

ボランティアーズ KYOTO

3
月号

ウェルカム! ボランティア



若い世代の「**やってみたい!**」を 引き出す **ヒント**



若い人たちが
「参加したい」と
思うような工夫を
考えてみましょう!



ウェルカム! ボランティア
若い世代の「やってみたい!」を引き出すヒント…… 2~3
ボランティア、イベント・講座情報 他 …………… 4~8



若い世代の 「やってみたい！」を 引き出す ヒント



「若い世代にも参加してほしい」と考えている団体のみなさん！

実際にボランティア活動に参加した高校生・大学生に、何を求めて参加したのか聞いてみました。若い世代が参加したくなるヒントが見つかります。

学生が参加を決めた理由

TOP 3

1位

新しい経験やスキルを得たいと思った

2位

当事者の声を聞きたい／チームでの活動経験を積みたい

3位

楽しそう／社会課題に挑戦したい／誰かの役に立ちたい

参加して得られた成長

TOP 3

1位

多様性の理解／企画立案・アイデア発想力

2位

チームコミュニケーション力／インタビュー・ヒアリング力

3位

社会課題への洞察力



☑ 時間効率・成長重視の若い世代のために

今の学生は忙しい！授業に加え、資格のための実習やインターン、生活費のためのアルバイトなど、時間の余裕がない学生も多くいます。「成長につながる実感」がなければ時間を使えません。

そんな忙しい学生に「時間を割いてでも参加したい」「自分の成長につながりそう」と感じてもらうには、ボランティア団体側の工夫も重要です。

☑ 参加のきっかけを作ろう！

団体・活動の魅力を発信しよう

活動内容がわからなければ、その魅力は伝わりません。やりがいや楽しさを言葉や写真で伝えましょう。

参加しやすさを作ろう

Googleフォーム等を活用し、いつでも気軽に申し込める環境を整えましょう。

	やってみよう！	団体のメリット	学生のメリット
団体・活動の魅力を知らせてもらう	活動をSNS・ホームページにアップする	団体の魅力を発信できる。活動を周知することで、ボランティア・協力者が増えるきっかけになる。	自分が活動するときのイメージを作りやすい。
	ボランティア募集チラシを作る	活動の意義を発信できる。メンバーを募集していることを知ってもらえる。	内容がわかるから安心して参加できる。
	体験会を開催する	仲間が増えるきっかけを作れる。参加者対応と事務をまとめて効率化できる。	同じスタートラインに立つ仲間ができる。
参加のハードルを下げる	ボランティア参加の申込フォームを作る	必要事項の記入もれを防げる。効率的に申込状況を確認できる。	スマホで簡単に申し込める。
	1回限りの参加でもOKとする	継続参加のきっかけになりやすい。	気軽に参加できる。
	ボランティア活動証明書を発行する	参加のメリットを学生に伝えやすくなる。	受験や就職活動に活用できる。



今回、話を聞いた学生の活動紹介

▶ 認知症啓発プロジェクト

「認知症のことをもっと若い人にも知ってもらいたい」という若年性認知症当事者の声からはじまった認知症を啓発する活動。9か月間で、認知症当事者とともに認知症を啓発するために何ができるかを考え、啓発物を作成し、イベントに出展しました。

「認知症当事者の生活や思いを理解することが、認知症への偏見をなくす一助となる」と考え、認知症サポーター養成講座や啓発イベントで活用できるよう4コママンガ、動画、小説、ゲームを作成しました。高校生・大学生を中心とした若いボランティアと、当事者・家族がともにプロジェクトに取り組みました。



認知症啓発プロジェクト
Instagram



https://www.instagram.com/team.orange.salon_hitomachi/

参加した学生のリアルな声

ボランティア活動を通じて、成長の実感や仲間との出会いなど、多くの価値を得られたと感じています。ボランティア活動の魅力を伝えることでもっと多くの人が「やってみたい!」と思うきっかけを作ることができます。

周囲の人の声かけや配慮が当事者にとって大きな支えになると学んだ。誰もが支え合える社会にしていきたい。

みずきさん(高校生)

議論しながら、目標達成のために考えて行動できたのがよかった。同じ分野に興味を持つ仲間と出会えた。

陳さん(大学生)

つながりが広がり、とても楽しい経験になった!

藤井さん(大学生)



✓ 参加者の満足度を高めよう!

	やってみよう!	団体のメリット	学生のメリット
活動日前	申込者へのリマインドメール	参加率の向上につながる。 参加者と良好な関係づくりができる。	予定を再確認でき、意欲が高まる。 
活動日当日	団体・活動の説明	活動の内容だけでなく、団体の目的、活動の意味を言葉にして説明することで、ボランティアの役割を理解してもらいやすい。	活動内容がより深く理解でき、安心して活動できる。
	自己紹介	その日活動する人が全員自己紹介することで、仲間意識を醸成しやすい。	知らない人の中に入る不安感が軽減できる。
	活動のふりかえり	ねらいを達成できたのか確認できる。 活動の魅力や今後の活動の改善ポイントがわかる。 後日、参加者の声をSNSで紹介することで活動の魅力をリアルに伝えられる。	感想を言葉にすることで、活動の中で得たものを実感しやすい。

おわりに

たとえ1回の参加であっても、活動の目的や思いが伝われば、その人は団体の“ファン”になるかも! 地域に応援者が増えることが、次の参加者との出会いにつながっていきます。

そのためにも、活動の価値を言葉にし、参加しやすい入口を整え、魅力を発信していきましょう。

セルフヘルプ(自助)グループ

下京区 当事者や家族、支援者の集まり

ギャンブル依存症の人のセルフヘルプグループ

ギャンブルをやめたい人たちのセルフヘルプグループです。ミーティングで自分の思いを話して、仲間と思いをわかちあうことは大きな支えになります。

- 🕒 毎週金曜日 19:00~20:30
- 🏠 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
- 👤 ギャンブルをやめたい当事者、その身近な人
- 💰 不要(献金受入可)
- 📄 申込不要。会場に直接お越しください。

GA京都グループ

🌐 <http://www.gajapan.jp/jicmp-wjp.html>

ホームページ



市内他 家族や身近な人の集まり

家族等のアルコール問題に悩む人のセルフヘルプグループ

一人で悩んでいませんか。仲間と会って体験談を話し、聴くことでまず家族が楽になりましょう。

いっしょにアルコール依存症の正しい知識等を学び、専門機関とつながって回復を目指しましょう。

- 🕒 〈家族昼例会〉
毎月第2・4火曜日 14:00~15:30
京都市こころの健康増進センター
〈本部家族例会〉
毎月第3水曜日 19:00~20:45
(第4水曜日に変更の場合があるので、ホームページの「みやちゃんカレンダー」でご確認ください。)
- 📍 ひと・まち交流館 京都
- 📅 その他、各支部で平日夜に開催。
- 👤 家族や大切な人の飲酒問題で悩んでいる人
- 💰 無料
- 📄 申込不要。会場に直接お越しください。

京都府断酒平安会 家族会みやび

FAX:075-721-4703

✉ shigetom@mrj.biglobe.ne.jp

🌐 <https://danshu-heian.net/cart>

ホームページ



下京区 死別の悲しさをわかち合う

大切な人を亡くした人のための集い

少人数のグループでそれぞれの思いを語り合い、聞き合います。無理に話す必要はありません。同じ悲しみ、苦しみを抱えた人と思いをわかち合しましょう。

宗派に関わらず、どなたでも参加できます。

- 🕒 4月5日(日)、6月14日(日)、8月30日(日)、10月18日(日)、12月27日(日)
17:00~18:30

🏠 明覚寺
(下京区平野町783 新町通正面下る)

🚌 市バス「烏丸七条」徒歩5分

👤 大切な人を亡くした人

💰 無料

📄 申込フォームから申込。

遺族会カルナ

✉ izokukai.karuna@gmail.com

申込先



Instagram



下京区 当事者の集まり

摂食障がいを抱える人のセルフヘルプグループ

摂食障がいの人が、自分の力を感じ、より自由な生き方を選んでいくための支え合いをするグループです。

当事者でフリートークをしています。途中入室・退席可なので、気軽にご参加ください。

別日に「オンラインあかりトーク」も開催しています(※参加費別)。詳細はホームページをご確認ください。

- 🕒 3月22日(日)、4月26日(日) 14:00~16:00

🏠 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

👤 食べることに難しさを感じている人、生きづらさを抱えている人(ジェンダーを問いません)

💰 500円

📄 申込不要。会場に直接お越しください。

NPO法人あかりプロジェクト関西

✉ akarikansai@gmail.com

🌐 <https://future-butterfly.net/>

メール



ホームページ



下京区 当事者や家族の集まり

不登校や就学の悩みを話し合う 保護者の集い

学校の行き渋りや不登校は、子ども本人だけでなく、家族である保護者やきょうだいもさまざまな思いを抱えています。誰にも言えず1人で悩んでいるなら、その気持ちを吐き出してみませんか。

不登校経験者や、現在、学校に行っていない本人の参加も可能です。

🕒 毎月第3土曜日 13:30~17:00

🏠 ひと・まち交流館 京都 2階 第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

👤 不登校の子どもの家族や当事者

¥ 無料

📄 申込不要。入退室自由。

🙏 ありびお(担当:竹田)

☎ 090-1956-5492

✉ kozou1120@gmail.com



下京区 楽しい時間を過ごすお手伝い

認知症サポーター“カフェとも”募集

認知症があっても、住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けるために、認知症の人とともに社会参加の場や地域づくりを目指す取組です。みんなで「やりたいこと」を決めて活動しています。

この活動をサポートする“カフェとも”として、来場者の受付、お茶の提供、会場の準備や片付け等、楽しくボランティアしませんか。見学からはじめられるので安心です。

🕒 第2・3・4水曜日 13:00~16:00

🏠 ひと・まち交流館 京都

(下京区西木屋町通上ノ口上る梅湊町83番地の1)
その他の拠点(カフェ1か所)

🚗 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

📄 まずは、電話で問合せください。

京都市長寿すこやかセンター

下京区西木屋町通上ノ口上る梅湊町83番地の1
ひと・まち交流館 京都 4階

☎ 075-354-8741

FAX: 075-354-8742

✉ sukoyaka.info@hitomachi-kyoto.jp

🌐 <https://sukoyaka.hitomachi-kyoto.jp/>



ボランティア募集

伏見区 伏見区羽束師地域で居場所づくり

子どもといっしょに過ごす ボランティア募集

住民交流の促進と地域活性化を目指して、子どもを中心に多世代が集うコミュニティスペース「ゆるくる」を月1回開催しています。

室内や公園で、子どもといっしょに過ごして下さるボランティアを募集します。会場の準備や後片付けのサポートもお願いします。

🕒 毎月第3日曜日 10:00~14:00

4月19日、5月17日、6月21日、7月19日、8月16日、
9月20日、10月18日、11月15日、12月20日

🏠 府営羽束師団地集会所
(伏見区羽束師古川町)

🚗 阪急バス・市バス
「免許試験場前」徒歩10分

👤 大学生以上

📄 電話で申込(要 ①名前

②電話番号 ③参加希望日)

ゆるくる実行委員会
(任意団体いろいろ)

☎ 080-3031-8053 (担当:末永)

✉ iroiro.ibasho@gmail.com

3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。
7ページをチェック!



伏見区 いっしょに感動のひとときを

キャンドルアートの イベントスタッフ募集

みんなの想いや願いを描いた紙コップにキャンドルを灯し、つなげて大きなキャンドルアートを描きます。地域の人と人をつなぐきっかけになればとの思いで、毎年3月に取り組んでいます。

🕒 3月14日(土) 14:00~20:00(点灯17:00)

🏠 折戸公園

(伏見区醍醐折戸町 パセオダイゴロー西隣)

※雨天の場合はパセオダイゴロー西館2階緑道

🚗 地下鉄「醍醐」3番出口より徒歩1分

👤 どなたでも

¥ 無料

📄 申込不要

だいがキャンドルネットワーク

(担当:高向)

☎ 090-9116-2127

FAX:075-573-6205

✉ daigocandle@gmail.com

🌐 <https://www.facebook.com/daigocandle/>



伏見区 子どもに寄り添い、いっしょに楽しむ

小中学生の学習サポート ボランティア募集

地域の中で「子どもの育つ環境づくり」をする団体です。
一人ひとりの子どもの気持ちに寄り添って、宿題や学習だけでなく、いっしょにボードゲームで遊んだり、夜ごはんを作って食べます。

- ①月曜日 17:00~20:30
伏見区役所醍醐支所 会議室
(地下鉄「醍醐」徒歩5分)
- ②火曜日 17:00~22:00
こどものひろば醍醐事務所
(地下鉄「石田」徒歩10分)
- ③木曜日 17:00~20:30
ふれあいコミュニティカフェトハウス
(地下鉄「醍醐」徒歩8分)

他の曜日にも活動があるのでお問合せください。

申込フォームで申込

NPO法人山科醍醐こどものひろば

☎ 075-591-0877

受付時間:平日13:00~17:00

✉ kodohiro@gmail.com

🌐 <https://www.kodohiro.com/>



中京区 すてきな場所を創ろう

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、お花を使ったものづくりなどです。

- 🕒 【園芸活動】週2回程度 火曜日・水曜日 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:鈴木・奥田・清水)

☎ 075-822-1011

✉ fukusi06@mediawars.ne.jp

🌐 <https://nakagyo-syakyo-kyoto.jp/>



イベント・講座

下京区 子どもが安心して過ごせる笑顔のまちづくり

子どもフェスタ

子どもが思いっきり楽しめるイベントです。

【内容】

- ステージ&ライブ
京都橘大学吹奏楽部、バルーンアート 他
- あそびコーナー
- フリーマーケット、軽食等の販売

🕒 3月14日(土) 10:30~15:30

🏠 北総合支援学校中央分校 体育館・地域交流館
(下京区油小路通仏光寺下る太子山町602の1)

🚶 市バス「四条堀川」徒歩6分、阪急「大宮」徒歩11分

👤 どなたでも

💰 無料

📧 申込不要。会場に直接お越しください。

NPO法人チャイルドライン京都

☎ 075-585-3038

FAX:075-585-3038

✉ kyoto.childline@gmail.com

🌐 <https://kyotochildline.org/>

ホームページ



アクセス



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

💰 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

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
- 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

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】

- 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)
YouTube配信 ~3月31日(火)
- 京都傾聴塾
(傾聴活動)
会場開催 4月16日(木) 14:00~15:00
YouTube配信 4月20日(月)~5月31日(日)

🏠 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 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

🕒 3月30日(月) 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



下京区 こんなチラシは残念!

チラシ講座 情報整理で「行ってみたい!」広報に

「チラシを作っても、人が来てくれない…」もしかして、チラシ内容のわかりにくさで、興味を持った人が参加をためらっているのかも?!

広報に必要な原稿内容を見直し、読んだ人が迷わず行動できるチラシにバージョンアップさせましょう。

【講師】

NPO法人やさしいデザイン

🕒 4月24日(金) 13:30~15:30

🏠 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

👤 どなたでも

¥ 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 ⑤広報の悩み 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

申込先



下京区 「活動を知ってほしい」をサポート

ボランティア団体・社会福祉施設のための広報相談会

「参加者を増やしたい」「団体の魅力をうまく伝えられない」など、広報に関するお悩みはありませんか？

チラシや広報紙、ホームページやInstagram、広報戦略の全体設計など、広報をブラッシュアップするためにプロクリエイター集団が実践的なアドバイスをします。

【共催】NPO法人やさしいデザイン

NPO法人
やさしいデザイン
ホームページ



5月24日(日)

①13:00~13:45 ②14:00~14:45
③15:00~15:45 ※1団体45分間、各枠2団体

🏠 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

👤 ボランティア団体、市民活動団体、社会福祉施設
¥ 無料 🗿 6団体・施設

📄 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 スマホの「わからない」「不安」に寄り添う

シニアのスマホ個別相談会

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

5月29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
🚌 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

👤 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アンドロイドかアイフォンか 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

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

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

「ボランティア保険」は、ボランティア・市民活動を行う個人を対象に、年度単位(4/1~翌年3/31)で加入できる保険です。活動中の不慮の事故を補償します。

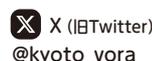


編集・発行／京都市福祉ボランティアセンター

〒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

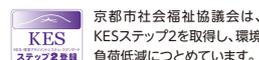
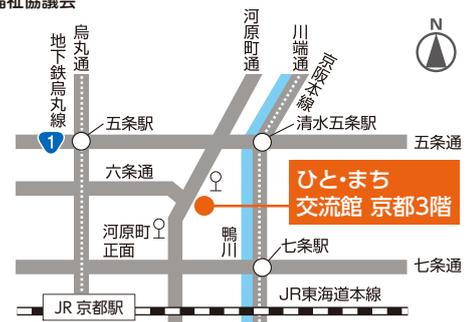
🌐 https://v.hitomachi-kyoto.jp/ 京都市福祉ボランティアセンター 🔍



【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



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。

