

音楽	渋谷バンド	昭和時代の歌謡曲、フォーク、童謡を皆さんと一緒に唄いましょう。ラテンの曲も聴きごたえアリ！	活動時間：応相談
舞踊	ともしび	日本舞踊や新舞踊を、昭和の歌謡曲にあわせて踊ります。参加者全員で歌うコーナーもあります	活動時間：1時間程度
舞踊	なでしこの会	日本舞踊、八木節などを披露。踊りの合間には脳トレ。椅子に座ったまま踊れる曲もあり、参加者全員で楽しめます」。	活動時間：1時間程度
舞踊	橘舞踊会 ★	本格的な芝居一座のような、凝った演出が評判です。踊りも歌もプロ並み！	要交通費 早めの依頼で。 活動時間：1時間半～2時間
舞踊	パウレレ	ハワイの曲に合わせて華やかな衣装でフラダンスを踊ります。椅子に座ったまま踊れるフラダンスも教えてもらえます。	活動可能日 土、日、祝
健康体操 講話	SP子持	ぐんぐん体操（介護予防）、脳トレゲーム、健康講話、レクリエーション、キーボードやアルペンホルン演奏を行います	第2火曜不可
パネル シアター	ブラックパネルシアター Dream15（ドリームいちご）	蛍光塗料で描いたパネルシアター。昔話や、外国の童話などを上演します。	パネルシアター 活動時間：45分程度
手品	渋谷マジックサークル ★	いろいろなマジック。ロープ、シルク、花、本物の鳩、リング、バルーンなどを使った手品を披露します。子どもから高齢者まで、どの世代でも盛りあがり、楽しめます。	交通費要 開始前に準備時間必要 （90分程度）
演芸	南京たまこ & すだれ	南京玉すだれのコンビ。脳トレ、クイズ、体操などで盛りあげます。	活動可能日 土・日・祝

※ボランティア活動は無料です（荷物搬入のため、交通費が必要な団体もあります）
★印が交通費が必要な団体です。

ボランティアを頼むには？

まずはボランティアセンターへお問い合わせください。
リクエストや相談もお気軽にどうぞ♪

ボランティア募集中！！

活動していただけるボランティアを募集しています！団体、個人は問いません。興味のある方は、お問合せください。

渋谷市社会福祉協議会ボランティアセンター

電 話：0 2 7 9－2 0－1 1 1 2

メール：shibukawa-csw-vc@cb.wakwak.com