



# 社協 おすすめ 百科

## 2026年度版

### — 目 次 —

令和8年度 社協の助成事業 .....	P1
お家でカンタン!! オンライン申請 .....	P3
ふれあい講師の利用方法 .....	P4
区で福祉マップを作成してみませんか? .....	P5
ふれあい講師スタンプラリー .....	P6
ふれあい講師紹介 .....	P8
レクリエーション用具等の貸し出し .....	P22

オンライン申請





# 令和8年度 社協

## 区が対象の助成事業

### ● 地域支え合い助成事業

#### 目的

区に福祉部会を設置することで、地域内での支え合い・助け合い体制を推進し、安心して暮らせる多様なつながりのある地域をつくること

助成対象事業		助成金額	助成回数	対象期間
初年度	福祉部会設置、区役員名簿に部会構成員名を記載	30,000円	年度内 1回まで	4月～2月
	福祉マップを作成	10,000円		
2年目以降	福祉マップ更新を含む福祉部会活動	10,000円		

### ● 地域応援助成事業

#### 目的

地域内で、世代間交流や孤立を無くすことを目的として行う食堂事業の開催にかかる経費の負担軽減と、地域内での支え合い・助け合い体制をつくること



助成対象条件	助成上限額	助成回数	対象期間
<b>【以下の条件を満たす食堂事業】</b> ・他機関から補助金・助成金を受けていないこと ・区民全員を対象とする事業 ・開催時に本会が貸与する「にこにこ食堂」ののぼり旗を設置すること	<b>【参加人数に応じて交付】</b> 60名以上 …… 30,000円 40名～59名 …… 25,000円 20名～39名 …… 20,000円 19名以下 …… 10,000円	年度内 1回まで	4月～2月

※令和8年度から「にこにこ食堂」のぼり旗は社協より貸与します。

## 非営利で活動する団体が対象の助成事業

### ● お出かけ助成事業

#### 目的

市内の高齢者・障害者(児)の支え合いや生きがいきづくり活動を支援する団体が外出行事を行う際に使用するマイクロバス等の使用料金の負担軽減と社会参加の促進や自立支援を目的とする



助成対象事業	助成対象条件	助成金額	助成回数	対象期間
社会参加の促進や自立支援を目的とした日帰りの外出行事	・ミニデイ、ぶちサロンの団体 ・高齢者、障害者(児)を中心とした団体 ・どこからも助成を受けていない団体 ・非営利で活動する団体	使用するマイクロバス等の使用料の半額 ※30,000円を上限	年度内 3回まで	4月～2月

# の助成事業

お問い合わせ

朝来市社会福祉協議会総合支援課

TEL 079-677-2702

FAX 079-677-2706

“助成事業についてもっと知りたい”と思われたみなさん、ぜひご相談ください

※助成事業の申請は2週間前までにお願いします



## ボランティア市民活動センターに登録のあるボランティアグループが対象の助成事業

ふれあい講師スタンプラリーおでかけ助成券対象事業 P6のカードをご利用ください

### ● つどいの場活動支援助成事業

目的

年間計画を立てて地域ミニデイ活動を実施するグループの活動にかかる経費の負担軽減と介護予防を推進すること

助成対象条件	助成上限額・回数	対象期間
【以下の条件を満たす活動】 ・年間4回以上の活動があること ・ボランティア養成・育成講座を年1回以上受講すること ・ボランティア活動の相談・要請ができること	【活動実績回数に応じて交付】 12回以上 …… 36,000円 8回～11回 …… 24,000円 4回～7回 …… 12,000円	4月～3月

### ● ボランティアグループ育成・助成事業

目的

市内で地域住民によるボランティア活動を実施するグループのボランティア活動にかかる経費の負担軽減とボランティアを推進すること

助成対象事業	助成上限額・回数	対象期間
【以下の条件を満たす活動】 ・ボランティア養成・育成講座を年1回以上受講すること ・ボランティア活動の相談・要請ができること	【活動実績回数に応じて交付】 12回以上 …… 36,000円 8回～11回 …… 24,000円 4回～7回 …… 12,000円 1回～3回 …… 1回毎に3,000円 ↳ ※都度申請とする	4月～3月

## 地域の仲間づくり、出会いの場づくりを目的とした任意の集まりが対象の助成事業 (ボランティア市民活動センター登録不要)

ふれあい講師スタンプラリーおでかけ助成券対象事業 P6のカードをご利用ください

### ● ぷちサロン活動応援助成事業

目的

年間定期、不定期を問わず地域住民が気軽に集うぷちサロン活動を実施するグループの開催にかかる経費の負担軽減と継続的に活動できるよう応援すること



助成対象条件	助成金額	助成回数	対象期間
・参加住民が7名以上の集いで、その内65歳以上が過半数をしめていること ・地域住民全体が参加できる場であること ・どこからも助成を受けていないこと ・区や地域の毎年計画的に行われる年間行事を除くこと ・地域ミニデイ活動を除くこと	活動1回につき 2,500円を上限に 100円単位で交付	年度内 6回まで	4月～3月

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  
活用してください

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

社協へ来所は不要。  
スマートフォンやタブレット等  
から簡単に申請が出来ます!

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

右記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、急なご依頼は調整が困難なため  
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、ふれあい講師派遣の

## ご利用はいかがですか？

**ふれあい講師**とは  
つどいの場等の活性に向け、  
余暇・スポーツ・講話・趣味生活等の  
特技を披露して下さる方々です。  
(ふれあい講師登録者)

派遣対象となる団体には  
一定の要件があります。  
社協まで  
ご確認ください。

### 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

ふれあい講師に社協から講師料をお支払いしますので、「つどいの場」を開催される方（ミニデイグループや区など）から謝礼は不要です。



# 区で福祉マップを 作成してみませんか？

区内で福祉部会を構成し、住宅地図を広げ、普段の住民同士の行き来や軽微な支え合いの状況、各世帯の状況等を地図上で「見える化（可視化）」し、地域に点在する住民同士のつながりを面的に理解し、**地域全体のゆるやかな見守り力の向上と支え合い**を目指します。また、地図には危険区域や避難所、空き家の情報等も盛り込み災害時にも活用できるような福祉マップも作成できます。



地域支え合い助成事業をご活用ください！（P1 参照）

## 実際にされている方の声

民生委員の交代時期に福祉部会で支援の内容を引継ぐことができてよかった

要援護者の現況が把握できてよかった

民生委員の負担軽減にもつながった

住民同士の支え合い、防災の意識が高まった など



福祉マップ作成の様子（秋葉台1区）

# ふれあい講師スタンプラリーに 挑戦しておでかけしよう

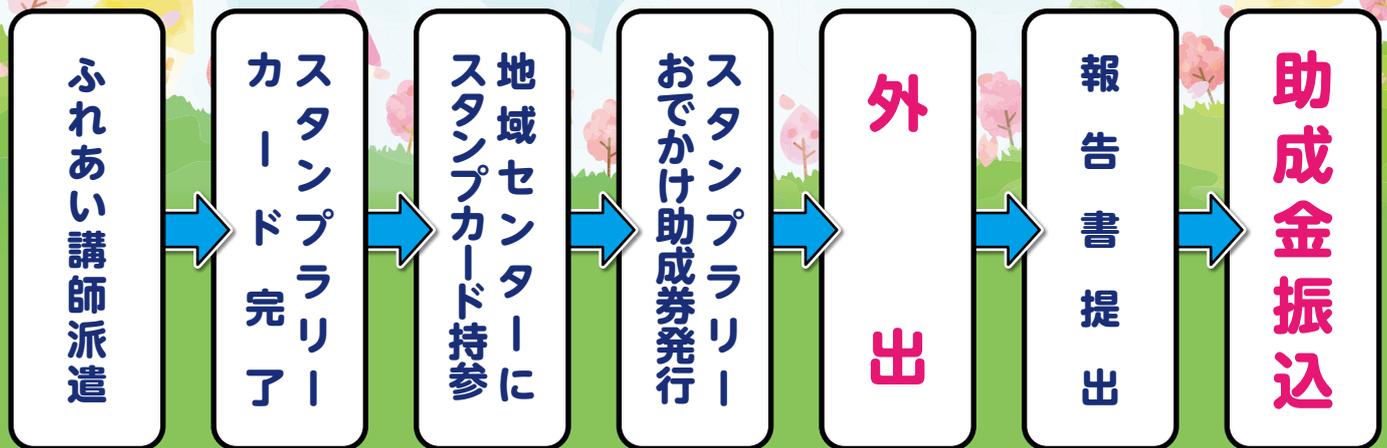
開催期間

令和8年 令和9年  
4月～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、  
『スタンプラリーおでかけ助成券』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。  
カテゴリごとに講師を利用し、スタンプがたまれば、  
先着30グループにスタンプラリーおでかけ助成券20,000円分を進呈します!

## スタンプラリーおでかけ助成券実施の流れ



※キリトリ

令和8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8年4月～令和9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

スタンプラリーおでかけ助成券

20,000円分を進呈!!

提出期限はスタンプラリーを達成した日から翌月末までとなります。

提出・問い合わせ先

●総合支援課(朝来) ☎677-2702 ●生野地域センター ☎679-3053 ●和田山・山東地域センター ☎676-5215

※キリトリ



## スタンプラリーおでかけ助成券の内容

- ①使 い 道：おでかけ(外出)に関する費用であれば用途を問いません。  
なお、おでかけに支障があるグループは、事前にご相談ください。
- ②提 出 期 限：スタンプラリーを達成した日から翌月末まで。
- ③有 効 期 限：スタンプラリーおでかけ助成券到着後から6カ月以内。
- ④おでかけ費用：一時的に立て替えをお願いいたします。おでかけの費用が助成券の差額に満たない場合の差額はお支払いできません。
- ⑤報 告 方 法：各地域センターまたは、本部へ提出をお願いいたします。

### 提出物

- ・スタンプラリーおでかけ助成券
- ・おでかけを楽しんでおられる写真一枚
- ・助成金額以上の領収書(レシート)の写し

※キリトリ

●グループ名または地区名

●代表者名

利用した講師からいただいたスタンプシールを貼り、実施日と講師名を記入してください 

音楽・演奏または  
健康・体操のどちらか

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

●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。その他にも、フレイル予防講座もできます。



講師名

**大西 みち子**

●活動可能日

月～金・土・日・祝祭日  
※要相談

●活動内容

らくかる体操  
笑いヨガ  
青竹ピクス

健康・体操

個人登録

●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。



講師名

**高橋 博**

●活動可能日

月～金

●活動内容

健康・体操

健康・体操

個人登録

●メッセージ

「健康は笑いから」「笑いは心と身体の健康食品です」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①でなく貯筋②しましょうね。



講師名

**小田 彰子**

●活動可能日

月曜日以外  
10:00～15:00  
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

個人登録

●メッセージ

場所に合わせたマット、椅子、他のヨガ指導させていただきま



講師名

**椿野 美智代**

●活動可能日

月・金曜日以外  
10:00～12:00  
13:00～17:00  
要相談

●活動内容

ヨガ指導

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

## 健康・体操

個人登録

### ●メッセージ

昔懐かしい歌を皆で唄って血管若返り体操やオモシロイ踊り、脳トシ等して頭も体もホッカホカ。



講師名

**山下 昇**

### ●活動可能日

月～金・土・日・祝祭日 /  
10:00～17:00

### ●活動内容

- ①腹式呼吸の大切さとその方法
- ②脳による刺激
- ③歌うことによる呼吸の大切さを知る
- ④簡単な運動による刺激

## 健康・体操

専門職・個人登録

### ●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。



講師名

**藤原 慎平**

### ●活動可能日

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

### ●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。



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

### ●活動可能日

要相談 月～金・土・日・祝祭日  
※土曜日は第1・3のみ  
10:00～16:00  
10日前までに要連絡

### ●活動内容

3B体操

## 健康・体操

団体登録

### ●メッセージ

歌いながら心身の体操をしながら脳を元気にして行きましょう。



講師名

**ぐるーぷ・どれみふぁ**

代表者: 中治 八重子

### ●活動可能日

月～金 /  
10:00～15:30

### ●活動内容

音楽ケア体操で認知症予防

## 健康・体操

団体登録

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。

### ●メッセージ



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

#### ●活動可能日

月～金 / 13:00～15:00  
土・日・祝祭日 / 要相談

#### ●活動内容

ハンドマッサージ。ご希望の方には、マニキュアをします

## 健康・体操

専門職・  
団体登録

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。

### ●メッセージ



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

#### ●活動可能日

月～金 / 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

目からウロコの腰痛・肩こり改善話が大変好評です。朝来市民の健康寿命をご一緒にのばしましょう。

### ●メッセージ



講師名

### KCSセンター和田山院

代表者：安積 素子

#### ●活動可能日

月～金 / 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

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水を防ぎましょう。

### ●メッセージ



講師名

### レッツ倶楽部 朝来

代表者：佐藤 茂之

#### ●活動可能日

月～金 /  
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

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

## 健康・体操

専門職・  
団体登録

### ●メッセージ

介護保険のことや元気で長生きする秘訣を楽しく伝えます。もしもの時の備えについて（備えあればうれいなし！）



講師名

**ほっとステーション  
竹田**

代表者：小谷 由紀

### ●活動可能日

要相談

### ●活動内容

介護予防、フレイル予防  
簡単な体操など  
もしもの時のための備えについて

## 音楽・演奏

個人登録

### ●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うたっていただきます。



講師名

**大野 澄子**

### ●活動可能日

月～金・土・日・祝祭日 /  
9:00～17:00

### ●活動内容

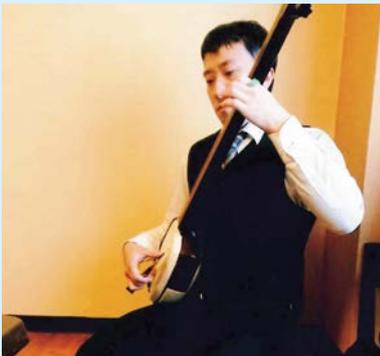
鍵盤ハーモニカ演奏

## 音楽・演奏

個人登録

### ●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。津軽三味線は日本人なら知らない方のほうが珍しい有名な楽器ですが、生演奏を聴いたことがある方は少ないという特徴があります。



講師名

**岡本 慶彦**

### ●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

### ●メッセージ

懐メロ・演歌・昭和歌謡・フォークソング等の弾き語り、そしてみんなで歌いましょう!!



講師名

**西垣 秀照**

### ●活動可能日

月～金・土・日・祝祭日 /  
10:00～16:00

### ●活動内容

ギター演奏

音楽・演奏

個人登録

●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時を提供します。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。



講師名

**村上 英司**

●活動可能日

月～金・土・日・祝祭日 /  
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・ひき語り、健康セミナー（心と体）

音楽・演奏

個人登録

●メッセージ

多くの人にサクソフォーンの演奏を聴いてもらいたいです。ぜひ！



講師名

**藤岡 典彦**

●活動可能日

月～金・土・日・祝祭日 /  
要相談  
1ヶ月前までに要連絡

●活動内容

サクソフォン演奏  
(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

●メッセージ

琴の伴奏に合わせて、なつかしい童謡・唱歌を楽しく歌いましょう。



講師名

**藤原 ひとみ**

●活動可能日

月～金・土・日・祝祭日 /  
9:00～16:00

●活動内容

琴の伴奏に合わせて童謡、唱歌を歌っていただきます

音楽・演奏

個人登録

●メッセージ

中国民族楽器の一つで、二本の弦の間を馬の尾の毛を張った弓でこすって演奏します。



講師名

**今井 雅子**

●活動可能日

要相談（冬期間除く）  
1ヶ月前までに要連絡

●活動内容

二胡（中国の楽器）の演奏

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

レクリエーション用具等の貸し出し

## 音楽・演奏

個人登録

### ●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お使い頂けます。公  
まずはご相談をお待ちしております。



講師名

**楽音侍天徳**

### ●活動可能日

月〜金・土・日・祝祭日 /  
8:00〜20:00

### ●活動内容

懐かしい日本の大道芸

## 音楽・演奏

個人登録

### ●メッセージ

一緒に音楽で楽しんでいるときを過ごしましょう！



講師名

**山崎 実加代**

### ●活動可能日

月〜金 / 要相談

### ●活動内容

オカリナ、大正琴、  
キーボード演奏

## 音楽・演奏

団体登録

### ●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。心も身体もリフレッシュします。



講師名

**あさご歌謡クラブ**

代表者: 木村 喜八郎

### ●活動可能日

月〜金・土・日・祝祭日 /  
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

### ●メッセージ

ぜひ一度お聴きください。



講師名

**日本民謡ちさと会**

代表者: 谷住 千里

### ●活動可能日

月〜金 /  
10:30〜15:00  
※なるべく水・金曜日で願  
いします

### ●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

詩吟・和歌の発声の基本も指導します。

### ●メッセージ



講師名  
**吟道摂楠流生野吟詠会**  
代表者：黒田 和朗

●活動可能日  
月～金・土・日・祝祭日 /  
要相談

●活動内容  
詩吟披露

## 音楽・演奏

団体登録

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

### ●メッセージ



講師名  
**和田山三味線教室**  
代表者：西垣 真由美

●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

オカリナの演奏を聞いて頂き、唄ったり手遊び・クイズ等をして楽しいひとときを過ごしましょう。

### ●メッセージ



講師名  
**奏スピリッツ**  
代表者：谷内 百合子

●活動可能日  
要相談  
10:00～15:00  
1ヶ月前までに要連絡

●活動内容  
オカリナ演奏

## 音楽・演奏

団体登録

オカリナによる演奏を聴いていただくだけでなく、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、アニメソングなど、色々なジャンルの曲を演奏します。

### ●メッセージ



講師名  
**シンプルトーン**  
代表者：黒田 均

●活動可能日  
月～金・土・日・祝祭日 /  
10:00～15:00 要相談

●活動内容  
オカリナを演奏・手遊び等  
音響機器使用の為、コンサート  
が必要。出来れば室内で演奏  
が好ましいです。事前に参加人  
数の連絡が必要。

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

## 音楽・演奏

団体登録

### ●メッセージ

伴奏で童謡や歌謡曲等を一緒に唄いましょう。



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

●活動可能日  
月～金 / 10:00～16:00  
土・日・祝祭日 / 要相談

●活動内容  
ハーモニカ伴奏

## 音楽・演奏

団体登録

### ●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。



講師名  
**あさごハーパーズ**  
代表者: 仙賀 正美

●活動可能日  
要相談  
10:00～15:00

●活動内容  
ハープの演奏・演奏体験  
場所は室内に限ります

## 音楽・演奏

団体登録

### ●メッセージ

ウクレレ演奏に合わせて、童謡・懐メロなど、みんなで歌いましょう！



講師名  
**ウクレレサークル  
ハッピーズ**  
代表者: 木畑 里美

●活動可能日  
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

### ●メッセージ

ギター&ケーナ演奏の鑑賞、演奏で合唱を楽しむこともできます！



講師名  
**かまいけ～な**  
代表者: 池田 正人

●活動可能日  
土・日・祝祭日

●活動内容  
ギター&ケーナ演奏

## 音楽・演奏

団体登録

おやじバンドです。昭和の歌を演奏します。

### ●メッセージ



講師名

### GO スイカのたね

代表者: 木内 康彦

#### ●活動可能日

月～金 / 10:00～16:00  
土・日・祝祭日 / 要相談

#### ●活動内容

軽音楽バンド、  
フォークソング、童謡の歌

## 音楽・演奏

団体登録

あなたの心に愛を届けます♡

### ●メッセージ



講師名

### Viora

代表者: 上垣 陽子

#### ●活動可能日

月～金 / 10:00～12:00  
午後は要相談  
土・日・祝祭日 / 要相談

#### ●活動内容

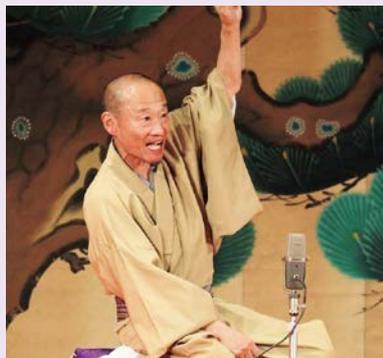
ギター演奏と歌

## 講話・落語

個人登録

爆笑お笑い演芸会です。皆さん楽しんでください！

### ●メッセージ



講師名

### 笑福亭 鶴笑

#### ●活動可能日

月～金 / 10:00～16:00

#### ●活動内容

落語と色物

## 講話・落語

個人登録

●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。

### ●メッセージ



講師名

### 加門 英尚

#### ●活動可能日

月～金・土・日・祝祭日 /  
13:30～15:00

#### ●活動内容

短歌の作り方  
人生講話について

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

講話・落語

個人登録

●メッセージ

たわいない話から裏話まで楽しくおもしろくお伝えします。



講師名

**日下 茂**

●活動可能日  
要相談

●活動内容  
生涯学習、政治・環境の問題の講話

講話・落語

個人登録

●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しします。



講師名

**鷗森 丸美**

●活動可能日  
月・水・土・日・祝祭日

●活動内容  
認知症予防セミナー、コミュニケーション術、接遇マナー感情のコントロール等

講話・落語

個人登録

●メッセージ

スマホの基本的な操作、写真の撮り方、ラインの操作などなど、皆さんの『スマホの困りごと』の解決をお手伝いします。



講師名

**藤原 俊文**

●活動可能日  
要相談

●活動内容  
スマホの基本的な使い方、ラインの使い方等

講話・落語

専門職・個人登録

●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！



講師名

**中島 むつみ**

●活動可能日  
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

●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、出来るだけ予防もしていきましょう。



講師名

**公認心理師 中山隆人**

●活動可能日

月～金  
※できれば午後でお願いします

●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

●メッセージ  
振り込め詐欺に気をつけて！



講師名

**あさご大助・花子**

代表者：鷗森 伸一

●活動可能日

要相談

●活動内容

防犯教室（振り込め詐欺）、  
交通安全等

### 講話・落語

団体登録

●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過ごして下さい！！



講師名

**あさご落語会**

代表者：福富 宏三

●活動可能日

要相談

●活動内容

落語を披露  
活動前に会場の下見をおこな  
います

### 講話・落語

専門職・  
団体登録

●メッセージ  
薬についての悩み相談もさせていただきます。



講師名

**但馬薬剤師会  
朝来ブロック**

代表者：柿沼 亘

●活動可能日

月～金 / 13:30 ~ 15:00

●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

レクリエーション用具等の貸し出し

## 舞踊・ダンス

団体登録

### ●メッセージ

健康で楽しく踊りましょう！



講師名

### 生野町スポーツ ダンスサークル

代表者：向平 俊明

### ●活動可能日

日・祝祭日 / 13:00 ~ 15:00

### ●活動内容

社交ダンス披露  
じゆうたん・畳の会場は不向きとなります

## 舞踊・ダンス

団体登録

### ●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。



講師名

### 日本舞踊泉流香玉の会

代表者：清水 公子

### ●活動可能日

月・木・土・日・祝祭日 /  
10:00 ~ 17:00

### ●活動内容

日本舞踊

## 舞踊・ダンス

団体登録

### ●メッセージ

日本語の曲を中心に踊ります。座ったままでも一緒に手ぶりで踊って楽しんでいただけます。



講師名

### Pumehana

代表者：小川 江里子

### ●活動可能日

火・金・土・日・祝祭日 /  
10:00 ~ 16:00

### ●活動内容

フラダンス

## 舞踊・ダンス

団体登録

### ●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。



講師名

### わ~とろっしゃ

代表者：谷原 誠

### ●活動可能日

月~金・土・日・祝祭日  
要相談

### ●活動内容

昭和歌謡のダンス披露

## 舞踊・ダンス

団体登録

●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ただけありがたいです。また、体操は一緒にしていただけると嬉しいです。



講師名  
**糸井地区ボランティア**  
 代表者：富森 喜美代

●活動可能日  
 月～金・土・日・祝祭日 /  
 10:00～11:00  
 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。

## 舞踊・ダンス

団体登録

省スペースや4～5人の少人数でも行かせていただきます。

●メッセージ



講師名  
**藤紫流 智の会**  
 代表者：清水 とも子

●活動可能日  
 月～金 / 10:00～15:00

●活動内容  
 地域ミニデイ・デイサービス  
 施設・福祉施設等で余興として  
 舞踏披露

## 舞踊・ダンス

団体登録

舞踊と、皆様と一緒に唄をうたいます。

●メッセージ



講師名  
**よつば会**

●活動可能日  
 月～土 要相談

●活動内容  
 舞踊、唄を皆でうたう

## 手品・ゲーム・紙芝居

個人登録

マジックの実演やバルーンアートをお楽しみください。

●メッセージ



講師名  
**田中 和幸**

●活動可能日  
 土 / 10:00～19:00  
 日・祝祭日 / 9:00～19:00  
 1ヶ月前までに要連絡

●活動内容  
 マジック・バルーンアート

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

## 手品・ゲーム・紙芝居

個人登録

●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。



講師名

**今村 明美**

●活動可能日

月～金・土・日・祝祭日

●活動内容

脳活ゲームや歌、竹田城跡の話、日本のむかし話し語り、手品（希望があれば）

## 手品・ゲーム・紙芝居

個人登録

●メッセージ  
みんなが笑える楽しい時間を目指しています。みんなで笑いませんか？



講師名

**安木 喜代一**

●活動可能日

要相談

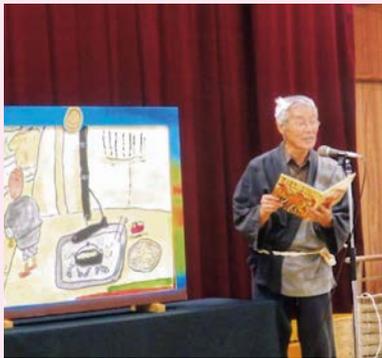
●活動内容

マジック・ゲーム・おしゃべり

## 手品・ゲーム・紙芝居

団体登録

●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!!



講師名

**じろはったんの会**

代表者：田中 典子

●活動可能日

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

●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！



講師名

**おはなしの会  
みみうさぎ**

代表者：岡田 史子

●活動可能日

月～金 / 10:00～15:00  
※土・日・祝祭日 / 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

無料で

# 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もち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。申請書は社協のホームページから様式をダウンロード出来ます。

**用具の受け渡し日** 月曜日～金曜日 ただし祝日を除く

**用具の受け渡し場所** 用具を管理する本部または各地域センター

**問い合わせ先** 本部または各地域センターで受付いたします。

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

レクリエーション用具等の貸し出し

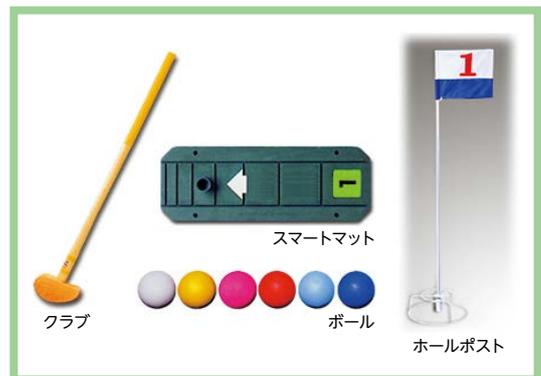
## ～レクリエーション用具等リスト～

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



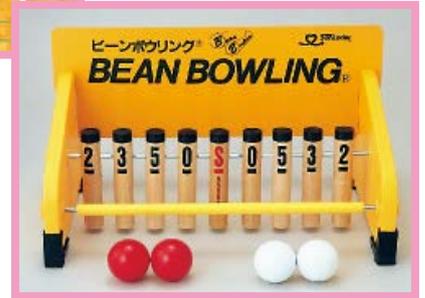
### グラウンド・ゴルフ



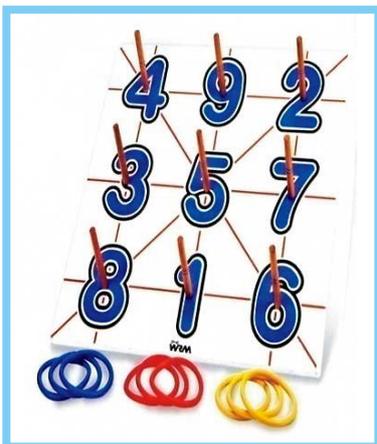
## スカットボール



## ビーンボウリング



## 輪投げ



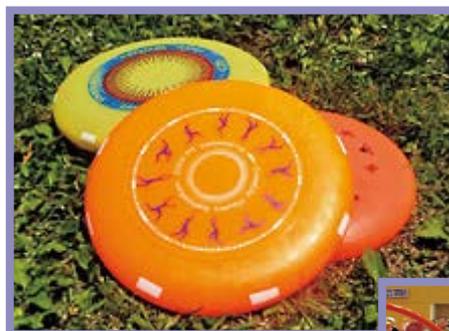
## 囲碁ボール



## 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。

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

## 漢字博士



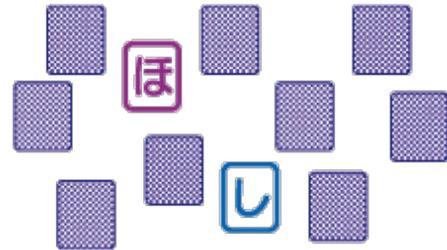
「へん」と「つくり」を組み合わせて、たくさんの漢字をつくるゲームです。「にんべん」のようにたくさんの組み合わせが可能なものは、強い札となります。逆転と運とスピードを楽しみながら、漢字の学習にも役立ちます。

## 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いくゲームです。

## ターゲットバードゴルフ



●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。

## タルコボール



## エプロンゲーム



## ミュージックベル



## 高齢者疑似体験セット



# 福祉用具の貸し出し

対象

旅行や通院、法事への出席などや  
一時的な病気やケガの療養時の使用（いずれも短期的な利用）  
市内在住の方で、介護保険対象外の方

## 車いす



## 子ども用車いす



## 松葉杖



健康・体操

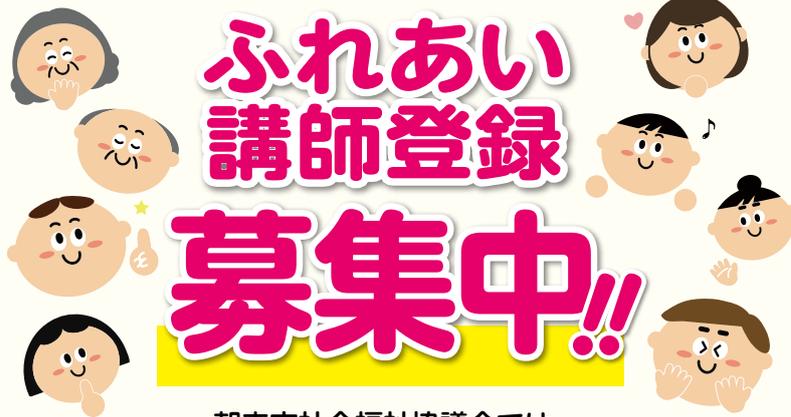
音楽・演奏

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



# 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



社会福祉法人  
朝来市社会福祉協議会

朝来市社協



検索!

## お問い合わせ先

- 朝来市社会福祉協議会  
本部 総合支援課 ☎ 079-677-2702
- 生野地域センター ☎ 079-679-3053
- 和田山・山東地域センター ☎ 079-676-5215