

話し&余暇

相手



木村 香月 30代 女性


090-8177-8384

k_1ri249kai27-0-amae23su70a9.but_byeka5-ke456.myfriend-dailylife@hotmail.com

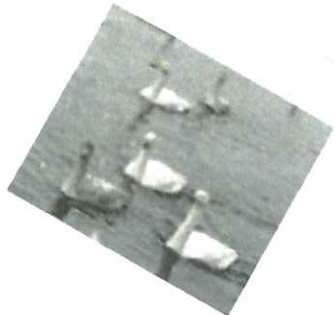
ボランティア募集！！

私は発達障害(自閉症スペクトラム・注意欠陥多動症)があるため「**集団活動**」、及び「**隙間時間を含む、一人時間**」に自らやることを決め取り組むことがとても苦手です。誰とも接点を持てない孤立感と焦燥感が込み上げてきて物事が手につかなくなる状態に困っています。


そこで、「おしゃべりしながら**定期的にできる余暇内容を共に考え活動**してくださる」ボランティアさんを探しています。



日時: 活動場所の開館時間内で、ボランティアさんのご都合に合わせて。



場所: 活動内容に応じて、ご相談の上決めたいと思います。現地集合現地解散でお願いしています。



費用: ボランティアさんの分については自己負担でお願いしています。

施設によっては、障害者手帳(療育・精神)付き添い割引が適用されます。

◆◆◆ 過去の活動実例を右記に記載しました。 ◆◆◆

活 動 内 容 ・ 目 的

「一人の時間と人と過ごす時間のメリハリ」が持てるようになりたいです。また「目で達成感(完成に近づいていく)や結果(成功 or 失敗)が確認でき、振り返りができるものを活動内容」として考えていきたいです。

そして、一人でもその内容を落ち着いて継続でき、自分の趣味にしていけることを目標にしたいです。

※ 自分には趣味がないのでボランティアさんに教えてもらいながら行っていました。

過 去 に ボ ラ ン テ ィ ア さ ん と 行 っ た 活 動 内 容



スポーツ: バドミントン・卓球・水泳 etc

一人でスポーツ施設に行っても落ちついて過ごせるよう一緒に行うメニューを決め、水泳(また泳げるようになりたいです)や水中運動やジムを一緒に行っていました。

物作り: 手工芸

自宅にある端切れや手芸キットの活用や工作で実用品を作る。



自然散策: トレッキング・写真を撮ったり、行き先にある観光施設見学を一緒にしていました。

新 た に ボ ラ ン テ ィ ア さ ん と 行 い た い こ と



調理: 薪割りから(天候や気温に左右されず火力が維持できる)火起こしをして調理がしたいです。

DIY: 製材をした木材を使い必要な実用品を作りたいです。

リモート: 自宅(山林。土地のみ)で、WEB カメラを通じ庭づくりや農作物を作ってみたいです。

掃除や片付けなどが習慣づくよう(導線を含み)相談しながら定期的に行ないたいです。

※ 上記以外にも、活動内容の提案があれば、それを活動内容としていきたいです。又ホームページやブログが出来るようになりたいので教えてくださる方を募集しています。