

# ボランティアーズ

kyoto

1  
月号

## 続けるコツ・変えるコツ

活動のモヤモヤを、  
輝きに変える!



続けるコツ・変えるコツ ..... 2~3

ボランティア、イベント・講座情報 他 ..... 4~8

# 続けるコツ・変えるコツ

「活動がマンネリ化しているな…」でも「新しいことをはじめるのは大変そうだな」とちょっとモヤモヤしている団体のみなさん！  
試行錯誤してきた2つの団体のコツを紹介します。

2021  
年から

## 「京都コレカラ」のコツ

ひきこもりや生きづらさを抱える人の居場所の運営、つながる場の企画・開催

### ▶ 活動の意義を考える

運営メンバー2人で居場所を週6日開き、不定期でイベントを開催しています。

自分は20年以上ひきこもっていましたが、家族の病気をきっかけに外に出るようになりました。ひきこもりの人が外に出られるようになるタイミングはさまざまで、きっかけは人それぞれあると実感しています。

そのため、京都コレカラのイベントがひきこもっている人の外出するきっかけになればよい、たとえば参加者がゼロでも、いつか誰かのきっかけになればよいと考えています。イベント中にSNSで発信すると閲覧者数がカウントされたり、「いいね」が押されることがあります。今回は参加者が少なくても、気にしてくれて

いる人がどこかにいることが活動の意義だと感じています。

### ▶ 他の団体の活動を見に行く・参加しに行く

対象がひきこもりの人なので、待っていても誰も来ないこともあります。それならばまずは自分が外に出て行った方が、京都コレカラの活動を必要としている人に出会えるのではないかと考えました。

他の団体ががんばっているのを見ると刺激になります。活動を知ってもらうにつれ「こんなイベントがありますよ」と教えてもらったり、「いっしょにやりませんか」と誘われることも出てきました。つながりが生まれると「いろんなことができそう!」とモチベーションが上がります。

自分たちから「いっしょにやりませんか」と声をかけて断られることは少ないと感じています。その団体とはできなくても、他の団体につながってもらえるなど新たな関係が広がっています。そんな楽しいことがあるので、活動が続いています。

### ▶ 無理な時は助けてもらう

ひきこもりの人が外に出るための選択肢は多い方がよいと考えているので、楽しい企画をたくさんやりたい思いがあります。しかし、働きながらの運営のため時間が足りず「他の人の力を借りよう」と思い立ちました。参加者の中には「こんなイベントをやりたい」というアイデアを持っている人や、外国語やゲームに詳しい人などがいます。多彩な参加者に頼りながら、さまざまな人を巻き込み、イベントを開催することは楽しいです。

もし運営側が「マンネリ化して、どこか物足りない」と感じているなら、気軽に新しいことをはじめてみるとよいと考えています。しかし、「変わらない」ことも参加者にとっては安心感となるため、大切なことです。柔軟にチャレンジすることが、活動を続けるコツです。

#### 京都コレカラ

##### ▶ 主な活動

##### ● 居場所

火曜日を除く毎日 11:00~16:00

※休む場合もあります。

参加費無料

##### ● イベント SNSで随時発信

▶ X

▶ インスタグラム

▶ note

<https://x.com/ouen075>

[https://www.instagram.com/kyoto\\_korekara/](https://www.instagram.com/kyoto_korekara/)

<https://note.com/ouen075>

X

Instagram

note





## 「京都市地域ITアドバイザー会(通称:CITA会)」のコツ

2010  
年から

高齢者等の情報格差解消、情報基礎力の向上、IT技術の普及啓発を目指し、パソコン・スマホ講座等を開催

### ▶ メンバーが スキルアップする

パソコンが使えない高齢者等に操作講習会を開催し、情報格差をなくす活動をしています。最近ではスマホやタブレットの利用が増え、パソコンを学びたいというニーズよりも、スマホ操作を学びたいというニーズが高齢者に増えてきました。

私たちは「スマホで困っている人を支援したいのに、人に教えられるほどのスマホの知識がない」という状況に陥りました。パソコンは自作のテキストに沿って教えていましたが、スマホは機種が多様でテキストを作ることが難しく、どのように対応すればよいのかわかりませんでした。メンバーが自分たちも学びながら、受講者が理解しやすいように、手探りで教え方を変更していきました。

また、コロナ禍にYouTubeで配信したりZoom講習会を開催するなど、メンバーで新しいスキルを学び合いながら講座スタイルを試行錯誤した経験が、モチベーションアップにつながり、団体がより強くなったと感じています。

### ▶ ニーズに合わせる、 つながりを生む

スマホ講座では、メインのボランティア講師の全体説明に加え、小グループごとにサブのボランティア講師がついて、受講者の実践をサポートするという形式で進めています。サブ講師に気軽に質問ができて、受講者間で教え合うなど交流が生まれ、講座の満足度も高まりました。

地域から、高齢者がスマホの操作に困っているのを教えてほしいと

声をかけられることも増えてきました。CITA会のメンバーだけが講師を務めるのではなく、その地域の人がスマホリーダーとして講座の補助に入り、受講者に教えてもらうようにしています。講座内で教え合うことで自然とつながりが生まれ、普段から挨拶や会話ができる関係になります。スマホを介して、学び合い、助け合える共助の関係づくりのきっかけを作っています。

受講者の中には、「家族に聞くとケンカになるから」と参加する人もいます。他人どうしだとほどよい距離感で、楽しく教え合えます。「教えてくれてありがとう」「わかってうれしい」という声が活動継続の原動力となっています。



### 京都市地域ITアドバイザー会(通称:CITA会)

#### ▶ 主な活動

##### ● スマホとパソコンの相談会

第1・3木曜日 10:00~12:00 ※祝日・年末年始除く  
電話で事前申込要 30分単位500円

##### ● パソコン・スマホボランティア講師研修

2月15日(日)9:30~16:30

申込締切: 2月5日(木)

【事前説明会】

2月5日(木)19:00~20:00

申込締切: 2月2日(月)

電話かメールで事前申込要。

詳細は本誌6ページをご覧ください。

特別な知識や年齢は問いません。

寄り添う気持ちがあれば、  
楽しく活動できます。

研修終了後は、CITA会が  
開催する講座等に  
サブボランティア講師として  
参加できます。



#### ▶ その他講座等はホームページで随時発信

▶ ホームページ <https://bluecoyote2.sakura.ne.jp/>

▶ 申込・問合せ 070-6686-4360

電話対応 月~金曜日10:00~15:00

※祝日・年末年始除く

ホームページ



### おわりに

団体の活動が継続しているのは、企画や運営費を工夫し、コロナ禍を乗り越え、ニーズに合わせて活動内容等を少しずつ変えながら、必要とされる活動を続ける力があるからです。

マンネリだと感じた時こそ、新しいことをはじめるチャンスです。団体メンバーで話し合い、一歩踏み出してみましょう。

## セルフヘルプ(自助)グループ

### 南区 当事者、家族・身近な人の集まり

#### 飲酒の悩みを持つ当事者、家族のセルフヘルプグループ

飲酒との関わりで困っているのなら、一人で悩まずここで話して、回復への一歩としましょう。支え合う仲間がいます。

🕒 第1火曜日 14:00~16:00

1月6日、2月3日、3月3日

🏠 町のはなれ

(南区東九条烏丸町7-1 城興寺内)

🚶 JR「京都」徒歩8分

👤 飲酒の問題で困っている当事者、家族・身近な人

💰 無料

📄 申込不要。会場に直接お越しください。

お酒とこころの回復カフェ

アクセス



### 下京区 家族や身近な人の集まり

#### アルコール依存の問題を持つ人の家族や友人のセルフヘルプグループ

身近な人のお酒のことで心配し、苦しんでいませんか。ミーティングでは、自分の体験や気持ちを話します。参加者はミーティングの内容は口外しないので、安心して話すことができます。

🕒 土曜日 10:30~11:30

🏠 京都市下京いきいき市民活動センター

(下京区上之町38)

🚶 JR「京都」徒歩10分、京阪「七条」徒歩7分

👤 アルコール依存の問題を持つ人の

家族や友人

💰 自由な献金

📄 申込不要。会場に直接お越しください。

アラノン京都グループ

🌐 <https://www.al-anon.or.jp/>

ホームページ



アクセス



### 中京区 家族や身近な人の集まり

#### ギャンブルに問題を持つ人の家族や友人のセルフヘルプグループ

家族や身近な人のギャンブルの問題で、不安や孤独を抱えているならいっしょに解決策を見つけていきませんか。匿名で参加できます。

🕒 毎週木曜日 19:00~20:00

🏠 カトリック河原町教会

(中京区下丸屋町423)

🚶 地下鉄「京都市役所前」徒歩4分、京阪電車「三条」徒歩

6分、阪急電鉄「京都河原町」徒歩12分

👤 ギャンブルに問題を持つ人の家族や身近な人

💰 参加費無料

👤 保育料 子ども一人につき500円

📄 はじめて参加する場合はメールで申込。

👤 保育が必要な場合は、7日前までに

メールで申込。

GAFA京都河原町ステップグループ

📧 [gafa.kawaramachi@gmail.com](mailto:gafa.kawaramachi@gmail.com)

🌐 <https://gafa-official.org/meeting/meeting-4752/>

メール



ホームページ



### 市内他 同じ経験をわかち合う

#### 強迫症状のある当事者と家族のセルフヘルプグループ

強迫症状の経験を共有する、当事者とその家族のための自助グループです。全員が対等な関係で、経験や思いをわかち合う活動をしています。

安心して悩みや辛さを話せる、心地よい場所です。無理に話す必要はなく、聞くだけでもOKです。

※京都交流会は奇数月に開催します。

🕒 【京都交流会】

1月10日(土)、3月28日(土) 13:15~16:00

ひと・まち交流館 京都 3階

【大阪交流会】

2月14日(土)、4月18日(土) 13:15~16:00

大阪市立中央会館 1階 第1会議室

(大阪市中央区島之内2-12-31)

👤 強迫症状のある当事者、家族、支援専門職

※当事者のみ、家族のみでも参加できます。

💰 1人300円・1組の2人目~200円

📄 申込不要です。直接会場にお越しください。

強迫友の会OBRI(オブリ)

📧 [kyouhakutomonokai.obri@gmail.com](mailto:kyouhakutomonokai.obri@gmail.com)

🌐 <https://sites.google.com/view/obri/index>

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当事者の 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合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、はじめての人は事前に  
メール連絡ください。

**KA平安京グループ**

✉ ka.heiankyoto2@gmail.com

メール



## 物品募集

### 南区 あなたの支援が子どもの未来につながる

#### 2021(令和3)年度以降発行の 参考書募集

「高校・大学受験を希望している」「勉強がしたい」と考えているけれど、参考書等を購入するお金がなく、勉強できる環境が整っていない子どもがいます。

使用しなくなった2021(令和3)年度以降に発行の中学生・高校生向けの参考書があれば、寄贈をお願いします。

まずは電話でご相談ください。

- 🕒 平日・土曜日 10:00~21:00  
日曜日・祝日 10:00~18:00

休館日: 水曜日・年末年始

🚌 市バス「九条大宮」下車徒歩5分、近鉄「東寺」徒歩10分

📄 ご支援いただける場合は、必ず事前に電話でご連絡  
ください。

**京都市南青少年活動センター**

南区西九条南田町72

📞 075-671-0356

✉ minami@ys-kyoto.org

🌐 https://ys-kyoto.org/minami/

メール



ホームページ



## ボランティア募集

### 北区 シニア世代の楽しいを応援!

#### スポーツボランティアに 興味のある人募集

シニアスポーツデー参加者のサポーターを募集しています。バドミントン・卓球・ソフトバレー・ウォーキングなどのスポーツを支える活動です。シニア世代の人と楽しくスポーツを楽しみませんか?

- 🕒 毎月第2日曜日 9:00~12:00

🏠 島津アリーナ京都(北区大將軍鷹司町)

🚌 市バス「大將軍」徒歩3分

👤 18歳以上

💰 年会費1,500円  
(会報、保険料代)

👥 10名(先着順)

📄 申込不要

**京都府立体育館スポーツボランティア協議会**  
「はぐくみ」(担当: 櫻井)

☎ 090-3629-8013

✉ bohagukumi@gmail.com

メール



1月31日まで配信の  
Let'sボランティア入門  
講座で、活動内容等を  
紹介しています。  
6ページをチェック!



### 左京区 手料理で障がい者を支える

#### 昼食づくりボランティア募集

主に精神障がい者を対象とした障害福祉サービス事業所です。活動をする利用者向けにあなたの手料理をふるまいませんか。

特に一人暮らしの利用者は揚げ物中心の弁当や惣菜の利用が多いので、手の込んだものより、野菜を中心にバランスのとれた料理を希望します。5~10食前後を作ります。

- 🕒 毎週木曜日 ※月1回からでも可 9:45~12:00

🏠 左京区浄土寺下南田町112-2

🚌 市バス「錦林車庫前」または「南田町」すぐ

👤 普段から料理をしている人

💰 謝礼あり

📄 電話かメールでお問い合わせください。

**楽々堂**(担当: 大野・橋本)

左京区浄土寺下南田町112-2

☎ 075-761-1200

FAX: 075-761-1209

✉ rakurakudo@maia.eonet.ne.jp

メール



## イベント・講座

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伺います。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。

🕒 1月21日(水) 14:00~16:00

🏠 ひと・まち交流館 京都 3階 第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

👤 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)

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 学んでから、はじめたい人に

### Let'sボランティア! ボランティア入門講座

ボランティア活動の基礎知識を学び、活動中のボランティアから、やりがいや楽しさなどを聞きます。

【ゲスト】

- 京都府立体育館スポーツボランティア協議会「はぐくみ」  
(シニアスポーツを支える活動)  
YouTube配信 ~1月31日(土)
- ゆるくる実行委員会(任意団体いろいろ)  
(多世代が集まる居場所活動)  
会場開催 2月5日(木) 14:00~15:00  
YouTube配信 2月9日(月)~3月31日(火)

🏠 ひと・まち交流館 京都 3階 第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

👤 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電話番号 ③メールアドレス ④所属 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 AIを使ってみたい人に

### スマホ講座 スマホとAIでくらしをもっと便利に!

「スマホをもっと活用したい」「AIって便利そうだけど、どう使ったらいいの?」そんなあなたにぴったりの講座です。

【内容】①音声入力、②二次元コード読み取りアプリ、③Gemini(ジェミニ/AIアプリ)の使い方を学びます。

【講師】花パソ

【共催】花パソ・京都市福祉ボランティアセンター

※本事業は(公財)太陽生命厚生財団の助成により、実施します。

🕒 1月29日(木) 13:30~15:30

🏠 ひと・まち交流館 京都 1階 パソコンコーナー

🚌 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

👤 ①~③の条件が全て当てはまる人

①LINEを利用している人

②はじめて生成AIを使う人

③講座までにGeminiアプリを自分のスマホにインストールできる人

¥ 無料 🧑 15名(先着順)

📄 申込フォームで申込

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 パソコン・スマホスキルを他の人のために

### パソコン・スマホボランティア 講師研修

地域ITアドバイザー(CITA)を目指す人のための研修を実施します。研修終了後は「準地域ITアドバイザー」として資格を認定し、CITA会が開催する地域のIT普及活動等にボランティア講師として参加できます。

【事前説明会】2月5日(木) 19:00~20:00

申込方法:電話、メールで申込 締切:2月2日(月)

🕒 2月15日(日) 9:30~16:30

🏠 ひと・まち交流館 京都 1階 パソコンコーナー

🚌 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

👤 Word、Excelの使用経験があり、基本的な文書や書類作成ができる人 ※詳細はホームページで

¥ 3,000円(教材費等として研修日に徴収します)

🧑 16名(1クラス・先着順)

📄 メールで申込(応募者は事前課題の提出が必要)

締切:2月5日(木)

NPO法人

京都市地域ITアドバイザー会(CITA会)

📞 070-6686-4360

受付時間:月~金曜日 10:00~15:00

✉ info@cita.jp

🌐 https://cita.jp/

メール



ホームページ



左京区 共生社会の実現のために

## 鼓動に触れるワークショップ

聴導犬についての絵本を読み、聴覚に障がいのある人が聴導犬との暮らしを語ります。手のひらで鼓動を感じる体験を通して相互理解を深めます。

🕒 2月10日(火) 14:00~15:30

※30分前から受付開始

🏠 kokoka京都市国際交流会館  
(左京区栗田口鳥居町2番地の1)

🚶 地下鉄「蹴上」徒歩6分、市バス「岡崎公園 美術館・平安神宮前」徒歩10分

👤 小学生以上(小学生は保護者の同伴が必要)

¥ 無料

👥 20名(先着順)

📄 申込フォームで申込

鼓動に触れるプロジェクト実行委員会

✉ inoti.kangaeru.2019@gmail.com



フェイスブック



下京区 ボランティア団体等で、AIを使ってみたい人に

## ボランティア活動の新戦力 生成AI活用講座

AIを味方につけて、ボランティア活動に活用しましょう。実際に活用しているボランティア団体から、活用事例をもとにスマホとパソコンを使って学びます。

【講師】花パソ

🕒 2月13日(金) 13:30~15:30

🏠 ひと・まち交流館 京都 2階 第1・2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

👤 ①②の条件が全て当てはまる人

①はじめて生成AIを使うボランティア団体等の人

②パソコンとスマホどちらも持参できる人

¥ 無料

👥 15名(先着順)

📄 申込フォームで申込

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



中京区 “聴く”大切さ～聴ける人になるために～

## 初心者向け傾聴講座

傾聴活動に興味のある人が「話を聴く」ことを体験できる講座です。少しでも生きやすい社会になるようにあなたも聴ける人になりませんか。

🕒 2月11日(水・祝)、2月23日(月・祝)、3月7日(土)  
14:00~16:00

※各回15分前から受付開始

※講座内容はいずれも同じです。

🏠 ハートピア京都  
(中京区竹屋町通烏丸東入る清水町375番地)

🚶 地下鉄「丸太町」下車すぐ

👤 はじめて傾聴を学ぶ人

¥ 無料

👥 各回12名(先着順)

📄 電話かFAXで申込(要 ①希望日 ②氏名 ③連絡先)

第49期 ボランティア電話相談員養成講座説明会

3月21日(土) 14:00~16:00

会場:ハートピア京都

※詳細はホームページをご確認ください。

社会福祉法人京都いのちの電話

9:30~17:30(日祝休)

☎ 075-864-1133 FAX: 075-864-1134

🌐 https://kyoto-lifeline.com/

ホームページ



山科区 文字で伝える

## 要約筆記(文字通訳) ボランティア入門講座

要約筆記は、手話を使えない中途失聴・難聴の人に情報を文字で伝える方法であり、話し言葉を要約してリアルタイムに文字で伝える技術です。

聞こえづらくなった人の社会参加やコミュニケーションをサポートするために学んでみませんか。

🕒 2月14日(土) 13:30~16:30

🏠 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

👤 要約筆記に関心のある人

¥ 無料

👥 28名(申込多数の場合抽選)

📄 申込フォームか電話・FAX・メールで申込  
締切:1月18日(日)

京都市山科区社会福祉協議会(担当:池上)  
山科区西野大手先町2-1

☎ 075-593-1294

FAX:075-594-0294

✉ email@yamashina-shakyo.or.jp

🌐 https://yamashina-shakyo.or.jp

申込先



アクセス



## 上京区 聴覚に障がいのある人と手話を学ぶ

### はじめての手話講座(全2回)

挨拶や日常でよく使う表現のほか、手話の豊かな感情表現についても学べる手話講座です。聴覚に障がいのある人と楽しく学びましょう。

🕒 2月14日(土)、21日(土) 14:00~15:30

🏠 元聚楽小学校

(上京区葭屋町通中立売下る北俣町 317)

🚌 市バス「堀川中立売」徒歩3分

👤 小学生以上の人

💰 テキスト代990円(税込)『今すぐはじめる手話テキスト「聴さんと学ぼう!」』の購入が必要

👥 40名(先着順)

📝 申込フォーム・電話・FAXで申込(要 ①氏名・ふりがな ②住所 ③電話番号 ④メールアドレス)

申込期間:1月20日(火)~2月6日(金)

京都市上京区社会福祉協議会 (担当:丸山)

上京区今出川通室町西入堀出シ町285番地

上京区総合庁舎2階

📞 075-432-9535

FAX:075-432-9536

🌐 <https://kamigyo-syakyo.jp/>

申込先



アクセス



- 京都史跡ガイドボランティア協会  
スキル:歴史、健脚、喜ばせたい
- NPO法人Reframe  
スキル:子ども支援、遊び好き

🕒 3月14日(土) 13:00~15:00

🏠 ひと・まち交流館 京都 3階 第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

💰 無料

📝 申込フォームか電話で申込(要 ①氏名 ②電話番号 ③メールアドレス ④年代 ⑤ボランティア活動経験の有無等)

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](mailto:v.info@hitomachi-kyoto.jp)

申込先



## 下京区 思いを聴き、人とのつながりを考える

### 思いを聴く

### ~当事者・当事者家族の思い~

【テーマ】強迫症当事者家族

【ゲスト】今吉 扶美 氏

(強迫症友の会OBRI(オブリ) 代表)

【ファシリテーター】浜内 彩乃 氏(精神保健福祉士)

🕒 3月27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](mailto:v.info@hitomachi-kyoto.jp)

申込先



## 下京区 新しいステップを踏み出すあなたへ

### ネクストステージを考える ボランティア入門講座

新たな出発の季節、新しいことをはじめませんか。

ボランティア活動について学んで、活躍する先輩から魅力ややりがいなどを聞きます。人生100年時代を楽しく生きるためのヒントが見つかります。

【ゲスト】

- NPO法人音の風  
スキル:音楽、交流好き
- NPO法人京都市地域ITアドバイザー会(CITA会)  
スキル:パソコン・スマホ、話好き

## 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](mailto: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



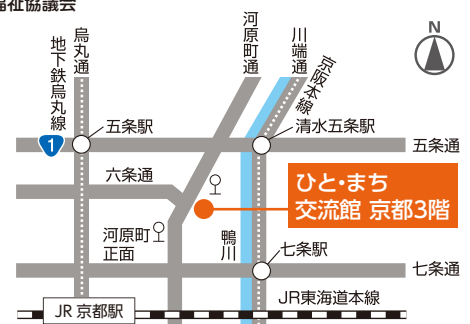
Instagram  
@kyotocityvinfo



【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。

