




	活動内容	こどもにむかしあそびの伝承
	対象者	子ども・高齢者・障がい者
	1回の活動人数	10人程度
	出演可能日	応相談
	必要物品	駐車場1台、マイク1本、机、イス
むかしあそびの伝承		

	活動内容	エコ学習
	対象者	児童・高齢者
	1回の活動人数	10～30人程度
	出演可能日	応相談
	必要物品	駐車場1台、その他都度調整
「エコ輪投げとぶんぶんごま遊び」は、遊びながらエコ学習。		


	活動内容	お手玉遊び
	対象者	どなたでも
	1回の活動人数	4人程度
	出演可能日	応相談
	必要物品	駐車場1台、お手玉展示用の机、あればカセットデッキ
お手玉遊びはお手玉作りから始まります。遊び道具を作り、楽しいお手玉遊びを学んでみませんか。健康増進や、認知症予防ができる遊びを紹介しています。		


	活動内容	親子木工教室
	対象者	子ども（主に小学生）
	1回の活動人数	5～30人程度
	出演可能日	応相談
	必要物品	駐車場1台
日本の代表的な木「檜（ひのき）」を使って、物づくりの楽しさを体験しましょう		


	活動内容	心肺蘇生法
	対象者	須磨区内の市民の皆様中心
	1回の活動人数	2～7人程度
	出演可能日	応相談
	必要物品	普通救命コース（3時間）の場合DVDデッキ必要
私達は（須磨区内）一家に一人心肺蘇生法とAEDの取り扱いが出来る事を目指して講習会を実施しています。		


グループふづき		活動内容	バルーンアート（動物風船）
	対象者	児童・地域住民・高齢者・障害者	
	1回の活動人数	3～4人程度	
	出演可能日	応相談	
	必要物品	長机1本（風船等の物置）、いす	
	メンバー各個にボランティア活動をすると同時に、全員でバルーンアートで催し等に協力しています。		


グループ 円		活動内容	太極拳・健康体操及び指導
	対象者	どなたでも	
	1回の活動人数	2人程度	
	出演可能日	応相談	
	必要物品	マイク1本、CDデッキ	
	高齢者施設に伺い呼吸法入れ、肩・手・足をゆるめ、足腰を強くする太極拳の動きと一緒に健康体操しています。		


若草コミュニケーション麻雀を楽しむ会		活動内容	コミュニケーション麻雀指導
	対象者	どなたでも	
	1回の活動人数	1卓で8～12人程度	
	出演可能日	応相談	
	必要物品	駐車場1台、ホワイトボード、マグネット 椅子8脚以上、机（組合せ2m×2m）	
	勝った負けたではなく、お隣に座られた方と楽しくおしゃべりをして、たくさんの知り合い作りと楽しい思い出づくりの麻雀です。		

脳活イキイキ6		活動内容	コミュニケーション麻雀指導
	対象者	どなたでも（乳幼児以外）	
	1回の活動人数	6人程度	
	出演可能日	土日祝以外の10：00～16：00	
	必要物品	駐車場2台・大きなテーブル・椅子8脚以上	
	豊かなゲーム性が脳をイキイキさせます。仲間作りにも最適な簡単麻雀を楽しみましょう		

	健康サポート・あいとわの会	活動内容	太極拳体操の指導
	対象者	高齢者、障がい者、地域住民	
	1回の活動人数	1～2人程度	
	出演可能日	応相談	
	必要物品	ピンマイク、CDデッキ	
<p>太極拳を学びながら、高齢者施設等で簡単な太極拳体操を教えています。メンバー募集中です。</p>			

	太極拳ゆったり体操	活動内容	太極拳体操の指導
	対象者	高齢者、地域住民	
	1回の活動人数	5～6人程度	
	出演可能日	応相談	
	必要物品	駐車場1台・CDラジカセ	
<p>太極拳の動きを取り入れた体操をします。介護予防のため、転ばぬ体作りを目指しましょう。</p>			

	フウセン 風船でたのしく・チームコスモス	活動内容	ペンシルバルーン等の作成・及び作成指導
	対象者	不問	
	1回の活動人数	3人程度	
	出演可能日	応相談	
	必要物品	風船代・あれば駐車場	
<p>須磨区のパルーン講習会に参加して発足したチームです。楽しいイベントのお手伝いをします。</p>			

	なごみ庵	活動内容	日本の伝統文化である「茶道」を通じなごみのひとときを感じて頂く。
	対象者	児童・高齢者・障がい者	
	1回の活動人数	4～10人程度	
	出演可能日	応相談	
	必要物品	駐車場2台（最低1台）	
<p>日本の伝統文化「茶道」を通じ、各種施設やイベント等でなごみの心をお伝えします。</p>			