

発行 昭島ボランティアセンター

〒196-0015 昭島市昭和町 4-7-1 あいぽっく 2階

TEL: 544-0388 Fax: 543-0003

# 夏ボラ (夏体験ボランティア)

毎年、社会福祉協議会では【夏の体験ボランティア】を開催しています（略して夏ボラ）。日頃、学校やお仕事でボランティア活動が出来ない方、またボランティア活動をした事のない方を中心に体験が出来ます。

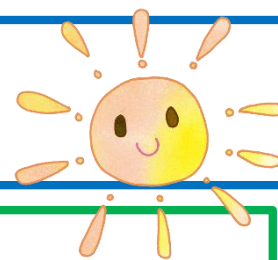
今年も多くの方にご協力を頂き、ボランティア活動を通して、新しい発見や出会い、経験ができる事でしょう。ボランティア活動を通して、多くの人と出会い、新しい自分を発見してください。ボランティア体験は自分を成長させてくれます。一歩踏み出して今年の夏を、思い出の夏にしてみませんか。

## 夏ボラ パッケージプラン ～1日体験・ガイド付の超初心者向けメニュー～

- ① 高齢者の理解とボランティア体験 AM 理解→昼食→PM パピネス→振り返り
- ② 障害者の理解とボランティア体験 AM 理解→昼食→PM あすはの会→振り返り
- ③ こどもの理解とボランティア体験 AM 理解→昼食→PM 愛☆会い→振り返り
- ④ ボランティアグループでの活動体験 AM 理解→昼食→PM 腹話術体験もしくはおもちゃの修理  
全て、1日限りのパックメニューです。

## 高齢者支援・児童支援・障害者支援ボランティア

～各施設へボランティアに行きます～



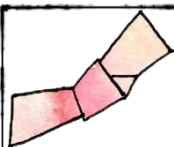
## 親子プログラムメニュー 1日親子体験のプログラムです

- ① 視覚障害の話と盲導犬の話 視覚障害の方から盲導犬のお仕事を学びます。
- ② 視覚障害の話と料理教室 視覚障害の方のお話と一緒に料理を作ってみんなで食べます。
- ③ 点字でお手紙 点字で名前とお手紙を作ってみよう。

詳細は、次回ふれあい7月1日号をご覧ください。

上記は予定です。

# ～ボランティアグループ・ボランティア情報～



## 新茶を楽しみます

新茶の飲み比べ（お抹茶もお入れします）

- ▽日時 6月1日（木）14時～16時
- ▽場所 あいぽっく4階ボランティア活動室
- ▽対象 どなたでも
- ▽参加費 100円
- ▽申込 不要
- ▽主催 ほっとポット

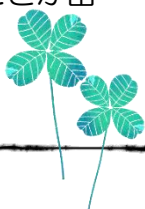


## 木曜散歩

一人で外出できない高齢者の方を散歩の介助同行です。

ご一緒に季節を感じていただきたいと思えます。

- ▽日時 毎週木曜日 14時～15時30分  
（予定）真夏・雨天中止
- ▽場所 愛全園（田中町2-25-3）
- ▽対象 車椅子を押していただくことが出来る方
- ▽申込 ボラセン



## 一緒に料理を作りましょう

料理講習会を通じ料理の知識や実務の習得を行い、自らの健康管理、増進を築き会員相互の理解を深め、親睦を図っています。一緒に活動しましょう。

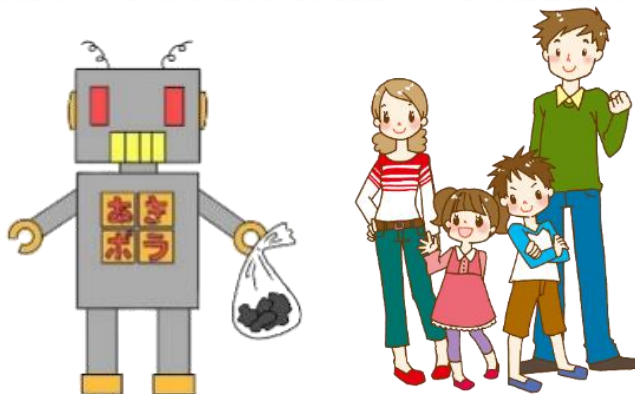
男性中心のボランティアグループです。

- ▽日時 月1回（不定期）
- ▽場所 あいぽっく3階調理実習室
- ▽参加費 1回500円 年会費3000円
- ▽持ち物 エプロン・三角巾等
- ▽申込 ボラセン
- ▽主催 食楽会

女性中心のグループもあります。女性の皆さんもお待ちしております。

- ▽申込み ボラセン
- ▽主催 キャロット

どちらも見学可（参加費500円食事代）お気軽にお電話ください。



Face book（フェイスブック）…ボランティアさんの活動がこまめに更新されています。フェイスブックを利用されていない方は、4階ボランティア活動室にプリントしてありますのでご覧ください。いろんな活動が記載されています。Face bookを使用している方は『いいね』をしたら、ニュースフィードに投稿されます

LINE…最新のボランティア募集情報や講習会の情報を定期的に配信しています。LINEを使用している方は是非、お友達追加をしてください。ID @cgc8411j



QRコード

昭島ボランティアセンターでは、**ちょこっとボランティア**をしてくださる方を募集しています。情報提供をしてくださる方は、ボランティアセンターまでお願いします。**ちょこっとボランティア**とは、囲碁・将棋の相手、サロンのお手伝い、パソコンを教える、散歩やハイキングへ一緒に行く等々。ご自分の趣味を生かしたものから、ご近所のゴミ捨てのお手伝いまでどなたでもできる活動です。