

※太枠の中を記入してください。

受付日： R8年 4月 1日

受付No. R08-02

ボランティア募集情報周知依頼

団 体 名	あおもり「杖なし会」							
代 表 者 氏 名	会長 佐々木弘							
住 所	〒030-0962 青森市佃 3-5-27							
電 話 番 号	090-8782-6801	F A X	なし					
ホ ー ム ペ ー ジ U R L	なし							
1 ボランティア概要（※記入欄が不足する場合は、裏面に記載すること）								
(1) 活動の名称・目的・内容など								
あおもり「杖なし会」は、介護予防を目的とした65歳以上の地域住民による自主組織です。設立20年になり、会員数は約75名です。筋力向上トレーニングやバランストレーニング・ウォーキングなどを中心に運動を行い、高齢者の心身の健康維持・増進を図っています。週2回月曜・木曜の午前に実施。								
(2) ボランティア参加者の作業内容（具体的に）								
高齢者の筋力向上のためのマシンの補助（決められた重さや位置に設定するなど）、バランストレーニング等の転倒防止のための補助、ニュースポーツの備品準備や片付けなど								
(3) ボランティア活動に係る事前準備物・服装等の注意事項								
体育館内で履く内履き。動きやすい服装								
2 ボランティア募集内容（※記入欄が不足する場合は、裏面に記載すること）								
(1) 募 集 人 数	5名～10名程度							
(2) 募 集 期 間	令和8年4月6日（月）～令和9年3月29日（月）月曜・木曜のみ							
(3) 活 動 期 間	令和8年4月6日（月）～令和9年3月29日（月）月曜・木曜のみ 集合・解散時間 10時00分集合～12時00分散（途中参加可）							
(4) 活 動 場 所	青森県立保健大学 体育館 1階・2階							
(5) 活動場所までの交通手段	<ul style="list-style-type: none"> ・現地集合 交通費の支給： 有 ・ <input checked="" type="radio"/> 無 ※交通費を支給する場合は支給条件・金額等を裏面に記載すること。 ・送迎なし 往路 集合場所・時間： 復路 集合場所・時間： 							
(6) 主催者のボランティア保険加入	<input checked="" type="radio"/> 有（保険の名称： スポーツ安全保険 ） ・ 無							
(7) 申 込 方 法	電話： 090-8782-6801 三浦まで <ul style="list-style-type: none"> ・ショートメッセージ（SMS）で申し込みしてください ・複数名で申し込みの場合は代表者がまとめて申し込みしてください ・単位取得のための活動証明書が必要な場合は事前にお知らせください 							
(8) 申込必要事項 (①・②は必須)	①	氏名・学籍番	②	電話番号	③		④	
	⑤		⑥		⑦			

学生ボランティア募集!



あおもり「杖なし会」

65歳以上の会員が、心身の健康維持・増進のために活動しています。

筋力向上トレーニング・バランストレーニング・体力測定などを実施。
地域の方々の健康をサポートしませんか？

日程

祝日を除く月・木曜日

※大学行事等で実施しない日もあります

時間

10:00~12:00

※学業優先、途中からの参加も可能

場所

青森県立保健大学 体育館

募集内容

運動補助、会場準備・片付け等

募集人数

5名~10名程度

- 動きやすい服装でお越しください。内履き、タオル、飲み物をご持参ください。

お問合せ

あおもり「杖なし会」 担当：三浦

申込方法

あおもり杖なし会の「ボランティア募集情報周知依頼」をご確認
のうえ、[SMS \(ショートメッセージ\)](#)にてご連絡ください。



青森県立保健大学ホームページ
ボランティア活動について