



社協 おすすめ 百科

健康寿命をのばす運動
はじめてみませんか

オンライン申請



みみより情報

令和6年度 社協

「あさごSI助成事業」事業名を改めました!!

地域支え合い助成事業

区に福祉部会を設置することで、区民が社会的孤立にならないよう多様なつながりのある地域をつくることを目的とする事業です。

	事業内容	事業期間	助成額
区に福祉部会がある	①福祉部会を発足し、区の役員名簿に福祉部会を追加し構成員名を記載する (構成員：福祉に意欲的な方) ②福祉マップを作成し、福祉部会内で情報共有	【単年度事業】 令和6年4月～ 令和7年2月まで	①と②は 同年度内実施で 30,000円を助成
区に福祉部会がない	①福祉マップを作成し、福祉部会内で情報共有		①の実施で初回のみ 5,000円を助成



追加選択コース
 ・福祉部会を設置し、福祉マップを作成された区につき、実施することができる
 ・追加選択のコースは複数実施することができる

追加選択コース	内 容	助成条件	助成額
①わが町井戸端会議	福祉的な問題や課題に対する支援、地域の目指す姿等を協議(福祉マップの更新を含む)	3回以上実施	1コース 20,000円
②つどいの場応援	区内にミニデイやぷちサロンが1カ所以上あること、そのつどいに福祉部会の部員が参加して交流を図る	2回以上実施	
③私たちの居場所	住民が集まりやすい場所(公民館等)を開放し、交流の場をつくる	・6回以上実施 ・参加者は延べ30名以上	
④お裾分けで安心	区内の要援護者の方に、近隣の方が食糧等を準備し支援	4回以上	

地域応援助成事業

地域で食堂事業を開催し、世代間交流の機会を増やすことにより、地域の支えあい・助けあいづくりを推進することを目的とする事業です。

	選べるコース	助成上限額	内 容
【年度内3回以内】	①食堂コース	食堂事業1回につき、 60名以上30,000円 40名以上60名未満25,000円 20名以上40名未満20,000円	地域で食堂事業を開催し、世代間交流の機会を増やすことにより、地域の支えあい・助けあいづくりを推進していくことを目的とするコース
	②地区合同食堂コース	①コースの助成額に プラス20,000円	隣接区が合同で食堂事業を開催するコース

の助成事業

※助成事業の申請は2週間までにお願いします。

朝来市社会福祉協議会
総合支援課

TEL 079-677-2702

FAX 079-677-2706



助成対象条件が変わりました!!

ぷちサロン活動応援助成事業

年間定期、不定期を問わず、地域住民が気軽に集う場（ぷちサロン活動）を実施するグループが、開催にかかる負担軽減と継続的に活動できるように応援することを目的とした事業です。

ぷちサロン活動を実施するグループに、1回あたり2,000円を上限に100円単位で助成します。但し、助成回数については、年度内12回を上限とします。

【助成対象条件】

- 参加住民が5名以上の集いであり、そのうち65歳以上が過半数を占めていること
- どこからも助成を受けていないこと
- 区や団体で毎年計画的に行われている年間行事等を除く、個人同士が集う任意の集まりであること
- 地域ミニデイ活動を除く、個人同士が集う任意の集まりであること
- 地域の仲間づくり、出会いの場づくりを目的とした集まりであること

つどいの場活動支援助成事業

（※地域ミニデイグループを対象とする事業です）

年間で計画を立てて、地域住民が気軽に集う場（地域ミニデイ活動）を実施するグループが、開催にかかる負担軽減と継続的に活動できるようにすることを目的とした事業です。

地域ミニデイ活動を実施しているグループで、当該年度の活動実績に応じて助成します。

- ①24回以上 …… 60,000円を上限
- ②13回～23回 …… 40,000円を上限
- ③4回～12回 …… 30,000円を上限 に助成します。

ボランティアグループ育成・助成事業

（※一般ボランティアグループを対象とする事業です）

ボランティア市民活動の推進を図る為に、市内のボランティアグループ及び市民活動団体に対して活動助成を行うことを目的とした事業です。

上記を除くミニデイ以外の構成員が3名以上のグループで、当該年度の活動実績に応じて助成します。
※助成を開始して5年を経過したグループについては、育成期間を終了したとみなし助成対象外となります。

- ①12回以上 …… 30,000円を上限
- ②8回～11回 …… 20,000円を上限
- ③4回～7回 …… 10,000円を上限 に助成します。



お出かけ助成事業

グループで主として買い物などの外出を通して、普段交流が少ない高齢者等と一緒に外に出て交流を楽しむ事業で、高齢者等の社会参加を促進することを目的とした事業です。

使用するマイクロバス等の使用料金の半額を助成します（助成額上限30,000円）。年度内1グループ3回まで。
※普段交流が少ない高齢者等の参加により、1名参加するごとにプラス3,000円追加助成します。（最大追加助成5名まで）。※助成対象は、ミニデイやぷちサロンの団体となります。



社協の

お家でカンタン!! オンライン申請

オンライン申請で

「もっと気軽に
活用してほしい」

操作でわからないことがあれば下記まで
気軽にご連絡ください

朝来市社会福祉協議会 総合支援課

TEL 079-677-2702

スマートフォンやタブレット
等から、簡単に申請が
できるようになりました!!

もちろん押印の
必要はありません。



従来の書面での申請も受け付けております

オンライン申請方法

① 朝来市社協ホームページのバナーを
クリック



② 下記QRコードを読み込む



QRコードを読み取って検
索すると、オンライン申請に
簡単につながります。



オンラインで申請できる書類

個人ボランティア
登録

ぷちサロン申請書

ふれあい講師登録

団体ボランティア
登録

ぷちサロン報告書

ふれあい講師
派遣申請書

ふれあい講師
派遣報告書



※ふれあい講師派遣については、急な依頼は調整が難しいので改めて希望日をお考えいただく場合がございます。

地域の盛り上げに、 ふれあい講師の ご利用は いかがですか？



ふれあい講師とは

余興・スポーツ・講話・趣味活動等の
特技をお持ちの方で、地域のつどいの場
等の活性に向け、その能力・技術を役
立てていただく登録者です。



ご利用方法①

窓口申請



ご利用方法②

お家でカンタン!! オンライン申請

ふれあい講師へは社協から講師料をお支払するので、「つどい」を開催される方（ミニデイグループや区など）から謝金などのご負担はありません。

ミニデイ・ぷちサロン活動 がさらに充実!

グループLINE登録で
みみより情報や同じ想いの
仲間を増やそう!

「友だちを追加」すると社協から
「ミニデイ・ぷちサロン交流掲示板」
というグループLINEの招待をします
のでご参加ください。

登録者の方から
大歓迎されますよ!



知りたい・聞いてみたい

例えば

- ④ 他のミニデイやぷちサロンの活動が知りたい!
- ④ ふれあい講師さんを利用した生の声を聞かせて欲しい!
- ④ 色々な助成情報を知りたい!

その他

- ④ 写真を添付し送信することができるので、報告も簡単です

他にも色々な情報を入手することができますよ!



募集中 こんなこと知りたい、あんなこと聞きたい!ぜひ皆さん登録し、投稿ください。



参加の仕方がわからない方は
お気軽にお問合せください。

このQRコードを
スマートフォン等で
読み取ってください。



また今年も

ふれあい講師スタンプラリーに 挑戦してお出かけしよう

開催期間

令和6年4月～令和7年3月末まで

地域の居場所づくりをふれあい講師派遣で
より楽しく健やかに！
そして、『お出かけ助成券』をゲットして
外にでかけよう！！

ふれあい講師を利用するとスタンプシールがたまります。
カード記載の5つのカテゴリごとに講師を利用し、
スタンプシールがたまった先着30グループに
お出かけ助成券20,000円分を進呈します！
※カテゴリごとに利用回数が異なりますのでご注意ください

※キリトリ

令和6年度

朝来流健康増進！

ふれあい講師スタンプラリーカード

開催期間

令和6年4月～令和7年3月末まで

スタンプラリーカードを達成された先着30グループに

お出かけ助成券

20,000円分を進呈！！

★スタンプシールがたまれば社協にご連絡ください。

問い合わせ先

●総合支援課 ☎677-2702

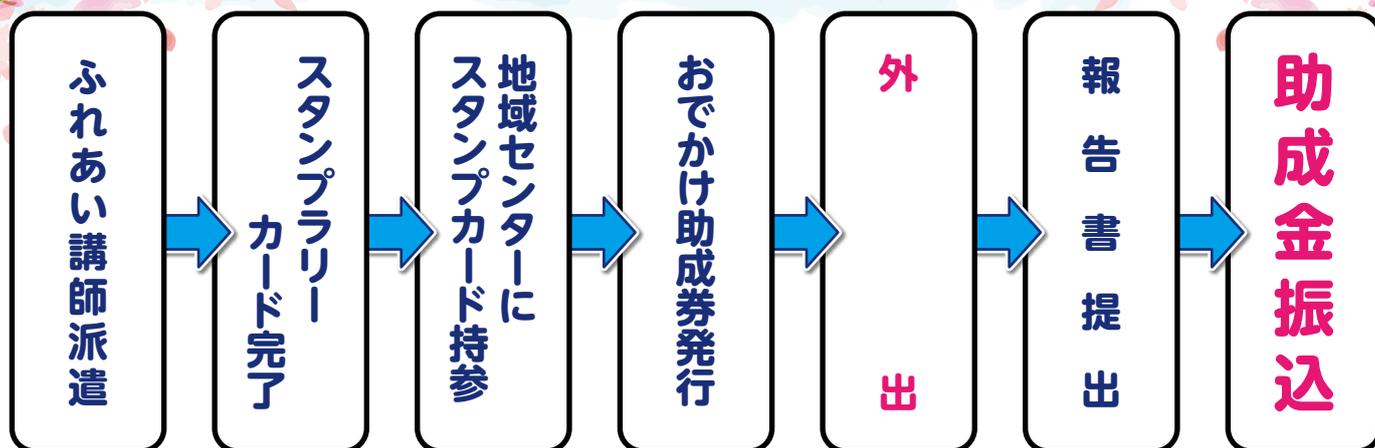
●生野地域センター ☎679-3053

●山東地域センター ☎676-5215

●和田山地域センター ☎672-0440

●朝来地域センター ☎677-1606

スタンプラリー実施の流れ



*使い道は、おでかけ(外出)に関することであれば用途は問いません。

*使用期限は、助成券を受けとった日の翌月1日から6か月以内。

*おでかけ時の費用は、一時的に立て替えをお願いします。

*報告書提出は、各地域センター・本部へ提出をお願いします。

- ・おでかけ助成券
- ・外出時の写真1枚
- ・助成金額以上の領収書(レシート)の写し

*報告書を提出いただいた日の翌月末に、登録されている口座に振込します。

*おでかけ助成券は、お出かけ助成事業と併用できません。

◎わからないことがあれば、各地域センター・本部へお問い合わせください。

※キリトリ

●グループ名または地区名

●代表者名

**おでかけ助成券
20,000円分!!**



音楽・演奏

実施日 月 日

講師名

健康・体操

実施日 月 日

講師名

講話・落語

実施日 月 日

講師名

健康・体操

実施日 月 日

講師名

舞踊・ダンス

実施日 月 日

講師名

音楽・演奏

実施日 月 日

講師名

手品・ゲーム・紙芝居

実施日 月 日

講師名

※キリトリ

健康・体操

個人登録

講師名

伊藤 初世



◆メッセージ

音楽に合わせて楽しく体を動かしましょう。

◆活動可能日

平日：13:00～14:30

◆活動内容

体操、ストレッチ、ダンス

健康・体操

個人登録

講師名

大西 みち子



◆メッセージ

ストレッチや軽い筋トレで、いくつになっても自分の足で歩いて行ける体を作りましょう。無理なくできるので、初めての方にもおすすめです。

◆活動可能日

日時要相談

◆活動内容

らくかる体操、笑いヨガ、青竹ビクス

健康・体操

個人登録

講師名

小田 彰子



◆メッセージ

「健康は笑いから」「笑いは心と身体健康食品です」簡単な体操や歌を唄ったり、ゲーム遊び等、笑って楽しいひとときを過ごしましょう。そして貯金でなく貯筋しましょうね。

◆活動可能日

月曜日以外
時間要相談

◆活動内容

健康体操、お手玉、あやとり、歌あそび、ゲームあそび、脳トレ

健康・体操

音楽・演奏

講話・落語

舞踊・ダンス

手品・ゲーム・紙芝居

健康・体操

個人登録

講師名

笑福亭 鶴笑



◆メッセージ

ストレッチや軽い筋トレで不調なところをほぐし頭も身体も笑いでリフレッシュ!椅子を使った運動なので初心者も安心ですよ。少人数でも可。希望の時間に合わせてプログラムを作ります。

◆活動可能日

日時要相談

◆活動内容

らくごる健康体操

健康・体操

個人登録

講師名

高橋 博



◆メッセージ

ストレッチや軽い筋トレで不調なところをほぐし頭も身体もリフレッシュ!
椅子を使った運動なので初心者も安心ですよ。

◆活動可能日

月・火・金
時間要相談

◆活動内容

健康・体操

健康・体操

個人登録

講師名

椿野 美智代



◆メッセージ

場所に合わせたマット・椅子、他のヨガ指導をさせていただきます。
初めての方でも大丈夫です。

◆活動可能日

月・金以外
時間要相談

◆活動内容

ヨガ指導

健康・体操

専門職・個人登録

講師名

藤原 慎平



◆メッセージ

介護予防・認知症予防をして心身を健康にし、健康寿命を延ばしましょう。

◆活動可能日

日時要相談
1ヶ月前までに要連絡

◆活動内容

椅子に座って行うヨガ
(チェアヨガ) 等

健康・体操

団体登録

講師名

公益社団法人 日本3B体操協会 和田山グループ

代表者

日下部 史子



◆メッセージ

3B体操は、用具を使って誰でもできる楽しい体操です。年齢、性別に関係なく、体に無理なく安全に行えます。

◆活動可能日

日時要相談
10:00~15:00
10日前までに要連絡

◆活動内容

3B体操

健康・体操

団体登録

講師名

ぐるーぷ・どれみふぁ

代表者

中治 八重子



◆メッセージ

皆さんご存知の歌をうたいながら、簡単な体操をして、笑って楽しみましょう。

◆活動可能日

平 日 13:30~15:30
土曜日 10:00~11:30

◆活動内容

音楽ケア体操で認知症予防

健康・体操

音楽・演奏

講話・落語

舞踊・ダンス

手品・ゲーム・紙芝居

健康・体操

団体登録

講師名

朝来市シルバー人材センター おとめの会

代表者

虎城 弘子



◆メッセージ

ハンドマッサージとマニキュアでリラックスしませんか。

◆活動可能日

平日 13:00~15:00

◆活動内容

ハンドマッサージ
マニキュア

健康・体操

専門職・団体登録

講師名

医療法人社団 俊葉会 デイサービスセンター なごみの郷

代表者

渡邊 拓郎



◆メッセージ

健康講座は認知症予防や転倒予防など、ご要望に応じて企画します。

◆活動可能日

平日 : 10:00~15:00

◆活動内容

健康教室、認知症等予防座学・
体操等を用いた介護予防教室

健康・体操

専門職・団体登録

講師名

KCSセンター和田山院

代表者

安積 素子



◆メッセージ

「目からウロコ」の腰痛・肩こり改善話が大好評です。
姿勢年齢チェック等も実施します。

◆活動可能日

平日 : 13:00~15:00
土・日・祝祭日 : 要相談

◆活動内容

模型を動かした解説で姿勢改
善。フレイル予防を解説

健康・体操

専門職・団体登録

講師名

レッツ倶楽部 朝来

代表者

佐藤 茂之



◆メッセージ

座って太極拳で楽しく体を動かし、水分摂取の大切さを学び脱水を防ぎましょう。

◆活動可能日

平日：9:30～11:30
14:00～15:30

◆活動内容

座っての太極拳、ストレッチ、水分摂取の大切さの話

健康・体操

専門職・団体登録

講師名

ほっとステーション竹田

代表者

小谷 由紀



◆メッセージ

介護保険や元気で長生きする秘訣を楽しく伝えます。

◆活動可能日

日時要相談

◆活動内容

介護予防・フレイル
簡単な体操など

音楽・演奏

個人登録

講師名

楽音侍 天徳



◆メッセージ

大道芸は10分～40分と何種類かを取り揃えておりますので、公演会や大会などの幕間の準備時間の演目にも使い頂けます。まずはご相談をお待ちしております。

◆活動可能日

曜日要相談
8:00～20:00

◆活動内容

懐かしい日本の大道芸

健康・体操

音楽・演奏

講話・落語

舞踊・ダンス

手品・ゲーム・紙芝居

音楽・演奏

個人登録

講師名

枚田 公一



◆メッセージ

リクエストがあれば歌わせていただきます。皆さんに癒しとパワーを与えられたらと思っています。

◆活動可能日

曜日要相談
10:00~19:00

◆活動内容

懐メロ、自曲の歌唱披露

音楽・演奏

個人登録

講師名

岡本 慶彦



◆メッセージ

本場津軽の即興曲弾等をマイク無しの生音でお楽しみいただけます。演奏時間は30分前後がおすすめです。

◆活動可能日

土・日
9:00~22:00
1ヶ月前までに要連絡

◆活動内容

津軽三味線披露

音楽・演奏

個人登録

講師名

大野 澄子



◆メッセージ

ニックネームは「スーミイ」
演奏を聴いていただいたり、伴奏で懐かしい歌を歌っていただきます。

◆活動可能日

曜日要相談
9:00~17:00

◆活動内容

鍵盤ハーモニカ演奏

音楽・演奏

個人登録

講師名

村上 英司



◆メッセージ

心に残る名曲をフラメンコギターに乗せて楽しんでいただくひとときを過ごしていただき、心おどる頃の想いを巡りながら身も心もリフレッシュしていただけたらと思います。

◆活動可能日

曜日要相談
 昼間：10:00～16:00
 夜間：19:30～21:00

◆活動内容

フラメンコギターの演奏・ひきがたり、健康セミナー(心と体)

音楽・演奏

個人登録

講師名

藤岡 典彦



◆メッセージ

多くの人にサキソフォンの演奏を聴いてもらいたいです。ぜひ!

◆活動可能日

日時要相談
 1ヶ月前までに要連絡

◆活動内容

サクソ演奏
 (テナーサクソ・ソプラノサクソで演奏します)

音楽・演奏

個人登録

講師名

西垣 秀照



◆メッセージ

フォークソング等のギターの弾き語り。皆さんで歌いましょう!

◆活動可能日

曜日要相談
 10:00～16:00

◆活動内容

ギター演奏

健康・体操

音楽・演奏

講話・落語

舞踊・ダンス

手品・ゲーム・紙芝居

音楽・演奏

団体登録

講師名

あさご歌謡クラブ

代表者

木村 喜八郎



◆メッセージ

昭和歌謡を中心に唄ったり、皆さんと一緒に歌、ゲーム等で楽しいひとときを過ごします。心もからだもリフレッシュしますよ。

◆活動可能日

曜日要相談
10:00~17:00

◆活動内容

懐メロ、フォークソング、昭和歌謡等披露

音楽・演奏

団体登録

講師名

日本民謡ちさと会

代表者

谷住 千里



◆メッセージ

ぜひ一度お聴きください。

◆活動可能日

水・金
10:30~15:00

◆活動内容

民謡・歌謡曲披露
場所によっては音響が必要となります。

音楽・演奏

団体登録

講師名

吟道掇楠流生野吟詠会

代表者

黒田 和朗



◆メッセージ

詩吟・和歌の発声の基本も指導します。

◆活動可能日

日時要相談

◆活動内容

詩吟披露

音楽・演奏

団体登録

講師名

和田山三味線教室

代表者

西垣 眞由美



◆メッセージ

聞き馴染みのある民謡を三味線、太鼓の演奏で歌います。手拍子しながら一緒に歌いましょう。

◆活動可能日

木・第2日曜日
13:00～15:00

◆活動内容

三味線・太鼓演奏、曲により踊りあり

音楽・演奏

団体登録

講師名

奏スピリッツ

代表者

安保 敏之



◆メッセージ

やさしい音色のオカリナ、ミニデイから入会される方も増えており、一緒に楽しみましょう。

◆活動可能日

日時要相談
1ヶ月前までに要連絡

◆活動内容

オカリナで童話、唱歌を演奏

音楽・演奏

団体登録

講師名

シンプルトーン

代表者

黒田 均



◆メッセージ

オカリナによる演奏を聴いて頂くだけでなく、歌詞カードを配布してオカリナ演奏と共に歌ったり手遊びもあります。童謡唱歌、歌謡曲、演歌、クラシックなど色々なジャンルの曲を演奏します。

◆活動可能日

曜日要相談
10:00～15:00

◆活動内容

- オカリナ演奏・手遊び等
- 音響機器使用の為、コンセントが必要となります。
- 出来れば室内で演奏が好ましいです。
- 歌詞カード準備の為、事前に参加人数の連絡が必要となります。

健康・体操

音楽・演奏

講話・落語

舞踊・ダンス

手品・ゲーム・紙芝居

音楽・演奏

団体登録

講師名

朝来市シルバー人材センター たんぽぽ

代表者

吉盛 孝子



◆メッセージ

伴奏で童謡や歌唱曲等を一緒に唄いましょう。

◆活動可能日

木・土・日・祝祭日
10:00~16:00

◆活動内容

ハーモニカ伴奏

音楽・演奏

団体登録

講師名

あさごハーパース

代表者

仙賀 正美



◆メッセージ

ハープを触ってみようコーナーや手遊びもあります。
指の運動にもなりますよ。

◆活動可能日

曜日要相談
10:00~15:00

◆活動内容

ハープ演奏・演奏体験
場所は室内に限ります。

音楽・演奏

団体登録

講師名

ウクレレサークル ハッシーズ

代表者

木畑 里美



◆メッセージ

ウクレレの演奏に合わせて、童謡・懐メロなどをみんなで歌いましょう!

◆活動可能日

曜日要相談
10:00~15:00

◆活動内容

ウクレレ演奏

音楽・演奏

団体登録

講師名

民謡歌おう会

代表者

安保 敏之



④メッセージ

「民謡は心のふるさと」元気に声を出して唄いましょう。

④活動可能日

日時要相談
前月5日前までに要相談

④活動内容

民謡披露

講話・落語

個人登録

講師名

加門 英尚



④メッセージ

うたは世につれ世は歌につれと申しますが、「時の流れの中
にうかんでは消え、消えては浮かぶ」心の動きを言葉にして
遺してゆきましょう。これが歌です。

④活動可能日

曜日要相談
13:30～15:00

④活動内容

短歌の作り方、人生講話につ
て

講話・落語

個人登録

講師名

日下 茂



④メッセージ

たわいない話から政治の裏話まで楽しくおもしろくお伝え
します。

④活動可能日

日時要相談

④活動内容

生涯学習、政治・環境問題の講
話

健康・体操

音楽・演奏

講話・落語

舞踊・ダンス

手品・ゲーム・紙芝居

講話・落語

個人登録

講師名

うぐもり
鷗森 丸美



◆メッセージ

認知症の理解から予防の話、コミュニケーション術、アンガーマネジメント講座、叱り方講座など真面目に笑いを入れながらお話をします。

◆活動可能日

火・木・金曜日以外
時間要相談

◆活動内容

- 認知症の方への対応の仕方、
- 接遇マナー。アンガーマネジメ
- ント入門講座等

講話・落語

専門職・個人登録

講師名

中島むつみ



◆メッセージ

人生百年時代！1日3食しっかり食べ、社会参加で自立した人生を！！

◆活動可能日

日時要相談

◆活動内容

- 生活習慣病・フレイル対策の食
- 生活についての講話

講話・落語

専門職・個人登録

講師名

公認心理師 中山 隆人



◆メッセージ

認知症を知ること、安心して対応、介護をしましょう。また、できるだけ予防もしていきましょう。

◆活動可能日

平日：午後

◆活動内容

- 精神障害、認知症の方への接し
- 方や予防・体操・ゲーム等

講話・落語

団体登録

講師名

あさご大助・花子

代表者

うぐもり
鷗森 伸一



④メッセージ

振込め詐欺に気を付けて！

④活動可能日

日時要相談

④活動内容

防犯教室（振込め詐欺）、
交通安全等

講話・落語

団体登録

講師名

あさご落語会

代表者

福富 宏三



④メッセージ

笑いは健康(維持)にとっても大切な要素です。
聴いて見て大いに笑って元気で楽しい日々をすごして下さい!!

④活動可能日

日時要相談

④活動内容

落語を披露
活動前に会場の下見を行います。

講話・落語

専門職・団体登録

講師名

但馬薬剤師会 朝来ブロック

代表者

柿沼 亘 事務局：瀬尾 匡則



④メッセージ

薬についてのお悩み相談もさせていただきます。

④活動可能日

平日：13:30～15:00

④活動内容

薬と健康に関する話

健康・体操

音楽・演奏

講話・落語

舞踊・ダンス

手品・ゲーム・紙芝居

舞踊・ダンス

団体登録

講師名

生野町スポーツダンスサークル

代表者

向平 俊明



◆メッセージ

健康で楽しく踊りましょう!

◆活動可能日

日・祝祭日
13:00~15:00

◆活動内容

社交ダンス披露
じゅうたん・畳の会場は不向き
となります。

舞踊・ダンス

団体登録

講師名

日本舞踊泉流香玉の会

代表者

清水 公子



◆メッセージ

日本舞踊をラジオ体操のような動きの振り付けで踊るので、ぜひご覧ください。

◆活動可能日

火曜日以外
10:00~17:00

◆活動内容

日本舞踊

舞踊・ダンス

団体登録

講師名

Pumehana

代表者

小川 江里子



◆メッセージ

日本語の曲を中心に踊ります。座ったまま一緒に手ぶりで踊って楽しんでいただけます。

◆活動可能日

月・水・木曜日以外
10:00~16:00

◆活動内容

フラダンス

舞踊・ダンス

団体登録

講師名

よさこい蓮 和麗—あえら—

代表者

森本 希穂



◆メッセージ

皆さんと一緒に踊れる曲もあり、楽しい時間を過ごしましょう。

◆活動可能日

木・土・日・祝祭日
時間要相談

◆活動内容

よさこい踊り・沖縄の踊り
(エイサー) 等

舞踊・ダンス

団体登録

講師名

わ~とろっしゃ

代表者

谷原 誠



◆メッセージ

地域交流や多世代交流など一緒にできるダンスもあり、楽しい時間を過ごしましょう。

◆活動可能日

木・土・日・祝祭日
10:00~15:30

◆活動内容

昭和歌謡のダンス披露

舞踊・ダンス

団体登録

講師名

JA女性会糸井地区ボランティア

代表者

富森 喜美代



◆メッセージ

銭太鼓と手踊りなどは、曲に合わせて手拍子や口ずさんでいただけるとありがたいです。また、体操は一緒にしていただくと嬉しいです。

◆活動可能日

曜日要相談
13:00~16:00

◆活動内容

銭太鼓・お手玉・体操・ゲーム
銭太鼓に座布団を9枚必要となります。

健康・体操

音楽・演奏

講話・落語

舞踊・ダンス

手品・ゲーム・紙芝居

手品・ゲーム・紙芝居

個人登録

講師名

今村 明美



◆メッセージ

声を出したり、脳を使ったり、笑ったり、楽しい時間を過ごしましょう。

◆活動可能日

日時要相談

◆活動内容

手品・簡単なゲームや歌、竹田城跡の話など

手品・ゲーム・紙芝居

個人登録

講師名

田中 和幸



◆メッセージ

マジックの実演やバルーンアートをお楽しみください。

◆活動可能日

土曜:10:00~19:00
日曜:9:00~19:00
8~12月 1ヶ月以上前に要連絡
上記以外は2週間前には要相談

◆活動内容

マジック・バルーンアート

手品・ゲーム・紙芝居

個人登録

講師名

安木 喜代一



◆メッセージ

楽しい時間を提供します。

◆活動可能日

日時要相談

◆活動内容

マジック・ゲーム

健康・体操

音楽・演奏

講話・落語

舞踊・ダンス

手品・ゲーム・紙芝居

手品・ゲーム・紙芝居
団体登録

講師名 **じろはったんの会**
代表者 田中 典子 (事務局 古澤宏三)



◆メッセージ

大きな紙芝居 (タテ80cm・ヨコ110cm) で森はなの童話世界をお届けいたします!!

◆活動可能日

日時要相談

◆活動内容

森はな作品・朝来の昔話等の紙芝居、琴等音楽演奏

手品・ゲーム・紙芝居
団体登録

講師名 **おはなしの会 みみうさぎ**
代表者 岡田 史子



◆メッセージ

お話の世界で楽しんでいただいた後は、青春時代の歌謡曲を全員で歌って心も晴々!

◆活動可能日

日時要相談

◆活動内容

大型紙芝居・パネルシアター
アンプ等使用する為、
コンセント・長テーブル2台必要

ふれあい講師登録 募集中!!

朝来市社会福祉協議会では、ふれあい講師を募集しています。
あなたも資格や趣味・特技をいかして地域で活動してみませんか?

!! お気軽に朝来市社協までお尋ねください。 !!

健康・体操

音楽・演奏

講話・落語

舞踊・ダンス

手品・ゲーム・紙芝居

レクリエーション 用具等の貸し出し

レクリエーション用具を用いると地域のつどいの場もさらに盛り上がります。
また、多世代交流のきっかけの一つとして利用するのも有効です。

利 用 料 無料 ※ただし、無理な使用により破損が認められたときは修理代をいただきます。

利用の仕方 電話等で空き状況を確認の上、お申し込みください。受付窓口にて、「備品貸出利用申請書」の提出が必要です。申請書は本冊子 P30 をコピーしてお使いいただくか、社協のホームページでも様式ダウンロードが出来ます。

注 意 事 項 用具の受け渡しは月曜日から金曜日の間となり、土日祝日の受け渡しはできません。管理する地域センターに取りに行ってくださいとさせていただきます。

問い合わせ先 社協各地域センターで受付いたします。

～レクリエーション用具等リスト～

レクリエーション用具は朝来市善意銀行にお寄せいただいた
皆様からの善意の預託で購入させていただいています。

ポケットボール



グラウンド・ゴルフ



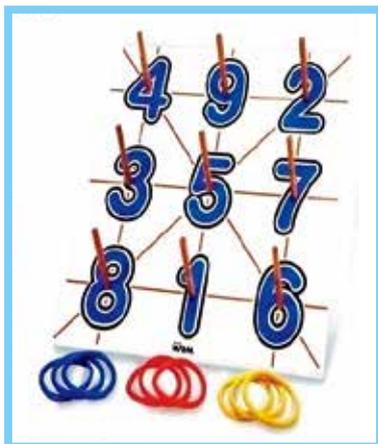
スカットボール



ビーンボウリング



輪投げ



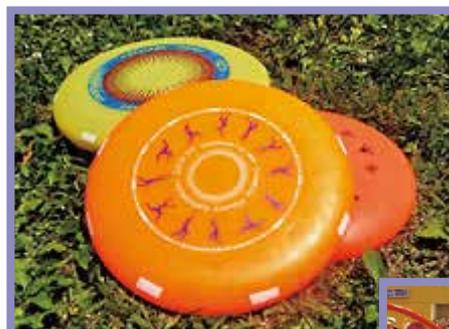
囲碁ボール



フロツカー



フライングディスク



パラシュット



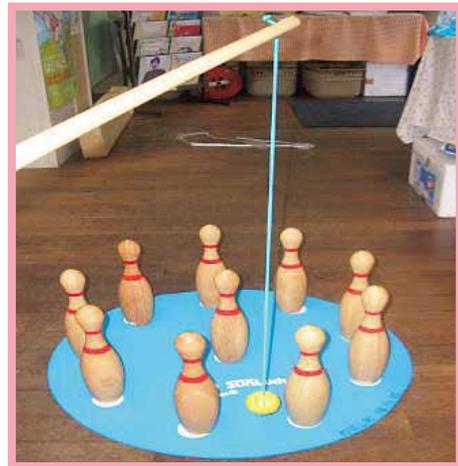
スカイクロス



新十扇 -shintousen-



スキットルフィッシング



ビンゴゲーム



デジタル式



手動

※ビンゴカードは付いていません。

文字博士



カードを組み合わせて熟語をつくっていき、持ち札の数を競うゲームです。4等分して裏返してめくり組み合わせる方法と、トランプの「神経衰弱」のようにカードを全部裏返し組み合わせていく2つの遊び方があります。

漢字博士



「へん」と「つくり」を組み合わせ、たくさんの漢字をつくるゲームです。「にんべん」のようにたくさんの組み合わせが可能なものは、強い札となります。逆転と運とスピードを楽しみながら、漢字の学習にも役立ちます。

ターゲットバードゴルフ



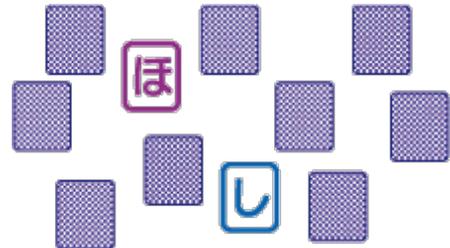
タルコボール



あいうえおカード



●「なにぬねの」並べ
7並べの「あいうえお」版で、7の代わりに「なにぬねの」のカードを縦に並べておき、順番にその左右のカードを出して並べていくゲームです。



●ことば神経衰弱
全てのカードを裏返しで自由に並べておき、自分の順番になったら、カードを複数枚、表向きに開き、言葉になっていれば取れるというゲームです。

エプロンゲーム



ミュージックベル



高齢者擬似体験セット



福祉用具の貸し出し

短期のご利用に限ります。長期のご利用の場合は、ご相談ください。

車いす



子ども用車いす



松葉杖



朝来市社会福祉協議会備品貸出利用申請書

令和 年 月 日

社会福祉法人

朝来市社会福祉協議会 会長 様

申請者 住 所 _____
 氏 名 _____
 電話番号 _____
 携帯番号 _____

下記のとおり、備品の貸出利用を申請いたします。

利用目的		使用場所	
利用期間	令和 年 月 日 () から 令和 年 月 日 ()		
返却予定日	令和 年 月 日 ()		

	備品名	個数	備品名	個数	備品名	個数
レクリエーション用具等	ポケットボール		フライングディスク		漢字博士	
	グラウンドゴルフクラブ		パラシュット		あいうえおカード	
	グラウンドゴルフホール		スカイクロス		ターゲットバードゴルフ	
	スカットボール		新十扇 - shintousen -		タルコボール	
	ビーンボウリング		スキットルフィッシング		エプロンゲーム	
	輪投げ		ビンゴゲーム (デジタル)		ミュージックベル	
	囲碁ボール		ビンゴゲーム (手動)		高齢者疑似体験セット	
	フロッカー		文字博士			

福祉用具	備品名	個数	福祉用具を利用する方の情報をご記入下さい	
	車いす (No.)		利用者名	
	子ども用車いす		住 所	
	松葉杖 (2本1組)		生年月日	

遵守事項	1) 利用備品を破損・汚損しないように取り扱いに気を付けます。 2) 備品利用時の事故・破損については申請者が責任を負います。
------	--

受付印

返却確認 (社協職員記入)		確認者
返 却 日	令和 年 月 日	
破損等確認	あり ・ なし	

ホームページからメール相談もできます。いつでもご相談ください。

福祉なんでも 相談窓口

たとえば

くらしに 関すること

- 収入がなく、生活のめどがたたない

たとえば

育児のこと

- 子どもとの接し方に悩んでいる
- 相談相手が身近にいない

たとえば

地域のこと

- 近所に心配な方がいる

たとえば

仕事のこと

- 職場の人間関係に不安がある

たとえば

家族のこと

- ひきこもり
- 親亡きあとの子どもの生活が心配



朝来市社協

検索

お問い合わせにて必要事項、相談内容を記入の上送信ください。

問い合わせ先

- 朝来市社会福祉協議会
総合支援課 ☎ 677-2702
- いきいき介護センター ☎ 677-2703
- 各地域センター
- 生野 ☎ 679-3053
- 和田山 ☎ 672-0440
- 山東 ☎ 676-5215
- 朝来 ☎ 677-1606

- 高齢者施設
- ひなたぼっこ ☎ 679-3006
- おくらべ ☎ 673-3060
- ひばり ☎ 676-5511
- えんや ☎ 678-1152
- ふらっと ☎ 677-1114
- 障がい者(児)自立支援施設あさごふれ愛の郷
- あおぞら ☎ 677-1613
- YOU・愛センター ☎ 670-6720