

地下1階のラウンジ等を会場に、登録ボランティアミニ講座を始めます。

ミニ講座、地下1階で続々開催！

7月から10月の間に12回開催しました。参加者の定員は10人程度とアットホームな中にも、内容の濃い講座が行われています。

このミニ講座は、センター登録のボランティアさんの活動内容を広く市民へ紹介することができ、これから講座を開催する方のプレ講座として利用することもできます。また、他のボランティアさんの講座に参加するこ

とで、学びの機会としても位置付けられます。

◎「楽しかった」と大好評

講座参加者の感想では「興味はあったが、詳しく聞く機会がほとんどなかったたので、基本的なことが分かってよかった」（年金講座）、5回コース全てが身近な問題ばかりでした」（びわの実5回講座）、「短時間でコンパクトに話しくださり、内容のアウトラインを理解することができました」（相続）、「アーユルヴェーダのお話を聞いたのは初めてだったの



- ### 7～10月のミニ講座
- ◎相続 年金 後見 認知症 悪質商法 (シニアサポートの会びわの実)
 - ◎アーユルヴェーダ体質診断 (福島涼子)
 - ◎語源から考える、食文化雑学 (松崎 修)
 - ◎心きらめく子ども工作クラブ (大木由美)
 - ◎人生後半の生き方 (坂田昌彦)
 - ◎ウォーキング (武田ひとみ)
 - ◎大人のためのお話し (大坪洋子)
 - ◎中高年のためのヴォイス トレーニング (ひがき順子)

で興味深かったです」など。

◎子ども講座は笑顔、笑顔！

小学校低学年を対象にした、心きらめく子ども工作クラブでは「工作が上手にできてうれしかったです。また来たいです」「先生の話も分かりやすかった」というすてきな感想が寄せられました。

ミニ講座、ぜひご活用ください。



子ども工作クラブでは「かわいい工作ができてうれしいです」と目がキラキラ！



相続などの講座では「質問を受けていただいてよかった」との声が！



ニューフェイス！

あいおいゆめ
愛生夢バンド

だれでも楽しめる気楽なバンド

バンドと聞くと敷居が高く、歌のお好きなあなたでも、自分とは無縁だと思っている方も多いかと思います。私たちは、だれでも楽しめる気楽なバンドを目指して活動しています。歌を通じて、地域の交流の場を作ろうとこの活動を立ち上げ、5年経ちました。現在シニア5名のメンバー構成となっています。

生ギターをバックに一人で歌謡曲を歌う。カラオケをバックにデュエットでコーラスを歌う。全員で、日本の歌やオリジナルナンバーをコーラスする。簡単なバンド演奏を楽しむなど、多彩な活動に取り組んでいます。そして、年に何度かコンサートを行っています。



愛生夢バンドの皆さん

【G14-006】

登録ボランティアスキルアップ講座実施報告

ー放送大学に行ってきました！

登録ボランティアの皆さんの学習や趣味の幅を広げるツールとして、身近にあり学びやすくなった放送大学を見学しました。

大学の概要についてレクチャーを受け、キャンパス内の教室や学生ホールなどを見学しつつ、無料公開講座の案内やサークル生の作品なども紹介いただきました。

参加者からは「多くの方が年齢にかかわらず学び、集っていることに、また、充実した設備や環境などに感心しました」と感想をいただきました。



近くに集まってください！見学を始めます



活発なサークルの活動スケジュールを拝見



公開講座の案内は要注目！



2階通路から撮影スタジオの様子を見学

■■ボランティアの登録は■■

千葉市生涯学習センターでは、さまざまな分野で活動していただけるボランティアを求めています。活動に関心のある方はぜひご登録を！

■■ボランティア依頼をお考えなら■■

ボランティアセンターでは、グループで活動されている方々のお話を伺い、ボランティアの講師・人材をご紹介します。お気軽にご連絡ください！

■■お問い合わせ先■■

ちば生涯学習ボランティアセンター
TEL 043-207-5815
FAX 043-207-5817
E-mail: volunteer@chiba-gakushu.jp

生涯学習ボランティアフェア 2016

ーボランティア先生と体験しよう 11/12(土)～14(月)

今年はエスキーツennis体験やその他体験コーナー、アトリウムライブを行います。

知識や経験、技能をもった登録ボランティアの活動紹介イベントです。各所にて役員をされている皆さま、ぜひこの機会に直接ご覧ください。

※エスキーツennisとは・・・鳥の羽をつけたスポンジボールを木製ラケットでテニスのように打ち合うスポーツ。屋外、屋内 どちらでもプレー可能です。

	1F アトリウムガーデン	1F エントランス	BF ラウンジ
12 (土)	《AM》 エスキーツennis 体験 	《FM》 能楽手続い タカハ帽子 【事前申込500円】	《AM》 ミニ講座 「古くよかな調子 にのびる 聴き方・話し方」
13 (日)	《AM/FM》 アトリウムライブ * 詳しくは2～3Pを ご覧ください	《AM/FM》 能楽絵コーナー 【当日整理券 500円】	 画: K15-030
14 (月)	《AM/FM》 広報紙「ボランティアタイム」展示 * かなごで数独 パズルにフアフク		《AM》 ミニ講座 「古地図による旅の 散策の楽しみ方」

今から申し込める！お役立ち講座案内

* 詳しくは学習支援グループ担当まで 043-207-5815

- ①プレゼン力アップ！シンブルに伝える
「紙芝居プレゼンテーション」の極意(11月28日)
- ②「地域活動に役立つ！コミュニケーション力に“磨きをかける”
～人との関わり方、話の聴き方のコツ～」(1月15日)
- ③「思わず手にするチラシをつくる」(1月28日、2月4日)

ボランティアタイム(カラー版)は以下のHPで見られます。 http://www.chiba-gakushu.jp/advice/advice_03.html

(K・F)

編集後記

音楽にはストレスや体の疲れをとるリラックス効果があります。ハワイアンが好きでよく聞きますが、心地よく耳に響き渡る音色に癒されます。

聴くのは好きでも歌うのは苦手...歌唱指導をしている登録ボランティアさんに、歌の上達方法のひとつとして、歌手が歌っている音源を繰り返し何十回、何百回と聞かながら歌うことで、音程がずれなくなるのアドバイスを受けました。

一曲でも得意な曲ができるといいなと思いつつ、実践中です。



“音色”にふれてみませんか

季節の中で一番爽やかなこの時、あなた色の音を見つけてみませんか？音楽活動を得意とするボランティアの方々を紹介します。



管楽器オーボエ

水野 浄さん
(K08-028)

活動内容

- ・オーボエの演奏、指導
- ・アンサンブルの指導

これまでの活動先

- ・公民館・学校・老人ホーム

👉気をつけていること

最後に会場の皆さんと「一緒に歌おう」のコーナーを設け、聴くだけでなく参加して楽しんでもらうようにしています。



ギター・ウクレレ

榎林 雅行さん
(K14-034)

活動内容

- ・ギター、ウクレレの弾き語り
(フォークソング、ポップス、昭和歌謡、童謡、唱歌)

これまでの活動先

- ・老人介護施設・学習センター

👉伝えたいこと

フォークソング全盛の頃から自分なりに楽しんできたギターの弾き語りと、最近始めたウクレレで、多くの人にもその楽しさを伝えたいと思います。



声楽

矢代 美也子さん
(K15-028)

活動内容

- ・ピアノ、ヴォーカル、コーラスの指導・演奏
- ・基本のヴォイストレーニングを大事にしています。

👉楽しめる工夫をしています

参加者に合わせて演奏や指導法を変え、無理なく楽しんでもらいます。楽譜があれば参加者に歌ってもらい、その伴奏をします。



見に来てね



ボランティアフェア2016 アトリウムライブ(11/13)

♪午前の部♪ (10:00~11:45)

- | | | |
|---------------------|----------|---------|
| ① ギターと雑学・マジック | K 05-030 | 気楽天家さん |
| ② クラリネット | K 05-052 | 高橋 浩司さん |
| ③ フルート | K 05-044 | 森 由紀恵さん |
| ④ 民謡・安来節 | K 10-045 | 石原 秀徳さん |
| ⑤ ギター&ハーモニカ
弾き語り | K 14-038 | 秋月 陽山さん |

♪午後の部♪ (12:30~15:05)

- | | | |
|------------|---------|-----------|
| ① ギター弾き語り | K14-031 | なるこうじさん |
| ② ハワイアンバンド | G16-002 | サウズ・アロハさん |
| ③ フラダンス① | K16-001 | 長谷 繁子さん |
| ④ ヴィオリラ | K08-031 | 民姫さん |
| ⑤ ギター歌謡ショー | K14-007 | 山地 正記さん |
| ⑥ フラダンス② | K16-001 | 長谷 繁子さん |
| ⑦ テノール独唱 | K14-020 | 根本 晃さん |

司会

K16-003 佐々木 陽子さん

弦楽器ギター

賀陽 敏彦さん
(K12-006)

活動内容

- ・クラシックギター演奏
(童謡、歌謡曲が中心)

これまでの活動先

- ・いきいきプラザ

👉ボランティアを始めた理由

現役リタイヤ後学生時代にやっていたギターに再度触れ、その楽しさを改めて感じました。これで何か社会貢献できればと思っています。



三味線・民謡

佐藤 桂子さん
(K08-033)

活動内容

- ・民謡の指導
- ・腹式呼吸、腹式発声の指導

これまでの活動先

- ・自治会・老人会・老人ホーム
- ・小学校放課後子ども教室・いきいきセンター
- ・知的障害者施設(現在継続中)

👉健康増進に役立ちます

腹式呼吸を学び思い切り声を出して唄うことはストレス解消につながります。また呼吸筋 UP により嚥下障害予防や認知症予防などの効果もあります。



民謡の歴史、唄の内容について説明します