《準備物》		特に無し	特に無し	

※都合により教室の変更がございますので、当日お確かめください。

今年度は、感染症の状況次第で中止になる場合も御座いますので、御了承下さい。

## 申込・お問合せ先：木津川市ボランティアセンター

木津川市木津川端19(木津老人福祉センター内)

TEL/FAX 72-9155

