

# まちびと

# ス テ ー ジ

活躍できる場所を探しています!

2025年度

※最新の情報は、こちらをご覧ください>>>

発行:りぶら市民活動センター

TEL:0564-23-3114



## まちびとステージとは？

「まちびとステージ」とは、「特技を発揮できる場所や機会を求めている人(活躍希望者)」と「その場所を提供できる団体(受入団体)」をマッチングするシステムの名称です。

「〇〇が得意です」「××ができます」という活躍希望の情報を発信することでボランティアの“得意”とそれを活かせる“場”を結び、岡崎市のボランティアをより活発にするお手伝いをします。

### 例えば...

#### 【特技を活かしたい人】

最近、ピアノの腕前を披露する機会がないわ



#### 【〇〇を必要とする団体】

合唱の伴奏に協力してくれる人いないかなあ

英語が話せるんだけど...



観光ガイド活動を外国人へのガイドまで広げたいなあ

といったお悩みをお持ちの方は、ぜひご活用ください！

『 剣詩舞 詩情あふれる古典芸能 』で  
お役に立てる機会を探しています！

[ 活動可能日 ]  
応 相 談

「剣詩舞」刀と扇で吟詠に合わせて舞います。

- 活動場所：岡崎市内
- 受入対象：イベントや団体・施設内の催しなど（個人でない方）  
踊るスペースが確保できる広い場所
- 費用負担：なし
- 連絡先：岡崎市西部地域交流センター・やはぎかん  
TEL0564-33-3665 FAX0564-32-7771
- その他：3歳～80歳までの方の体験も可



『マジック』で  
お役に立てる機会を探しています！

[ 活動可能日 ]

応 相 談

マジックができます。ショーができるほか、  
簡単なマジックも教えることができます。

- 活動場所：岡崎市内
- 受入対象：イベントや団体・施設内の催しなど  
子ども・高齢者（個人でない方）
- 費用負担：交通費程度・教材費
- 連絡先：岡崎市北部地域交流センター・なごみん  
TEL0564-66-8251 FAX0564-45-1521
- その他：開催日の1ヶ月前までに連絡をください。



『自分だけの刻印作り』で  
お役に立てる機会を探しています！

[ 活動可能日 ]

月曜・火曜日  
水曜・木曜日

書画作品や日本画などにサインとして押される落款印。  
自分だけの落款印作りを詳しく指導することができます。

●活動時間 : 月・火:午後／水・木:午前

●活動場所 : 岡崎市内

岡崎市内の施設など(公民館も可)

●受入対象 : 書道などの生涯学習団体(個人でない方)

●費用負担 : 教材費

●連絡先 : 岡崎市北部地域交流センター・なごみん

TEL0564-66-8251 FAX0564-45-1521



『 掃 除 全 般 』で  
お役に立てる機会を探しています！

[ 活動可能日 ]

応 相 談

掃除全般(草刈り、片付け等)のお手伝い。  
(交流しながら一緒に清掃活動を行います)

- 活動場所 : 岡崎市内
- 受入対象 : 団体・イベント主催者等(個人でない方)
- 費用負担 : なし
- 連 絡 先 : りぶら市民活動センター

TEL 0564-23-3114 FAX 0564-23-3142

- そ の 他 : 3名程度で活動



『理科実験で楽しく遊ぼう』で  
お役に立てる機会を探しています！

[ 活動可能日 ]

月1回・土曜日

家庭にある紙コップ・割りばし・ペットボトルや折り紙・  
風せんなどを使って理科の工作実験を楽しみます。

- 活動時間：午前
- 活動場所：岡崎市内  
岡崎市内(東部／むらさきかん)
- 受入対象：小学生親子向け催事や出前講座  
(個人でない方)
- 費用負担：教材費500円程度
- 連絡先：りぶら市民活動センター

TEL 0564-23-3114 FAX 0564-23-3142



『DANCE』で  
お役に立てる機会を探しています！

[ 活動可能日 ]  
主に日曜日  
(土曜日也可)

「DANCE」でイベントを盛り上げます！  
1歳半～小学生(対象年齢)の子どもたちが元気に踊ります。

- 活動場所：岡崎市内
- 受入対象：子ども向けイベント・学校  
高齢者施設・地域のお祭りなど  
(個人でない方)
- 費用負担：交通費程度
- 連絡先：西部地域交流センター・  
やはぎかん

TEL 0564-33-3665 FAX 0564-32-7771





じんく

『相撲甚句』で  
お役に立てる機会を探しています！

[ 活動可能日 ]

平日及び土日

明るく、楽しく、元気よく「オレオレ詐欺」「交通安全」「18歳と81歳」など時事もので相撲甚句を唄います。

- 活動場所：岡崎市内(全域)
- 受入対象：高齢者施設・イベントなど  
(個人でない方)
- 費用負担：交通費程度
- 連絡先：地域交流センター六ツ美分館・  
悠紀の里

TEL 0564-57-5050

FAX 0564-43-3350



相撲甚句とは…(民謡の一種)  
江戸時代の享保年間に相撲取りが地方巡業や花相撲で唄ったのが起源で、いろいろな流行歌が混じって定着しました。  
会では古典ものだけでなく、時事ものをテーマに高齢者の生き方の指針となるような甚句で啓蒙活動をしています。

『ロボット体験教室』で  
お役に立てる機会を探しています！

[ 活動可能日 ]  
土曜日・日曜日

簡単な工具を使った組立とパソコンを使ったプログラミングで  
走らせる『ロボット・カー』の体験ができます。

- 活動時間 : 10:00～16:00  
(内2時間程度/午前・午後2回も可)
- 活動場所 : 岡崎市内(団体指定場所)
- 受入対象 : 子ども会などの団体  
※1回最大10名まで(小学4～6年生)
- 費用負担 : 教材費程度
- 連絡先 : りぶら市民活動センター  
TEL 0564-23-3114 FAX 0564-23-3142
- その他 : 講師5～6名で活動



# 『バルーンアート』で お役に立てる機会を探しています！

[ 活動可能日 ]  
火曜日～木曜日  
※土日は要相談

バルーンアート体験や出前講座、ストローやワイヤー・紙細工などの物づくりを通して、みんなが笑顔になるお手伝いをしています。

- 活動場所：岡崎市内(全域)
- 受入対象：未就学～大人まで  
子ども会・PTA・その他地域団体
- 費用負担：教材費(内容により応相談)・交通費程度
- 連絡先：岡崎市南部地域交流センター・よりなん  
TEL 0564-59-3600 FAX 0564-54-3700

「風船と夢を膨らませ世界の人を笑顔にする」  
活動をしているNPO団体です



『ピアノ・箏・フラのコラボステージ』で  
お役に立てる機会を探しています！

[ 活動可能日 ]  
応 相 談

ピアノ奏者、箏奏者の伴奏による、ハワイアン  
フラのコラボステージを行います。

●活動場所：岡崎市内岡崎市内(南部中心)

●受入対象：子ども～高齢者まで  
(個人でない方)

●費用負担：交通費程度

●連絡先：りぶら市民活動センター

TEL 0564-23-3114

FAX 0564-23-3142

●その他：電子ピアノ持参可



『ハワイアン・フラの演技』で  
お役に立てる機会を探しています！

[ 活動可能日 ]  
土・日のみ

老若男女混合の家族のようなチームです。大自然に捧げる  
力強い・カッコイイ踊りでみなさんを魅了します。

- 活動場所：岡崎市内
- 受入対象：学校・幼稚園保育園・お寺・老人施設など  
(個人でない方)
- 費用負担：なし
- 連絡先：りぶら市民活動センター  
TEL 0564-23-3114  
FAX 0564-23-3142
- その他：他ではあまりみられない、  
「男性によるフラダンス」をご堪能いただけます！



『筆ペンを使って味のある字』で  
お役に立てる機会を探しています！

[ 活動可能日 ]  
土、日／水、金  
他応相談

書き方や書き順にとらわれることなく自由に筆を走らせ  
自分だけの作品を描いてみましょう！

- 活動場所 : 岡崎市内(全域)
- 受入対象 : 子ども会・学校など(個人でない方)
- 費用負担 : 教材費・交通費程度
- 連絡先 : 地域交流センター六ツ美分館  
悠紀の里

TEL 0564-57-5050

FAX 0564-43-3350

- その他 : 筆ペンを使って味のある字を描いてみませんか。





『 知って得する楽しい介護 』 で  
お役に立てる機会を探しています！

[ 活動可能日 ]  
応 相 談

- ・認知症予防レク・認知症と排泄・排泄と介護食・介護予防・高齢者の身体機能
- ・福祉用具の選び方・施設の種類とコミュニケーションなどレクチャーします。

- 活動場所 : 岡崎市内全域(応相談)
- 受入対象 : 高齢者施設、学校、福祉委員研修会など
- 費用負担 : 教材費・交通費程度
- 連絡先 : りぶら市民活動センター  
TEL 0564-23-3114  
FAX 0564-23-3142

- その他 : 介護が必要になる前に介護のことを知って得しましょう  
《目標》介護の必要性を理解し、状態に合わせた介護対応！



『ハーモニカ演奏』で  
お役に立てる機会を探しています！

[ 活動可能日 ]  
応 相 談

ハーモニカ演奏(アンサンブル)のメロディーで、  
市民の方々との親睦を図ります

- 活動場所 : 岡崎市内(全域)
- 受入対象 : 高齢者施設・学校など  
(個人でない方)
- 費用負担 : 交通費程度
- 連絡先 : 岡崎市地域交流センター  
六ツ美分館・悠紀の里  
TEL 0564-57-5050  
FAX 0564-43-3350





『 グリーフケアのパステルアート 』 で  
お役に立てる機会を探しています！

[ 活動可能日 ]  
要 相 談

パステルを使って、指で描くきれいな絵。お手本・型紙もあるので、とても簡単にぬって描ける絵です。

- 活動場所 : 岡崎市内(全域)
- 受入対象 : 幼児から大人(個人でない方)
- 費用負担 : 教材費・交通費程度
- 連絡先 : 岡崎市地域交流センター  
六ツ美分館・悠紀の里  
TEL 0564-57-5050  
FAX 0564-43-3350



『ピアノやキーボードの弾き語り演奏』で  
お役に立てる機会を探しています！

[ 活動可能日 ]

要 相 談

ピアノやキーボードを弾きながら、歌を唄って、  
元気とやすらぎをお届けします。

- 活動時間 : 要相談
- 活動場所 : 岡崎市内
- 受入対象 : 子どもから大人まで(個人でない方)
- 費用負担 : 交通費程度
- 連絡先 : 岡崎市地域交流センター六ツ美分館・  
悠紀の里  
TEL0564-57-5050 FAX0564-43-3350
- その他 : キーボード持参可能



『民謡と三味線』で  
お役に立てる機会を探しています！

[ 活動可能日 ]  
毎週木曜日

民謡と津軽三味線の演奏で皆さんに楽しんで  
いただける演奏をします。

- 活動時間 : 13:00～15:00前後(応相談)
- 活動場所 : 岡崎市内(市民ホーム)
- 受入対象 : 子ども～高齢者まで  
(個人でない方)
- 費用負担 : なし
- 連絡先 : 岡崎市西部地域交流センター・  
やはぎかん

TEL 0564-33-3665 FAX 0564-32-7771



『ひきこもりのこと』で  
お役に立てる機会を探しています！

[ 活動可能日 ]

応 相 談

ひきこもりでお困りの方、関心のある支援者・地域の方に、ひきこもりについてお話ししたり、問題との向き合い方を一緒に考えます。

- 活動時間：都度打ち合わせ
- 活動場所：岡崎市内
- 受入対象：ひきこもりに関心のある方は  
どなたでも(個人でない方)
- 費用負担：なし
- 連 絡 先：りぶら市民活動センター



TEL 0564-23-3114 FAX 0564-23-3142

『マジックショー』で  
お役に立てる機会を探しています！

[ 活動可能日 ]

随 時

ピエロと私達の楽しいマジックショー。  
50分くらいの音楽とお話のマジックショーをしています。  
出演依頼をお待ちしております。

- 活動時間 : 応相談
- 活動場所 : 岡崎市内
- 受入対象 : 赤ちゃんからご高齢者まで  
(個人でない方)
- 費用負担 : なし
- 連絡先 : 岡崎市北部地域交流センター・なごみん  
TEL 0564-66-8251 FAX 0564-45-1521



『社交ダンス』で  
お役に立てる機会を探しています！

[ 活動可能日 ]

いつでも

社交ダンスの手や足を動かす動作により、健康などの活性化ができ、初めての方でも楽しく踊れるように説明します。

- 活動時間 : 応相談
- 活動場所 : 岡崎市内
- 受入対象 : 子どもから高齢者まで  
(個人でない方)
- 費用負担 : 交通費程度
- 連絡先 : 北部地域交流センター・  
なごみん

TEL 0564-66-8251 FAX 0564-45-1521



『大正琴の演奏』で  
お役に立てる機会を探しています！

[ 活動可能日 ]

応 相 談  
(なるべく平日)

大正琴の演奏をします。体験会もできます。  
懐かしのメロディや昭和の歌謡曲・Jポップスなど  
一緒に歌って楽しんでいただけます。

- 活動時間 : 午後
- 活動場所 : 岡崎市内
- 受入対象 : 赤ちゃんからからご高齢者まで  
(個人でない方)
- 費用負担 : 交通費程度
- 連絡先 : 岡崎市北部地域交流センター・なごみん  
TEL0564-66-8251 FAX0564-45-1521
- その他 : 開催日の3ヶ月前までに連絡ください。





『歌謡曲・演歌・童謡の歌』で  
お役に立てる機会を探しています！

[ 活動可能日 ]  
いつでも

「歌謡曲・演歌・童謡」などの歌と一緒に楽しく歌います。

- 活動時間：応相談
- 活動場所：岡崎市内
- 受入対象：高齢者施設(個人でない方)
- 費用負担：なし
- 連絡先：りぶら市民活動センター

TEL 0564-23-3114 FAX 0564-23-3142

- その他：3名～5名で活動しています。

\*カラオケなどの音響設備をご用意ください。





『ハーモニカ・ノーズフルートの演奏』で  
お役に立てる機会を探しています！

[ 活動可能日 ]  
要 相 談

ハーモニカやノーズフルートで、主に高齢者の方を  
対象とした楽曲を演奏します。

- 活動場所：岡崎市内  
JR岡崎駅周辺(南部地域)
- 受入対象：子ども・高齢者(個人でない方)
- 費用負担：なし
- 連絡先：岡崎市地域交流センター  
六ツ美分館・悠紀の里  
TEL 0564-57-5050  
FAX 0564-43-3350



『DVD映画上映の無料提供』で  
お役に立てる機会を探しています！

[ 活動可能日 ]  
いつでも

市視聴覚ライブラリーが所有するDVDを利用して、地域のみなさんにご希望のDVD映画をお届けします。会場へはプロジェクターを持参して上映します。

- 活動時間：応相談
- 活動場所：岡崎市内(全域)
- 受入対象：団体・イベント主催者等
- 費用負担：なし
- 連絡先：岡崎市東部地域交流センター・  
むらさきかん

TEL0564-66-3066 FAX0564-48-1680



『カローリングを楽しもう』で  
お役に立てる機会を探しています！

[ 活動可能日 ]

いつでも

競技用のカローリングで、お気軽にプレイできます。  
子どもから高齢者まで楽しくスポーツしませんか。

- 活動時間：応相談
- 活動場所：岡崎市内(全域)
- 受入対象：子どもから高齢者まで(個人でない方)
- 費用負担：なし
- 連絡先：岡崎市東部地域交流センター・

むらさきかん

TEL0564-66-3066

FAX0564-48-1680



『岡崎ボランティア活動の伝承』で  
お役に立てる機会を探しています！

〔 活動可能日 〕  
いつでも

岡崎でボランティア活動支援が始まった昭和54年から  
45年間のボランティア活動の移り変わりをお伝えします。

- 活動時間：応相談
- 活動場所：岡崎市内(全域)
- 受入対象：大人のかた(個人でない方)
- 費用負担：なし
- 連絡先：岡崎市東部地域交流センター・  
むらさきかん  
TEL0564-66-3066  
FAX0564-48-1680



『カントリーダンス』で  
お役に立てる機会を探しています！

[ 活動可能日 ]

いつでも

みんなで一緒にステップを踏んで踊ります。

- 活動時間 : 応相談
- 活動場所 : 岡崎市内
- 受入対象 : 子ども・高齢者施設など(個人でない方)
- 費用負担 : なし
- 連絡先 : 岡崎市北部地域交流センター・  
なごみん  
TEL 0564-66-8251  
FAX 0564-45-1521
- その他 : 開催1か月前までに要連絡



『岡崎ウクレレクラブ』で  
お役に立てる機会を探しています！

[ 活動可能日 ]

日 曜 日

ウクレレ演奏で楽しんでいただきます。

- 活動時間：応相談
- 活動場所：岡崎市内
- 受入対象：高齢者施設など（個人でない方）
- 費用負担：なし
- 連絡先：岡崎市北部地域交流センター・

なごみん

TEL 0564-66-8251

FAX 0564-45-1521



『囲碁・将棋』で  
お役に立てる機会を探しています！

[ 活動可能日 ]

水・木・土

囲碁・将棋の対戦相手をします。初心者の方や、これから始められる方にルールを教えます。

●活動時間 : 9:00～16:00(2時間程度)

●活動場所 : 岡崎市内(上地学区)

●受入対象 : 子どもから高齢者まで  
(個人でない方)

●費用負担 : なし

●連絡先 : 南部地域交流センター・  
よりなん

TEL 0564-59-3600

FAX 0564-54-3700





『篠笛とギターの演奏』で  
お役に立てる機会を探しています！

[ 活動可能日 ]  
都度打ち合わせ

篠笛とガットギターのやさしい音色で心和むひとときを  
楽しんでいただきます。

- 活動時間：応相談都度打ち合わせ
- 活動場所：岡崎市内(全域)
- 受入対象：高齢者施設・イベントなど(個人でない方)
- 費用負担：なし
- 連絡先：岡崎市西部地域交流センター・  
やはぎかん

TEL 0564-33-3665 FAX 0564-32-7771





『法螺貝(ほらがい)の演奏』で  
お役に立てる機会を探しています！

[ 活動可能日 ]  
都度打ち合わせ

- ①イベントのオープニングを法螺貝で盛り上げます。
  - ②法螺貝と和太鼓による演奏ができます。
- \*演目『徳川家康公初陣寺部城』**

- 活動時間 : 応相談
- 活動場所 : 岡崎市内(全域)
- 受入対象 : 子どもから大人まで(個人でない方)
- 費用負担 : なし
- 連絡先 : 岡崎市西部地域交流センター・  
やはぎかん

TEL 0564-33-3665 FAX 0564-32-7771



『オカリナと竖琴(たてごと)の演奏』で  
お役に立てる機会を探しています！

[ 活動可能日 ]  
要相談(平日)

オカリナと竖琴の演奏(童謡・唱歌・歌謡曲・クラシック)など  
ジャンルを問わずみんなで楽しめる音楽を提供します。

- 活動時間 : 午前/午後(要相談)
- 活動場所 : 岡崎市内(公民館などの公共施設)
- 受入対象 : 子ども～高齢者  
(個人でない方)
- 費用負担 : 交通費程度
- 連絡先 : 岡崎市地域交流センター  
六ツ美分館・悠紀の里

TEL 0564-57-5050 FAX 0564-43-3350



『二胡の演奏』で  
お役に立てる機会を探しています！

[ 活動可能日 ]  
要 相 談

二胡と電子ピアノ・ギターの演奏で、子ども向けから  
お年寄りまで楽しんでいただけます。

- 活動時間 : 要相談
- 活動場所 : 岡崎市内(全域)
- 受入対象 : 子ども～高齢者施設  
(個人でない方)
- 費用負担 : 交通費程度
- 連絡先 : 岡崎市地域交流センター  
六ツ美分館・悠紀の里

TEL 0564-57-5050 FAX 0564-43-3350



『カントリーダンス・ラウンドダンス』で  
お役に立てる機会を探しています！

[ 活動可能日 ]  
応 相 談

運動不足解消のために一緒に踊りましょう！

- 活動時間 : 午後
- 活動場所 : 岡崎市内
- 受入対象 : 老人会・高齢者施設など  
(個人でない方)

- 費用負担 : 交通費程度
- 連絡先 : りぶら市民活動センター

TEL 0564-23-3114 FAX 0564-23-3142

- その他 : 普段着・運動のできる靴でご参加ください。



『合 唱』で  
お役に立てる機会を探しています！

[ 活動可能日 ]

要 相 談

みんなで一緒に楽しく合唱しましょう！

- 活動時間 : 要相談
- 活動場所 : 岡崎市内
- 受入対象 : 子ども会・高齢者施設など  
(個人でない方)
- 費用負担 : なし
- 連絡先 : りふら市民活動センター  
TEL 0564-23-3114 FAX 0564-23-3142
- その他 : 参加者と一緒に歌います。



『大正琴の楽しい演奏』で  
お役に立てる機会を探しています！

[ 活動可能日 ]  
応 相 談

大正琴の演奏を楽しみながら一緒に歌いましょう。

- 活動時間 : 午後
- 活動場所 : 岡崎市内
- 受入対象 : 高齢者施設など  
(個人でない方)
- 費用負担 : なし
- 連絡先 : 岡崎市東部地域交流センター・  
むらさきかん

TEL 0564-66-3066 FAX 0564-48-1680





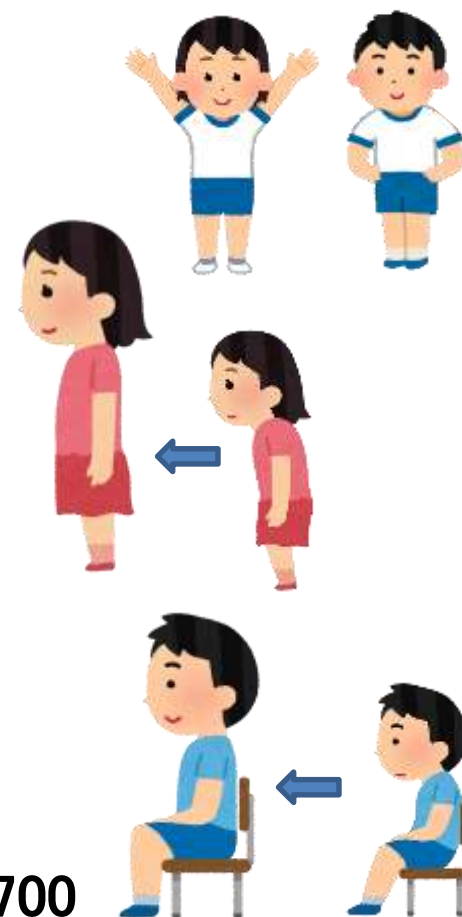
『子どもの姿勢改善』で  
お役に立てる機会を探しています！

[ 活動可能日 ]  
応 相 談

勉強も運動も、まずは“姿勢”から。  
子どもたちの姿勢を改善していきます。

- 活動時間 : 9:00～15:00
- 活動場所 : 岡崎市内
- 受入対象 : 子ども会・学校・団体・イベントなど  
(個人でない方)
- 費用負担 : 交通費程度
- 連絡先 : 岡崎市南部地域交流センター・  
よりなん

TEL 0564-59-3600 FAX 0564-54-3700



『ユーフォニアム・チューバ四重奏』で  
お役に立てる機会を探しています！

[ 活動可能日 ]

日 曜 日

金管楽器ユーフォニアムとチューバで、童謡・ポップス・ジャズ・クラシックなど様々なジャンルの音楽を演奏します。

- 活動時間 : 10:00～13:00
- 活動場所 : 岡崎市内(全域)
- 受入対象 : 子ども会・高齢者施設など  
(個人でない方)
- 費用負担 : なし
- 連絡先 : 岡崎市地域交流センター六ツ美分館・悠紀の里

TEL 0564-57-5050 FAX 0564-43-3350





『おかざきラジオ体操みらいネット』で  
お役に立てる機会を探しています！

[ 活動可能日 ]

随 時

年齢に関わらずラジオ体操を通じて地域の健康作りや  
交流の場を広げます。

- 活動時間 : いつでも
- 活動場所 : 岡崎市内(全域)
- 受入対象 : 子どもから高齢者まで  
(個人でない方)
- 費用負担 : なし
- 連絡先 : 岡崎市地域交流センター六ツ美分館・悠紀の里



TEL 0564-57-5050 FAX 0564-43-3350

『投扇興(とうせんきょう)体験』で  
お役に立てる機会を探しています！

[ 活動可能日 ]  
応 相 談

投扇興(とうせんきょう)セット一式を持参します。

- 活動時間 : 1時間～2時間
- 活動場所 : 岡崎市内(全域)
- 受入対象 : 学校(PTAなど)  
(個人でない方)
- 費用負担 : 交通費程度
- 連絡先 : 岡崎市地域交流センター六ツ美分館・悠紀の里



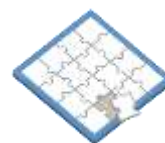
TEL 0564-57-5050 FAX 0564-43-3350

『体操指導』で  
お役に立てる機会を探しています！

[ 活動可能日 ]  
土・日・祝日  
(要相談)

体操を取り入れたレクリエーションで体操や脳トレ  
などを楽しみます。

- 活動時間 : 要相談
- 活動場所 : 岡崎市内
- 受入対象 : 子ども会・老人クラブ・いきいきクラブなど  
(個人でない方)
- 費用負担 : 交通費程度
- 連絡先 : 岡崎市地域交流センター六ツ美分館・悠紀の里



TEL 0564-57-5050 FAX 0564-43-3350

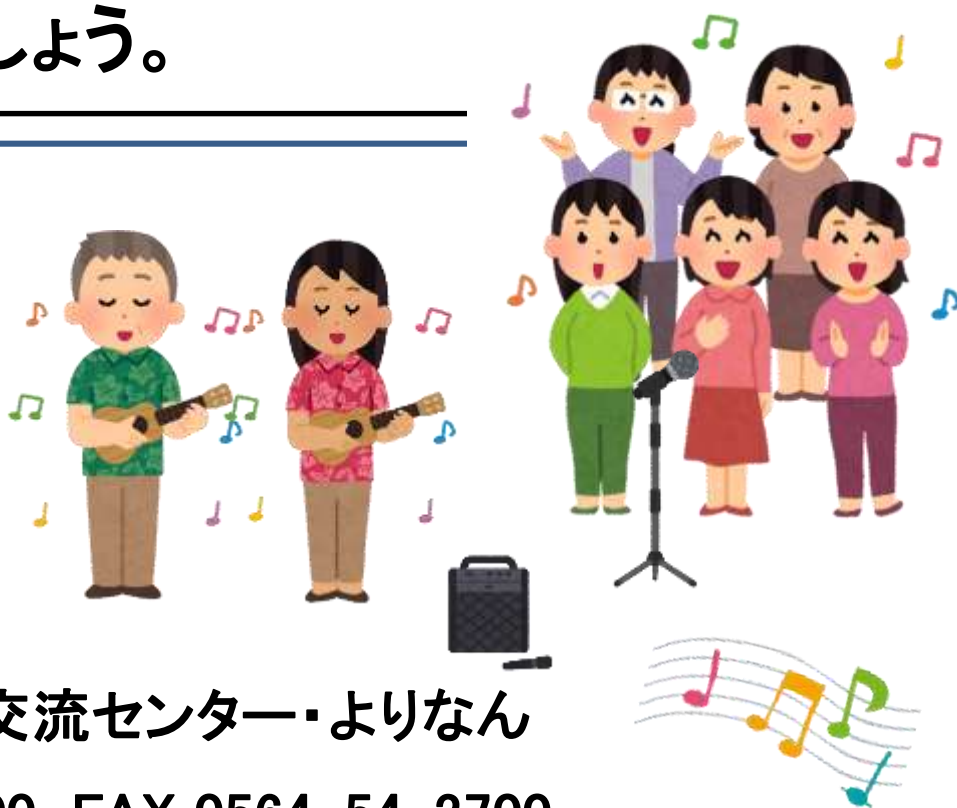
『なつかしのメロディーを歌いましょう』で  
お役に立てる機会を探しています！

[ 活動可能日 ]  
土曜日・日曜日

ウクレレの演奏で、なつかしの昭和の歌を  
一緒に歌って楽しみましょう。

- 活動時間 : 応相談
- 活動場所 : 岡崎市内南部
- 受入対象 : 高齢者施設など  
(個人でない方)
- 費用負担 : 交通費程度
- 連絡先 : 岡崎市南部地域交流センター・よりなん

TEL 0564-59-3600 FAX 0564-54-3700



『セルフケアとヨガ』で  
お役に立てる機会を探しています！

[ 活動可能日 ]  
平日  
(要相談)

テニスボールを使ったセルフケアとヨガの呼吸法を  
意識しながら行うやさしい運動です。

- 活動時間 : 9:30~17:00
- 活動場所 : 岡崎市内
- 受入対象 : 子どもから高齢者まで  
(個人でない方)

●費用負担 : なし

●連絡先 : 岡崎市北部地域交流センター・なごみん

TEL 0564-66-8251 FAX 0564-45-1521



# ステージを探している人(活躍希望者)

## ① まずは登録書を記入しよう!

- ① リぶら市民活動センターおよび、地域交流センターの窓口にお越しください。
- ② 活躍できる内容を専用の登録書に記入していただきます。
- ③ 登録内容をもとに、チラシを作成し、掲示します。※個人情報は、開示しません。
- ④ 申込みがありましたら、登録したセンター等からお知らせします。



## ② さあ、活動しよう!

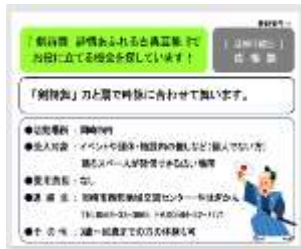
- ① 登録された活動を依頼したい団体から連絡が入ります。「集合場所、集合時間、連絡先」など詳細をご確認ください。
- ② 当日、指定された時間までに集合場所へお集まりください。  
※どうしても参加できなくなった場合、速やかに団体担当者に連絡しましょう。
- ③ 活動終了後、登録したセンターに「活動記録表」を提出してください。



# ステージを提供できる団体(受入団体)

## ① まずはどんなサービスがあるのか情報収集をしよう!

- ① リぶら市民活動センターおよび、地域交流センターに掲示してあるチラシをみて、登録者の情報を確認しましょう。
- ② 依頼したい登録があったら、窓口にお越しください。
- ③ 窓口スタッフが登録者の連絡先をお伝えします。



## ② 実際にマッチング!

- ① 連絡先を聞いたら、登録者に連絡をしてください。「活動内容、集合場所、連絡先」などの打ち合わせをしてください。
- ② 当日、スムーズに活動できるよう気配りをお願いします。  
※条件が合わない場合など登録者よりお断りすることもあります。  
ご承知おきください。



# まちびとステージ申込窓口

(まちびとステージの依頼は下記窓口にて承ります)

## ■りぶら市民活動センター

所在地:岡崎市康生通西4丁目71番地 岡崎市図書館交流プラザ2階  
TEL:0564-23-3114 / FAX:0564-23-3142  
開館時間:午前9時～午後9時 休館日:毎週水曜日(祝日の場合は営業)  
MAIL:libra\_shikatsu@okazaki-lita.com



## ■北部地域交流センター・なごみん

所在地:岡崎市西蔵前町字季平45番地1 岡崎市北部地域交流センター2階  
TEL:0564-66-8251 / FAX:0564-45-1521  
MAIL:nagomin@okazaki-lita.com  
開館時間:午前9時～午後9時 休館日:毎週月曜日(祝日の場合は翌日)



## ■南部地域交流センター・よりなん

所在地:岡崎市上地2丁目39-1  
TEL:0564-59-3600 / FAX:0564-54-3700  
MAIL:yorinan@okazaki-lita.com  
開館時間:午前9時～午後9時 休館日:毎週月曜日(祝日の場合は翌日)





# まちびとステージ申込窓口

(まちびとステージの依頼は下記窓口にて承ります)

## ■西部地域交流センター・やはぎかん

所在地：岡崎市矢作町字尊所45番地1

TEL:0564-33-3665 / FAX:0564-32-7771

MAIL:yahagikan@okazaki-lita.com

開館時間：午前9時～午後9時 休館日：毎週月曜日(祝日の場合は翌日)



## ■東部地域交流センター・むらさきかん

所在地：岡崎市藤川町字田中19番地

TEL:0564-66-3066 / FAX:0564-48-1680

MAIL:murasakikan@okazaki-lita.com

開館時間：午前9時～午後9時 休館日：毎週月曜日(祝日の場合は翌日)



## ■岡崎市地域交流センター六ツ美分館 悠紀の里

所在地：岡崎市中島町字上丸ノ内7番地4

TEL:0564-57-5050 / FAX:0564-43-3350

MAIL:yukinosato@okazaki-lita.com

開館時間：午前9時～午後9時 休館日：毎週月曜日(祝日の場合は翌日)

