

# ボランティア先生紹介 days

## ボランティアをしたい！ お願いしたい！

市内で「ボランティアをしたい！」といった人や団体・グループの皆さんを応援します。

また、市内の公共施設を会場に開催される教室やイベントを企画する皆さまの講師探しをお手伝いします。



7日(金)～9日(日)

### ちば生涯学習ボランティアセンター情報紙拡大展示 「ボランティアが作るボランティアタイム」展～第1号から最新号まで～

ちば生涯学習ボランティアセンターに登録されているボランティアの様々な活動をご紹介します。またボランティアタイムを一挙展示します。



8日(土)

会場はいずれもセンター入口のアトリウムガーデンです

### パラスポーツ「ボッチャ」体験会 ボッチャのボールを投げてみよう！

「ボッチャ」ってどんなスポーツ？ボールを投げてみたり、ミニ対戦をしてみたり、ぜひこの機会に大人も子どもも、ボッチャを体験してみよう！



K13-011 小出 弘司

【時間】  
13:00～15:00

当日参加自由

### 「ピアチェーレ」コーラス

女性4人のコーラスグループです。ご一緒に楽しいひと時をお過ごしください。  
G17-003 ピアチェーレ



【時間】13:00～

### 「バルーンアート」実演&体験

細長～い風船から作られるバルーンアートをお楽しみください。



K14-019 菅原 勝男

【時間】実演12:00～/体験14:00～



9日(日)

7日(金)

in ボランティアフェア

7日(金)

### 高齢者のための薬の知識と正しい使い方

高齢になると若い頃とは薬の効き方が変わってきます。また、複数の病気による、多くの薬を飲むことでの副作用のことなどについて、分かりやすく解説します。  
K18-004 井上 治

【会場】3階 研修室3  
【時間】10:00～11:30  
【費用】無料  
【対象】市民  
【定員】10人



### すぐ実践できる!心も身体もリラックス♪ 首肩手セルフケアトリートメント

今日からすぐ実践できるセルフケアです。お風呂上りのリラックスタイムや仕事の合間に、自分で自分を癒すトリートメント体験してみませんか？  
K17-029 佐久間 智子

【会場】3階 研修室3  
【時間】13:30～15:00  
【費用】無料 (ハンドクリーム持参)  
【対象】成人 【定員】8人



※妊婦の方、病後間もない方、感染症にかかっているなど体調の悪い方は、ご遠慮ください。

8日(土)

### 親子で楽しむ花遊び

自然の草花にふれ、簡単アレンジやミニリース作りを楽しみましょう。制作過程でゆっくりコミュニケーションをとる事により、いつもと違った子どもの姿や柔軟な発想に気づけます。  
K17-026 小川 美子

【会場】3階 工芸研修室  
【時間】10:00～11:30  
【費用】500円(お一人様)  
【対象】親子(小学生と保護者)  
【定員】5組



### 紙粘土工作教室

来年の干支「いのしし」を紙粘土で作り、紙粘土工作の楽しさを知ってください。  
K17-007 野上 都子

【会場】3階 工芸研修室  
【時間】13:00～14:30  
【費用】300円  
【対象】小学生  
【定員】10人(保護者同伴可)



9日(日)

### 認知症とその予防

認知症のことで不安や困っていることはありませんか。認知症の定義から、発症の流れ、日本の現状など、認知症発見ゲームや予防について学びます。  
K18-001 岸木 澄子

【会場】3階 研修室2  
【時間】9:30～11:00  
【費用】無料  
【対象】市民  
【定員】20人



### いきいき-太極拳

中高年の健康づくりとしての入門太極拳。簡化24式太極拳を始めるための準備講座です。  
K18-012 榎 智嗣

【会場】地下1階 映像音声加工編集ブース  
【時間】13:00～14:30  
【費用】無料  
【対象】中高年  
【定員】10人  
(動きやすい服装と靴を準備)



### 上記講座の申込方法

【申込期間】11月1日(木)～定員まで先着順

下記の必要事項をご記入の上、直接千葉市生涯学習センターの窓口またはFAX(右参照)にてお申し込みください。

【窓口】1階 生涯学習広場「学習相談窓口」  
2階 調査・資料室カウンター

### 【必要事項】

①希望講座名 ②氏名・ふりがな(※保護者氏名も)  
③年齢(学年) ④住所 ⑤電話番号 ⑥FAX番号

主催・会場・お問い合わせ  
千葉市生涯学習センター  
〒260-0045 千葉市中央区弁天3-7-7  
TEL.043-207-5815 FAX.043-207-5817  
【アクセス】  
・JR千葉駅から徒歩8分  
・千葉都市モノレール「千葉公園駅」から徒歩5分