

ボランティアーズ

kyoto

9
月号

明日の元気を **充電**する場

不登校の子どもはとても心配。
支える大人がしんどくならないための居場所があります。



明日の元気を充電する場 2~3
ボランティア、イベント・講座情報 他 4~8

明日の元気を

充電する場

子どもが学校に行かないととても不安になりますよね。
周りの大人もいっしょにしんどくなる前に、
同じ思いの人と話すと気持ちが少し軽くなるかも。
あなたが元気になれる場を紹介します。

長い人生の中でそんな時間もある

ありびお | 不登校等の子どもの保護者、不登校の子ども・経験者の会

大人も子どもも安心できる場

ありびおは、不登校等の悩みを持つ保護者同士が、苦しかったり、悩んでいることを話せる居場所です。自分の経験から、解決につながらなくても心の内のもやもやを吐き出す場が必要だと感じたため、立ち上げました。

カラムや射的などのゲームを用意しているので、不登校の子どもも楽しむことができます。子どもが外に出る機会として、また保護者が情報交換をしたり、なんでも話せる場として活用してほしいです。

保護者が孤立しないよう、
他の人とつながることが大切!

はじめたきっかけ

孫が不登校になりましたが、共働き世帯だったため、祖父である自分がサポートに入りました。当初は家の中で一人きりで、口も利かずにいる孫に戸惑いました。学校に連れて行こうとしたこともありましたが、泣いて嫌がる姿を見て、無理に学校に行かせることもないと考えが変わりました。

子どもにも元気な日やしんどい日もあるので、よりそいながらほどよい距離を保ち、いっしょに過ごしました。それでもどうしたらいいのかわからず悩みました。

少年補導委員会等の地域活動をしているので、さまざまな会議に出席するたびに、「どうしていいのかわからなくて困っている!」と発信し

つづけました。

児童館や区役所、不登校の保護者の会等につながり、「しんどい思いを話せる場を作りたい」と言うと、「そんな場があったほうがいいね」「長く続けましょう」と後押しされました。

「いっしょにやってほしい」と声をかけた民生委員や興味を持って参加してくれた地域住民といっしょにありびおをはじめました。

一人で抱え込まない

忙しいなかで、子どもと向き合い続けることは難しいと思います。子どものペースでゆっくり成長したらよいと自分が思えるまで時間がかかります。それまでは、世間体が気になったり、不安が大きいと思います。子どもが次のステップに踏み出すための休憩期間だと考えられるように、なんでも話せて、情報交換や気分転換できる場に来てほしいと思います。

ありびお

活動場所 ひと・まち交流館 京都 2階 第2会議室
下京区西木屋町通上ノ口上る梅湊町83-1

活動日時 毎月第3土曜日13:30~17:00
9月21日、10月19日、11月16日、12月21日
申込不要。匿名参加可。

Instagram https://www.instagram.com/alivio_kyoto
電話 090-1956-5492(世話人:竹田)

Instagram



子どもの声を聞く準備をする

すっきり会 | 不登校・行き渋りの子どもの保護者の会

不安を話せる仲間がいる

すっきり会は、不登校や行き渋り、不登校傾向にある子どもを持つ保護者の居場所です。保護者が気持ちを話す時間の他、情報交換や子どもの権利を学ぶ時間を作っています。同じ不安を抱える保護者同士で話ができて、少しすっきりしてほしいという思いから「すっきり会」と名付けました。

不安やしんどさを話すことも大切ですが、同じ思いを持っている保護者がいて、自分は一人ではないと実感できることが、参加して元気になる理由だと思います。

進学先や子どもの居場所の様子を情報交換したり、学校との連携を

どうしていくかなどさまざまなことを話しています。他の不登校の子どもを持つ保護者の会や子どもの居場所を運営する団体ともつながりがあるので、ニーズに合わせて、他団体を紹介することもあります。

子どもの思いと保護者の願いを一緒にたにすることなく、子どもの声を大切にして、学校と連携しながら子どもへの支援ができればという思いから、子どもの権利を学ぶ本の読み合わせなども行っています。

傷ついている自分も大切に

不登校がはじまった直後は子どもは不安で傷ついていて、学校に

行かない理由を言語化できずにいることも多いと思います。それに対し、保護者も不安で混乱した気持ちで過ごしています。不登校の解決策には正解がなく、子ども自身にもわからないのですが、保護者はどうしても自分を責めたり、うまくいかないことやネガティブな感情に傷ついてしまいます。

悩みを吐き出すことは悪いことではありません。学校等への相談や保護者会で思いを話すことができます。

以前、子どもの権利を学ぶワークショップに参加したことで、子どもも大人も自分を大切にしないといけないと学んだことがとても救いになりました。

すっきり会に参加するなかで、「子どもの意見を大事にしたい」「自分自身も大切にしよう」と感じてもらえたらうれしいです。

不登校の子どもも安心できる居場所がたくさんあります。「居場所が気に入った!」「学校に行きたい気分かも…」など、子どもの気持ちを聞き逃さないことを大切にしたい!

すっきり会

活動日時 不定期 日曜日14:00~16:00

開催日時はフェイスブックで確認ください。要申込。

フェイスブック <https://www.facebook.com/sukkirikai/>

フェイスブック



おわりに

大人も子どもも孤立しないで、誰かとつながることで、少し元気になるかも。周りの理解も当事者が安心できる大きな力になります。

ボランティア活動のもしもに備える ボランティア保険

<基本コース保険料> 保険料1名につき

Sプラン 250円 Aプラン 300円 Bプラン 500円

※地震災害等の支援ボランティア活動の際は天災コースにご加入ください! 地震・噴火・津波によるケガも補償します。

こちらも
ございます

レクリエーション・
イベント開催時に
福祉行事保険

福祉事業者のための
福祉事業総合補償制度
まごころワイド

【取扱代理店】株式会社エスアールエム
専用ダイヤル TEL 075-255-0883
TEL 075-255-0881 FAX 075-255-0882

メール: hoken@srm-net.co.jp
HP: <https://srm.moushikomiji.jp/>
【引受保険会社】三井住友海上火災保険株式会社

● 問合せ先 京都市福祉ボランティアセンター

ボランティア保険の加入は各区社会福祉協議会でも受け付けています。取組内容により加入できる保険は異なります。詳細はホームページで確認いただくか下記に問合せください。

各区
社会福祉協議会



株式会社
エスアールエム



パンフレット



ボランティア募集

下京区 出会いの数だけ、未来が生まれる!

京(みやこ)こどもいばしょフェス ボランティア募集

子どもの居場所の活動者、応援したい市民や団体、企業等の参加者が出会える機会として開催します。会場整備や受付等のボランティアを募集します。

【事前説明会】

日時:10月25日(金)14:00~16:00

※参加必須

場所:ひと・まち交流館 京都 2階 大会議室
アクセス:市バス4・7・205「河原町正面」下車すぐ、
京阪電車「清水五条」徒歩8分

【当日】

日時:11月24日(日)10:00~16:00

場所:京都産業会館ホール
(下京区四条通室町東入函谷鉾町78番地
京都経済センター2階)
アクセス:地下鉄「四条」、阪急電車「烏丸」徒歩2分

どなたでも ￥ 無料

20名(先着順)

申込フォームで申込 締切:9月27日(金)

京都市社会福祉協議会

(担当:地域支援部 大西・奥野・和田)

075-354-8732

commu@kcsw.jp

https://kyoto-kodomo.jp/

申込先



ホームページ



南区 子ども食堂 PR イベント

わくわくどきどき西寺公園秋祭り ボランティア募集

今年で第3回目を迎える“わくどき秋祭り”では、設営やごみの収集、運営補助にご協力いただけるボランティアを募集しています。

お祭りを盛りあげたい人、子ども食堂に関心のある人は、ぜひご参加ください。

10月26日(土)11:00~15:30

※雨天の場合は10月27日(日)

唐橋西寺公園 (南区唐橋西寺町)
JR「西大路」徒歩8分、市バス「西寺前」徒歩3分

高校生以上・経験問わず

メールで申込 (要 ①氏名 ②年齢

③電話番号 ④メールアドレス)

NPO法人happiness(担当:山崎)

050-5218-9179

info@happiness-world.jp

https://happiness-world.jp/

メール



ホームページ



北区 活動を通じて、誰もが楽しめる場づくりへ

視覚に障がいのある人が集うサロンの ボランティア募集

サロンでは、将棋、大正琴、リコーダー等さまざまな活動を行っています。椅子や太鼓の運搬、机・椅子のセッティングやトイレへの誘導等、いっしょに楽しみながらお手伝いをしていただける人を募集します。

現在、特に将棋(第1火曜日9:30~12:30)のボランティアを急募しています。

スケジュール一覧は「活動の詳細」をご確認ください。

月曜日~土曜日(5週目はなし)
9:30~12:30、13:00~16:00
(準備と後片付け含む)

京都ライトハウス
(北区紫野花ノ坊町11)

市バス「ライトハウス前」下車すぐ、「千本北大路」徒歩3分

どなたでも

無料

事前にご連絡ください。

京都ライトハウス 船岡長寿サロン

080-3806-6871 (佐渡)

090-8576-0228 (中島)

kazutchi.suisui@gmail.com (佐渡)
kaba-san@mta.biglobe.ne.jp (中島)

活動の詳細



下京区 皆の知恵や人脈、時間を集めて成功させましょう

「水俣・京都展」のサポーター募集

水俣病事件を通じて「近代」や「人間」についてともに考える「水俣・京都展」を12月7日(土)から12月22日(日)までみやこめっせで開催します。

水俣病への理解を深めるスタディーズも織りませ、企画内容等を検討するサポーターを募集します。

毎月第1木曜日18:30~21:00 11月まで開催

キャンパスプラザ京都 第2・3・4演習室
(下京区西洞院通塩小路下る東塩小路町939)

JR・地下鉄・近鉄「京都」徒歩5分

どなたでも

無料

初めて参加する場合はご連絡ください。

認定NPO法人水俣フォーラム

(担当:渡辺・梁取)

03-3208-3051

受付時間:平日10:00~18:00

FAX: 03-3208-3052

mf1997@minamata-f.com

https://npo.minamata-f.com/

メール



ホームページ



中京区 皆でステキな場所を創ろう

教業ガーデンボランティア募集

教業ガーデンは誰でも見に来られる、お世話できる「皆が集まれる場所」として活動してきました。この活動をもっと充実させるボランティアチームのメンバーを募集します。

内容は、年間を通した花壇作りや、お花の世話、お花を植えるスケジュール決めです。

- 🕒【園芸活動】週1回程度 火曜日10:00～
【定例交流ミーティング】月1回
- 🏠 中京区社会福祉協議会
(中京区大宮通御池下ル三坊大宮町 121-2
中京区地域福祉センター内)
- 🚶 地下鉄「二条城前」、市バス「神泉苑前」徒歩5分
- 👤 園芸や、お花の世話に興味がある人
- 💰 無料

☑️ 電話かメールで申込

京都市中京区社会福祉協議会

(担当: 青松・奥田・清水)

☎️ 075-822-1011

✉️ fukusi06@mediawars.ne.jp

🌐 <https://nakagyo-syakyo-kyoto.jp/>

メール



ホームページ



セルフヘルプ(自助)グループ

下京区 ともに学ぶ仲間と出会う

声帯を失った人の セルフヘルプグループ

喉頭がん、咽頭がん、食道がん等の疾病により喉頭を切除し、声帯を失った人が集い、学ぶ場として、発声教室や勉強会を開催しています。

- 🕒 1カ月に3～4回
9月5日(木)、11日(水)、18日(水)、25日(水)
すべて13:30～15:00
- 🏠 ひと・まち交流館 京都 会議室
- 🚶 市バス4・7・205「河原町正面」下車すぐ、京阪電車「清水五条」徒歩8分
- 👤 喉頭がん、咽頭がん、食道がん等で
声帯を失った人
- 💰 見学無料、会員制度(年会費・入会金あり)
- ☑️ 電話かメールでご連絡ください。

京都喉友会

☎️ 075-951-5609

✉️ kyotokoyukai@gmail.com

🌐 <https://www.kyotokoyukai.com/>

メール



ホームページ



イベント・講座

下京区 kyoto ころろつながるプロジェクト

思いを聴く ～当事者・当事者家族の思い～

【テーマ】

処方薬・市販薬のオーバードーズ(大量服薬)の当事者

【ゲスト】

Pills Anonymous(ピルズ・アノニマス)七条大宮グループ

【ファシリテーター】

精神保健福祉士 浜内 彩乃 氏

【内容】

それぞれの立場でさまざまな思いを抱えている身近な人たちの声を聴いてみよう。9月は処方薬・市販薬のオーバードーズ(大量服薬)の当事者をゲストにお迎えします。当事者の抱える「思い」、そしてセルフヘルプグループでの「つながり」や「安心」について聴いてみませんか。

🕒 9月13日(金) 18:00～19:30

🏠 ひと・まち交流館 京都 3階 第4・5会議室

🚶 市バス4・7・205「河原町正面」下車すぐ、京阪電車「清水五条」徒歩8分

👤 興味・関心のある人 💰 無料 🧑‍🎓 40名(先着順)

☑️ 申込フォームか電話で申込(要 ①氏名 ②電話番号 ③あなたのお立場 ④所属 ⑤ゲストへの質問)

京都市福祉ボランティアセンター

☎️ 075-354-8735

FAX: 075-354-8738

✉️ v.info@hitomachi-kyoto.jp

ゲスト団体

ホームページ

申込先



中京区 今年もやります!みんなでつくりあげる2日間

なないろ いろいろ文化祭2024

コロナ禍にはじめた文化祭も今年で3回目。自分たちでつくれる物は手づくりで、皆でつくりあげる文化祭です。通常は当事者の女性のみの活動団体ですが、この2日間はどなたでもご来場できます。

🕒 9月14日(土) 10:30～18:00

15日(日) 10:30～17:00

※悪天候、台風の場合は中止

🏠 ふれあい町家 蓮 Ren (中京区西ノ京左馬寮町 9-7)

🚶 JR「円町」徒歩8分、市バス「丸太町御前通」徒歩3分

👤 どなたでも

💰 入場無料

出店ブース、ワークショップ等は有料

☑️ 申込不要

なないろ会(担当:フジノ)

✉️ hotomeku7285@gmail.com

メール



下京区 毎月必要となる生理用品で困っていませんか

生理用品配布会

生理用品と生活用品の配布会を開催します。

本人確認等の手続きは不要です。エコバッグや袋を持参の上、お気軽にお越しください。無くなり次第終了します。
(共催 京都市福祉ボランティアセンター)

🕒 9月25日(水) 16:00~19:00

🏠 ひと・まち交流館 京都 1階
作品展示コーナー

🚗 市バス4・7・205「河原町正面」下車すぐ、京阪電車「清水五条」徒歩8分

¥ 無料

📄 申込不要

NPO法人

お客様がいらっしゃいました。

✉ info@periodiscoming.org

🌐 <https://periodiscoming.org/>

Instagram



X(旧Twitter)



中京区 公開講演会「生と死」について考えませんか

落語と講演会

「生と死」についての落語と講演会です。毎日の生活の中での悩みや「死」にどう向き合えばよいかを考える機会になればと思います。

第1部: 落語(30分)

第2部: 講演「抜苦与楽~心の駆け込み寺~」(55分)

第3部: ボランティア電話相談員募集説明会(30分)

【講師】

露の団姫(つゆのまるこ)氏(落語家・天台宗道心寺住職)

🕒 10月6日(日) 14:00~16:00(13:30受付)

🏠 ウイングス京都
(中京区東洞院通六角下る御射山町262番地)

🚗 地下鉄「烏丸御池」・「四条」、阪急電車「烏丸」徒歩5分

¥ 無料

👤 200名(先着順)

📄 電話かFAXで申込(要 ①氏名 ②連絡先)

京都いのちの電話

📞 075-864-1133 FAX:075-864-1134

受付時間9:30~17:30(日祝休み)

🌐 <http://kyoto-lifeline.com/>

ホームページ



東山区 当事者から学び、知る

こころの健康を考える講座

誰もが地域で安心して暮らしていけるよう、こころの健康に関する理解を当事者から学びませんか。

【講師】

東山区「不登校・ひきこもりを考える親の会」「シオンの家」ピアサポーター(精神疾患当事者)

🕒 10月9日(水) 15:00~16:30

🏠 やすらぎ・ふれあい館 第1・2会議室
(東山区五条通大和大路東入5丁目梅林町576-5「やすらぎ・ふれあい館」内)

🚗 市バス・京阪バス「五条坂」下車すぐ

👤 こころの健康に関心のある人

👥 30名(先着順)

📄 申込フォームで申込
締切:10月2日(水)

京都市東山区社会福祉協議会

(担当:井手・小川)

📞 075-551-4849

FAX:075-551-4858

✉ higashi@kcsw.jp

🌐 <https://www.yasufurekan.com/>

申込先



ホームページ



西京区 西京区のコミュニティプレイヤーが集合!

超オープンスペース ヒトバ

あなたには家と学校・職場以外に安心して過ごせる場所がありますか?

「ヒトバ」は西京区の「人と場をつなぐ場所」をコンセプトにしたイベントです。地域にはまだ出会ったことがない気に入る場所やコミュニティがあるかも? 気になったらご来場ください!

🕒 10月13日(日) 10:00~16:00(企画により異なる)

🏠 トートひろば
(西京区川島庭田町11番地2)

🚗 阪急「洛西口」徒歩9分、JR「桂川」徒歩17分

👤 どなたでも

¥ 無料(企画によっては有料)

📄 申込不要

京都市西京区社会福祉協議会

📞 075-394-5711

✉ office@kn-cosw.jp

詳細



山科区 知的障がいのある人について、知ってみませんか？

ボランティア講座 ～知的障がいのある人とともに～

知的障がいのある人が安心して暮らすためには、周りのちょっとした支援が必要です。私たちに何ができるか、いっしょに考えてみませんか。

- 🕒 10月19日(土) 10:00～12:00
- 🏠 山科総合福祉会館 2階 会議室
(山科区西野大手先町2-1)
- 🚶 地下鉄「東野」徒歩8分、京阪バス「山階校前」徒歩5分
- 👤 知的障がいのある人へのボランティア活動に関心のある人
- 💰 無料
- 👥 30名(先着順)
- 📄 申込フォーム・電話・メール・FAXのいずれかで申込
締切:10月15日(火)

京都市山科区社会福祉協議会

☎ 075-593-1294

FAX:075-594-0294

✉ email@yamashina-shakyo.or.jp

🌐 https://yamashina-shakyo.or.jp/

申込先



ホームページ



上京区 心の扉を開こう!

コンテンポラリーダンスと写真作品展

ドイツ人の女優、モデルであり、アーティストのフランシスカ・ローザさんが、統合失調症のギタリストTo Yukawaさんのギターに合わせて即興で踊ります。参加型のワークショップやフランシスカ・ローザさん、To Yukawaさんとの交流の時間もあります。

- 🕒 10月20日(日) 13:00～15:00
 - 🏠 はうす結
(上京区大宮通鞍馬口上ル若宮壱町97-11)
 - 🚶 地下鉄「北大路」徒歩15分、市バス「大徳寺前」徒歩5分
 - 👤 どなたでも
 - 💰 1,500円
 - 👥 25名(先着順)
 - 📄 申込フォーム・電話またはメールで申込
- Safe Space ほっこり**(担当:高矢)
- ☎ 080-5183-4829
- ✉ 1009tomokotakaya@gmail.com

申込先



メール



下京区 ボランティアに興味がある人集まれ!

Let'sボランティア! ボランティア入門講座

ボランティア活動をはじめたい皆さん! 知識を深めてからをはじめませんか? 前半はボランティアの基礎知識を学び、後半は現役ボランティアをゲストに迎え、活動をはじめたきっかけややりがい等を伺います。

会場参加が叶わない場合はYouTubeでの後日配信で講座を受講いただけます。ゲスト団体の活動に関心がある人もご参加ください。

- [ゲスト]** 認定NPO法人京都自死・自殺相談センター
(自死に関する相談・啓発等の活動)
YouTube配信 8月23日(金)～9月30日(月)
- [ゲスト]** NPO法人音の風
(音楽を通して社会貢献する活動)
会場 10月25日(金) 14:00～15:00
YouTube配信 10月28日(月)～11月30日(土)

- 🏠 ひと・まち交流館 京都 3階
ボランティアセンターミーティング室
- 🚶 市バス4・7・205「河原町正面」下車すぐ、京阪電車「清水五条」徒歩8分
- 👤 ボランティア活動をはじめたい人、興味・関心のある人
- 💰 無料
- 📄 申込フォームか電話で申込(要 ①氏名 ②所属 ③電話番号④メールアドレス ⑤ボランティア活動経験の有無)

京都市福祉ボランティアセンター

☎ 075-354-8735 FAX:075-354-8738

✉ v.info@hitomachi-kyoto.jp

申込先



下京区 誰かのために、自分のために、はじめてみませんか?

講座「身近に役立つ傾聴技術」

傾聴とはどのようなことか、傾聴の意義や目的等を分かりやすくお話しします。どなたでも参加できます。

- 🕒 11月23日(土) 14:00～15:30
- 🏠 ひと・まち交流館 京都 会議室
- 🚶 市バス4・7・205「河原町正面」下車すぐ、京阪電車「清水五条」徒歩8分
- 👤 傾聴に興味・関心のある人、傾聴ボランティア活動に参加したい人ならどなたでも
- 💰 300円 👥 20名(先着順)
- 📄 郵送かメールで申込(要 ①氏名(ふりがな) ②住所 ③携帯電話 ④メールアドレス)
締切:11月2日(土) ※定員になり次第締切

京都PANA-ALC

〒616-8343

右京区嵯峨朝日町2-3-625 重川方

✉ j.shigekawa@gmail.com

🌐 https://pana-alc.jimdofree.com/

メール



ホームページ



つながるフェス

2024年

10月20日(日) 11:00~15:00

ゼスト御池 河原町広場・寺町広場
(地下鉄東西線「京都市役所前」直結)

アクセス



「新しいことはじめたい」

「ボランティアやってみたい」と

思ったら、大人も子どももつながるフェスへ!

新しい出会いやつながりがきっと生まれる

楽しい一日をいっしょに過ごしましょう!

ワークショップ

京都車いす点検ボランティア
スマイルク

車いす乗車体験



京都教育サポートセンター

タイルアート
(参加費700円)



京都障害者スポーツ振興会

障がい者スポーツ体験



ぱそぼらんど京都

パソコン・スマホでアプリを体験



認知症啓発プロジェクト

紙芝居・かるたで遊ぼう!



京都市手話学習会みみずく

手話体験



京都市地域ITアドバイザー会(CITA会)

スマホで災害用伝言板体験



啓発

京都府共同募金会



京都いのちの電話



京都ボランティア協会



チャイルドライン京都



京都人権擁護委員協議会

京都民事調停協会

主催 社会福祉法人 京都市社会福祉協議会

お問い合わせ 京都市福祉ボランティアセンター

TEL 075-354-8735 FAX 075-354-8738

E-mail v.info@hitomachi-kyoto.jp



Instagram X (Twitter)



この事業は
共同募金の
助成を受けて
実施しています。

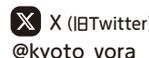


編集・発行 / 京都市福祉ボランティアセンター

〒600-8127 京都市下京区西木屋町通上ノ口上る梅湊町83番地の1
(河原町通五条下る東側)「ひと・まち交流館 京都」3階

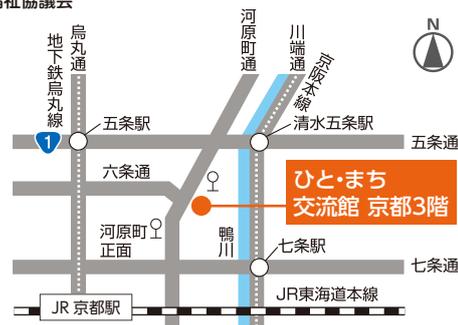
TEL 075-354-8735 FAX 075-354-8738 v.info@hitomachi-kyoto.jp

https://v.hitomachi-kyoto.jp/ 京都市福祉ボランティアセンター



- 【交通機関】●京都市バス4・7・205号系統「河原町正面」停留所下車
●京都市営地下鉄烏丸線「五条」下車、5番出口より徒歩約10分
●京阪電車「清水五条」下車、1番出口より徒歩約8分
●立体駐車場 最初の1時間410円、以後30分ごとに200円
(混雑が予想されますので、できる限り公共交通機関をご利用ください)
- 【開所日時】●月～土：9：00～21：00 ●日・祝：9：00～17：00
●休館日：第3火曜日(祝日にあたる時は翌日)、年末年始

〈設置〉京都市
〈運営〉社会福祉法人京都市社会福祉協議会



京都市社会福祉協議会は、KESステップ2を取得し、環境負荷低減につとめています。



見やすく読みまちがえにくいユニバーサルデザインフォントを採用しています。

