

令和 7 年度 福祉ボランティアパワーアップ講座 開催要綱

1 目的

地域のさまざまな分野で活動する方々のさらなる活性化を図り、新たな分野の知識を学び、具体的な活動のヒントを得ることで、ボランティア活動の質の向上をめざします。

あわせて、事例の共有や情報交換を通じて参加者同士のつながりを深め、学びや気づきを各地域へ持ち帰ることで、今後の活動への意欲やモチベーションの向上につなげることを目的に開催します。



2 主催 社会福祉法人大分県社会福祉協議会

3 共催 大分県ボランティア連絡協議会

4 日時及び会場

期 日	時 間	場 所	内 容
① 10月 8日(水)	13:50～ 16:30	県総合社会福祉会館 4 階 (大分市大津町 2-1-41)	開講式、 健康ゲーム指導士養成
② 10月30日(木)	10:00～ 15:30	県総合社会福祉会館 4 階 (大分市大津町 2-1-41)	健康セルフマネジメント インクルーシブボランティア
③ 11月18日(火)	10:00～ 15:20	午前：おおつる交流センター (由布市庄内町東大津留 636) 午後：由布市ほのぼのプラザ (由布市庄内町庄内原 365-1)	支え合いの地域づくり活動 基礎から学ぶ脳活川柳
現地集合または県総合社会福祉会館からバス移動します			
④ 11月30日(日)	調整中	県身体障害者福祉センター 体育館 (大分市大津町 2-1-41)	世代間交流スポーツ体験
⑤ 12月16日(火)	14:00～ 16:30	県総合社会福祉会館 4 階 (大分市大津町 2-1-41)	健康ゲーム指導士養成

現地研修の詳細については、参加決定者あてに別途お知らせします。

5 参加対象

- (1) ボランティア活動者、県ボラ連会員、地域福祉活動者 等
- (2) 地域の福祉活動に関心がある方やボランティア活動を始めようとお考えの方
- (3) 社会福祉協議会・施設職員、教育委員会関係者等 ボランティア活動推進職員 等

6 受講料 無料。ただし、会場までの交通費や昼食代等は自己負担です。

7 募集人数 40名程度

8 内 容 （各講座とも、受付は開始 30 分前からはじめます）

1 日目 10月 8日（水） 県総合社会福祉会館 4階大ホール	
【1】健康ゲームで健康と交流を促進（健康ゲーム指導士養成講座）	
13:50～ 16:30	健康維持や改善を目指すための健康ゲーム(e スポーツ)は、気軽に楽しみながら健康習慣を身につけられることで注目されています。ゲームを通じて健康寿命や社会参加寿命の延伸のために活動できる人材(指導者)の養成を行い、人々の交流を促進し、生涯活躍できるための基礎を築きます。(5日目と同じ内容です) 講師 日本アクティビティ協会 理事長 川 崎 陽 一 氏
2 日目 10月30日（木） 県総合社会福祉会館 4階大ホール	
【2】健康増進のためのセルフマネジメント	
10:00～ 12:00	心身の健康は大切な土台です。「1 回 15 秒でできるからだ革命」をテーマに、健康セルフマネジメントを学びます。姿勢を意識するだけで体が整い、健康が変わります。正しい立ち方・座り方、肩こりや腰痛を改善するセルフ整体や呼吸法を体験し、元気に活動を続けるヒントを得る機会とします。 講師 整体療法士 近 藤 雅 明 氏
【3】インクルーシブボランティアを広げよう	
13:00～ 15:30	地域のボランティア団体や地区社協、地域住民組織などでは、様々な立場の人たちが関わります。お互いに気持ちよく活動できるようなコミュニケーションのコツや、新たな担い手が参加しやすく、活動を継続してもらえる安心・安全な活動環境づくりについて学びます。 講師 大阪ボランティア協会 青 山 織 衣 氏
3 日目 11月18日（火） （由布市）おおつる交流センター、ほのぼのプラザ	
【4】支えあいの居場所や拠点づくりのススメ（視察研修）	
10:00～ 11:30	地域共生社会の実現に向け、地域住民の交流拠点である皆さんから、住民参加型の居場所づくりについて、立ち上げや運営のコツ、課題等の活動報告を聴くことにより、「わがまちの地域共生社会」に向けた居場所や交流拠点づくりへのイメージと具体的な取組み方策を考えます。 講師 大津留まちづくり協議会
【5】伝えたい思いを五七五にのせる、川柳基礎講座	
13:30～ 15:20	川柳は、日常の出来事や心の声を気軽に表現できる楽しさがあり、普段使っている言葉で詠むからこそ、共感や笑いが生まれます。川柳を作るための最小限のルールや表現のコツ、ポイントを学びながら、自分の思いを言葉にする喜びを体験。脳活にも役立ち、作品を通じて新たな視点や交流を広げます。 講師 大分県番傘川柳連合会 幹事長 高 木 豊 柳 氏
4 日目 11月30日（日） 県身体障害者福祉センター 1階体育館	
【6】世代間交流に向けたスポーツ体験会	
開催時間 調整中	「スポーツウェルネス吹き矢」と「スポーツチャンバラ」を体験し、楽しみながら心と体の健康づくりをめざします。集中力や俊敏性を養いながら、子どもから大人まで気軽に取り組める内容を体験し、運動不足の解消や世代を超えた交流、地域のつながりづくりに活かします。 講師 大分県スポーツチャンバラ協会 阿 部 洋 久 氏 大分県スポーツウェルネス吹き矢協会 稲 尾 公 規 氏

5日目 12月16日(火) 県総合社会福祉会館 4階大ホール

【7】健康ゲームで健康と交流を促進(健康ゲーム指導士養成講座)

14:00~

16:30

健康維持や改善を目指すための健康ゲーム(eスポーツ)は、気軽に楽しみながら健康習慣を身につけられることで注目されています。ゲームを通じて健康寿命や社会参加寿命の延伸のために活動できる人材(指導者)の養成を行い、人々の交流を促進し、生涯活躍できるための基礎を築きます。(1日目と同じ内容です)

講師 日本アクティビティ協会 理事長 川崎 陽一氏

9 参加申込についてのご案内

- (1) 別紙参加申込書により、令和7年9月26日(金)までに大分県ボランティア・市民活動センターあてにFAXでお申し込みください。
- (2) 2日目以降の講座については、定員になるまで随時受付します。この場合、先着順となります。
- (3) 2日目と3日目の講座は昼食が必要です。各自ご持参いただくか、会場近くのコンビニなどをご利用ください。
- (4) 定員を超えた場合、講座申込日が多い方を優先に受付します。
- (5) 4日目の開催時間は、後日改めてお知らせします。

10 講座受講にあたってのご案内

- (1) 講座は原則すべてにご参加いただくことを基本としていますが、1講座のみの参加も可能です。
- (2) 第1日目と5日目の健康ゲーム指導士養成講座は同じ内容のため、どちらか一方の参加で結構です。修了者には「健康ゲーム指導士」の認定証が発行されます。
- (3) 動きやすい服装でお越しください。また、筆記用具や飲料、汗拭き用タオル等を持参してください。
- (4) 天候等の状況でプログラムが変更になる場合があります。また、災害等により開催が困難であると判断した場合は、中止や延期の連絡を別途お知らせします。

11 その他の留意事項について

- (1) 申込に係る個人情報には本講座に関してのみ使用します。ただし、講座風景(写真)については、本会広報誌やSNSに掲載する場合があります。予めご了承ください。
- (2) 全日程終了後、受講内容を活かした地域活動についてお伺いするアンケートを送付しますので、ご協力をお願いします。

12 参加のお申し込み先・講座内容のお問合せなど

〒870-0907 大分市大津町2丁目1番41号 大分県社会福祉協議会

大分県ボランティア・市民活動センター(担当:渡辺・小松・小野)

TEL 097-558-3373 FAX 097-558-1296

Email oitavoc@oitavoc.jp

