

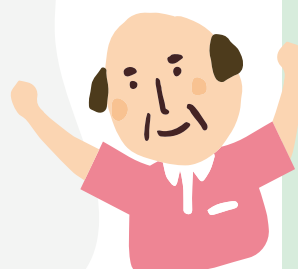
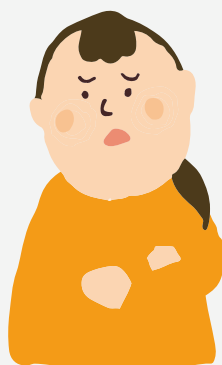
ボランティアーズ

kyoto

5
月号

気づいたら、
ほっとけない!

「町内会長って大変!」
「性のことは話しにくい…」
みんなの課題として解決するために
どうするか考えます。



気づいたら、ほっとけない!..... 2~4

ボランティア、イベント・講座情報 他 5~8



気づいたら、 ほっとけない！

経験力でサポート

町内会長の負担を軽減したい！

上花山町内会サポート隊

どうする？

町内の仕事を手伝う
実働部隊があれば、
町内会長の負担が
軽減できる

マネできる！

- 自主的に手伝える
メンバーを募る
- 自分たちも
楽しむ

町内会長・町内会を サポート

上花山町内会サポート隊は、町内会長の負担を少しでも軽減しようと、平成27年に立ち上げました。

町内会長は1年任期で、その後5年間は再任する必要はなく、定年は70歳です。祭りや運動会などのイベントが多く、業務は多岐にわたります。

町内会の業務は人手が必要な場面が多くあります。覚えた段取りを活かす機会がないのはもったいないことです。そのため、町内会長の助けになればと、70歳以上で町内会長の役割が回ってこないメンバーが中心となり、イベント時にテントの設営や会場準備、物品の運搬を手伝っています。また、町内の上花山公会堂の植木の剪定や草引きも定期的に行っています。



地域への愛着が つながりづくりの力に

上花山公会堂が地域のちょっとした集まりの場になればと考え、助成金を活用してテーブルと椅子を設置しました。毎月2回、公会堂前で実施している公園体操の終了後にそのテーブルと椅子で参加者がおしゃべりを楽しむこともあります。

その会話の中で、「敬老の日をお祝いしてほしいよね」との声が上がり、サポート隊を中心に検討しました。町内会長から広報等の協力、有志からのカンパを受け、70歳以上の方に赤飯をお渡しすることにしました。安否確認と公園体操への参加のきっかけづくりとして、公会堂前で炊いた赤飯を取りに来てもらっています。

毎年の祭りで、公会堂前で大量のご飯を炊いておにぎりを作り、神輿の担ぎ手にふるまっているの、サポート隊は炊き出し作業に慣れています。段取りを差配する人、作業する人がそれぞれ

役割分担をし、楽しみながらみんなで協力しています。

炊き出し作業を平常時から繰り返すことが、災害時の助け合いにもつながると考えています。外で作業をすることで、いざという時には公会堂で炊き出しができることを知ってもらう機会としても大切にしています。

サポート隊と並行して、子どもの登校見守り活動やその他地域の活動をしているメンバーも多く、自分が暮らす地域への愛着が、すべての活動の原動力となっていると思います。

仕事をしている現役世代が町内会活動を担うことは大変ですが、町内会活動は、楽しさを感じたり、地域が「自分のふるさと」と感じられたり、地域の子どもや大人とのつながりを生みます。

サポート隊ができる範囲で町内会活動をお手伝いし、地域を大切に思う人が増えれば、とてもうれしいです。



上花山町内会サポート隊

活動場所 山科区 上花山町内

性のことを気軽に話せる場を作りたい！

NPOフラット

どうする？

定期的に話せる場を開催すれば、相談したい人が話しやすい

マネできる！

- 場を作る
- あせらず気長に待つ



話しづらい悩みをサポート

NPOフラットは、10代から25歳くらいまでの若者を対象に、性に関するさまざまな相談ができる場を定期的に開催しています。

「生理痛で困っている」「避妊の方法を知りたい」「心と身体の性に違和感がある」「恋愛相談がしたい」など、身近な人には話しづらい悩みも無料で気軽に話せます。

悩みを相談することは大きな勇気が必要です。そのため、SNSでの広報、イベント等での出張相談、学生団体との学習会など、若

者とつながるきっかけを増やすため、さまざまな取組を行っています。

運営メンバー以外に、医療や法律に関する専門職等のサポートメンバーと連携して、情報を共有しながら相談に対応しています。

タブー視せず話せる環境づくり

おやつやゲームを置いたり、性に関する本を自由に見られるよう置くなど、安心して話ができる雰囲気を作る工夫をしています。性について話すことを「恥ずかし

いこと」「タブーなこと」ととらえてほしくないという思いがあります。

性に関するだけでなく、友人との人間関係の悩みなどを聞くこともあります。立ち寄った若者と関係性を築くことが重要だと感じています。

恋愛や就職、結婚や出産などライフイベントでも性に関する話が必要な場面は多くあります。

若者が自分の生き方や人生をポジティブにとらえるため、気軽に相談できる場や性教育が大切です。活動をさらに広げ、より多くの若者を支援していくことを目指しています。

NPOフラット

活動

フラット・ユース保健室
対象 10代～25歳くらいの人
参加費無料
予約不要

活動場所

毎月開催 ※開催日時・場所はInstagramをご確認ください。

- きたのま（上京区三軒町68番地）
- 京都市中央青少年活動センター（中京区東洞院通六角下ル御射山町262 3階）など

Instagram

@npo_flat
https://www.instagram.com/npo_flat

ホームページ

<https://npoflat-youth.jimdofree.com>



Instagram



ホームページ



おわりに

あなたが気になっている「ほっとけない」「なんとかしたい」を周りの人に話すことで、解決につながる活動が生まれるきっかけになるかも。

誰かの困りごと気づいて寄り添うことは、ボランティア活動において大切なことです。



ボランティア、やりたいときがはじめどき!

あなたの活動を待っている人が近くにいます!

各区でも
相談できるよ!



ボランティア活動の相談、講座・イベント等の企画、ボランティア保険の受付など、
各区ボランティアセンター（区社会福祉協議会）でも、区域の福祉ボランティア活動を応援しています。

北区社会福祉協議会・ 北区ボランティアセンター	北区小山上総町 3 ☎075-441-1900	ホームページ
上京区社会福祉協議会・ 上京区ボランティアセンター	上京区今出川通室町西入堀出シ町 285 上京区総合庁舎 2 階 22 番窓口 ☎075-432-9535 📷 @kamigyosyakyo 📘 @kamigyoshakyo 📺 上京区社協 YouTube チャンネル	ホームページ
左京区社会福祉協議会・ 左京区ボランティアセンター	左京区松ヶ崎堂ノ上町 7 番地の 2 左京区総合庁舎 2 階 ☎075-723-5666 📺 社会福祉法人京都市左京区社会福祉協議会 📷 @sakyokusyakyo 📘 @sakyokusyakaifukushikyogikai	ホームページ
中京区社会福祉協議会・ 中京区ボランティアセンター	中京区大宮通御池下ル三坊大宮町 121-2 ☎075-822-1011 📷 @nakagyosyakyo 📺 中京区社会福祉協議会	ホームページ
東山区社会福祉協議会・ 東山区ボランティアセンター	東山区五条通大和大路東入ル 5 丁目梅林町 576-5 「やすらぎ・ふれあい館」内 ☎075-551-4849 📷 @higashiyama_syakyo	ホームページ
山科区社会福祉協議会・ 山科区ボランティアセンター	山科区西野大手先町 2-1 ☎075-593-1294 📷 @yamashinashakyo 📷 @yamashinashakyo 📺 山科区社会福祉協議会	ホームページ
下京区社会福祉協議会・ 下京区ボランティアセンター	下京区花屋町通室町西入乾町 292 下京総合福祉センター内 ☎075-361-1881 📷 @shimogyosyakyo 📷 @simogyokusyakyo 📘 @shimogyokusyakyo	ホームページ
南区社会福祉協議会・ 南区ボランティアセンター	南区西九条南田町 1-2 南区役所別館 2 階 ☎075-671-1589 📷 @minami_syakyo 📺 京都市南区社会福祉協議会	ホームページ
右京区社会福祉協議会・ 右京区ボランティアセンター	右京区太秦下刑部町 12 右京区総合庁舎 5 階 ☎075-865-8567 [京北事務所] 右京区京北周山町下寺田 1-1 ☎075-852-0527	ホームページ
西京区社会福祉協議会・ 西京区ボランティアセンター	西京区上桂森下町 25-1 西京区総合庁舎西庁舎 2 階 ☎075-394-5711	ホームページ
伏見区社会福祉協議会・ 伏見区ボランティアセンター	伏見区紙子屋町544 京都市伏見社会福祉総合センター2階 ☎075-603-1287 [醍醐分室] 伏見区醍醐高畑町 30-1 京都市醍醐老人福祉センター内 ☎075-575-2070 📺 伏見区社会福祉協議会	ホームページ

セルフヘルプ(自助)グループ

下京区 自分を大事にすることを忘れないで

不登校の子どもを持つ保護者のためのセルフヘルプグループ

他の保護者と思いを話したり、情報交換できる場です。色々な気づきが生まれると、こころの余裕にもつながります。

1人で悩まず、話せる仲間といっしょにすごしませんか。

🕒 5月24日(土)、6月29日(日)
13:30~16:30

🏠 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

👤 不登校の子どもの保護者(家族での参加や子どもの参加も歓迎)

💰 無料

👥 5名

📄 2週間前にホームページに開催案内とともに申込フォームをアップします。

ゆるっと♪kyotobase

🌐 <https://ameblo.jp/kyotobase2019/>

ホームページ



下京区 当事者同士の集まり

窃盗症に悩んでいる人のセルフヘルプグループ

窃盗症(クレプトマニア)という病気からの回復を目指す人たちのセルフヘルプグループです。

ミーティングでしんどい気持ちを話してみませんか? 仲間と思いをわかちあうことが大きな支えになりますよ!

🕒 毎週木曜日 18:30~19:30

※祝日の場合は15:00~16:00

🏠 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

👤 基本16歳以上の窃盗症(クレプトマニア)の当事者
※ニックネームで参加できます。本名・連絡先等不要

💰 不要

📄 申込不要。

※可能であれば、事前にメール連絡

メールアドレスが変更になりました。

KA平安京グループ

📧 ka.heiankyo2@gmail.com

メール



ボランティア募集

中京区 なにもしなくてもいい、ただいだけでいい

学校に行きづらい子どもや保護者が集う場所

定例のいばしょかふえ以外に、HSP・HSCのお話会やイベントを不定期に開催しています。詳しい活動内容や日時はホームページをご確認ください。

🕒 月2回 第3月曜日、不定期
(他開催日はホームページでご確認ください)
5月19日(月)、6月16日(月) 12:00~17:00

🏠 学び舎 傍楽(中京区六角油小路町345-2)

🚗 地下鉄「烏丸御池」徒歩10分、阪急「烏丸」徒歩8分

👤 小学生から大人まで

(子どもの初回参加は保護者をご利用ください。)

💰 参加費 子ども・学生500円 大人1000円

📄 LINEの友だちに追加して
申込ください。

いばしょかふえ

🌐 <https://hareyoga0511.wixsite.com/my-site>

ホームページ



LINE



南区・市外 車椅子ツインバスケットボール

マネージャー募集!

京都サンクロウズではチームを手伝っていただけるボランティア(マネージャー)を募集しています。

詳しくは二次元コードから募集情報をご覧ください。

🕒 毎月第1・2・3日曜日、第4土曜日 13:00~17:00

🏠 第1・2日曜日:

①サン・アビリティーズ城陽(城陽市中芦原)

第3日曜日・第4土曜日:

②京都市障害者教養文化・体育館

(京都市南区上鳥羽塔ノ森上河原)

🚗 ①近鉄「新田辺」から京阪宇治バス「東芦原」すぐ

②市バス「上鳥羽塔ノ森」徒歩5分

※地下鉄「竹田」西口より送迎バスあり

👤 年齢不問、未経験の方も歓迎。

※見学自由、動きやすい服装、上履き・スニーカー持参ください。

📄 電話かLINEで問合せ・申込ください。

京都サンクロウズ(担当:松岡)

📞 090-3828-9063

LINE:yukiosan12

フェイスブック



下京区 認知症を啓発するプロジェクト

広報企画ボランティア募集

若年性認知症当事者とともに、認知症を啓発するプロジェクトです。広報やイベント企画に興味があったり、ガクチカに悩んでいたりと、参加の動機はなんでもOK!

参加者が意見を出し合って、新しい視点で企画し、いっしょにプロジェクトを進めてくださる30歳までのあなたの参加をお待ちしています。

🕒 6～2月 第1土曜日※1月のみ第2土曜日

13:30～16:30

活動途中からの参加や参加できない日があってもOK。

🏠 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

👤 30歳までの人

📄 申込フォームか電話で申込

認知症啓発プロジェクト

(担当:京都市福祉ボランティアセンター)

☎ 075-354-8735

FAX: 075-354-8738

✉ v.hitomachi-kyoto.jp

申込先



Instagram



下京区 助成金を申請するための下準備をしよう!

Let'sチャレンジ! 助成金準備講座

「福祉活動のための助成金を考えているけれど、今の状況ではちょっと難しい…」と考えている団体のみなさん!何を準備しておくべきか、講義・ワークで考えてみましょう。

助成金採択経験があるボランティア団体 花パソさんに、工夫していることなどもお伺いします。助成金申請がはじめての福祉団体・施設向けの初歩的な講座です。

🕒 5月29日(木) 14:00～16:00

🏠 ひと・まち交流館 京都

3階 第5会議室

👤 ボランティアグループ等で活動している方

¥ 無料

📄 申込フォームで申込

(要 ①氏名 ②電話番号 ③メールアドレス

④所属 ⑤主な活動内容)

申込先



下京区 子どもと保護者がそれぞれで学ぶ

自分を守る

①災害編 ②からだ編

災害やプライベートゾーンなど自分を守るために学んでおきたい防災と性に関する知識を、大学生団体が楽しくレクチャーします。

	子ども (第4会議室)	保護者・活動者 (第5会議室)
一部 13:30～14:30	災害編	子ども向け からだ編の確認※
休憩 14:30～14:45		
二部 14:45～15:45	からだ編	災害編

※子どもに二部を受講させないと判断された場合、
一部のみで終了していただいて構いません。

<子どもと大人は別室での受講です。>

🕒 6月14日(土) 13:30～15:45

🏠 ひと・まち交流館 京都

3階 第4・5会議室

👤 ・4歳～小学生とその保護者 ※子どもだけの参加不可
・子どもを対象とした活動や施設等に関わる人

¥ 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)

締切:6月13日(金)

申込先



イベント・講座

下京区 kyoto ここ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】

不登校・ひきこもり当事者の家族

【ゲスト】

上坂 秀喜 氏

(東山区「不登校・ひきこもりを考える親の会」“シオンの家”)

【ファシリテーター】

浜内 彩乃 氏(精神保健福祉士)

【内容】

当事者家族の抱える思いを聴き、人とのつながりについて考えるきっかけにします。

🕒 5月23日(金) 18:00～19:30

🏠 ひと・まち交流館 京都

3階 第4・5会議室

👤 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)

申込先



下京区 Let's ボランティア!

ボランティア入門講座

知識を深めてからボランティア活動をはじめよう! 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から生の声を聞きます。YouTubeでの後日配信でも講座を受講できます。

- 京都YMCAこおろぎ
(音訳等視覚障がい者支援活動)
YouTube配信 4月30日(水)~5月31日(土)
- 京都市左京区地域介護予防推進センター
(介護予防に関する活動)
会場開催 6月18日(水) 14:00~15:00
YouTube配信 6月20日(金)~7月31日(木)

🏠 ひと・まち交流館 京都
3階 第5会議室

👤 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)

申込先



下京区 マンツーマンで教わる!

シニアのスマホ解決講座

スマホの操作で困っていることはありませんか?
マンツーマンで、ボランティアに質問ができる講座です。

【講師】

ばそぼらんど京都

- 🕒 7月11日(金)
①13:00~13:50
②14:00~14:50
③15:00~15:50
※1人50分間、各枠8名
- 🏠 ひと・まち交流館 京都
1階 パソコンコーナー
- 👤 60歳以上でスマホをお持ちの人
- ¥ 無料
- 👥 24名(先着順)
- 📄 電話で申込
(要 ①氏名 ②電話番号 ③希望時間
④アンドロイドか 아이폰か ⑤質問内容)
※申込は電話受付のみです。
[受付時間] 第3火曜日を除く平日9:00~17:00

下京区 基礎から実践まで力をつける!

ボランティアコーディネーター研修

【基礎編】

7月3日(木) 13:30~16:00
ボランティア、ボランティアコーディネーションを学ぶ

【ステップアップ編】

7月24日(木) 13:30~16:00
ボランティアへの支援、コーディネート事例検討を通じて学ぶ
※どちらかみの受講可。

【講師】

青山 織衣 氏(社会福祉法人大阪ボランティア協会)

🏠 ひと・まち交流館 京都
2階 大会議室

👤 中間支援組織・大学ボランティアセンター・NPO・行政・社会福祉協議会等の団体で、ボランティアコーディネーター等ボランティア関連業務の担当者

📄 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 ⑤参加日)

申込先



下京区 参加したい!と思わせる広報のために

情報発信のコツ講座 今より伝わるチラシの作り方

広報にお悩みを抱える団体等を対象とした、見る人に情報が伝わるチラシ作成のポイントを基礎から学べる講座です。

【講師】

山中 美知世 氏
(特定非営利活動法人やさしいデザイン)

- 🕒 7月28日(月) 13:30~15:30
- 🏠 ひと・まち交流館 京都
3階 第5会議室
- 👤 ボランティアグループ等で活動している人
- ¥ 無料
- 📄 申込フォームか電話で申込
(要 ①氏名 ②メールアドレス
③電話番号 ④所属)

申込先



P.6・7
イベント・講座
共通問合先・
アクセス方法

京都市福祉ボランティアセンター ☎ 075-354-8735 ✉ v.info@hitomachi-kyoto.jp

ひと・まち交流館 京都 🚌 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

災害ボランティア入門講座

「災害に強いまち京都」の取組や、災害ボランティア活動の基本、被災地となった場合にボランティアなどの外部支援を受ける力である「受援力」について学びましょう。

【講師】京都市行財政局防災危機管理室

公益社団法人ピースポート災害支援センター

🕒 6月7日(土) 13:30~16:00

🏠 ひと・まち交流館 京都 3階 第4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

👤 災害ボランティア活動に興味・関心のある人

💰 無料

👥 50名(先着順・事前申込が必要です)

📄 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)

京都市災害ボランティアセンター

☎ 075-354-8728

FAX:075-354-8727

✉ office@ksvc.jp

🌐 https://ksvc.jp/

申込先 ホームページ



助成金情報

2025年度 事業助成

在宅高齢者、在宅障がい者等(その家族を含む)の福祉向上や文化活動の支援事業、およびこれらに関連して、日頃行政や医療・福祉の狭間で見落とされがちな、公的サービスでカバーされにくい各種活動の支援事業に対して助成します。

【事業テーマ】

【A】自助・自立の意欲を引き出し、または鼓舞するなどその生活の支援・向上に資する事業

【B】安心して暮らせるための地域共生の仕組みづくり事業

【C】福祉・文化活動を行うために必要な機器、機材、備品等の整備事業

【助成対象期間】10月1日~2026年3月31日

【応募締切日】6月30日(月)必着

※詳細はホームページで応募要項をご確認ください。

公益財団法人太陽生命厚生財団

☎ 03-6674-1217

✉ kosei-zaidan@taiyo-seimei.co.jp

🌐 https://www.taiyolife-zaidan.or.jp/

ホームページ



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.moushikomi.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



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 🔍

ホーム
ページ



Facebook
京都市福祉ボランティアセンター



X (旧Twitter)
@kyoto_vora



Instagram
@kyotocityvinfo



【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。

