

事例
No.228

ボランティア “おぐらふれんず”

《組織について》

6人（平成29年9月時点）
グループリーダー1名
全員無償のボランティア活動

《組織の設立経緯》

平成28年度に活動を開始。
平成28年度の和歌山市ボランティア養成運動教室（11期生）を受講し、介護予防のためのシニアエクササイズを地域で広める活動をしています。

活 動 内 容

- 1 活動場所の確保
できるだけ利用料のかからない施設を探し、現在3か所でシニアエクササイズ教室を開いています。
- 2 ボランティア活動
週1回または月2回定期的に教室を開き、2人以上のスタッフが活動しています。教室利用者は現在60人以上です。
- 3 関係機関との連絡
和歌山大学、地域包括支援センター等

工 夫 ・ 問 題 点

マンネリ化しないように、「エクササイズ」＋「遊び」＋「会話」などを取り入れています。

活 動 予 定

できればボランティアスタッフを増やし、地域でのシニアエクササイズの活動を盛り上げていきたいです。