

郡上市ボランティア連絡会 出前ボランティア

R7.9.9現在

	出前タイトル	出前内容	団体名	所要時間	対象	出前可能な時間帯	経費等	その他
1	マジック	マジックの披露	夢マジック	60分	こども～高齢者	13:00～16:00		
2	手話って何? 手話で歌ってみよう	手話で歌を楽しむ	郡上手話サークルたんぽぽの会	30分～60分	小学生以上	要相談		
3	回想法	昔の生活用具などをもとに語り合うことで、脳に刺激を与え認知症を遅らすことができます	ぼちぼちいこ会	60分	高齢者	平日		
4	オカリナ	オカリナ演奏	森のオカリナ隊 (郡上ミスチーフファミリー)		こども～高齢者	要相談		
5	スクエアダンス	スクエアダンス	サニーフィールド スクエアダンスクラブ (郡上ミスチーフファミリー)		こども～高齢者	要相談		
6	ストレスリダクション	体を弛めリラックスする体験	個人ボランティア	90分	こども～高齢者	10:00～12:00 13:00～15:00		
7	懐かしの昭和歌謡	ギター演奏＆ボーカル	ロクエモン	60分	こども～高齢者	平日・休日 9:00～16:00		
8	うたおまいミニコンサート	ギター演奏で皆さんで知つてある歌を唄いましょう	そよかぜフレンズ	60～90分	高齢者	9:30～16:00		原則美並町内、ただし町外は要相談

	出前タイトル	出前内容	団体名	所要時間	対象	出前可能な時間帯	経費等	その他
9	心も体も元気になろう	軽体操、頭の体操、マジック、ゲーム、健康の話	縁（えにし）	60分	こども～高齢者	要相談	協力金として 1,000円	
10	歌のプレゼンター	歌をとおして癒しと娛樂の プレゼント ※即興演奏によるリクエスト対応	デリバリーステージ	60分	高齢者、障がい者、一般及びその介護者	10:00～ 20:00	交通費 (白鳥町外) ※要相談	
11	おもちゃで遊ぼう！	・おもちゃを通した親子の ふれあい ・ママ友作り	郡上八幡おもちゃ図書館 「ポン太」	90分	未入園児の親子	火曜日～金曜日 10:00～ 12:00		
12	ミニコンサート	童謡、唱歌、昭和歌謡、 ポップス等のフルート・リコーダー・ピアノの演奏	奏楽（そら）	30分～60分	子ども～高齢者	平日 10:00～ 16:00		八幡・美並町 内のみ
13	にんげんをかえせ (ピカドン物語) 戦時中の人々の暮らし	朗読	郡上朗読の会	20分	小学生以上	要相談		
14	足裏から健康になろう！ フットセルフケア	大人もこどもも年齢問わず自分 の足裏を観察しセルフケア をする講座です。	folganza (ふおるがんざ)	60分	子育てサロン 高齢者サロン	水・木・金 9:30～15:30	実費・出張費 (500円～ 1,000円)	
15	コーラス	呼吸法、体操、唄	シルバーコーラス	60分	高齢者	火曜日	100円	持ち物 水分
16	チェアヨガ	イスを使用してヨガポーズを とります。不可のない動きで すが、体も心もスッキリしま す！	個人ボランティア	30分～60分	どなたでも	要相談	交通費 (八幡以北) ※要相談	
17	サンタがやってくる！	・サンタクロースの衣装の 貸出し ・ボランティアによるサン タクロースの訪問	郡上市ボランティア 連絡会	60分	未入園児の親子	要相談		