

# アトラクションボランティア一覧

令和6年2月21日現在

No.	カテゴリー	名称	内 容	(参考) 謝礼等
1	ハンドベル	エブロンリンガーズ	ハンドベルの演奏を中心に、歌や紙芝居や折り紙、ハンドベルの体験など、1時間位のプログラムを展開する「ふれあいデリバリー」を提供し、保育所や学校施設や地域のいきいきサロンなどへ出向いています。	どちらでも
2	オカリナ	オカリナグループ きらきらぼし	伊賀市内のサロン活動や老人施設、保育園等に楽しいお話、手あそび、オカリナで活動しています。(10名~15名程度で伺います。)	どちらでも
3	オカリナ	いがぐり	月2回、オカリナ教室でレッスンを受講しています。とても気の合う楽しい仲間です。市内の老人施設やサロン等を訪問し、お話やオカリナ演奏、一緒にうたって楽しい時間を過ごせるよう活動しています。 オカリナ演奏、紙芝居、ハンドコーラスで1時間程度	無償
4	オカリナ	オカリナ愛好会 なでしこIGA	伊賀市内のサロンや老人施設、敬老会等訪問し、オカリナ演奏や一緒に歌ったりして活動しています。 *社会情勢を鑑み、依頼をお受けできない場合がございます。 ご了承いただきますようお願いいたします。	交通費程度
5	ギター・マンドリン	ギター・マンドリンクラブ たんぼぼ	ギター・マンドリンを中心に、福祉施設・地域のサロンや敬老会等に訪問。手遊びや一緒に歌を歌ったりと楽しい時間を過ごせるように活動しています。(活動日は、土日のみ)	交通費程度
6	コーラス	コーラス ”こんべいとう”	地域のサロン、敬老会、福祉会等、歌を通じて語り合い、一緒に歌おうコーナー、歌あそび等も取り入れ、楽しい時間になるよう企画しています。(活動可能日は、水曜日のみ)	無償
7	バンド演奏	THE 爺's	「懐メロ」を中心とした歌謡曲専門バンドです。趣味と地域へのボランティア活動の一環として音楽活動を続けています。活動日：土日祝	有償 (約10,000円 応相談)
8	昭和歌謡曲 ギター弾き語り	笹野 幸生	デイサービスや老人会、サロンで活動をしています。 昭和歌謡をギターで弾き語ります。※宴席可	どちらでも
9	ギター弾き語り	宮本 伸也	昭和・平成・令和の歌謡曲を主にギターの弾き語りです。 オリジナル曲も含めます。※宴席可 活動日要相談。	どちらでも
10	ハーモニカ	後藤 誠司	大阪の朝日カルチャーセンターのハーモニカ教室で10年以上レッスンを受講しています。ハーモニカのコンサートも毎年実施しています。	無償
11	大正琴 ハーモニカ	きらく会	大正琴・ハーモニカを中心に、福祉施設・地域を訪問しています。	どちらでも
12	歌	プチ・バーバ	地域のサロンや老人ホームで、お年寄りに昔ながらの歌を聞いて頂いたり、一緒に歌って頂いたりして、少しでも脳を活性化して頂ければと思っています。	どちらでも
13	ピアノ・歌	プロフォーモ	ピアノと歌のアンサンブルで、ジャンルは問いません。(クラシック、ミュージカル、ジャズ、歌謡曲、童謡、唱歌など)。	有償 30分/5,000円
14	ピアノ・サクソ	デュオ・リヴレ	音楽大学を卒業しているサクソとピアノの二重奏です。「リヴレ」とはフランス語で「届ける」の意味。伊賀市文化都市協会主催のbimonthlyconcertにカルテット+ピアノで二度出演。ポピュラーからクラシックまで幅広いジャンルの音楽をお届けします。	有償 (要相談)
15	クラリネット 鍵盤ハーモニカ	アンサンブル華音	クラリネット、鍵盤ハーモニカ、オカリナ、ピアノ等のアンサンブルを中心としてクラシック、民謡、アニメ、Jポップなど幅広く演奏するユニットです	有償 交通費程度以上
16	中国楽器 二胡	浅井 みかこ	中国の楽器、二胡でさまざまな音楽を演奏しています。中国曲、クラシック、ジブリ、叙情歌等、相談に応じて演奏します。※第2・4週の午後は不可	どちらでも
17	二胡&オカリナ 南京玉すだれ 舞踊・お笑い	にじいろ会	それぞれの特技が集まったグループです。施設訪問、いきいきサロン、敬老会などで活動しています。公演時間に依りて演目の調整も可能です。	どちらでも
18	カラオケ	石川 正昭	カラオケ教室の講師をしており、歌唱活動を行います。リストにもお答えします。	交通費程度
19	民謡	民謡やよい会	「敬老会」「いきいきサロン」「福祉施設」等、年間10回以上活動しています。 唄、踊り、楽器とみなさんに喜んでもらえることをめざしております。 できれば3~4ヶ月前にご依頼ください。	有償(交通費) 10,000円
20	踊り・歌等	川瀬 俊則	踊り・歌又はパネルを使用したクイズなどで30~40分各地区敬老会等で活動しています。芸名は、「一人旅芸人 川口喜三郎」です。	有償 要相談
21	踊り・歌等	美扇会	伊賀市内のいきいきサロンや敬老会、地区のイベント等に参加。歌謡曲に合わせて踊りを披露しています。また、踊りとカラオケのセット依頼もあり。	交通費程度
22	和太鼓演奏・芝居・歌謡ショー・舞踊	夢川 哲也	和太鼓演奏、芝居、歌謡ショー、舞踊、イベント企画等を行っています。時代物の芝居の依頼が多く、敬老会等での活動を主としています(芝居は有料)。地域イベントでの歌謡ショーでは、コントなどお笑い企画が好評です!	交通費+α (20,000円以上)
23	ポップス・ジャズ 演歌・歌謡曲・ボカ レッスン・司会・落語風漫談	梅 あいり	関西から全国で活動、歌により表情を変えるステージをお観せします。桜梅桃杏、独自の花の世界観を音楽で咲かせます。(リクエスト4曲+オリジナル曲1曲で30分程度)(株)CIMS(シムズ)所属	要相談

## アトラクションボランティア一覧

No.	カテゴリー	名称	内 容	(参考) 謝礼等
24	音楽療法	Andante# Allegretto	奈良教育大学大学院を修了後、地元伊賀市を中心に生の音楽、特にクラシック音楽を多くの人に知っていただく音楽活動を通して地域社会に貢献したいと思い、活動しています(内容は要相談) 活動日: 日曜日/3月末・12月末・8月要相談	どちらでも
25	アコーディオン歌	山口 光男	アコーディオンの伴奏と歌の指導・遊び(童謡・民謡・演歌・ゲーム曲など) 歌集を作成して皆で歌えるようにしています。	交通費程度
26	音楽と映像のコラボレーション	ニコニコシアター	演奏とスクリーン映像とのコラボレーション、二胡と和楽器演奏による優しい音色とハーモニー、3名のグループで様々なイベントに訪問し、心温まるひとときを提供します	どちらでも
27	ダンス	FGPダンススクール	FGP忍 よさこいチーム: お祭り、地域イベント、慰問など 日根野: 健康体操、エアロ、フィットネスなど	どちらでも
28	マジック・落語	マジックと落語 笑々亭福麻呂	マジック落語、腹話術・南京玉すだれ。高齢者が家庭でのひきこもり防止をめざして活動しています。※マジックの実施は会場スペースが必要。	有償
29	マジック	上野マジック友の会	日頃は、会員相互の親睦と創意工夫を凝らした技の向上を目指し、マジックのほかに南京玉すだれ、腹話術等を取り入れて地域福祉に貢献しています。	交通費程度
30	マジック	マジジョンナ	毎年、名古屋学園祭や滋賀県・名張市・市内イベント・福祉施設等に出演。魔法や花のマジック等を通して、みなさんが笑顔になることを願って活動しています。	有償 30分/5,000円 +交通費5,000円
31	バルーンアート	やっちゃん・ふくちゃん	公園から、幼稚園子ども会での行事・保育園・介護施設等、活動の幅を広げています。バルーンを組み合わせる作品もします。全ての面で相談に応じます。	どちらでも
32	制作体験	ワークショップユニット moi	アパレル・絵本作家・ヨガ講師・陶芸家・ハンドメイド作家等多彩な会員が、親子または子供・高齢者・ハンディキャップのある方々へ石鹸作り等のワークショップ体験をします。	有償(500円〜) 材料費
33	制作体験	百地畳店	畳の材料で、ミニ畳小物の制作体験を行います。現代の畳は伝統的〜江戸的なものまで多種多彩で、デザイン性の豊かさを多くの人に知ってほしいです。	材料費 1,000円
34	出前読み聞かせ	おはなしボランティアグループ ちいさなねこ	上野図書館や古山放課後子ども教室、サークル出前読み聞かせなどで読み聞かせを実施しています。(1回20分〜30分)	どちらでも
35	出前読み聞かせ	はあと&はあと	阿山図書館、小学校、保育所等にて、パネルシアター、エプロンシアター、大型紙芝居を使用して読み聞かせを実施しています。	実費程度
36	出前読み聞かせ	おはなしの国アリス	いがまち公民館や市内の小中学校で、大型絵本や紙芝居等の読み聞かせを実施。	交通費程度
37	食	蓮池そば同好会	地区の敬老会及び友生地区のいきいきサロン等で、そば体験を実施しています。	有償
38	園芸教室	園芸福祉グループ 花てまり	寄せ植えやハーバリウム、こけ玉、サンドアート、押し花カレンダー等、園芸福祉を通じて地域での啓発、交流、支援を行います。	材料費+ 交通費程度
39	「終活」セミナー	山本 淳二	行政書士の資格を活かし、相続、遺言、エンディングノートの書き方等、幅広い「終活」についてのセミナーを実施します。	どちらでも
40	交通安全教室	三重県交通安全協会 伊賀地区交通安全協会	年間を通じ、市内保育園、小学校、福祉会、また高齢者を対象に地区の老人クラブ、いきいきサロン等において「交通安全教室」を開催しています。	無償
41	健康教室	笑いヨガ	笑いの練習とヨガの呼吸法(腹式呼吸)を組み合わせた健康法です。	5,000円
42	健康教室	メイズ鍼灸院	みんなでできる簡単なストレッチ(30分〜40分位の内容)	有償 5,000円
43	健康教室	チェアヨガ	椅子に座って誰でも簡単にできるヨガです。高齢の方も気軽にご参加いただけます。体も心もリラックスできる時間を是非体験してください。	交通費程度
44	健康教室	楽しい・笑顔で脳トレ・介護運動教育の会 (旧健康ボランティアクラブ & ジム)	解剖学、運動生理学の観点から、様々な運動による頭で考えて手脚も使いながらの脳トレトレーニング。筋力向上・ストレッチ・呼吸法・転倒予防教育・体力測定など、地域で皆様がいつまでも元気で生活できるよう活動しています。	要相談
45	健康教室	山本 利雄	自分の不調を自分で解消できる方法を学んで、無駄な時間や医療費を無くしましょう。健康に関する常識が実は非常識…ということがたくさんあります。「知って得する健康講座」をいたします。	有償 1名/500円 団体: 応相談
46	健康教室	ピラティス	講師は、伊賀、甲賀、南山城他で、全世代向けに、個別指導やグループレッスン、イベントレッスンをしています。ピラティスとは、インナーマッスルを中心に体全体と呼吸を使って行うエクササイズです。姿勢改善、肩こり・腰痛予防に効果があります。特にシニア向けの椅子に座ったままできるピラティスが老人クラブやサロンなどで人気です。	1名/500円
47	健康教室	Past Diary	・頭と身体の準備運動を前後に挟み、自分史を作成していく回想法によって、認知症予防・緩和の効果がある。 ・これまで生きてきた人生を振り返り、家族や友人と共有したり残すことで、これからつなげていくことができる。(自分史) ・頭と身体の準備運動は脳活わらべうた®を活用。 デュアルタスク、パラレルアクションをわらべうた®にのせて行います。	500円/1人 (材料費)
48	健康	藤川 恵美	ピラティス、親子ピラティス、シニア向け運動教室、骨盤体操。日常生活の動作が、楽になるようなエクササイズです。初めての方でも参加しやすく、柔軟性や体力、姿勢やバランス感覚の向上につながります。各自ヨガマットがあればご準備ください(貸出要相談)。Zoom対応可能。	1名/500円 60分

## アトラクションボランティア一覧

No.	カテゴリー	名称	内 容	(参考) 謝礼等
49	健康	リンパ浮腫ケアと運動療法を楽しむ会	リンパ浮腫患者の交流を目的とする日々のケアなどの相談会、セルフケアの無料指導、市民へのリンパ浮腫という症状に対する啓蒙活動。天理駅で定期的に患者同士の交流イベントを行っています。(活動日は、日のみ)	有償 1,000円
50	防災教室	みえ防災市民会議伊賀ブロック	災害時に役立つ、段ボールや空き缶など、子どもも簡単に作れる防災グッズを制作します。防災講座の運営などの啓発活動、防災訓練の参加。	有償 1名/200円
51	消費者被害防止啓発	劇団“いが悪徳バスターズ”	寸劇で、消費者被害防止啓発活動(還付金詐欺、おばあちゃん助けて詐欺、送り付け商法等)を行っています。3カ月以上前までにご依頼ください。机2本、椅子5脚、あればホワイトボード、マイクのご準備をお願いします。	交通費程度
52	消費者被害防止啓発	コープみえ伊賀エリア会	ペープサート(紙人形劇)で、消費者被害防止啓発活動(催眠商法、成年後見人制度認知など、)を行っています。1カ月以上前にご依頼ください。コンセント、テーブル2基、椅子3脚のご準備をお願いします。	無償
53	子育て	伊賀市子育てイラストカースマイル 母	豊かで逞しい子どもの育成と子育て支援活動、親子ふれあい体操・手作りおもちゃ・絵本の読み聞かせ等、親子が楽しくふれあえるよう工夫しています。	要相談
54	子育て	ベビダン認定イラストカースマイル 澤田理恵	【有償】ベーシックベビードダンス、ヒーリングベビードダンス、英語でベビードダンス(4か月~2歳まで)キッズ☆ベビードダンス(2歳~就学前まで) 【無償・有償どちらでも】だっこポスチャリング、ベビードダンスサイズ	要相談
55	子育て	Twinkle	音楽教育指導経験を生かし、幼稚園・保育所・小学校などで、多くの子供達に音に合わせて体を動かす楽しさ・想像力・表現力・教育法を伝えている。歌・手・音遊び・知育学習の他、ピアノ演奏・絵本読み聞かせ・ペープサート・紙人形など。	有償 45分/5,000円
56	子育て	ぼっぼ会	子ども(児童、幼児)を対象に、おはなしを楽しんでもらうため、小学校、幼稚園、保育園、子育て支援グループなどに訪問しています。内容は、大型紙芝居、ペープサート、お芝居等です。昔話や創作のお話を主に行っています。	どちらでも
57	創作ダンス	こころ	伊賀市内のいきいきサロンや老人クラブの行事、老人施設等を訪問させていただきま。歌謡曲や童謡等、誰でも知っている曲で、フラダンスと舞踊、フォークダンスや介護体操等を組み合わせた創作ダンスをお届けしています。和気あいあい楽しいひと時をお楽しみ下さい。着替えのための部屋等のスペースを希望します。	交通費程度
58	フォークダンス	フォークダンス教室	地域のいきいきサロンや老人ホームへの慰問のほか、上野公民館でのサークル活動で年1回サークルまつりに参加したり、三重県フォークダンス大会に年1回参加するなどしています。毎週1回火曜日の午後練習をしており、60代から80代までのおばあちゃんのフォークダンスとして頑張っています。	無償 少々広い場所が必要
59	エンディングノート勉強会	三重平安閣	エンディングノートは、死期が近い方が書くものではありません。100歳まで元気に『いきがいのある老後』を過ごすためにこれからの人生を計画するために書いてみましょう。おひとりずつ1冊ずつエンディングノートを無料で差し上げます。所要時間は、30分~60分費用は無料です。	無償
60	ポートレート撮影	三重平安閣	結婚式のプロのカメラマンによる写真撮影です。ご家族での集合写真も大歓迎。出来上がったお写真(2Lサイズ)は、無料でお持ち帰りいただけます。撮影からお渡しまで30分~40分。準備するものもございません。 *土日は、依頼をお受けできない場合もございます。 ご了承いただけますようお願いいたします。	無償
61	葬儀費用勉強会	三重平安閣	後悔しないお葬式をするために①事前に何を準備しなければならないのか?費用は?②トラブルを防ぐ為に注意する事を具体的に分かりやすくご説明致します。所要時間は30分~60分。費用は無料です。	無償
62	家族葬勉強会	三重平安閣	家族葬とは、家族や親族、親しい友人・知人に限定して小規模に行う葬儀です。家族葬が選ばれている理由、利点や気を付けるべき床について詳しくご説明致します。所要時間は30分~60分です。	無償
63	アレンジフラワー体験	三重平安閣	世界でひとつだけのオリジナルフラワーバスケットを作ってみませんか?ハサミで花材を切ってバスケットに差し込むだけで完成します。花材や道具は全て無料で用意します。所要時間30分~60分。 *上限:1回につき20名まで ※R6年3月中旬まで受付中止	無償
64	ハーバリウム体験会	三重平安閣	特殊なオイルの中に植物を閉じ込めた新感覚インテリア。好きなお花で、自分だけのハーバリウムを作ってみませんか?瓶の中に選んだお花とオイルを入れるだけなので、初心者でも簡単にチャレンジできます。花材や道具は全て無償で用意します。 *上限:1回につき20名まで	無償
65	ラインダンス	島ヶ原カントリーダンス	ウエスタンハットにブーツを履いてカウボーイスタイルで踊るラインダンスです。地域イベント、夏祭り、敬老会、いきいきサロンなど訪問活動も行っています。皆さんと楽しい時間を過ごせたらと思います。	有償 交通費程度 (3,000円)
66	折り紙	コスモス会 福岡 春美	日本折り紙協会 認定折り紙講師で、伊賀市内のいきいきサロン(子育てサロン可)や老人クラブ、高齢者施設などを訪問させていただきます。楽しくカンタンな折り紙やお花の飾り物やブーケなどを作っていきます。	要相談

## アトラクションボランティア一覧

No.	カテゴリー	名称	内 容	(参考) 謝礼等
67	健康	明治安田生命 伊賀営業所	健康を「知る・つくる・続ける」をテーマとして、専門講師のセミナーや各種測定器等による体験機会を提供します。 ・ベジチェック：不足しがちな野菜摂取量を指先一つで判定します。 ・血中酸素濃度：呼吸器（肺）の状態を指先一つで判定します。	無償
68	ヨーガセラピー	認定ヨーガ療法士 福森麻美	伝統的なヨーガ技法をもとにした健康促進法。簡単な動きの繰り返しと呼吸の意識化。心身に適度な負荷をかけ、安全に筋肉トレーニングを行いましょ。	1回/5,000円
69	フラダンス	ロケラニ	・フラダンスを通して運動不足解消、健康増進 地域の方々のコミュニケーションのばを提供する。 ・デイサービス等の施設へフラダンス慰問 ※木曜日の午前はレッスン日。午後の依頼は移動時間に余裕のある開催場所。	交通費程度
70	健康	東海姿勢調整師会	・姿勢と健康の関係を知っていただくための啓蒙活動 ・姿勢教室、体験施術会など 姿勢調整、姿勢と健康との関係性講話 月：午前中 金・土：1日OK	無償
71	歴史講演	藤森 成人	「笑って泣けてためになる」そんな歴史のお話をお届けします。悠久の歴史を誇る我が国、学校でテストのための授業、暗記だけでは意味がない。古事記、日本書紀の神話をはじめ先人たちの歩みから、今を生きる私たちの生きるヒントを学んでいきましょう！（水・土の終日可）	交通費程度
72	バンド演奏	AI MATSUNAGA ～もっこバンド～	歌やバンド演奏、ダンスなどで地域の催し物に出張いたします。ご希望に添えるよう、演奏時間、内容などは、できるだけリクエストに対応します。約10人ほどのメンバーで演奏を行います。以前は、夏祭りや敬老会でバンド演奏させていただきました。聞く方が少人数でも対応させていただきます。楽しい音楽のひとときを一緒に過ごしましょう。 出張可能曜日：土日祝	要相談
73	和菓子づくり	山口 浩史	伊賀市内の地域のサロンや老人会、子ども会、施設などに出向いていきます。和菓子作り体験や和菓子作りの実演を行います。季節に応じた和菓子を楽しんでいただけます。	有償 材料費+ 10,000円
74	歌	石崎 旭	ポップス・洋楽のほか、叙情歌、懐かしのメロディー等、依頼者の希望に合わせて歌唱いたします。	応相談 (交通費程度)
75	ギター演奏	西音倶楽部	地域の老人会・子ども会、区の夏祭り等のイベント等で参加者の年代やリクエストに応じて、歌謡曲やジブリ曲などをギター演奏いたします。幅広い世代の方に音楽を楽しんでいただきたいと思ひます。	交通費程度 (応相談)
76	ギター演奏	藤原 重尚	フォークソング・ポップス・歌謡曲・洋楽等アコースティックギターの弾き語り。子どもから高齢者まで幅広い世代の方と交流しながら音楽活動を楽しんでしたいと思ひます。	無償
77	読み聞かせ	読み聞かせグループ みなみ風	保育園、保育所、小学校、高齢者施設等での読み聞かせ活動を行っています。絵本や図書の紹介もしています。	要相談
78	合気道	昭道館合気道 伊賀支部	合気道を通して健康と防犯意識の向上を目的とし、不審者に手をつかまれた際の振りほどき方などをお伝えします。	無償
79	歌	うたのおかあさん DELICIOUS!	大人の歌、子どものダンスで楽しく活動させていただきます。ご要望に合わせた選曲で幅広い年代の方に楽しんでいただけるような活動をしています。放課後等デイサービスや高齢者施設、サロン、地域のお祭り等に訪問させていただきます。	無償
80	健康	三重ヤクルト販売(株)	健康教室「おなかの話」「免疫・完成証」「熱中症」 「食べ物の栄養分を吸収する腸を丈夫にすると健康につながる」なぞ、健康教室の開催（月曜日～金曜日/10：00～16：00）	無償

◇申込・問合せ 伊賀市社会福祉協議会

上野地域☎21-1112/FAX 21-8123  
島ヶ原地域☎59-3132/FAX 59-3145  
大山田地域☎47-0780/FAX 46-1165

いがまち地域☎45-1012/FAX 45-1050  
阿山地域☎43-1854/FAX 43-1577  
青山地域☎52-2999/FAX 52-3555