

社協出前講座

をご活用ください



上田市社協では、職員が講師となりお伺いする各種出前講座を行っています。
自治会、企業、団体等の皆さま、地域の集まりの場等で、お気軽にご利用ください。

	No.	講座名	内容
上田市社協の組織と仕事	1	上田市社協の事業説明	地域ふれあい事業や成年後見制度、災害救援ボランティアセンターの役割など、上田市社協が行う各種事業について説明します。
	2	障がいのある人の理解と体験	車いすやアイマスクを使用した疑似体験を行います。
体験型講座	3	高齢者疑似体験	専用のゴーグルやサポーター、重り等を装着し、視力や筋力の低下した状態が体験できます。
	4	住民支え合いマップの活用方法	地域の災害危険箇所や社会資源をマップに書き込み、情報を共有する手法を説明します。
	5	いきいき体操	介護予防体操や脳トレを行います。
	6	エンディングノートについて	エンディングノートの書き方や内容を説明します。
	7	ポッチャ体験	ジャックボール（目標球）と呼ばれる白いボールに、赤・青のそれぞれ6球ずつのボールを投げたり、転がしたり、他のボールに当てたりして、いかに近づけるかを競います。
	8	モルック体験	モルックと呼ばれる木の棒を投げて、番号の書かれているピン（スクットル）を倒して得点を加算していき、得点が50点ピッタリになるのを競います。
物づくり講座	9	タオルを使った物づくり	犬の置物やクマの人形を作ります。  
	10	ペットボトルキャップやクラフトバンド、コルクを使った物づくり	花のマグネットやメモスタンドを作ります。  
その他の講	11	うさたまの出張	社協イメージキャラクター「うさたま」の着ぐるみが自治会の行事や各種イベントに出張します。

※上記以外の講座についてのご要望も承りますので、お気軽にご相談ください。

【申込み方法】

- 開催希望日の1か月前までに上田市社会福祉協議会までご連絡ください。
日程調整の上、開催日が決まりましたら当日の進行等の詳細についての打ち合わせをお願いします。
- 料 金：無料（材料費などは実費分をいただきます。）
- 出前講座の依頼は、原則として5人以上の集まりでお願いいたします。

問い合わせ：上田市社会福祉協議会 27-2025