



伊勢市生活支援サポータースキルアップ研修 介護予防ボランティア編



介護予防ボランティアの育成のために、高齢者が楽しめる介護予防体操・脳トレ等を学ぶ講座をふくしの学校にて開催しました。



講義の様子

レコードブック伊勢小俣（地域貢献登録企業）の安達氏を講師に招き、転倒予防など体操の目的や身体の中の筋力アップにつながるのか、体操する際の意識するポイントなどを詳しく教わりました。

参加者からは、身体や頭を使って楽しく取り組めたなどの意見が寄せられました。



ストレッチ体操



指の体操

げんこころーむで開催した実習は、伊勢市の健康体操や転倒予防体操、縄ばしご、指体操を行いました。

サロンや地域活動に活かせる方法などを教えてもらい、参考になったという意見や、今後ボランティア活動をしていくきっかけになったなどの意見が寄せられました。



元気いっぱい教室での実習

令和7年度ボランティア活動保険のご案内

● ボランティア活動保険

ボランティア活動保険は、日本国内におけるボランティア活動中にボランティア本人がけがをした場合と、ボランティアの方が故意ではない事故により他人にけがを負わせたり、他人の物を壊したこと等により、法律上の損害賠償責任を負われた場合に補償する保険です。

● 加入申込人

・社協が運営するボランティアセンターに登録されている個人ボランティア、ボランティアグループ、団体
※ボランティア活動者のための保険です。

● 対象の活動・サービス

・自発的な意思により他人や社会に貢献する無償のボランティア活動

● 補償期間

・令和7年4月1日午前0時～令和8年3月31日午後12時までの1年間

※中途加入の場合

・加入手続きの完了した日の翌日午前0時～令和8年3月31日午後12時

● 保険料

	基本プラン	天災・地震補償プラン
年間保険料	350円	500円

令和7年度ボランティア行幸用保険のご案内

● ボランティア行幸用保険

ボランティア行幸用保険は、ボランティア活動の一環として行う各種行事の主催者が様々な事故に対する備えとして掛ける保険です。参加者が偶然な事故によりけがをしたり、主催者が行事開催中の事故により、他人にけがを負わせたり、他人の物を壊したことにより、法律上の損害賠償責任を負われた場合に補償する保険です。

● 加入申込人

・社協が運営するボランティアセンターに登録されている個人ボランティア、ボランティアグループ、団体

● 対象の活動・サービス

・地域福祉活動やボランティア活動の一環として日本国内で行われる各種行事

● 補償期間

・行事開催期間（加入手続きの完了した日の翌日午前0時以降の行事開催日を補償します。）

● 保険料（※A、Cプランは最低保険料が20名分からとなります。）

【Aプラン：宿泊を伴わない、かつ参加者が事前に特定できる行事（1日1名につき）】

A1	28円	A2	126円	A3	248円
----	-----	----	------	----	------

【Bプラン：宿泊を伴う行事（1名につき）】

1泊2日	241円	3泊4日	300円
2泊3日	295円	4泊5日	354円

【Cプラン：宿泊を伴わない、かつ参加者が事前に特定できないA1区分行事（1日1名につき）】

28円
