

☆どの地域のボランティアでもお申込みできます☆

地域	体験ボランティア名	日程	体験場所及び集合場所	体験時間	定員	体験内容	持ち物	参加費
木津	①手話サークル てのひら	8/5(金)	木津老人福祉センター	10:30~12:00	5名	・聴覚障がい者と手話であいさつ、自己紹介 ・聴覚障がい者のくらしを知る	なし	なし
	②大正琴 琴音会	8/18(木)	木津老人福祉センター	13:30~14:30	5名	・大正琴で簡単な曲を弾いてみましょう	飲み物	なし
	③さわやかコーラス	8/2(火)	木津川台1丁目集会所	10:00~12:00	上限なし	・コーラス	なし	なし
	④和のフィットネス夢中	8/4(木)	木津老人福祉センター	14:00~15:00	上限なし	・音楽に合わせての健康体操 ・ストレッチボールの運動	なし	なし
	⑤こそだてママnet☆	8/1(月)~ 8/5(金)	山城町森林公園	9:30~15:30	各2名	・デイキャンプのスタッフ補助 ・デイキャンプの参加対象は年中~3年生・中学生以上	弁当・飲み物・汗拭きタオル・かかと付きサンダル・濡れてもいい服・長袖・長ズボン	1000円
	⑥相楽台お助け隊“ゆう”	8/7(日) 雨天時は中止	相楽台小学校周辺	9:00~10:30	5名	・相楽台小学校周辺の清掃、除草作業	飲み物・手袋(作業用)・帽子・タオル	なし
	⑦元気アップ介護予防サポーター高の原(水)	7/27(水)	兜台集会所	13:00~14:50	3名	・音楽に合わせて体操をする	飲み物・汗拭きタオル・上靴	なし
	⑧本町東ふれあいサロン	7/23(土) 7/30(土) 8/6(土) 8/20(土)	木津老人憩いの家	13:30~16:00	上限なし	健康体操	飲み物	なし
	⑨本町東グラウンドゴルフ	7/29(金) 8/5(金)	木津グラウンド	9:00~11:00	上限なし	グラウンドゴルフ	飲み物	なし
	⑩本町東ベタンク会	7/26(火) 8/2(火) 8/9(火)	木津グラウンド	9:00~10:30	上限なし	ベタンク	飲み物	なし
	⑪ピンポンクラブエリン	7/28(木) 8/11(木)	木津スポーツセンター2階	13:00~15:00	各3名	卓球を通じて認知症の方と交流をはかる	体育館シューズ	なし
	⑫州見台グラウンドゴルフ	7/23(土) 8/6(土) 8/13(土)	州見台小学校グラウンド	9:00~10:00	各10名	グラウンドゴルフ・草取り・トイレ掃除	なし	なし
	⑬市坂土曜歩こう会	7/23(土) 7/30(土)	十輪寺正門前集合	17:00~18:00	各5名	散歩	なし	なし
	⑭西町ひまわり会	8/6(土)	西町集会所	13:30~14:30	5名	高齢者との交流・輪投げ	飲み物・タオル	なし
	⑮わんぱく組	7/29(金)	州見台1・2丁目集会所	17:00~19:00	5名	夏祭りのお手伝い・ゲームのお手伝い・後片付けや準備、簡単な掃除	飲み物・動きやすい服装	なし
	⑯城山台1丁目くみ広場	8/4(木)	城山台1丁目集会所	10:30~12:00	3名	・小さい子ども(0~5歳ごろ)と一緒に遊ぶ ・親子広場がどんなところか知ってもらう	飲み物	なし
	⑰ワンコインサロン友遊クラブ	7/25(月)	木津ふれあい健康グラウンド(木津さくらの森保育園南側)	13:30~15:00	6名	・グラウンドゴルフの体験 ・地域の高齢者とのふれあい	帽子・タオル・飲み物・運動しやすい服装	なし
	⑱元気がつろぎカフェ	8/4(木) 8/18(木)	大里会館	13:30~15:00	各5名	・体力維持を目的とした音楽体操や筋トレ、ストレッチ	飲み物・タオル	なし
	⑲兜台レミファクラブ	7/26(火)	兜台集会所	13:00~16:00	10名	・サロン会場の準備 ・サロン会場受付 ・後片付け	飲み物	なし
	⑳健康麻雀	7/28(木)	相楽台8・9丁目集会所	13:30~16:30	4名	麻雀を通じて交流、楽しさを知ってもらう	マスク	なし
	㉑わくわくサロン“かぶとだに”	8/16(火)	兜台集会所	9:30~12:00	2名	・会場セッティング ・受付補助 ・参加者と一緒に体操やゲームなどを体験	飲み物・上履き	なし
	㉒四つ葉クラブ	7/28(木)	南後背荘園集会所	13:00~16:00	3名	・お口、全身の体操 ・脳トレ	飲み物・上履き	なし
	㉓サロン“ゆう”相楽台	8/2(火)	相楽台8・9丁目集会所	9:40~11:40	5名	・サロン開催に向けての会場準備、後片付け ・参加者の交流	飲み物・上履き・マスク	なし
	㉔楽らくエクササイズ教室	7/23(土) 7/30(土)	相楽老人福祉センター	10:00~11:30	各10名	・ラジオ体操 ・レクリエーション、歩行練習	飲み物・タオル	なし
	㉕相楽台健康体操教室	8/8(月)	相楽台5丁目集会所	13:30~15:00	10名	・ラジオ体操、ユゲニサイズ ・レクリエーション、歩行練習	飲み物・タオル	なし
	㉖サロン“かすみ草”	8/5(金)	高の原駅西団地9号棟集会所	13:30~15:00	3名	体操、歌、脳トレ	飲み物、上靴、タオル	なし
	㉗ポピンズジャズ体操サロン	7/26(火)	コンフォールかぶと台集会所	13:30~14:30	10名	・リズム体操 ・ストレッチ ・レクリエーション	飲み物・マスク	なし
加茂	㉘サークル かもめ	8/9(火)	南加茂台公民館裏庭	9:00~11:00	10名	・アルミ缶とスチール缶の分別作業	軍手・お茶・長袖・長ズボン	なし
	㉙朗読いずみ	7/27(水) 8/3(水)	加茂文化センター工作室	10:30~12:00	各5名	・朗読の練習	無し(朗読のしたい絵本等がありましたらご持参ください)	なし
	㉚加茂手話サークルかたつむり	7/27(水)	加茂ふれあいセンター	10:30~11:30	5名	・簡単な手話を学び表現する ・聴覚障がい者と手話や身振りで交流する	筆記用具・お茶	なし
	㉛元気アップ介護予防サポーター	7/27(水) 8/3(水) 8/10(水)	加茂支所3階いばしょサロン	13:30~15:30	各日程 3名以内	・高齢者と楽しく体操	お茶・タオル・マスク	なし
	㉜子どもと教育を考える会ららもか	8/6(土)	加茂文化センター1階リハーサル室	10:30~11:45	7名	・ららもかの踊りを見る ・囀りやパーラウケを持って踊る体験	水筒・タオル・上靴	なし
	㉝子どもと教育を考える会ららもか川の学校in新川	7/23(土)	新川	9:30~11:30	5名	・川の学校の準備の手伝い ・小さい子(低学年)の見守りや魚とりの手伝いなど	帽子・タオル・着替え・お茶・網やバケツなど	なし
	㉞あじさいを育てる会	7/30(土) 8/13(土)	南加茂台野上公園・熊谷公園(集合は南加茂台公民館駐車場)	8:00~10:00	各3名	・あじさいのさし木体験 ・あじさいの除草	帽子等の日よけ対策・汚れてもよい服(道具、大人用軍手、飲み物は支給します)	なし
	㉟ペイントモモ	8/8(月)	加茂ふれあいセンター	10:00~12:00	10名	ステンシル&トールペイント	飲み物、雑巾または布	500円
	㊱ボランティア フードバンク	8/9(火)	Haves 木津川台店	10:00~15:30 ①10:00~11:30 ②11:30~12:45 ③12:45~14:00 ④14:00~15:30	各時間1名	・フードドライブの寄付食品の受付 ・チラシの配布	帽子・飲み物・熱中症を予防できるもの	なし
	山城	㊲◎ほのぼの会(調理・配達)	7/27(水) 8/3(水) 8/17(水)	山城コミュニティセンター(山城保健センター)調理室	13:30~17:00	各2名	・高齢者へのお弁当の調理補助、配膳 ・高齢者宅への見守りを兼ねた配達 ※保険検査有	エプロン・三角巾・タオル・飲み物
㊳子育てサロンりんごちゃん		8/18(木)	山城コミュニティセンター(山城保健センター)	10:00~12:00	2名	・小さな子どもさんとのふれあい ・夏祭りのお手伝い	飲み物・各自必要なもの	なし
㊴赤ちゃんサロンみるくちゃん					2名			なし
㊵元気アップ介護予防サポーターやましろ		7/28(木) 8/4(木) 8/18(木)	アスピアやましろ	10:00~11:30	各5名	・元気アップ体操、脳トレのお手伝い	タオル・飲み物	なし
㊶山城小助け隊(アッピー)		8/20(土)	泉橋寺のお地藏さん前	9:00~11:00	上限なし	・通学路の雑草の草刈り	熱中症対策(帽子・タオル・飲料・運動靴・軍手)	なし
㊷わくわく会		8/5(金)	山城支所別館	14:00~15:30	5名	・元気アップ体操、脳トレのお手伝い	飲み物・運動できる服装	なし
㊸ひまわり会		7/27(水) 8/3(水) 8/17(水)	平尾ちびっこ広場	10:30~12:00	各10名	・ラジオ体操 ・脳トレ 等	飲み物	なし
㊹健康マージャンたけのこ会		8/3(水) 8/10(水) 8/17(水)	アスピアやましろ1階和室	13:00~16:00	上限なし	・子ども達に健康マージャンを教え、楽しく遊びます	飲み物	なし
㊺木津川市パソコンニューメディアサロン		8/11(木)	山城コミュニティセンター(山城保健センター)	13:00~16:00	5名	・地域の方々のスマホ・パソコン相談 ・若い世代のスマホ・パソコンの色々な使い方の紹介	自前のスマホ・パソコン	なし
㊻南平尾活き活き農園		7/24(日) 7/31(日)	南平尾活き活き農園(開橋交差点サロン・ド・シヤンの裏側)	9:00~11:00	各10名	・野菜の収穫 等	手袋・飲み物・帽子など暑さ対策のもの	なし